

EPV

Estereotipos y Proyecto de Vida

Para uso de los y las estudiantes



cooperación
española



FE Y ALEGRÍA



ALBOAN



entreculturas

ONG JESUITA PARA LA EDUCACIÓN Y EL DESARROLLO

Presentación

Estereotipos y Proyecto de Vida es un programa dirigido a estudiantes de Media con la finalidad de que puedan ir rompiendo con las barreras sociales (estereotipos) que los atan a la hora de poder elegir libremente su futuro (proyecto de vida). El programa se realizará a través de talleres, construyendo las herramientas necesarias que puedan dar sentido a la vida.

El proyecto de vida como proceso de construcción, elección y diseño de aquello que queremos ser y hacer a lo largo de nuestras vidas es una tarea continua. Es fruto de un camino de autoconocimiento e integración con el medio en el que nos desenvolvemos. En ocasiones ese medio puede ser un reflejo de ideas o pensamientos estereotipados, que interfieren en una elección libre y auténtica. Por ello, se hace oportuno recorrer un camino reflexivo y crítico que nos permita analizar estas formas de pensamiento. Así reelaboramos nuevas opciones que nos ayudan a trascender lo que existe y a colaborar en la construcción de una mejor sociedad.

Los y las estudiantes que acuden a los diferentes centros educativos de Fe y Alegría en República Dominicana están ubicados en sectores sociales empobrecidos. Esto remite no solo a una vulnerabilidad económica, sino a otros factores vinculados a ciertas dificultades en el proceso de diseño y construcción de un proyecto de vida.

El acompañamiento a los y las estudiantes desde una educación transformadora, en la libertad y la dignidad de ser hijos e hijas de Dios, busca brindar espacios de crecimiento que permitan reflexionar, rompiendo con esquemas encadenantes que subyacen en el entorno. Esta realidad supone muchos desafíos. Se aprecia el llamado a analizar y a construir múltiples alternativas y soluciones conforme al proyecto de vida en coherencia con la dignidad humana.

Autores: **Gricel Paulino** (Consultora) y **Cristhian Espinal** (Técnico Pastoral Depto. Pedagogía).
Corrección: Depto. Pedagogía Oficina Nacional Fe y Alegría R. D.
Fecha de impresión: agosto 2016
Derechos reservados: Fe y Alegría R. D.

Santo Domingo
agosto 2016

Estimado/a estudiante:

Quizás te has preguntado en más de una ocasión ¿quién soy?, ¿por qué pienso como pienso?, ¿de qué soy capaz?, ¿qué quiero hacer de mi vida? Las respuestas a todas estas preguntas, y quizás otras más que no te has atrevido a compartir por temor a no encontrar respuestas, son parte muy importante de un proceso que conocemos como nuestro proyecto de vida.

En el proceso que te embarcas, estás invitado a diseñar un proyecto de vida justo a tu medida, a partir de lo que eres y lo que quieres ser. Con ello reflexionarás el sentido de tu vida y aquello para lo cual has sido creado/a. ¡Sí!, has sido pensado/a, diseñado/a y creado/a con un fin muy especial, y descubrirlo es un paso gigantesco en la vida de una persona.

Para esto necesitas iniciar un camino de búsqueda que parte de ti mismo/a, descubriendo primero quién eres y lo mucho que vales. Te darás cuenta que existen algunas ideas ya elaboradas por la sociedad que intentan decirnos cómo debemos hacer las cosas, a este tipo de ideas condicionantes las llamamos estereotipos de vida, porque limitan y encierran al ser humano quitándole la capacidad de soñar y elegir.

A través de los talleres Estereotipos y Proyecto de Vida (EPV) podrás aprender más de ti, como también obtener las herramientas necesarias que faciliten responder las interrogantes de la vida, con miras a la elaboración de tu proyecto de vida. En este camino no estarás solo/a, vivirás esta experiencia junto a tus compañeros/as y facilitadores/as. ¡Anímate!

Jesús Zaglul, SJ
Director Nacional de Fe y Alegría R. D.



¿Quién soy?

El autoconocimiento es un proceso reflexivo mediante el cual puedes identificar y reconocer tus características personales, cualidades y defectos, aprendiendo a aceptar y descubrir la capacidad de cambio que posees.

¿Recuerdas el ejercicio que realizaste junto a tus compañeros/as? Piensa nuevamente en aquello que más valor tiene para ti en tu vida y cómo eso puede ayudarte a desarrollar tu proyecto de vida. Piensa ahora en aquellas cualidades que reconoces en ti y aquellas que te gustaría desarrollar en este proceso. Puedes agregar más.

Mis cualidades

A large, empty, vertically oriented rectangular box with a decorative, slightly curved top and bottom edge, intended for writing personal qualities.

Cualidades que me gustaría desarrollar

A large, empty, vertically oriented rectangular box with a decorative, slightly curved top and bottom edge, intended for writing qualities to develop.



Me doy cuenta: Yo soy

A partir de lo que viviste en el encuentro, puedes escribir tu propia autobiografía. Asegúrate de investigar bien aquellos datos que no puedes recordar por el tiempo que ha pasado. Auxíliate de tus padres o demás familiares para esto. Recuerda, debes abarcar el nacimiento, hechos importantes, preferencias, gustos, hasta la actualidad.

A large rectangular box with a black border, intended for writing an autobiography. In the top left corner, there is a paperclip icon. The text "Mi autobiografía" is written in a cursive font in the upper right area of the box.



Descubrir un tesoro: Autoestima

Dibuja tu pozo como metáfora, relacionando las áreas de tu vida con los ladrillos, el agua y otros elementos que resulten importantes para ti.





Me conozco, siento y aprendo

Emociones y sentimientos

Una carta al corazón

Escribe una carta desde el corazón, dirigida a una persona que te genere sentimientos negativos. El perdón es una actitud liberadora y sanadora. Recuerda que esa persona también podrías ser tú mismo/a.

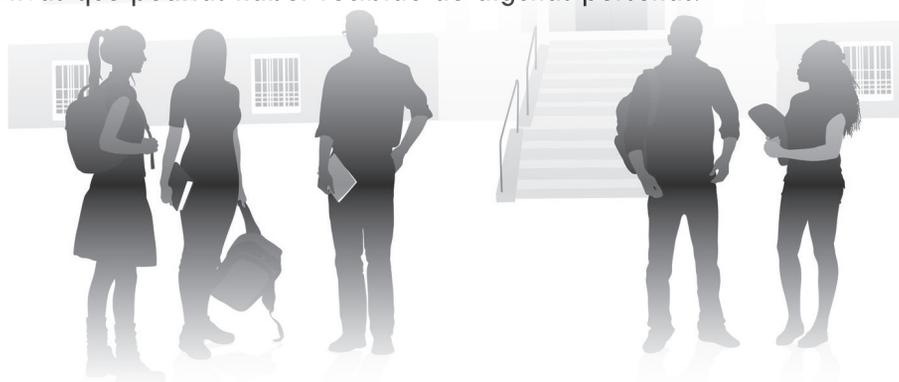


A large, empty rectangular box with rounded corners, intended for writing a letter to the heart.



Conectados: Yo y mis relaciones con los demás

Anímate a realizar una lista donde incluyas a las personas que consideras importantes, e inspiradoras, y que son apoyo en el desarrollo de tu proyecto de vida. Haz otra lista donde incluyas las posibles influencias negativas que podrías haber recibido de algunas personas.





Nuestra sexualidad

Mi sexualidad, mi canto.

Componer una canción





Como lámpara encendida

Mi escala de valores

Sopa de letras

Puedo reconocer en una sopa de letras, mi escala de valores. Aquellos que considero importantes en el desarrollo de mi proyecto de vida, ya que me permitirán establecer mis metas a partir de lo que es valioso e importante para mí y que ayuda a transformar la sociedad.

D	A	D	I	T	S	E	N	O	H	G	G	B	G	S	S	R	A	A	H
A	K	B	G	D	S	D	A	D	I	N	G	I	D	M	O	V	M	F	U
M	B	O	Y	W	S	R	Y	B	P	P	B	A	P	Z	L	Q	O	E	E
I	C	T	Q	L	D	E	E	Q	U	I	D	A	D	Q	I	J	R	C	I
S	Q	O	U	U	I	Q	V	O	O	S	Z	V	B	W	D	C	F	T	J
T	V	C	N	Z	S	K	C	D	T	O	O	G	O	L	A	I	D	O	J
A	J	C	S	V	C	N	N	P	Q	E	A	D	I	X	R	O	A	H	W
D	A	D	I	L	I	B	A	S	N	O	P	S	E	R	I	D	S	R	A
H	C	B	E	D	P	V	U	O	A	Z	L	S	M	T	D	A	E	C	I
S	I	X	W	X	L	B	E	T	J	I	E	K	E	A	A	T	R	S	C
M	M	S	P	C	I	C	L	N	U	A	L	T	D	R	D	R	T	R	N
D	L	R	M	D	N	P	V	A	C	A	B	I	W	G	B	E	I	I	A
W	E	H	Y	U	A	T	V	A	U	I	R	A	M	X	D	B	V	L	R
A	A	I	C	I	T	S	U	J	L	E	A	C	R	A	I	I	I	D	E
V	L	G	X	W	R	B	D	O	C	O	U	R	C	T	F	L	D	G	L
Q	T	T	I	A	U	O	B	N	D	T	R	D	Y	Q	S	E	A	N	O
X	A	T	H	G	G	S	I	I	I	P	S	E	E	M	O	U	D	C	T
A	D	V	C	C	Q	S	C	X	T	C	D	B	S	Y	O	I	Z	F	D

AFECTO
AMISTAD
AMOR
ASERTIVIDAD
CONVIVENCIA
DIÁLOGO
DIGNIDAD
DISCIPLINA

EQUIDAD
FAMILIA
HONESTIDAD
JUSTICIA
LEALTAD
LIBERTAD
PAZ
RESPECTO

RESPONSABILIDAD
SINCERIDAD
SOLIDARIDAD
TOLERANCIA
TRABAJO
VALORES



Perteneceamos: Celebremos

Identidad cultural

Atrévete a dibujar un árbol que te represente a ti y a tu familia, imagina que cada parte del árbol es un miembro de tu familia. Comparte con ellos cuáles acciones significativas en sus vidas te impulsan a continuar un proyecto de vida. Luego, da a conocer lo que has descubierto en tu propia historia junto a tus compañeros/as.

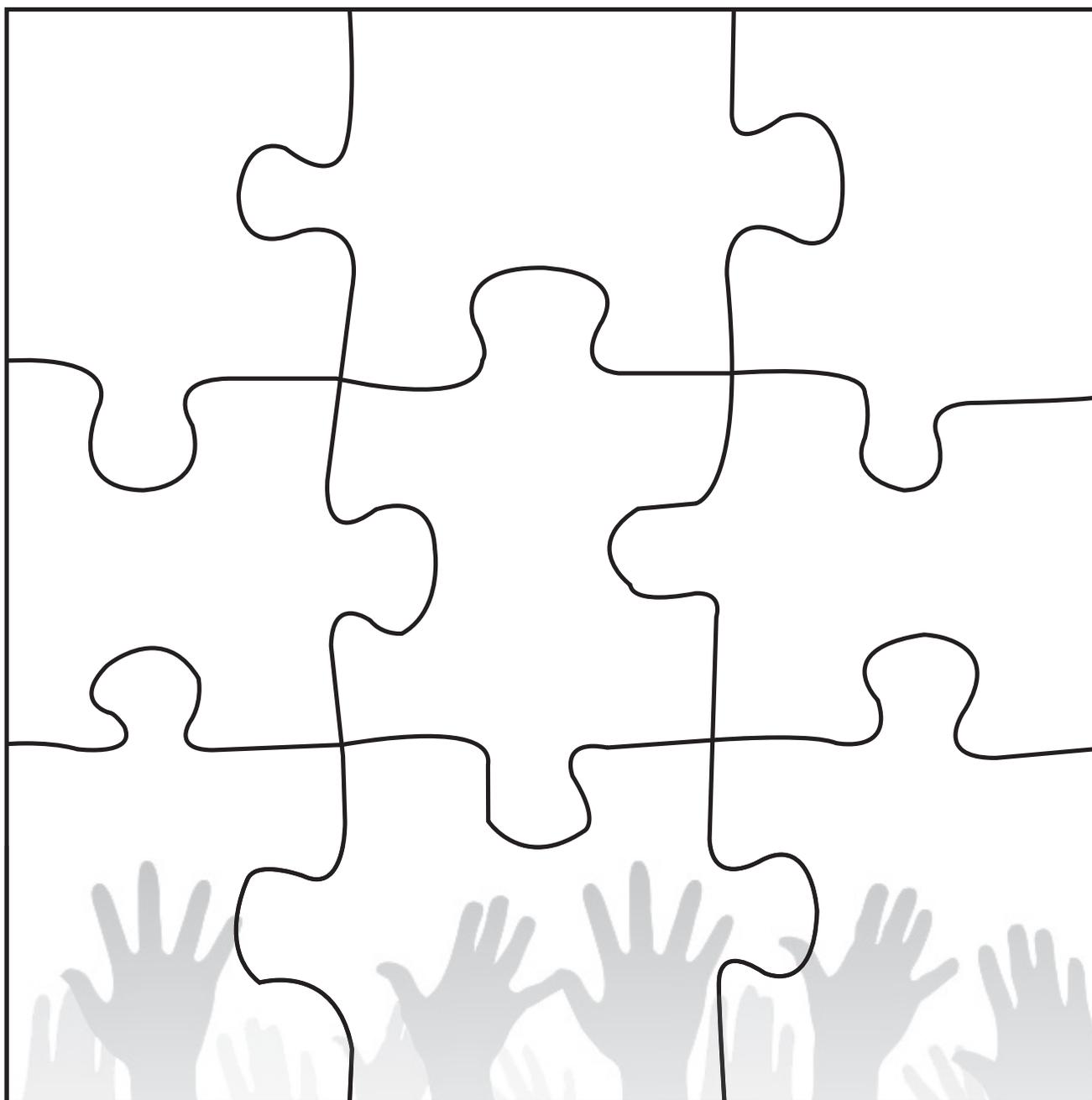




Otro mundo es posible

El país que quiero

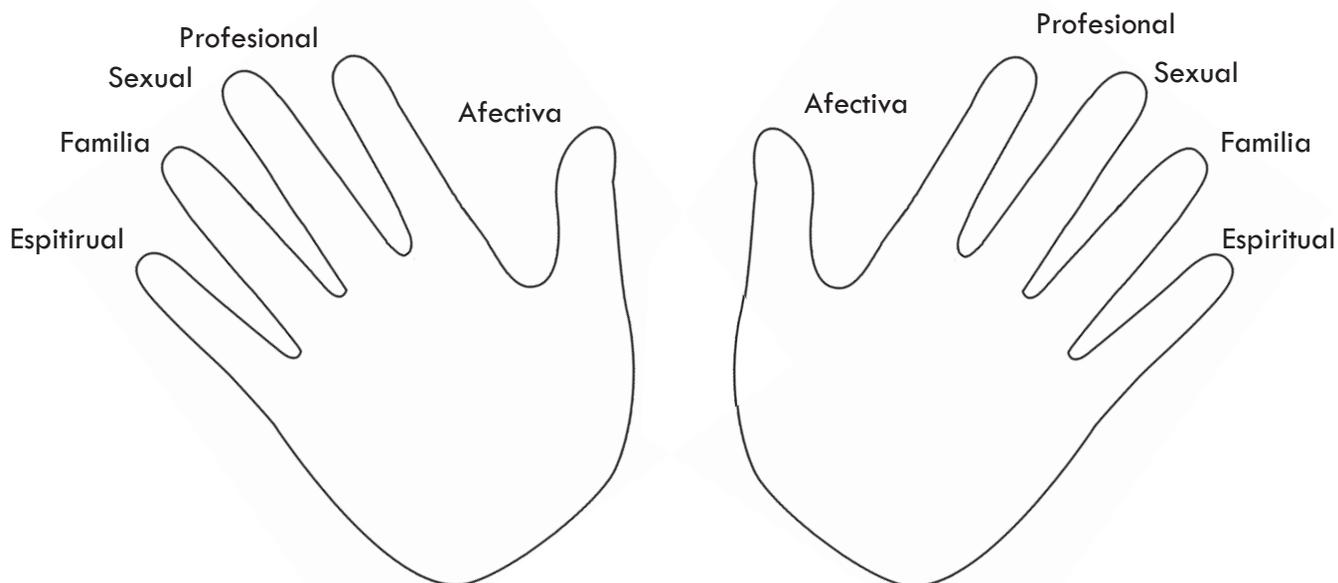
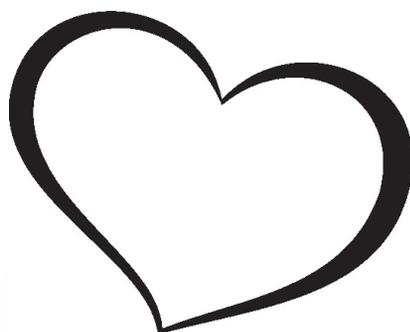
Identificar diferentes realidades del país en las que te gustaría aportar con tu proyecto de vida.



Invitados a celebrar la vida

Estas manos abiertas representan aquello que puedes dar y recibir continuamente como una decisión de permanecer abierto(a) a la vida. Cada dedo simboliza un área de tu vida desde donde Dios quiere llamarte. Te invitamos a escribir en cada área una acción significativa como respuesta al llamado de Dios.

Dios te llama





El propio camino

A partir de ahora podrás guiarte de los puntos dentro de los círculos. Estos te servirán para diseñar tu proyecto de vida.



MI PUNTO DE PARTIDA

Puedes escribir una breve descripción de ti mismo(a) a partir del proceso de autoconocimiento que has tenido a lo largo del taller.





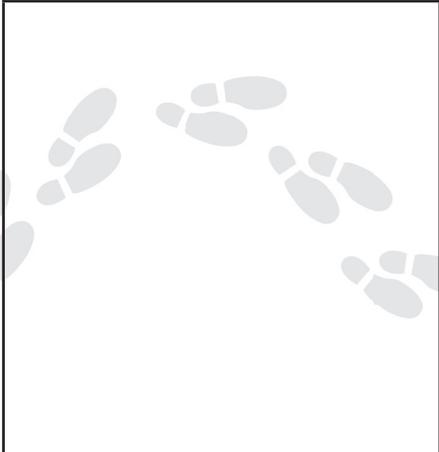
Conocerte es un elemento esencial para poder realizar tu proyecto de vida. Esto te permitirá identificar los diferentes roles o áreas que desempeñas en tu vida, según la escala de valores con la que has trabajado. Cada una de estas áreas componen tu personalidad, definen tus prioridades.



Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

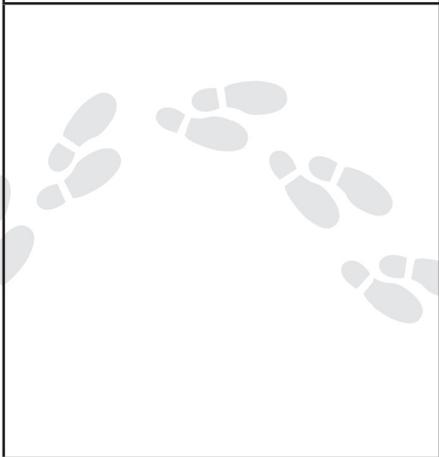
Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

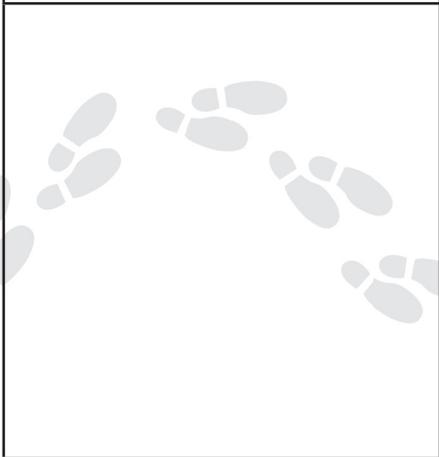
Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

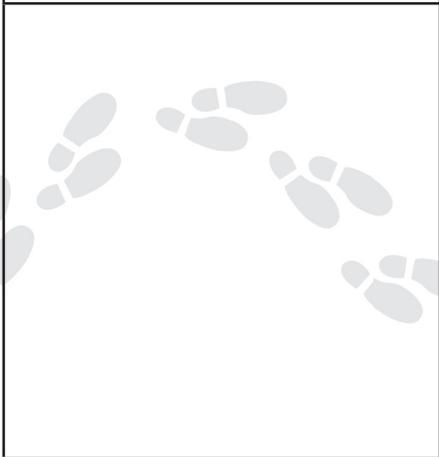
Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

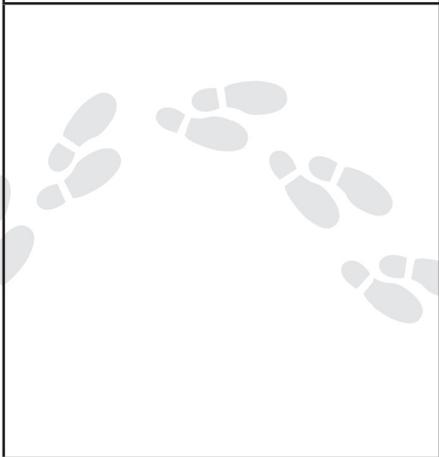
Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

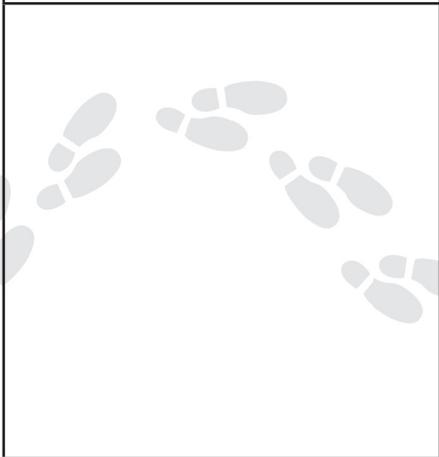
Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación

Área _____

Mis valores

Mis metas

A corto plazo	Mediano plazo	Largo plazo
		

Estrategias: ¿Cómo lo haré?

Evaluación
