



Growth Road Schools

PROPÓSITO DE VIDA

PROPÓSITO DE VIDA

ÍNDICE

- Introducción
- Objetivos
- Contenidos
- Actividades y dinámicas de grupo
- Temporalización
- Conclusiones

INTRODUCCIÓN

En este tema los roaders van a reflexionar sobre cuál es su propósito de vida, saber cuál es su objetivo o meta personal y profesional.

OBJETIVOS

- Descubrir y reflexionar acerca de cuál es mi propósito de vida.

CONTENIDOS

Vídeo 1: ¿Qué espero de la vida?

En este primer vídeo se les propone reflexionar acerca de qué esperan de la vida, y qué espera la vida de ello/as. Su meta o propósito de vida.

¿Qué esperas de la vida?

¿Está cumpliendo la vida contigo?

¿Te ha dado la vida todo lo que esperabas?

¿Qué crees que espera la vida de ti?

Actividad

1. ¿Qué crees que espera la sociedad, el mundo, en definitiva la vida de ti?
2. ¿Qué crees que vas a aportar?

Video 2: Testimonios

En este video tienen la oportunidad de conocer la experiencia real de Pablo, un mago, actor y diseñador gráfico. Cómo ha desarrollado su pasión por lo artístico, combinando la formación necesaria para ello junto a su afición. Habla de aspectos positivos de su elección y también de las renuncias que ello implica, pero a pesar de todo, no lo cambiaría. Ha encontrado su propósito de vida que es entretener y emocionar.

Actividad

1. La actividad de este video será realizar la primera parte de un test sobre intereses y valores

Video 3: ¿Cuál es mi propósito?

En este video los roaders descubren qué es un propósito, dándose cuenta que puede ser algo sencillo. Es eso que te hace levantarte con ilusión cada mañana. Para ello han de descubrir aquellas actitudes necesarias para descubrirlo, como son: Firmeza o constancia para buscarlo, Positivismo, es decir optimismo y esperanza en poder lograrlo y Motivación, que es ese motor interior que nos mueve a seguir a pesar de las dificultades.

Para encontrar el sentido de la vida es necesario descubrir nuestro propósito, aprendiendo de cada experiencia.

Actividad

1. La actividad de este video será realizar la segunda parte de un test sobre intereses y valores
2. Teniendo en cuenta todo lo que has trabajado y descubierto hasta ahora, escribe en presente y afirmativo cuáles crees que pueden ser algunos de tus propósitos de vida. Ej.: Mi propósito de vida es ayudar a los demás.
3. De todo lo que has visto y trabajado, ¿Qué has aprendido? ¿Qué idea práctica te llevas?

ACTIVIDADES Y DINÁMICAS DE GRUPO

Dinámica: Mi proyecto de vida

Mi proyecto de vida	
OBJETIVO Elaborar un proyecto de vida.	
TIEMPO: Duración: 45 Minutos TAMAÑO DEL GRUPO: Ilimitado LUGAR: Aula Normal Un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan escribir.	MATERIAL: Una hoja de trabajo "Mi Proyecto de Vida" para cada participante. Lápiz o bolígrafo para cada participante
DESARROLLO I. El Tutor distribuye a los participantes la hoja de trabajo "Mi Proyecto de Vida". II. El Tutor solicita a los participantes que contesten la hoja de trabajo y les indica que sean concretos y que omitan enunciados demasiado generales o vagos. IV. Terminada la actividad anterior, el Tutor invita a los participantes a que voluntariamente compartan sus proyectos con el grupo. V. El Tutor guía un proceso, para que el grupo analice cómo se puede aplicar lo aprendido a su vida.	

<u>MI PROYECTO DE VIDA</u>		
¿Qué quiero lograr?	¿Para qué lo quiero lograr?	¿Cómo lo lograré?

1.	1.	1.
2.	2.	2.

Dinámica: El Mejor Día de mi Vida.

OBJETIVOS:

- Reconocer los propósitos y motivos que nos movilizan.
- Generar empatía entre los y las integrantes del grupo.

Además de que los alumnos se conozcan mejor entre ellos, esta dinámica favorecerá el descubrimiento de aquello que les apasiona y les hace felices, para que puedan así trasladarlo y dar forma a lo que podría ser su propósito de vida.

Desarrollo

Con la dinámica “el mejor día de mi vida”, los integrantes del equipo podrán identificar sus propósitos y motivos que los movilizan.

El Tutor, les da unos minutos para que recuerden uno de los mejores momentos de sus vidas. Es importante que tomen nota del lugar, los colores, los olores, las emociones y sensaciones que recuerdan del momento.

Para concluir, cada persona narrará al grupo cuál fue el mejor día de su vida dando detalles del mismo y contando por qué fue el mejor día.

Entre todos pueden ayudarse a poner nombre a los propósitos de los demás.

Temporalización

Este tema está pensado para que se realice en una sola sesión de 45-60 minutos. La propuesta es orientativa y depende del grupo y el tutor que acompañe.

Es preciso tener en cuenta que los roaders van a realizar un trabajo de descubrimiento personal y han de tomarse el tiempo necesario para ello, respondiendo de manera sosegada y reflexiva.

Conclusiones

Después del trabajo personal en la plataforma y las preguntas a las que han respondido en grupo, los roaders podrían analizar y comentar la siguiente afirmación:

“¿Tener propósitos? Obvio, partiendo de las fortalezas reales y apoyándose en las propias virtudes. Sí.” Walter Riso.

Tras estas últimas reflexiones tendrían que llevarse la certeza de que hace falta vivir con propósito, con un “para qué” levantarse cada mañana. Seguramente también deducirán que a lo largo de nuestra vida y de nuestro momento vital, existirán diferentes propósitos o evoluciones de los mismos.

Para poder encontrar ese propósito y cómo se traduce en una vocación personal, es necesario un proceso de autoconocimiento sobre todo de nuestros talentos, pasiones y sueños personales. Sin conocerse a uno mismo es muy difícil encontrar nuestro sitio en el mundo. Sin este aprendizaje no podremos tomar una decisión consciente y libre sino que al final la vida decidirá por nosotros.