Semana 3

¿Cómo definir mi plan de vida?

¡Fuera!

"Pregúntate si lo que estás haciendo hoy
te acerca al lugar en el que quieres estar mañana"
Walt Disney

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

En el Módulo 1 trabajas para:

- **Competencia:** estableces en tu plan de vida las competencias (habilidades y destrezas) requeridas para tu desarrollo personal, laboral o profesional.
- **Estándar educativo:** identificas tus características individuales y sociales.
- **Indicadores de logro:**
  - Estableces en tu plan de vida las competencias requeridas para tu desarrollo personal y profesional.
  - Aplicas valores en la elaboración de tu plan de vida.

¿Qué lograrás esta semana?

- Comprender la importancia de tener un plan de vida personal.
- Construir una imagen o visión personal a futuro.
- Definir una misión personal para tu plan de vida.

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Desde mi experiencia

Planes para el éxito

Te presentamos dos historias posibles de la misma persona: Ana. En una de ellas, Ana cuenta con un plan de vida y en la otra, no. Lee con atención:

Ana trabaja en una tienda de productos de consumo diario. Su mamá abrió este negocio hace unos años. Ana atiende a los clientes, cuida a sus hermanos y hace el oficio de su casa. Aprendió a leer y escribir y es muy buena con las cuentas y el control de las ventas. Ana tiene veinte años. Ella dice que está acostumbrada a lo que hace, aunque le gustaría tener un salario para ahorrar. Pero piensa que así es su vida, que así ha sido también la de su mamá. A ellas les va bien con el negocio. Y agradece porque es una oportunidad para ser una persona útil y productiva. Ella no sabe qué otra cosa podría hacer.

Ana trabaja en la tienda de productos de consumo diario que abrió su mamá hace unos años. Ana atiende a los clientes, cuida a sus hermanos y hace el oficio de la casa. Aprendió a leer y escribir y es muy buena con las cuentas y el control de las ventas. Ana tiene veinte años. Piensa que es hora de hacer crecer el negocio porque la ganancia no alcanza para mucho en la casa. Por ello, decide ampliar su negocio y ofrecer otros servicios. Además, ingresó a un curso de computación que están dando en la municipalidad y se graduó con éxito. Entonces, decide pedir un préstamo en el banco para comprar dos computadoras y alquilarlas para uso de internet, ya que muchas personas de su aldea necesitan este servicio. Ana logra pagar el préstamo y ahora espera comprar dos computadoras más. Su hermano también está aprendiendo computación porque hay necesidad de atender a los clientes que llegan a buscarlos. Ana decide seguir estudiando para sacar su bachillerato y llegar a la universidad. Ella sabe que el esfuerzo vale la pena. También participa en el Consejo Comunitario de Desarrollo –COCODE- y ahora se encarga de escribir las solicitudes de proyectos que los vecinos presentan a la municipalidad. Ana decidió trabajar por nuevas metas y buscar nuevas oportunidades para su vida y para su comunidad.

Responde a las siguientes preguntas:

a. ¿Cuál es la diferencia principal entre ambas historias?

_____

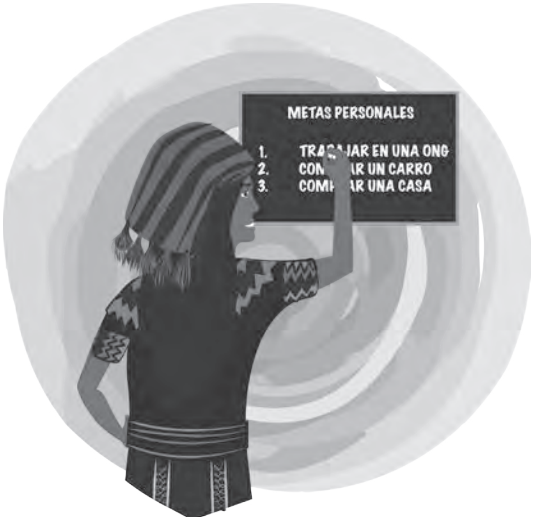
_____

b. Marca con un cheque ✓ las características personales de Ana en la segunda historia:

- ☐ Se siente incapaz de proyectar nuevas metas.
- ☐ Sabe tomar decisiones.
- ☐ Sabe aprender por ella misma y buscar oportunidades para hacerlo.
- ☐ Se resigna con lo que le ha tocado y no busca mejorar.
- ☐ Participa activamente en su comunidad.
- ☐ Tiene un plan de vida que orienta sus decisiones y metas personales.

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Perspectivas y recursos



1. ¿Qué es el plan de vida?

El plan de vida es un **proyecto personal** que orienta las metas que se quieren alcanzar. El plan de vida te indica el camino a seguir en la vida para avanzar hacia tus sueños y no tomar decisiones que te alejen de ellos.

Las personas cambian constantemente; por eso, el plan de vida es **flexible**, es decir, puede ir cambiando a medida que creces y maduras. Lo importante es contar con un plan de vida y revisarlo cada cierto tiempo para que, de forma consciente y responsable, puedas planificar los cambios que sean necesarios.

¿Alguna vez has trabajado sobre tu plan de vida? Si es así, retómalo para perfeccionarlo a lo largo de este Diplomado.

1.1. Elementos que contiene un plan de vida

El plan de vida está formado por los siguientes elementos:

Áreas del plan de vida

Las personas necesitan desarrollarse en muchas áreas. Un buen plan de vida debe abarcar **todos los aspectos de tu ser**. Por ejemplo: no tendría sentido enfocarte en lo familiar y que no tengas metas para el desarrollo profesional.

Las áreas fundamentales del plan de vida son:

- Personal
- Productiva
- Social
- Familiar
- Espiritual

Misión

Expresa lo que te gusta, lo que quieres ser y hacer en tu vida. La misión está basada en tu vocación de vida, lo que te motiva e inspira. Para escribir tu misión, es necesario que fortalezcas tu autoconocimiento, tu autoestima y proyectar tu "yo ideal".

Visión

Refleja exactamente **cómo te quieres ver** a largo plazo en las diferentes áreas de tu vida. Un buen plazo para la visión pueden ser 10 años. Alcanzar tu visión es el gran objetivo del plan de vida. Por eso, dependiendo de la visión que tengas, así serán los objetivos que te tendrás que trazar en cada área del plan de vida.

Metas

Son los objetivos que te marcas en cada área de tu plan de vida. Existen tres tipos de metas:

- **De largo plazo:** objetivos que te marcas en la visión, a alcanzar dentro de un tiempo largo, como 10 años.
- **De mediano plazo:** objetivos que estableces para alcanzar en unos 5 años.
- **De corto plazo:** objetivos que tienes que alcanzar este año.

El plan de vida tiene que contener metas en cada una de las áreas: personal, familiar, productiva, social, espiritual. Si no es así, habrá áreas en las que no te desarrolles.

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Análisis FODA

Es un ejercicio de autoconocimiento que te ayuda a identificar mejor qué fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas tienes para implementar tu plan de vida.

- **Fortalezas:** capacidades y cualidades que tienes y que te ayudarán a lograr lo que te propones. Por ejemplo: tengo experiencia de trabajar y esforzarme y eso me hace no asustarme ante los retos.
- **Debilidades:** defectos o aspectos que debes mejorar para que no te impidan lograr tus metas. Por ejemplo: soy tímido y me quedo atrás cuando hay que tomar decisiones.
- **Oportunidades:** posibilidades que existen en tu entorno que te ayudan a lograr tus metas. Por ejemplo: estudiar en el IGER y llevar el Diplomado Emprender con Éxito me ayudará a mi superación académica, personal y laboral.
- **Amenazas:** riesgos de tu entorno que pueden afectarte para lograr tu plan de vida. Por ejemplo: en mi comunidad me presionan para involucrarme en cosas malas.

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Mi Plan de vida

En las semanas 1 y 2 de este módulo ya has realizado algunos avances en tu plan de vida. Ahora te proponemos comenzar a diseñar un "mapa" más concreto de lo que quieres alcanzar en tu vida. ¡Vamos allá!

Paso 1 Determina tus prioridades

Piensa qué es lo que haces actualmente en cada área de tu vida y qué te gustaría hacer en el futuro. Observa el ejemplo y trabaja tu propio cuadro:

Ejemplo:

Lo que me gustaría hacer en el futuro				
Área	**Lo que hago ahora**	**En 5 años**	**En 10 años**	**¿Qué necesito comenzar a hacer ahora para lograrlo?**
Productiva	Trabajo en servicio doméstico	Tener un trabajo con mejor salario e ingresar a la universidad	Ser una auditora reconocida	Esforzarme en mis estudios y continuar trabajando

Ahora te toca a ti:

Lo que me gustaría hacer en el futuro				
Área	**Lo que hago ahora**	**En 5 años**	**En 10 años**	**¿Qué necesito comenzar a hacer ahora para lograrlo?**
Personal				
Familiar				
Productiva				

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Área	Lo que hago ahora	En 5 años	En 10 años	¿Qué necesito comenzar a hacer ahora para lograrlo?
Social				
Espiritual				

Paso 2 Define tu visión personal

Lee nuevamente los recuadros de lo que deseas ser dentro de 10 años y piensa en lo que has aprendido de ti mismo en este módulo. Con toda honestidad, trabaja tu visión. Completar el siguiente recuadro te ayudará:

	¿Cómo sueño ser en el futuro? ¿Cómo deseo que me vean en el futuro?
Como persona	
Con mi comunidad	
Con mi familia	

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Ahora, escribe tu visión personal en al menos tres líneas. Debe reflejar lo que quieres alcanzar en tu vida.

Visión personal de:

Escribe tu nombre

Paso 3 Define tu misión personal

Recuerda que la misión es lo que te define como persona. Refleja tus cualidades y capacidades y las cosas que nunca quieres perder de ti.

Misión personal de:

Escribe tu nombre

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Autoevaluación

1. Demuestro lo aprendido

a. Relaciona cada concepto con su definición dibujando una flecha:

Plan de vida	Aspectos de tu ser integral como persona.
Áreas del plan de vida	Proyecto personal que orienta las metas que quieres alcanzar.
Misión	Objetivos que te marcas en cada área de tu plan de vida.
Visión	Refleja cómo te quieres ver dentro de 10 años en las diferentes áreas de tu vida.
Metas	Expresa lo que te gusta, lo que quieres ser y hacer en la vida.

b. Escribe cada acción dentro del recuadro del área del plan de vida a la que pertenece. El cuadro se encuentra en la siguiente página:

participar en el COCODE | tocar guitarra | trabajar en educación | tener 2 hijos

ser agradecida y cordial | participar en ceremonias religiosas | hacer un voluntariado

ayudar a mi mamá | especializarme en mi trabajo | compartir mi espiritualidad

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

Personal	Familiar	Productiva	Espiritual	Social

c. Explica en qué consiste cada tipo de meta y pon un ejemplo de cada una basado en tus propias metas:

• Meta de mediano plazo:

Ejemplo:

• Meta de largo plazo:

Ejemplo:

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

2. Aplico mi aprendizaje

a. En las semanas 1 y 2 ya has realizado algunos ejercicios de autoconocimiento. Ahora que has avanzado más en tu plan de vida, te invitamos a hacer tu análisis FODA. Si consideras que es muy difícil analizarte, también puedes consultar y preguntar a tu familia y amigos para que te apoyen.

Utiliza internet para conocer más sobre cómo elaborar tu FODA personal y ver algunos ejemplos. Puedes encontrar un ejemplo en la página de "Mi Carrera Laboral". Publicado en Marketing personal el 23 de enero de 2008 en el siguiente link: https://goo.gl/7nguHV

Fortalezas	Debilidades
Oportunidades	Amenazas

Analiza los resultados de tu FODA y responde las preguntas:

- ¿Qué harás para mejorar en tus debilidades? Escribe una acción concreta.

_____

_____

- ¿Cómo evitarás las amenazas? Escribe una acción concreta.

_____

_____

- ¿De qué manera puedes aprovechar al máximo las oportunidades de tu entorno? Concreta lo más posible.

_____

_____

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.

3. Reflexiono sobre mi aprendizaje

a. Marca con un cheque ✓ la casilla que mejor refleja tu alcance de cada logro:

Excelente Bien Necesito mejorar

	Aspectos a evaluar	☺	☺	☹
Después de estudiar	Comprendo la importancia de tener un plan de vida personal.			
	He construido mi visión personal.			
	He definido mi misión personal			

Vuelve al contenido de la semana y repasa los temas relacionados con los logros que no has alcanzado satisfactoriamente.

b. Completa la tabla escribiendo, al menos, dos elementos en cada columna:

Sobre los contenidos de esta semana...		
¿Qué sabía?	¿Qué aprendí?	¿Qué dudas me quedan?

No olvides consultar tus dudas en el círculo de estudio hasta asegurarte de que las hayas resuelto.

c ¿Cómo aplicaré en mi vida lo que he aprendido esta semana? Escribe dos ideas concretas.

© Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica, IGER
© Asociación de Servicios Educativos y Culturales, ASEC
El material es para uso educativo no lucrativo.