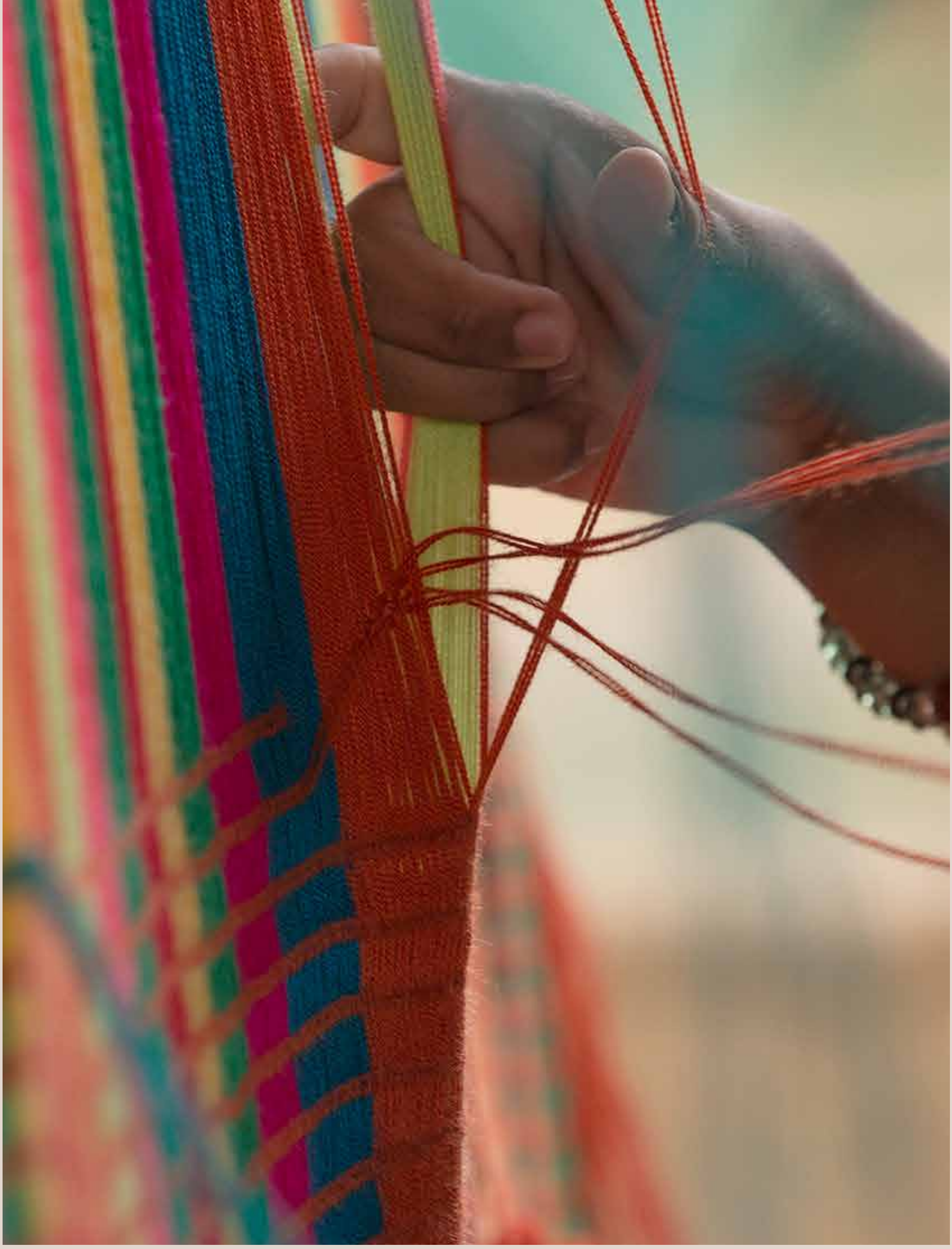

Planes y proyectos de vida

Green Power

artesanías de colombia

Contenido

1. Planes y proyectos de vida

2. Actividad

1. Planes y proyectos de vida

Un plan o proyecto de vida es un instrumento que se construye para ayudarnos a crear y/o definir los propósitos que guían nuestro desarrollo personal. Cuando pensamos el plan o proyecto de vida a nivel grupal estamos creando un futuro que nos empodera y que nos ayuda a crear una comunidad fuerte y unida.

2. Actividad

Representar la línea de vida o línea de tiempo. Es una técnica gráfica que nos permite revisar el trayecto de vida a nivel personal.
Para este ejercicio debemos mirar hacia adentro de nuestras vidas, haremos un autoanálisis y pondremos los logros alcanzados en nuestros pasos por la vida y los ubicaremos en una línea de tiempo que dibujaremos. Podemos disponer los sucesos de esta manera:

- Nacimiento a la actualidad: Los logros alcanzados
- Fecha actual a futuro cercano: Las metas

Para llegar a pensar en esto debemos realizar un viaje imaginario hacia adelante, podemos relajarnos profundamente para pensar en cómo nos imaginamos en unos años. Pensemos en cómo nos sentimos, qué estamos haciendo, qué metas estamos cumpliendo y cómo las artesanías son una posibilidad de realización en nuestro proyecto.

- Hacer la línea de tiempo individual y grupal.