

Seminario - Taller Proyecto de Vida



Presentación

Un **proyecto de vida**, es el camino que una persona se traza para alcanzar su realización personal en sus diversas facetas y roles a lo largo de su vida. Este proyecto le da un sentido a su vida y le marca un determinado estilo, en el obrar, en las relaciones interpersonales y en el modo de ver la vida.

En este curso se proporcionan a los participantes mediante dinámicas de introspección, las herramientas necesarias para evaluar sus condiciones de vida pasada y actual, así como para definir sus expectativas de futuro enmarcadas en un proyecto de vida.

Objetivos

Al finalizar el curso, las y los participantes estarán en condiciones de:

- ❖ Definir un proyecto de vida en condiciones reales.
- ❖ Generar un proceso reflexivo sobre las expectativas reales en su vida, de acuerdo a sus fortalezas, debilidades y a las oportunidades y amenazas de su entorno.
- ❖ Fortalecer la autoestima, valores y principios.

Contenido

- 1. Nuestra vida.** La ley de la vida y sus repercusiones en la realización personal. El árbol de la vida y el análisis FODA personal.
- 2. Sueños, anhelos y propósitos.** ¿Qué quiero? La importancia de clarificar y priorizar nuestros sueños.
- 3. El proyecto de vida.** Las seis áreas claves del éxito personal: la salud, la profesión, la familia, las finanzas, la espiritual y la comunitaria.

Duración

Este curso está diseñado para ser impartido en 4 horas de capacitación y está dirigido a personal de cualquier nivel en la empresa.

Requerimientos de parte de la empresa

- ❖ Designar una persona enlace con el instructor, que esté pendiente del desarrollo del curso.
- ❖ Disponer (20 minutos antes de iniciado y durante se desarrolla el curso) de un salón privado, limpio, ordenado, ventilado, e iluminado y con mobiliario apropiado.
- ❖ Contar con los manuales y materiales listos antes de iniciar el curso.
- ❖ Convocar no menos de 15 pero tampoco no más de 20 participantes.
- ❖ Si pasan 15 minutos después de la hora prevista de inicio y no están los convocados, el curso se cancela.
- ❖ Disponer de una extensión eléctrica de al menos 6 pies, con tomacorrientes para 110 voltios.
- ❖ Disponer de una mesa rígida disponible para instalar el equipo de proyección y demás materiales a usar.
- ❖ Permitir un receso de hasta 15 minutos por cada dos horas de instrucción.
- ❖ Contar con un baño para uso del facilitador y los participantes.
- ❖ Asegurar la disponibilidad de Equipo de Proyección y audio (Datashow, parlantes).
- ❖ Llenar los listados de participantes del curso previo al inicio del mismo. Entregar al inicio al instructor una original sin errores y conforme el formato de PROCINCO. Si hubiesen errores, la empresa es responsable de su corrección.
- ❖ Disponer de una Pizarra acrílica o Papelógrafo.
- ❖ Disponer de marcadores rotuladores para escribir los nombres de los participantes.
- ❖ Presentar al facilitador frente a la audiencia en cada curso impartido.
- ❖ Indicar (al momento de iniciar) la rutas de evacuación en caso de una emergencia.