



# Ser, hacer y Tener

¿Como puedo encontrar y  
potenciar mi proyecto de vida?  
(SDC)

# ¿QUÉ ES MI PROYECTO DE VIDA?



Mi proyecto de vida es, darle forma a ese concepto mental de lo que es una “vida” ideal.

**Para lograrlo necesitamos lo siguiente:**

- Necesitamos encontrar el significado a este viaje que conocemos como “vida”.
- Necesitamos encontrar la razón que justifique el enfrentar día a día a los retos de esta experiencia.

NATIONAL  
GEOGRAPHIC  
MAGAZINE

**7** BILLION  
How your world will change

“ERES UN SER ÚNICO”

ESTO TE HACE ESPECIAL

- Hay aproximadamente 7 billones de habitantes en nuestro planeta y cada uno es diferente.



# ¿DONDE “ENCAJO” YO?

## MOVIMIENTO GENERACIONAL

- Generación Interbellum (1900 -1913) Entre 120 -107 años
- Generación Grandiosa (1914 -1924) Entre 106 - 96 años
- Generación Silenciosa (1925 -1945) Entre 95 - 75 años
- “Baby Boomers” (1946 -1964) Entre 74 - 56 años
- Generación X (1965 -1981) Entre 55 - 39 años
- Generación Y/E/M (1982-1994) Entre 38 - 26 años
- Generación Z (1995 -2004) Entre 25 - 16 años
- Generación Digital (2004-Presente) Entre 16 - 0 años

# Eres la generación que mas retos ha vivido en muy corto tiempo.



1. Desastres naturales.
2. (2) crisis económicas de grandes proporciones.
3. Un levantamiento social de impacto.
4. Una pandemia única en 100 años.
5. Una escases sostenida de oportunidades.
6. Una visión social que quiere ser extremadamente políticamente correcta.
7. Una perdida sostenida de libertades.
8. Un desarrollo tecnológico difícil de asimilar.
9. Derivación negativa influenciada por un mundo "híper-comunicado".
10. Exceso de información.
11. Trastoque de valores.
12. Confusión individual.

# SI SUPIERAS QUE PASE LO QUE PASE NO VOY A FRACASAR; ¿QUÉ HARÍA?

1. ¿Que te entusiasma.?
2. ¿Que te apasiona?
3. ¿Porque experiencia estarías dispuesta a pagar el máximo precio?
4. ¿Como quisieras que te recordaran?
5. ¿Cual seria tu epitafio si tu lo escribieras?



# TU PROYECTO DE VIDA “IN A NUT SHELL”

1. ¿Quién fuiste?
2. ¿Cómo viviste?
3. ¿Qué disfrutaste?
4. ¿Qué aportaste?
5. ¿A quién impactaste?
6. ¿Qué lograste?
7. ¿Qué huella dejaste?
8. ¿Quiénes te extrañarán?
9. ¿Quiénes te imitarán?
10. ¿Qué imitarán de ti?
11. ¿Cómo te recordarán?



## 3 PREGUNTAS QUE NOS HEMOS HECHO.



1. ¿QUE SOY?
2. ¿QUIEN SOY?
3. ¿PARA QUE SOY?



# Planifica

- Ordena los pasos lógicos de tu proyecto de vida.

## GUIA PROYECTO DE VIDA -

### EL ARBOL DE LA VIDA



**Dimensión  
física**

**Dimensión  
social**

**Dimensión  
espiritual**

**Dimensión  
cognitiva**



**Dimensión  
comunicativa**

**Dimensión  
estética**

**Dimensión  
emocional**

**Dimensión  
ética**

Manejamos muchas  
dimensiones dentro  
de nuestra  
existencia.

# Descubre tu ikigai.

- ¿En que soy bueno?
- ¿Qué me apasiona?

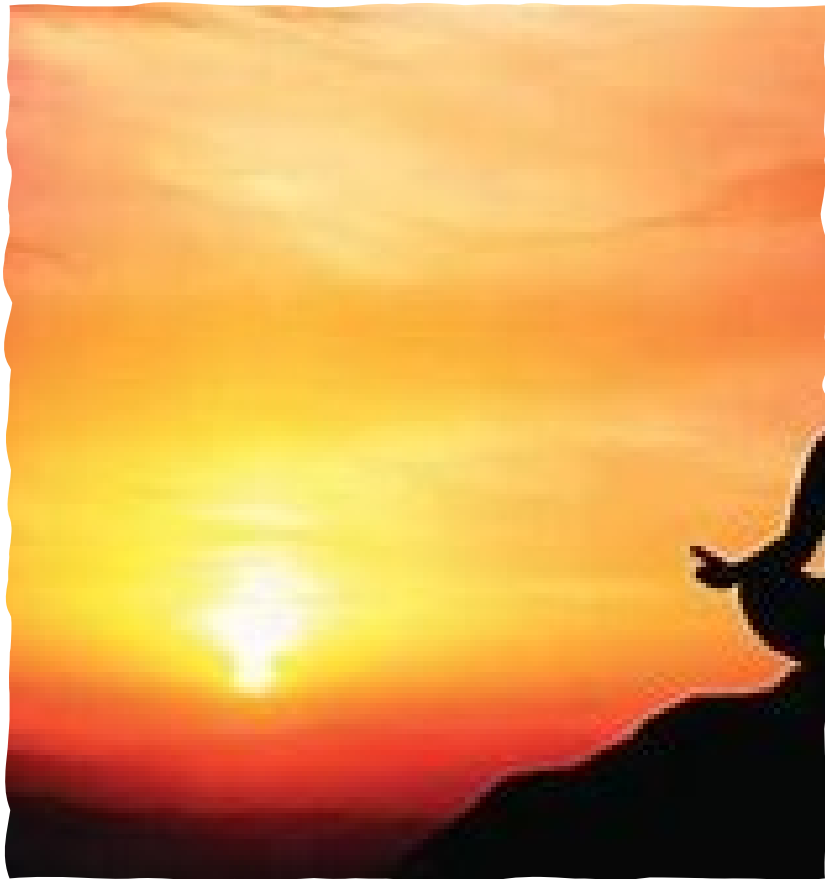
## **Dentro de estos 2 conceptos:**

- ¿Porque actividad me pagarían?
- ¿Que necesita la sociedad que yo puedo proveer?
- Revisa tu trayectoria y como la puedes optimizar.



# Medita

---



- Piensa en lo que piensas.
- Evalúa que pensamientos tienes con regularidad.
- Cuales te edifican y cuales te atrasan.

# Explora

---



- Que cosas te llaman la atención que no has tratado.
- Enriquece tu vida.

# Reevalúa tu proyecto de vida.

---



- Tu vida hoy es el resultado de las decisiones que tomaste en el pasado.
- ¿Eran las adecuadas?
- ¿Tus intereses han cambiado?
- ¿Hay personas nuevas en tu vida que influyen en tus decisiones?
- ¿Cuáles son tus intereses puros?



LOGO VIEJO



LOGO NUEVO

Rediséñate

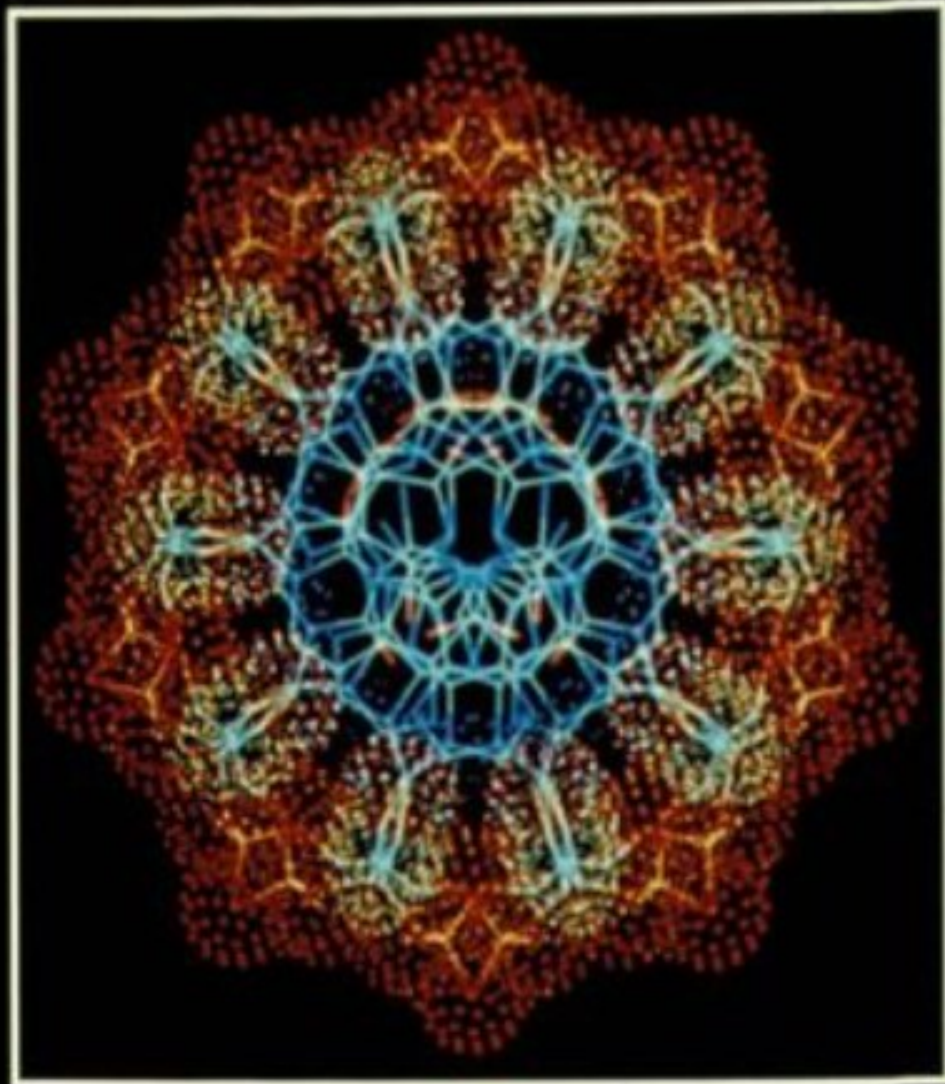
**Las decisiones que tomas hoy le darán dirección a tu vida desde hoy.**

**Hoy es un nuevo día con nuevas oportunidades.**

**El día de ayer se acabó a las 11:59 pm.**



**Rose Window, York Minster**  
(Photograph by C.J. Bassham)



**View Along the Axis  
of the  $\beta$  DNA Double Helix**  
(Courtesy of Dr. R. Langridge)