





## Sesión 1.8 Intereses y aptitudes

“...transformaos por la renovación del entendimiento.” (Ro. 12.2)

### Reflexión bíblica

Un ministro de la palabra contó una vez que cuando era un niño solía pensar en muchas cosas de la vida, era un pequeño filósofo que siempre se estaba haciendo preguntas sobre diversas cosas que percibía de la vida y de lo que llegaría a ser en la vida, solían hablar de él diciendo que era un pequeño viejito. Esta ilustración nos lleva a pensar que desde que venimos a este mundo nos hacemos muchas interrogantes, los niños son muy acuciosos y preguntan cosas que los adultos no sabemos cómo responder, bien dijo Jesús que debemos hacernos como niños para entrar al reino de Dios, esto es volver a nuestros primeros pasos e ir descubriendo aquellas cosas que nos proyectaban para llegar a realizar nuestros sueños.



Ahora en Jesús, necesitamos ir renovándonos nuestra mente, no amoldándonos a las circunstancias de la vida sino proyectándonos a aquello que es nuestro sueño y objetivo de vida, solo necesitamos un cambio de mentalidad, no quedarnos en aquello que hacemos y que creemos que así será siempre, el mundo está en constante cambio y en paralelo es nuestro desafío ir más allá de los cambios que se producen en la sociedad, solo que no nos moldeemos a esos cambios sino que podamos producir los cambios a partir de nuestra relación con Dios y aplicándolo a los cambios de la vida según los propósitos de Dios. Nuestras motivaciones y nuestros sueños que se van revocando los podemos hacer realidad en nuestro futuro.

En esta sesión los jóvenes exploran cuáles son sus principales motivaciones y sueños que le ayudan construir su primer bosquejo de plan de vida.

Posiblemente esta sesión se divida en dos, usted como facilitador debe estar atento a las señales del grupo, esta guía le indicará donde es recomendable parar si es necesario, pero es importante respetar el ritmo de trabajo del grupo de jóvenes.

### Objetivos de la Sesión

#### Objetivo general

Planificar mi futuro basado en mis aspiraciones personales y considerando todas mis fortalezas y valores.

#### Objetivos específicos

#### Notas para el Facilitador:

Esta sesión puede tener variaciones en función de si trata de un grupo Youth Ready dentro del sistema educativo o fuera de él, también del nivel educativo en el que se encuentran. Hay actividades que son más recomendadas para ciertos grupos. Por ejemplo, el test de intereses vocacionales y profesionales es más útil para jóvenes que cursan el 9no grado o 11vo grado (o el grado correspondiente en cada país que lo habilita para la educación media o superior)

Para un grupo que se encuentre fuera del sistema educativo se ha diseñado una sesión especial que incluye la visita a Centro Vocacional, que no sería muy recomendable a jóvenes que se encuentran estudiando actualmente.

- Proyectar desde la revisión de nuestro pasado los sueños para nuestro futuro.
- Identificar fortalezas y valores que le permitan valorizar con un enfoque positivo sus capacidades.
- Identificar intereses profesionales y vocacionales basados en mis capacidades y lo que me gusta hacer
- Elaborar un plan de vida con la información recopilada a través de esta sesión y de sus experiencias adquiridas en el programa.

## Introducción

- **Tiempo:** 5 minutos
  - **Materiales Requeridos:** Cartel de la Sesión.
1. Inicie la sesión dándole la bienvenida a los jóvenes
  2. Hable con ellos sobre la importancia que tiene el que puedan empezar a trazar un plan de vida, basado en sus sueños, sus fortalezas y las oportunidades que existen en sus comunidades. Haga énfasis que el plan de vida no es algo que se hace una vez en la vida, sino que cambia constantemente, esto les ayudará a tomar una de las decisiones más importantes de su vida: continuar sus estudios hacia el nivel técnico/superior, ingresar al mercado laboral, emprender un negocio o una combinación de algunas de las opciones.
  3. Lea los objetivos de esta sesión y explique que se realizarán actividades que contribuyan a orientarlos en esa decisión.

## Actividad 1.8.1: Lo que me mueve: ¡Soñando mi Futuro!

- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Objetivo:** Proyectar desde la revisión de nuestro pasado los sueños para nuestro futuro.
- **Materiales Requeridos:** Hoja de trabajo, periódicos, revistas.
- **Habilidades Fortalecidas:** Fijar metas y objetivos

### Descripción

Esta actividad consiste en un ejercicio de introspección para ver un poco nuestro pasado y aspiraciones y proyectarnos en el futuro, todo el ejercicio está orientado a un trabajo personal, pero con el apoyo de todo el grupo.

### Paso a paso

1. Los jóvenes ahora iniciarán un viaje emocionante hacia el pasado, hacia cuando ellos eran muy pequeños y recuerden lo que querían ser cuando fueran grandes.

2. El facilitador propone a los jóvenes que se formen en pareja que compartan alrededor de estas preguntas:
  - ¿Cuál era su trabajo soñado? (Ejemplo, policía, maestro, piloto, etc.)
  - ¿Por qué razones soñaban con ese trabajo?
  - ¿Han cambiado sus sueños hoy en día? ¿Por qué?
3. Pida que luego que cada uno en su hoja de trabajo, escriba el camino para llegar al sueño que tenían en la infancia “¿Qué pasos tenían que dar?”.

### Reflexión y discusión

Pida que en pequeños grupos compartan las siguientes preguntas:

- ¿Cuándo eran pequeños, se habían dado cuenta de que era necesario planear pasos para llegar a su sueño?
- ¿Cómo se sienten? ¿Qué han aprendido en este momento y que van a usar en el futuro?

### Actividad 1.8.2: Lo que tengo/ lo que necesito

- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Objetivo:** Identificar fortalezas y valores que le permitan valorizar con un enfoque positivo sus capacidades.
- **Materiales Requeridos:** Hoja de trabajo, asegurar que el participante tiene disponibles sus fortalezas descritas en la sesión “¿Quién soy Yo?” del primer módulo.
- **Habilidades Fortalecidas:** Mantener una auto identidad positiva

### Descripción

Se pretende con esta actividad que los jóvenes revisen desde una perspectiva positiva lo que ellos son destacando concretamente las fortalezas y los valores que les dominan, so forma de ser con este enfoque ayudara en las actividades futuras para visualizar opciones laborales o de estudio.

### Paso a paso

#### Revisión de mis Fortalezas y Valores

1. Durante el módulo 1, se trabajó un cuadro de fortalezas; Pida a los participantes que lo revisen, seguramente hay cambios en este momento y eso es bueno, los participantes deben de escribir sus fortalezas y agregar sus nuevas fortalezas que han identificado; al igual, en el cuadro de valores cada participante identifica sus valores (en el hoja de trabajo se adjunta una lista de fortalezas y valores en una sopa de letras, pueden colocar otras opciones que no estén en esta lista).

| Fortalezas                           | Valores   |
|--------------------------------------|---|
| Recomendable tener 5 a 7 fortalezas: | Recomendable tener una lista entre 5 a 7 valores: |

2. Divida a los jóvenes en grupos de hasta 5 personas, aunque inicialmente trabajan individualmente habrá un momento para compartir entre ellos.
3. Cada uno realiza la sopa de letras de su cuaderno trabajo.
4. Cada uno de los participantes va a llenar el cuadro con sus **fortalezas**; Las fortalezas son aquellas **características positivas** personales que te permiten lograr tus objetivos y sueños. En la sesión ¿Quién soy Yo? los participantes identificaron algunas de sus fortalezas, éstas pueden ser complementadas con alguna fortaleza adicional identificada en el listado de referencia.
5. De la misma forma que identificaron sus fortalezas identificarán sus valores, los valores son aquellos principios sobre los cuales se define su comportamiento como individuos, pueden apoyarse del listado de referencia.
6. Después de haber completado la lista de fortalezas y valores, cada participante de grupo compartirá fortalezas y valores (1 o 2 de C/U) que puede ver en cada uno de sus pares en el grupo.

Permita que cada participante se sienta de manera cómoda y con privacidad, este es un ejercicio personal en principio, vuelva a repetir las definiciones de fortalezas y valores, Indique que este ejercicio no lo van a compartir, pero es importante que puedan ser honestos consigo mismos.

Al momento de dar las definiciones camine por todo el espacio, sin acercarse a los participantes, pero éste atento por si alguno de ellos requiere ayuda.

### Reflexión y discusión.

Al final del ejercicio realice las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se siente al reconocer fortalezas y valores?, ¿Cómo se sientes con los cambios que han logrado hasta el día de hoy?
- ¿Cómo se siente al escuchar la opinión de sus pares acerca de sus fortalezas y valores sobresalientes?
- ¿Creen que es útil esto? ¿Por qué?

## Solución de la Sopa de Letras

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   |   |   |   | D | I | L | I | G | E | N | C | I | A |   |   |   |
|   |   | H |   |   |   |   | N | R | O | M | A |   |   |   |   | N |   |   |
| P | R | U | D | E | N | C | I | A |   |   | N |   | A |   |   | O |   |   |
| E |   | M |   |   |   | C |   |   |   | I |   | I |   |   | I |   | P |   |
| R |   | O |   |   |   | I |   |   |   | L |   | C |   |   | C |   | U |   |
| S | D | R |   | D |   | A |   |   |   | P |   | N |   |   | A |   | N |   |
| I |   | A |   | U | I | N | T | E | G | R | I | D | A | D |   | C |   | T |
| S |   |   | D | T |   | I |   |   |   | C |   | R |   |   | I |   | U |   |
| T |   |   |   | I |   | V |   |   |   | E | S | P | E | R | A | N | Z | A |
| E |   |   |   | T | T | A |   |   |   | I |   | L |   |   | U |   | L |   |
| N |   |   |   | A | S |   |   |   |   | D |   | O |   |   | M |   | I |   |
| C |   |   |   | R |   | R | E | S | P | E | T | O | T |   |   | O |   | D |
| I |   |   |   | G |   |   |   | N |   |   | J | U | S | T | I | C | I | A |
| A | A | I | C | N | A | R | E | L | O | T |   |   |   |   |   |   |   | D |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | H |   |   |   |   |   |   |   |   |

### Actividad 1.8.3: Explorando mi potencial. Lo que podemos llegar a ser.

- **Tiempo:** 40 minutos.
- **Objetivos:** Identificar intereses profesionales y vocacionales basados en mis capacidades y lo que me gusta hacer
- **Materiales Requeridos:** Hojas de trabajo, Rotafolio, marcadores. Hojas con información de la oferta educativa de su localidad.
- **Habilidades Fortalecidas:** Autoconocimiento, identificar mi perfil profesional

#### Descripción

Esta actividad consiste en un ejercicio auto-análisis que cada participante debe desarrollar apoyándose en un test de identificación de intereses profesionales y vocacionales en el Hoja de trabajo. Estos le conducen gradualmente a la identificación de opciones laborales acordes a sus intereses personales. Estas opciones son unas primeras aproximaciones que tienen más fines didácticos para los ejercicios subsiguientes. No obstante, es importante que los jóvenes lo realicen con seriedad y que hagan una reflexión a conciencia sobre lo que quieren ser en el futuro. Es probable que algunos jóvenes ya tengan una idea más clara sobre su futuro y este ejercicio ayudará a reforzar esa idea.

**Sugerencia:** En lugar de utilizar el test que aparece en el hoja de trabajo puede solicitar la colaboración de profesionales de psicología o de universidades que colaboren en la aplicación de test más próximos al contexto de cada país y a su oferta educativa.

### Paso a paso

1. Explique a los jóvenes que identificar la motivación es más fácil que identificar nuestros intereses o áreas afines.
2. Nuestras áreas afines nos ayudan a decidir si queremos tener una profesión, un oficio, un negocio o incluso una combinación.
3. Pida a los jóvenes que se hagan las siguientes preguntas y de un tiempo para que las anoten en su cuaderno.
  - ¿Qué es lo que realmente me gusta hacer?
  - ¿Qué me imagino haciendo en el futuro?
  - ¿Qué necesito saber para tomar una decisión?
4. Explique que para facilitar responder esa pregunta pueden realizar el test que se encuentra en sus hojas de trabajo.
5. Explique las instrucciones para el llenado correcto del test y aclare todas las dudas que los jóvenes tengan al respecto
6. Al finalizar pídale que escojan las dos áreas de su preferencia.

### Ilustración

Si yo cambiara

Si yo cambiara mi manera de pensar hacia otros me sentiría sereno.

Si yo cambiara mi manera de actuar ante los demás, los haría felices.

Si yo aceptara a todos como son sufriría menos.

Si yo me aceptara tal como so, quitándome mis defectos, cuanto mejoraría mi familia, mi ambiente.

Si yo comprendiera plenamente mis errores, sería humilde.

Si yo encontrara lo positivo en todo, la vida sería digna de ser vivida.

Si yo me diera cuenta de que, al lastimar a otro, me lastimo a mí mismo.

Si yo criticar menos y amara más....

Si yo cambiara .... Cambiaría el mundo.

### Discusión y Reflexión:

Antes de iniciar con la reflexión, es importante aclarar con los participantes que este o cualquier test que realicen no es lo que va a definir quiénes van a ser ellos en el futuro, estas pruebas son sólo herramientas que les permiten a ellos tener mayor información para que tomen una mejor decisión.

- ¿Les resultó fácil identificar sus áreas de interés?
- ¿Descubrieron algo que no sabían de ellos?

- ¿Cómo se siente en este momento?

### Actividad 1.8.4: Elaborando el primer plan hacia mi futuro soñado

- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Objetivos:** Elaborar un plan de vida con la información recopilada a través de esta sesión y de sus experiencias adquiridas en el programa.
- **Materiales Requeridos:** Hojas de trabajo,
- **Habilidades fortalecidas:** planificar de forma sistemática.

#### Descripción.

Cada participante ha podido tener un acercamiento a sus fortalezas y valores; ha podido ver cuáles son sus áreas de interés y, recordó los sueños que tenía cuando era pequeña/pequeño. Pero eso no es todo, en todo su camino por el programa ha podido irse conociendo más, ha platicado con sus mentores de sus avances. Ahora es el momento de realizar tu primer plan personal, es importante que consideres dos cosas: una que debes compartirlo con tu mentor y otras personas de confianza; y dos, que este es un documento que debes revisar y modificar, ya que la vida cambia constantemente. Brinde 20 minutos para este ejercicio.

#### Paso a paso

1. Empieza compartiendo con el grupo la siguiente frase:  
*"Da tu primer paso con fe, no es necesario que veas toda la escalera completa, solo da tu primer paso" -- Martin Luther King Jr.*

Todo logro o éxito, tiene principio en la realización de los deseos más profundos de tu vida. Y es ahí donde muchos al establecer su plan de metas, o las famosas conocidas propósitos de fin año, enfocan sus esfuerzos a la realización de pequeños objetivos que ofrecerán placeres temporales.

El buen resultado de ello, no dependerá de la información que le estamos suministrando, de lo único que dependerá será de la **ACCIÓN** que tomemos y aplicación que le demos a la información que estamos obteniendo.

Hacer un plan personal enfoca a futuro qué es lo que quieres tener, con quien lo vas a compartir, donde quieres estar, cumpliendo tus objetivos paso a paso, considerando tus posibilidades y sucesos de la vida diaria, tal vez con la familia, en tu entorno social y laboral.

Te permite establecer y programar los tiempos en las diferentes etapas de la vida, conforme se va creciendo y de acuerdo a las necesidades, planeado conforme al ciclo de vida.

(Team Success. 2007)

2. Explique ampliamente las instrucciones para el llenado del formato mi plan personal, aclarando que este documento tiene una trascendencia en la vida de cada uno ya que puede ser el punto de partida para el logro de sueños.



3. Revise que los jóvenes están llenando correctamente el documento y sugiera ajustes si corresponde.

### Reflexión y Discusión

Dele al grupo un espacio para discutir las siguientes preguntas en plenaria.

- ¿Cómo se sienten al poner por escrito sus planes para los siguientes 5, 10 años?
- ¿Qué esperan que sus mentores les puedan ofrecer al retroalimentar este ejercicio?
- ¿Este ejercicio les ha ayudado a definir lo que buscan en el futuro?

### Aplicación

La vida es un constante cambio, pero a la vez el hombre se va conformando a sus tradiciones y a repetir aquellos que aprendió, si no nos aplicamos para cambiar aquello que impide el seguir adelante y extendernos hacia el futuro con sueños y dedicación para ser un agente de cambio, seremos como seres en proceso vegetativo. Hemos sido hechos para forjar vida y emprender tareas que produzcan cambio en nuestra vida y en la de los demás.

Grandes hombres que cambiaron el mundo fueron preparados para un mundo mejor, fueron visionarios, de estos tenemos ejemplos en la Biblia, que se propusieron seguir los propósitos de Dios y seguir aquellos sueños que parecían irrealizables, Abraham, José, Elías, Isaías, Ezequiel y otros más que tuvieron una visión clara y consiguieron realizar aquello para lo cual fueron creados, tú también puedes lograr tu realización cumpliendo aquellas cosas que Dios ha puesto en tu corazón.

### Cierre

- **Tiempo:** 5 minutos
- **Materiales Requeridos:** Cartel para la Sesión

1. Muestre una vez más el cartel con los objetivos de la Sesión y léalos en voz alta. Pregúntele al grupo si ellos completaron todos los objetivos de las sesiones.
2. Pídale a 2 o 3 voluntarios que compartan los que a ellos les pareció más interesante o más importante de la Sesión.

Por último, insista en que compartan con sus mentores los ejercicios realizados en este día.