

"Una meta no siempre está destinada a ser alcanzada; a veces sirve simplemente como algo a lo que apuntar".
—Bruce Lee

PROYECTO DE VIDA

es un plan personal a largo o mediano plazo que se piensa seguir a lo largo de los años. Se diseña con el fin de cumplir determinados objetivos o metas concretas y se basa en gustos personales, valores o habilidades. Muchas personas fijan su proyecto de vida con base en una carrera universitaria, un trabajo, una pareja o formar una familia

Objetivos de un proyecto de vida

- Define objetivos y metas claras para **tomar decisiones** acertadas.
- Devela y deja asentado aquello que la persona quiere para su vida.
- Busca el desarrollo del **autoconocimiento y autogestión**.
- Acerca herramientas para lograr las metas personales.



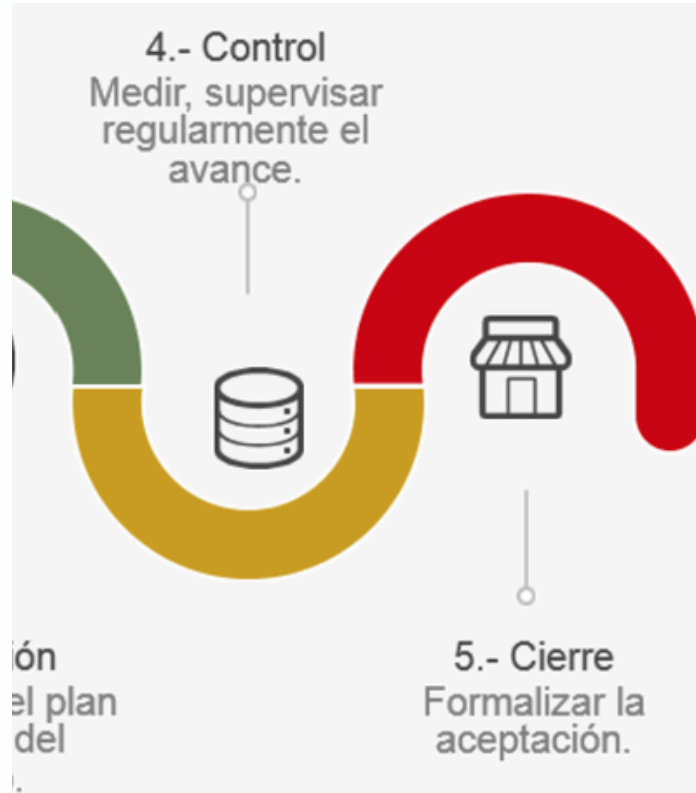
ESE HOSPITAL SAN FRANCISCO DE VIOTÁ



—Profesionales en Humanidad—



- Permite descubrir gustos personales, valores y habilidades.
- Alinea las decisiones del individuo con su verdadero ser.
- Permite visualizar un futuro. ¿Cómo quiero ser? ¿Dónde quiero estar? ¿Con quién?
- Focaliza la energía del individuo en lo que quiere alcanzar.



AUTOCONOCIMIENTO

El autoconocimiento es uno de los pasos más importantes para definir un proyecto de vida personal; ya que en la medida en la que esté alineado a lo que el individuo es, más liviano se hará el camino y mayor será la recompensa.

¿Qué cosas me gustan?
¿Qué cosas me disgustan?
¿Cuáles son mis habilidades? Estas son algunas de las preguntas que toda persona se puede hacer a la hora de definir quién es y hacia dónde quiere ir.

REVISAR MIS PROYECTOS

Es importante que la persona revise los objetivos que alguna vez se propuso para ver si responden a sus intereses e inquietudes de hoy.
¿Este es mi proyecto de hoy o de cuando era niño?
¿Es mi proyecto o es el de mis padres?

