

ACTIVIDAD DE RECUPERACIÓN TALLER I. INTELIGENCIA EMOCIONAL

El siguiente es un ejercicio que, aunque no compensa la ausencia en el taller vivencial I, permite cumplir con el objetivo del taller.

A continuación, encontrará una serie de seis (6) pasos que te van a conducir a la redacción de Tu Propósito Personal.

Tener claro el Propósito Personal te brinda:

- Enfoque para tomar decisiones
- Coraje para asumir riesgos necesarios y salir adelante
- Motivación y resiliencia cuando las cosas no salen tan bien
- Fuerza para mover su vida en una trayectoria completamente nueva, más desafiante y gratificante.

Sigue uno a uno los paso indicados en la columna del lado izquierdo. A tu derecha, verás un ejemplo de mis respuestas, que te podrían servir de modelo para que tu pienses en las tuyas propias. El cuadro final, responde al punto 6 y describe mi Propósito Personal.

La tarea es que tu redactes el tuyo. ¡Adelante!!!

Una vez que tengas tu Propósito Personal redactado, procede a leer y responder las 3 preguntas de reflexión indicadas en la siguiente página. Reflexiona sobre ellas y envía tu tarea.

1. Escribe 5 acciones que te apasiona HACER . Han de ser acciones que te hacen sentir “vivo e importante”.	➔	Enseñar, aprender, servir, estar con familia y amigos
2. Escribe tus talentos o fortalezas (al menos 5). Aquellos por los que siempre te has destacado. En lo que ERES excelente.	➔	Escucha, determinada, organizada, creativa, intuitiva, docente y facilitadora de procesos personales/profesionales
3. A continuación, escribe en qué ámbitos o situaciones AGREGAS MAS VALOR o haces tus mejores aportes, con tus fortalezas, conocimientos, carácter y experiencias.	➔	Ámbitos académicos, empresarial, espacios comunitarios y de grupos
4. Escribe 5 ESTÁNDARES que utilizas o utilizarás para MEDIR TU VIDA.	➔	Pasión, Bienestar, Entusiasmo, Progreso y Utilidad
5. Describe cómo es tu MUNDO IDEAL.	➔	Con consciencia ética, armonía, progreso, libertad y justicia
6. Ahora, elige algunos elementos de tus respuestas a las 5 preguntas anteriores y únelas, redactando un párrafo en el cual expreses tu propósito personal.	➔	

Contribuir con el progreso y el bienestar de las personas en las universidades, empresas, comunidades, a través de la docencia y servicios de formación tanto personal como profesional, que sean útiles, sensibles, integrales y orientados al desarrollo la humanidad.

Preguntas de reflexión

Tú experiencia...

¿Cómo fue para ti la experiencia de escribir tu propósito personal?

¿Qué es lo mas valioso de tu Propósito personal, que te hayas dado cuenta al escribirlo?

¿Estás viviendo tu Propósito Personal ahora?