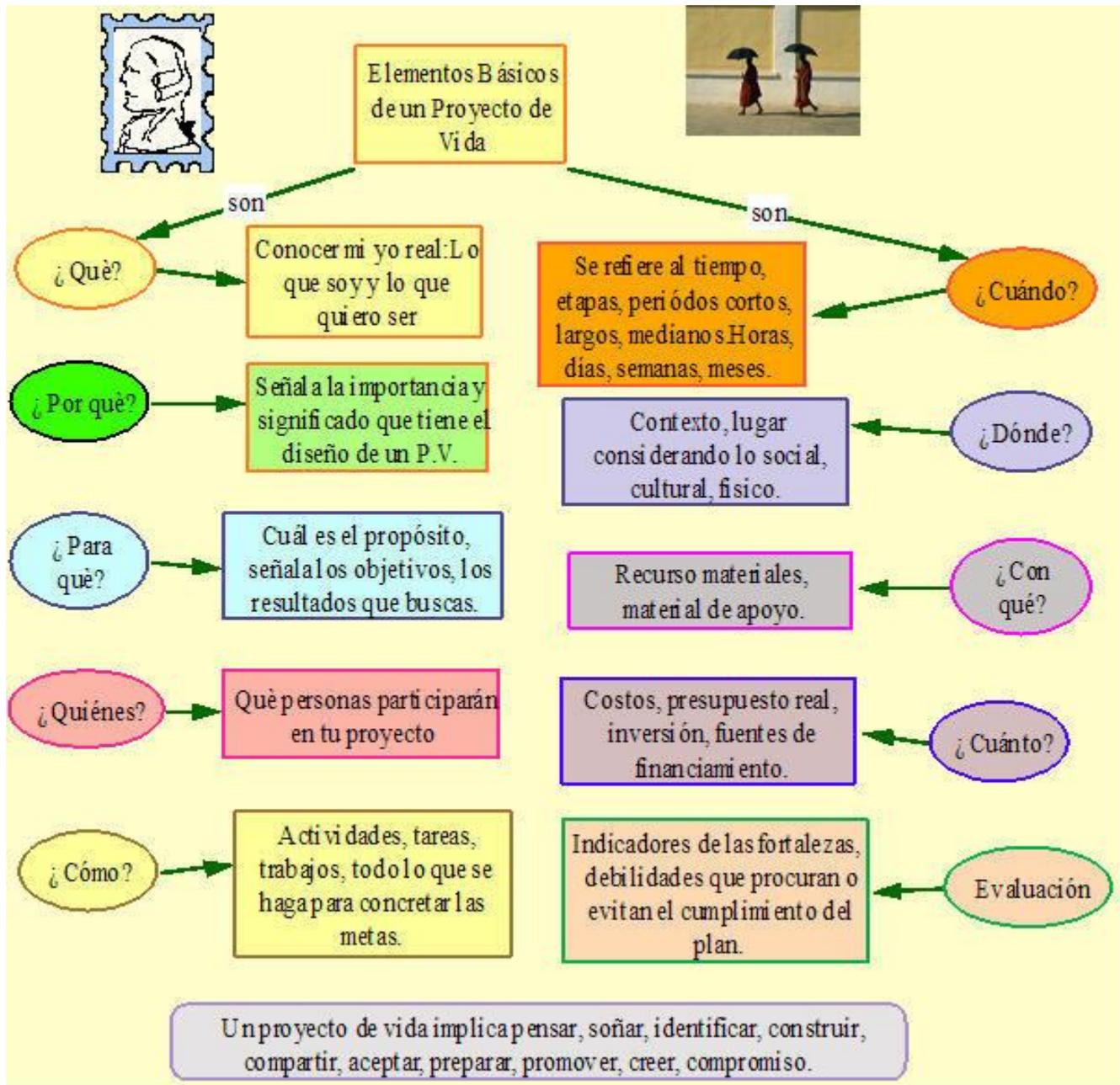


## 1.8 PROYECTO DE VIDA



Para elaborar tu proyecto de vida personal has de partir de tu propia realidad, de tu historia. Has de caer en la cuenta de cuál es tu situación personal. Es importante que lo hagas bien. No tengas miedo a enfrentarte a tu propia historia. Sé realista. No te engañes.

Piensa en lo que es y ha sido tu vida; no te imagines cómo te gustaría que hubiese sido. Acéptala. Es tu historia. Esta es una de las causas de la frustración de mucha gente. No se aceptan como son. Y entonces han de fingir lo que no son. Y viven en la mentira, entrando en una dinámica que sólo puede llevar a la frustración.

## Piensa tu vida, en tu historia.

- \* Cómo eres. Rasgos típicos de tu temperamento: cualidades y defectos. ¿Hay elementos de tu persona, físicos o psíquicos, que vives “resignadamente” o incluso con disgusto? ¿Cuáles? ¿Por qué? ¿Te gustaría ser de otra forma, “sueñas” con esa otra forma, o más bien te aceptas como eres y tratas de aprovechar tus posibilidades?
- \* Dificultades con que te encuentras en la vida de cada día.
- \* Tus miedos y tus ilusiones. Qué es lo que te hace sufrir y lo que te hace sentirte feliz. ¿Qué experiencias de tu vida te cuesta más asumir, es decir, te producen desasosiego cada vez que las recuerdas?
- \* Describe el ambiente en el que vives: tu familia, tu barrio, tu centro de estudios o de trabajo, tu parroquia. ..Intenta descubrir en qué te ayudan y en qué te perjudican.
- \* Describe las personas que más influyen en ti, tanto positiva como negativamente.
- \* El momento actual que estás viviendo, ¿con qué decisiones y acontecimientos pasados está relacionado más directamente?
- \* Cuando piensas en el futuro, ¿qué sentimiento predomina en ti: la esperanza y la ilusión, o el temor y la desconfianza?