



**EDOMÉX**  
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.



# Una historia para mejorar mi proyecto de vida

Autor(a): Rolando Guadarrama Díaz Leal  
OFTV No. 0016 “Vicente Guerrero” 15ETV0016Y  
Luvianos, México  
16 de noviembre de 2022



# **“Una historia para mejorar mi proyecto de vida”**

## **Introducción**

En la vida hay historias que nos inspiran, personas que han sabido salir adelante a pesar de los obstáculos que enfrentan y que son un testimonio genuino; que la vida es un reto y toma de decisiones, en este sentido, tener un referente puede ser de gran ayuda a la hora de hacer una elección, “Una historia para mejorar mi proyecto de vida” pretende que los alumnos a través de las experiencias de otros puedan visualizar lo que quieren ser y los retos que hay que enfrentar para cumplir los sueños.

Sabemos que cada historia es digna de contar, cada persona nos deja un tesoro valioso que rescatar y que su experiencia nos puede ayudar en la toma de decisiones cuando nos enfrentemos a situaciones similares, sin embargo, algunos han traspasado la barrera de lo ordinario y su legado sigue vigente hasta nuestros días, otros, con sus hazañas, aún fascinan el folclor de nuestra imaginación y otros más siguen siendo motivo de admiración y respeto entre las personas de una comunidad.

La decisión de trabajar con historias de vida o biografías se enfoca a que los alumnos tengan un referente a seguir, valoren la experiencia como una manera de afrontar los retos y las adversidades para alcanzar sus metas, sabemos que cada historia es un legado de perseverancia y consistencia y el éxito que cada uno tiene no es mera casualidad, en efecto las circunstancias son determinantes, pero el talento combinado con el esfuerzo hace la diferencia.

Cuántos de nosotros, hemos tenido alumnos que no tienen ni la más mínima idea de qué hacer en un futuro, ¿a qué se van a dedicar? En sí no tienen establecido su proyecto de vida, aunque asignaturas como Formación Cívica y Ética, Orientación y Tutoría tiene enmarcado dentro de sus aprendizajes realizarlo, sin

embargo, los chicos no encuentran la motivación necesaria para pensar a un futuro, y siguen sin tener claro lo que quieren llegar a ser. Es por ello que partiendo de estudio de biografías se pretende que los jóvenes tengan más claro la importancia de realizar la reestructuración de un proyecto de vida.

¿Cómo visualizamos? ¿qué clase de persona nos gustaría llegar a ser? si no conocemos ejemplos, ¿cómo lo conseguimos y cuáles serían las posibles rutas que debemos seguir? si no analizamos como lo hicieron otros, aunque las historias que inspiran están ahí, tenemos personalidades en diversas áreas del saber que son dignas de admiración por sus hazañas, pero también personas de la comunidad donde se vive, que han salido adelante o que son dignas de reconocimientos y por qué no, de estudio para poder ayudarnos a tener una visión más clara de lo que queremos llegar a ser en el futuro.

La importancia de tener un proyecto de vida, es que éste puede ayudar a mejorar los resultados académicos y además puede contribuir a mejorar el ambiente escolar, pues cuando uno tiene una meta por lograr, los esfuerzos se centran en los objetivos, aumenta la capacidad para superar la frustración (en caso de que haya que enfrentarse a ella) haciendo frente a los retos que se presenten, y obteniendo herramientas que evitarán el desarrollo de adicciones, conductas no adecuadas o perder el tiempo en cosas innecesarias, ya que este proyecto actúa como una brújula que encamina las decisiones, por ello se comienza a trabajar desde edades tempranas pero cobra mayor relevancia en educación secundaria y más en preparatoria.

## **Desarrollo**

Como ya se mencionó anteriormente la metodología está orientada al análisis de historias de vida, de tal manera que para comenzar se analizan biografías de personas exitosas (pueden ser locales, estatales, nacionales e internacionales), que a lo largo de la historia han destacado por su perseverancia, de tal modo que la experiencia de estos personajes merece la pena indagar, analizar e

incluso cuestionar, para posteriormente seguir con una investigación de personas de la comunidad que han logrado triunfos trascendentales en su vida, y que son ejemplos de superación socialmente hablando, como construir su patrimonio con base a la dedicación y el esfuerzo, algún logro profesional o microempresarios locales.

En este sentido se pretende lograr que los alumnos tengan un referente de experiencias de vida para mejorar su actuar y ser más perseverantes, pues durante mucho tiempo la transmisión de experiencias que ayuden a mejorar se han pasado mediante anécdotas, que pretenden generar una enseñanza para la toma de decisiones.

Como parte medular se realiza un ejercicio que implique la escritura de una biografía de su yo del futuro, enfatizando los logros que realizaron en su vida, los obstáculos que enfrentaron, los logros que llegaron a obtener, en pocas palabras cómo les gustaría que los recordaran.

Para terminar, se pretende que los alumnos construyan un proyecto de vida más reflexionado, para ello podemos hacer uso de la estrategia CONVIVE propuesta por el gobierno del Estado de México, que en su manual sobre proyecto de vida y permanencia escolar marca cinco pasos hasta llegar a la construcción del proyecto de vida de cada uno de los alumnos, comenzando con el desarrollo de la autoestima y el autocuidado.

Es así como la estrategia “Una historia para mejorar mi proyecto de vida” tiene una metodología transversal, característica del trabajo que se ha venido promoviendo ciclos escolares atrás, y que sigue siendo relevante para el trabajo por proyectos, el plan y programa vigente, propone que “La asignatura contempla el trabajo transversal de sus contenidos” (Aprendizajes clave, 2017, p. 437) y este proyecto permite conjugar diversos contenidos con la realidad inmediata de los alumnos.

Desde el punto de vista de la educación socioemocional que pretende ser una estrategia que coadyuve a los alumnos en el reconocimiento y gestión de las emociones, partiendo de la perspectiva de vida de otro, al analizar una biografía nos podemos preguntar ¿Cómo lograron esas personas sus objetivos? ¿Por qué lograron ser reconocidos? Cuáles son los valores que regían o rigen sus vidas y de ahí aprender. Sabemos que las emociones son un referente indispensable para la toma de decisiones y lograr lo que nos proponemos.

El desarrollo de las habilidades emocionales no han dejado de tener importancia en la vida escolar, su valor radica en las diversas teorías que muestran la necesidad de regular nuestras emociones como un factor clave para tomar mejores decisiones, en múltiples aspectos, que van desde nuestra forma de vestir, de relacionarnos con los demás, hasta las que tiene un sentido más profundo para el rumbo de nuestro futuro, como es seguir estudiando, formar una familia o emprender un negocio, etcétera.

Una buena gestión de nuestras emociones puede ser un factor decisivo para lograr el éxito que nos proponemos, al respecto Goleman (2018) menciona que la educación emocional es tan importante como el coeficiente intelectual al argumentar que “la inteligencia emocional puede resultar tan decisiva y en ocasiones incluso más que el CI” (p.43) pues con la actitud correcta se puede afrontar los retos y ser más perseverantes ante las adversidades, de ahí radica la importancia de trabajar estas temáticas en clase y el estudio de biografías puede generar un detonador para mejorar el proyecto de vida, al analizar la forma que cada uno de los personajes que se estudian enfrentan y salen adelante.

En la asignatura de lengua materna se trabaja con la escritura y uno de sus aprendizajes clave es “escribir un texto biográfico” (Aprendizajes clave, 2017, p. 212), en historia, al igual que en ciencias, se retoman en gran medida la contribución de diversos personajes como Mahatma Gandhi, Nelson Mandela, Einstein, entre otros, para este proyecto; podemos comenzar analizando la

perspectiva histórica sobre las circunstancias que vivieron esos personajes o preguntarse ¿qué los motivó a actuar de esa manera? ¿qué harían en su lugar? ¿por qué lucharon incansablemente?

Si nos ponemos a analizar, cada asignatura tiene diversidad de biografías que posee una historia que contar, por ejemplo, cuáles fueron los retos que enfrenta Mari Curie, ¿cómo vivió Newton la pandemia que le tocó? ¿por qué Madero quiso ser presidente de México? ¿qué motivó a Hidalgo en su lucha de independencia? ¿cómo logró Hugo Sánchez ser un gran futbolista? Podemos crear un círculo de lectura sobre una biografía en particular como de Ana Frank o la vida de Benito Juárez, esto por citar ejemplos, pero cualquier biografía que se proponga puede hacer cumplir el propósito, con esto contribuimos al desarrollo de la habilidad lectora impulsada en todas las asignaturas, al igual que tendremos que la mayoría cumple en común la idea de que tener un objetivo en mente es lo primordial para enfocar nuestros esfuerzos.

Continuando con nuestro proyecto, podemos abordar la investigación de las personas que han colaborado al desarrollo de nuestra sociedad, veremos que en nuestras regiones se sigue encontrado a hombres y mujeres que contribuyen al bienestar de los demás, o que han sabido salir adelante, esto lo podemos vincular con el estudio histórico de nuestras comunidades, pues uno de los propósitos de esta asignatura es precisamente “explicar las características de las sociedades para comprender las acciones de los individuos” (Aprendizajes clave, 2017, p.383) comprender que quizá mucho de lo que vivieron no es ni parecido a lo que hoy estamos viviendo ya que en la actualidad estamos inmersos en una revolución tecnológica que a varios de nosotros no nos tocó en la infancia, por ejemplo indagar, ¿Cómo eran las comunicaciones cuando éramos niños? Sabemos que no había internet en la mayoría de los pueblos del país, ¿cómo se divertían? ¿qué características tenían sus clases con respecto a las de ahora? entre muchos otros planteamientos.

Investigar las biografías de personas de la comunidad no solo se contribuye al legado histórico también permite valorar la influencia que tiene estos relatos para nuestros alumnos, ya que son personas que conocen de forma directa, de esta manera el alumno “valora la influencia de personas, grupos sociales y culturales en la construcción de su identidad personal” (Aprendizajes clave, 2017, p.451) al ser personas que conviven cotidianamente, éstas se pueden convertir en una fuente de inspiración o de aprendizaje.

Terminado este ejercicio de búsqueda y análisis de personas que nos inspiran a ser mejor, los alumnos pueden realizar un ejercicio para escribir su autobiografía sobre su “yo” del futuro, ¿cómo se visualizan? ¿cuáles fueron sus logros? ¿que metas alcanzaron y cuáles no? ¿cómo se sienten, en esa etapa de su vida? En sí, un texto reflexivo que invita a una autoexploración de lo que quieren llegar a ser, este escrito es el preámbulo para encaminarnos sobre la importancia de tener un proyecto de vida.

El proyecto de vida es una construcción que se busca lograr en educación socio-emocional y tutoría, su importancia radica en que es una orientación para lograr los objetivos a corto, mediano y largo plazo, de ahí depende gran parte de la motivación que se encuentra en los alumnos y el desempeño en los estudios, tener un fin en la mente genera tener en claro tus prioridades, pues éste será como una brújula para no desviarte de los posibles altercados que se presenten (Covey, 2003, p.73).

Si analizamos, el proyecto de vida que se trabaja en tutoría del plan vigente, remarca la importancia del autoconocimiento, ya que conocernos permite tener en cuenta nuestras potencialidades o lo que debemos mejorar, en que debemos trabajar, así como visualizar el camino a recorrer, de igual forma impulsa la autonomía, en el sentido de que nosotros mismos somos los responsables si queremos lograr lo que nos proponemos, (Aprendizajes clave, 2017, p.165) se pueden tomar ejemplos que en la mayoría de las biografías analizadas las personas son resilientes en sus procesos, pues ellos mismos buscan soluciones,

y por ello se busca ejercer la autorregulación que como vimos, regular nuestras emociones y postergar la gratificación, así como sabernos controlar ante determinada situación, es parte medular para alcanzar el éxito, (Goleman, 2018, p. 53), de ahí la idea de aprender de la experiencia de otros para alcanzar la nuestra.

Aunado a esto, el programa CONVIVE también maneja varios factores a considerar antes de comenzar con el proyecto de vida, en su estructura maneja el desarrollo del autoestima, como algo primordial para entender lo único que somos y la importancia de ser uno mismo; en el ejercicio de la autobiografía se puede analizar que los logros son en parte, debido a la importancia de creer que podemos; se maneja el autocuidado como una manera para evitar los riesgos que nos pueden desviar de nuestros metas, nuestro ejercicio de biografía y el que analizamos de diversas personas puede contribuir a la reflexión de la importancia de tener una meta trazada para no desviarnos del camino y evitar las trampas de alguna adicción o diversos distractores, en cada paso se puede ayudar de lo ya analizado en las historia de vida de otros para mejorar la propia, el programa CONVIVE antes citado termina con la realización de un proyecto de vida con metas que contempla la individualidad de cada persona (CONVIVE, 2021).

Ahora bien, la presente propuesta, como ya se mencionó ayuda a tener una fuente de inspiración o un referente sólido, para ser más precisos en la construcción del proyecto de vida de cada alumno. El siguiente marco de actividades es una sugerencia sobre la idea que se tiene al utilizar biografías como historias de vida que inspiren, cabe destacar que cada docente puede realizar ajustes necesarios acordes a las necesidades de sus alumnos y su contexto, al igual los materiales u otro insumo para desarrollar el proyecto se puede ajustar a las condiciones de cada grupo o escuela.

**Tabla 1**

**Actividades Proyecto didáctico**  
**“Una historia para mejorar mi proyecto de vida”**

<b>Actividad</b>	<b>Producto obtenido</b>	<b>Recursos</b>	<b>Explicación metodológica</b>
Un viaje en el tiempo: mi “Yo” del futuro	Escrito biográfico de lo que llegaron a ser en un futuro.	Papel.	Se les pide a los alumnos que imaginen que su “yo del futuro” viaja para decirles como les ha ido 30 años después.
Lectura de diversas biografías de personajes que han dejado un legado (Acordes al tema a analizar)	Reflexiones compartidas de las enseñanzas que nos dejan las biografías analizadas.	Biografías.	Círculo de lectura, donde por un período de tiempo se destina un momento específico para leer uno o varios textos biográficos.  Con las lecturas biográficas podemos realizar un compendio.  Se puede contar historias de algún personaje, donde los alumnos personifiquen y cuenten su historia como si ellos fueran dicho personaje.
Realizar el análisis de una película biográfica.	Texto analítico de la película.	Película de reflexión.	El séptimo arte vale la pena analizarlas, incluso debatir desde un punto de vista pedagógico, ejemplo, la película de “Mame Curie” o

Actividad	Producto obtenido	Recursos	Explicación metodológica
			<p>“La teoría del todo” por citar algunos ejemplos.</p>
<p>Lectura de una novela biográfica y analizar su contenido.</p>	<p>Reseña bibliográfica Café literario.</p>	<p>Libro de alguna biografía.</p>	<p>En la biblioteca de cada escuela hay repertorios de libros que cuentan la biografía de algún personaje y esto nos puede ayudar para analizar una biografía más detalladamente, por ejemplo “Albert Einstein la biografía” “el diario de Anne Frank”</p> <p>Al finalizar se puede exponer el contenido mediante un café literario.</p>
<p>Indagar en la comunidad sobre historias de vida que sirvan inspirar y a la vez que sean un referente de éxito.</p>	<p>Historia de vida de una persona de mi comunidad.  Exposición denominada a “historias de éxito”</p>	<p>Presentación de entrevistas.</p>	<p>Entrevistar a un personaje de la comunidad destacando sus logros y atribuciones a su entorno, dicha entrevista la podrán dar a conocer mediante alguna exposición de personas que mejoran.</p>

Actividad	Producto obtenido	Recursos	Explicación metodológica
Realizar un segundo ejercicio donde los alumnos describan su autobiografía de lo que quieren ser en un futuro, detallando la forma en cómo lo lograron y los obstáculos que superan.	Autobiografía	El escrito del primer texto mi “yo” del futuro.	Se puede trabajar mediante una carta haciendo alusión sobre los logros que obtuvieron y reflexionando la manera en cómo los alcanzaron.
Creando mi proyecto de vida	Proyecto de vida.	Cartulina Presentación Fotografías	En la mayoría de los artículos y propuestas revisadas se parte de tener en cuenta el autoconocimiento, es decir las fortalezas y las debilidades, así como las personas de apoyo y los valores, se enlistan las metas que se quieren lograr y lo que se debe hacer para su cumplimiento ya sea a corto, mediano o largo plazo. Como referencia podemos checar el programa convive propuesto por el gobierno del Estado de México.

*Tabla 1 de autoría propia: Esta tabla tiene una secuencia de actividades que permiten el análisis de autobiografías para utilizarlas en la construcción del proyecto de vida*

**Tabla 2**

**Criterios de seguimiento y evaluación**

<b>Actividad</b>	<b>Cumple con lo esperado</b>	<b>En desarrollo</b>	<b>Requiere apoyo</b>
<b>El viaje del tiempo del “yo” del futuro</b>	Realiza su escrito con forme a los requerimientos acordados, incluyendo, estructura, explicación, legibilidad y presentación.	Su escrito tiene casi todos los requerimientos necesarios que se acordaron previamente, pero aún falta detalles por modificar los cuales se explican nuevamente de forma oral o escrita para que pueda incluirlos.	Requiere una nueva explicación detallada para que se comprenda lo que se espera del trabajo y pueda ser mejorado en los criterios que establezcan por ejemplo con ayuda de una rubrica.
<b>Lectura de diversas biografías de personajes que han dejado un legado histórico por ejemplo la vida de Leonardo Da Vinci;</b>	Participa en las actividades de investigación y lectura de las biografías.  Realiza comentarios al análisis de las biografías de	Da lectura a las biografías que se propusieron.  Realiza comentarios que hablan de la biografía analizada, pero requiere apoyo en la profundización	Se requiere indagar a profundidad las cuestiones de su poca participación en la lectura de diversas biografías.

<b>Análisis de una película biográfica.</b>	manera argumentada.	de sus argumentos.	
<b>Lectura de una novela biográfica y presentarla en una reseña crítica.</b>	Lee una novela biográfica y presenta una reseña de esta en la que se contempla una lectura reflexiva y crítica.	Lee la novela biográfica y presenta su reseña de esta, pero requiere apoyo el análisis crítico.	Es necesario indagar las circunstancias de su avance para retomar los acuerdos y que cumpla con los propósitos establecidos
<b>Recopilar entre las personas de su comunidad las historias que sirvan para inspirar y a la vez que sean un referente de éxito.</b>	Diseña una encuesta que le permitirá recopilar alguna biografía de personas de su comunidad donde resalte los acontecimientos que le permitieron lograr sus metas.  Participa la presentación de las biografías utilizando medios de comunicación ya sean físicos o tecnológicos.	Requiere acompañamiento en el diseño de su encuesta para recopilar alguna biografía de personas de su comunidad.  Requiere acompañamiento en la presentación de su biografía utilizando algún medio de comunicación.	Requiere seguimiento puntual en la mayoría de las actividades que se establecieron para la investigación, el análisis y la exposición de la biografía de algún personaje de su comunidad.
<b>Realizar un segundo ejercicio donde</b>	Realiza las modificaciones necesarias o	En comparación con su primer escrito realiza	Conforme a lo establecido previamente se

<p><b>los alumnos escriban su autobiografía de lo que quieren ser en un futuro, detallando la forma en cómo lo lograron y los obstáculos que superan.</b></p>	<p>reestructura su auto biografía conforme a los criterios acordados previamente.</p>	<p>cambios sustanciales, pero es necesario replantear algunas cuestiones conforme a lo acordado previamente.</p>	<p>nota que en su trabajo no se realizaron cambios sustanciales que denoten mejorías por lo que es necesario restablecer en conjunto los criterios para alcanzar los objetivos establecidos.</p>
<p><b>Creando mi proyecto de vida</b></p>	<p>Realiza las actividades acordadas para crear su proyecto de vida conforme a lo establecido previamente y alcanza los objetivos planteados.</p>	<p>Realiza la mayoría de las actividades sin embargo hay cuestiones que se pueden mejorar para alcanzar los objetivos establecidos.</p>	<p>Es necesario tener un apoyo considerable en la mayoría de las actividades que se establecieron para alcanzar los objetivos fijados.</p>

*Tabla 2: De autoría propia. Esta tabla tiene un seguimiento que nos puede ayudar en la evaluación de las actividades del proyecto.*

## Conclusiones

Las biografías que se analicen tienen mayor trascendencia como punto de partida, pues estas nos permiten ser una fuente de inspiración en la construcción de metas que se plasmaran en nuestro proyecto de vida, estas también pueden tener un enfoque que permita resaltar valores como la perseverancia, el optimismo la resiliencia entre otros.

Este proyecto permite la transversalidad y la flexibilidad al vincular diferentes aprendizajes esperados de diversas asignaturas, poniendo en práctica habilidades de investigación, comunicación, lectura y escritura, así como el fortalecimiento de valores y recientemente también el programa de igualdad de género propuesto por el Gobierno del Estado de México.

Permite la vinculación de lo académico con el contexto, cuestión que se remarca también en la nueva escuela mexicana, nos menciona que “los proyectos y programas educativos... contemplen las realidades y contextos regionales y locales” (plan de estudios para la educación preescolar, primaria y secundaria pág. 2) en este sentido la indagación que se realiza con las historias de vida de la comunidad se retoman como una fuente pedagógica que nos puede ayudar a mejorar como personas.

Trabajar con biografías permitirá a los alumnos y a nosotros mismos aprender de las historias de éxito de otros, teniendo a la perseverancia como un poderoso recurso para alcanzar nuestros objetivos.

Sabemos que las temáticas que se están tomando en los diversos planes de estudios son acordes para impulsar la importancia de regular nuestras emociones, pero cuando la ponemos en contexto tiene mayor resultado, la estrategia que se pretende impulsar es mediante el uso de historia de vida que inspiren a los alumnos a ser mejores, a dar lo mejor de sí y a afrontar los retos que se les presenten, tanto en la historia como en su contexto inmediato

## Referencias

CONVIVE. (2021). Manual sobre proyecto de vida y permanencia escolar.

Covey, S. (2003). 7 Hábitos de Los Adolescentes Altamente Efectivos. Grijalbo.

Goleman, D. (2018). La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual (1ra edición). Penguin Random House Grupo Editorial.

Marsh, J. (2014). La teoría del todo. Estados Unidos: Universal Studios.

Satripi Marjeane. (director) (2020). Mame Curie.

[película].Netflix. <https://www.netflix.com/>

SEP. (2017). APRENDIZAJES CLAVE... PARA LA EDUCACION INTEGRAL.

SEP.

[https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZAJES\\_CLAVE\\_PARA\\_LA\\_EDUCACION\\_INTEGRAL.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/APRENDIZAJES_CLAVE_PARA_LA_EDUCACION_INTEGRAL.pdf)