



# MIS CONEXIONES CON EL FUTURO

MÓDULO 3 - TALLER 7

## Marco general

### Objetivo del taller

Estudiantes desarrollan conexiones significativas entre sus intereses y capacidades actuales, sus aspiraciones futuras y las trayectorias formativas que podrían ayudarlos a alcanzarlo.

### Sentido del taller

Estimado Facilitador, en este taller iniciaremos el proceso de acompañar a los estudiantes a articular lo que saben sobre ellos mismos (abordado durante el módulo 1) con lo que saben sobre las trayectorias formativas de educación superior y la realidad del mercado laboral (revisado durante el módulo 2), para ayudarlos a tomar decisiones y planificar una ruta educativa que les permita cumplir con sus propósitos de vida.

| Módulo 1:<br>Mi vida        | Módulo 2:<br>Mis opciones                  | Módulo 3:<br>Mi camino          |
|-----------------------------|--|---------------------------------|
| 1. Visualizando mi historia | 4. El panorama de la educación superior    | 7. Mis conexiones con el futuro |
| 2. Explorando mi presente   | 5. Las trayectorias educativas disponibles | 8. Mi estrategia financiera     |
| 3. Mi sueño con propósito   | 6. El mercado laboral                      | 9. Mi plan                      |

### Ubicación de este taller

#### Materiales asociados

- **Anexo facilitador:**  
[PPT Taller 7 Mis conexiones con el futuro.](#)
- **Anexo para estudiantes:**  
[Actividad - Diagrama Ikiqai \(Blanco y negro\).](#)  
[Actividad - Diagrama Ikiqai \(Color\).](#)

#### Recursos requeridos

- **Facilitador:** Proyector y parlantes. También se sugiere que revise los videos presentes en las referencias para preparar la su participación en el taller.
- **Estudiantes:** Lápiz y papel.



## Guion

### 1. Apertura

5 minutos

El facilitador comienza contextualizando la actividad proponiendo una breve conversación sobre la idea del **propósito en la vida** mediante preguntas dirigidas a los estudiantes. Durante la conversación, la intención del facilitador debe ser la de dirigir la reflexión del curso hacia la idea que cultivar un propósito para nuestras vidas nos permite gozar de mayor bienestar y satisfacción.

Para facilitar la conversación y hacerla más entretenida, se les propone a los estudiantes lo siguiente:

*“Hagamos un juego. Imaginen que tienen 80 años y que se encuentran satisfechos, tanto con su vida actual como con el camino que han recorrido para llegar hasta donde están. Vamos a tener una conversación en base a preguntas, la idea es que la respondan como los abuelitos y abuelitas satisfechos que son.”*

Luego, las preguntas a plantear son:

- ¿Por qué te sientes satisfecho o satisfecha?
- ¿Qué te hace tener ganas de levantarte todos los días y seguir viviendo?
- ¿Qué significa tener un “propósito” en la vida? ¿Es importante? ¿Por qué?

Al terminar la conversación inicial, el facilitador parafrasea algunos comentarios de sus estudiantes para apuntar a la aparente importancia que reviste para el bienestar el sentir que uno tiene razones para vivir.

Luego, comenta a los estudiantes que el día de hoy estarán trabajando en la ideación o confección de su propio propósito vital, y para ello utilizarán un concepto de origen japonés, “Ikigai”, que les ayudará a organizar sus ideas para llegar a puerto.

Finalmente, explica que este trabajo les ayudará a proponer algunas alternativas de trayectorias formativas en educación superior que podrían ayudarles a cumplir con su Ikigai.



## 2. Desarrollo

30 minutos

### 2.1. Preparación de la actividad

5 minutos

Antes de comenzar, el facilitador entrega a cada estudiante una copia impresa del anexo **Actividad para estudiantes – Mi Ikigai**. Acto seguido, se les invita a ver este [video explicativo sobre Ikigai](#).

Después de ver el video, el facilitador dirige la lectura de las instrucciones de la actividad y verifica que todos los estudiantes sepan qué deben hacer. Luego, empieza el trabajo personal.

### 2.2. Mi Ikigai

15 minutos

Los estudiantes comienzan completando cada uno de los grandes ámbitos (*lo que amas, en lo que eres bueno, lo que el mundo necesita y por lo que te pueden pagar*) del diagrama del Ikigai con lo que les parezca correcto.

Habiendo completado los cuatro ámbitos, se dedican a pensar en cómo se pueden unificar una buena parte de estos elementos, de una forma que sea coherente y que les haga sentido.

Finalmente, intentan formular esta unión como si fuese un consejo que su Yo del futuro, ese abuelito satisfecho que imaginaron en sus 80 años les da para que tengan como propósito de vida. Este será su Ikigai, el cual no puede tener más de 30 palabras.

### 2.2. Las rutas hacia mi Ikigai

10 minutos

Armados con su Ikigai, los estudiantes se reúnen en parejas para presentarse mutuamente su propósito vital, y pensar en conjunto qué posibles trayectorias formativas en educación superior podrían ayudarlos a cumplir con el mismo.

Cada estudiante debe completar el ejercicio con entre una y tres alternativas distintas de trayectorias formativas en la educación superior.



### 3. Cierre

10 minutos

Una vez terminada la actividad, el facilitador ofrece a los estudiantes la oportunidad para que puedan compartir:

- Su Ikigai.
- Las trayectorias educativas futuras que podrían encaminarlos a cumplir con su Ikigai.
- La experiencia de formular su propio Ikigai.

El facilitador plantea que el Ikigai no está escrito en piedra, y que es esperable que cambie con ellos mismos y sus circunstancias. En ese sentido, invita a los estudiantes a indagar en los supuestos a la base de este ejercicio, particularmente los que tienen que ver con factores externos (*¿qué necesita el mundo?* y *¿por qué me podrían pagar?*), y cómo podrían resolverlos mediante conocimientos y habilidades adquiridos durante el módulo dos.

Se explicita que el desarrollo del Ikigai es un trabajo constante, y se deja abierta la invitación a seguir pensando en su propósito vital durante el proceso de discernimiento respecto de sus trayectorias futuras.

Finalmente, se cierra haciendo énfasis en que nada de lo que elijan es definitivo, y que siempre existen oportunidades para “reinventarse”.



## Evaluación

*El facilitador debe responder estas preguntas justo después de terminar el ejercicio. Sirven para evaluar la actividad y orientar futuros esfuerzos relativos a la orientación vocacional con este curso y con el establecimiento.*

**¿Se cumplió el objetivo del taller? ¿En qué observaciones te basas para declararlo?**

**¿De qué manera lo que sucedió en esta actividad debe ser considerado para el próximo taller y/o el proceso de orientación vocacional de estos estudiantes en el establecimiento?**



## Referencias

### 1. Diagrama del Ikigai

Un concepto japonés que significa "Una razón de ser"



## 2. Videos para profundizar

Estimado facilitador, se recomienda revisar estos videos en preparación al desarrollo del taller. Estos le servirán para poder tener más contexto sobre el contexto del Ikigai y así poder trabajarlo mejor con los estudiantes:

### [Dos palabras japonesas para vivir mejor. Francesc Miralles, escritor – 6:04](#)

Breve entrevista al autor del libro “Ikigai”, en donde explica cómo fue el proceso que llevó a la escritura del libro. Comenta que fueron a indagar en las causas que lleva a que, en Okinawa, Japón, haya una población tan grande de centenarios saludables. En los testimonios de los ancianos siempre aparecía la palabra “Ikigai”, cuyo sentido literal es “una vida que valga la pena” y que se ha traducido como “propósito vital”

### [Los japoneses y el secreto de la longevidad – 5:00](#)

Breve video en que presentan a la población de Okinawa como aquella con la proporción más elevada de centenarios en el mundo. Entrevistan a diversos centenarios para descubrir cuáles son las claves detrás de este fenómeno: una dieta sana, una vida activa tras la jubilación y una alegría de vivir única.

### [IKIGAI | Una filosofía japonesa para encontrar un propósito – 10:42](#)

Video un poco más extenso, en donde se abordan las dimensiones filosóficas del Ikigai (que presenta como “razón de ser”) y los efectos que su presencia o ausencia genera en nuestra experiencia cotidiana. También explica cómo poder desarrollar un Ikigai haciendo referencia a los cuatro ámbitos que se trabajan en este taller.

Está en inglés, pero se pueden activar los subtítulos que están bastante buenos.

