



Taller “Diseño de proyecto de vida enfocado a jóvenes”

CEPS-Cáritas
Mexicana

Dimensión de Fe y
Compromiso Social

2021-2023

PRESENTACIÓN

El taller de “Diseño de Proyecto de Vida enfocado a jóvenes” ha sido diseñado por la Dimensión de Fe y Compromiso Social de Cáritas Mexicana, gracias a la colaboración del Ministerio Federal de protección Cooperación Económica y Desarrollo del Gobierno Alemán (BMZ) y la Cáritas Alemania durante la implementación del proyecto “Prevención de la violencia y de jóvenes en Guatemala, Honduras y México” en el periodo 2021 - 2023.

Este es un proceso en el que se acompañan a jóvenes de entre 15 a 29 años a través de técnicas que les ayuden a conocer sus necesidades, valores y actitudes, con la finalidad de mantener el compromiso consigo mismos y su entorno, hacia el impulso de un proyecto de vida que les permita optar por metas más claras rumbo hacia un desarrollo integral.

El entusiasmo de trabajar con juventudes de nuestras comunidades y acercar una herramienta que nos permite acompañar y empatizar con las realidades que viven, podría precipitarnos a aplicar la metodología, pero es fundamental hacerlo de una forma segura, empática y adecuada, considerando algunos pasos.

En el marco del trabajo con juventudes en riesgo, la Dimensión de Fe y Compromiso social ha estructurado una propuesta pastoral y técnica que consiste en delinear como un proceso el acompañamiento, en donde se articulan diferentes herramientas metodológicas con otros elementos importantes como son; el fortalecimiento de capacidades y habilidades para la construcción de la paz, y lo que llamamos el “**Laboratorio juvenil**” un espacio de generación de ideas para la intervención comunitaria y del cual se desprende el “**Programa pastoral de acompañamiento juvenil**”, un marco generoso de actividades de arte, cultura, deporte, acciones de animación comunitaria y talleres psicosociales en el que se inserta el taller de *Diseño de proyecto de vida enfocado a jóvenes*.

Este programa tiene como propósito brindar un esquema de acompañamiento con actividades y respuestas diversas a sus necesidades. Por ejemplo, si en mi comunidad existen pocos espacios de diálogo e intercambio, mediante el programa se pueden organizar charlas o pláticas para abordar preocupaciones y juntos resolver dudas, llegar a generar consensos en un espacio de libre expresión sin miedo a ser juzgados, con la suficiente apertura para mantener el diálogo constante, en donde los guías, facilitadores, “multiplicadores” o jóvenes artesanos de paz se han capacitado para el trabajo grupal entre pares y el aprendizaje va y viene en un contexto de confianza.

Para llegar a esto es necesario permanentemente aprender algunas herramientas de trabajo juvenil, capacitarnos en metodologías para la paz, practicar lo



aprendido y mantener la escucha activa en todo momento. Este caminar se emprende de la mano, acompañado y sostenido de un proceso formativo constante.

Por otro lado, si las actividades van más enfocadas a generar espacios recreativos y lúdicos donde se promuevan las costumbres y tradiciones locales, actividades deportivas o culturales que respondan a una necesidad de socialización, convivencia y encuentro, en el programa se pueden incorporar acciones de este tipo como los campamentos de pascua o decembrinos también podemos apoyarnos de organizaciones civiles o instancias gubernamentales que ya tengan actividades programadas como torneos o festivales.

Por ello es necesario nunca dejar fuera de estas actividades a la comunidad en general, es necesario cultivar la confianza con la comunidad, promover su participación disminuye las barreras generacionales y la estigmatización que actualmente se tiene hacia los jóvenes, además de que nos hace responsables de su cuidado y protección.

Finalmente, la idea de un programa integral es reconocer que los participantes poseen una "movilidad" característica y por ello es necesario abordar las temáticas de su interés incluidas las problemáticas a través de diferentes actividades, y así disminuir los riesgos a los que se enfrentan todos los días, generar mecanismos de protección, prevenir las violencias y generar espacios de paz.

OBJETIVOS

General: Sensibilizar y brindar acompañamiento a las y los jóvenes de entre 15 a 29 años en la construcción de un proyecto de vida que les permita desarrollarse integralmente, fortaleciendo su libertad y responsabilidad consigo mismos y con su comunidad.



Estratégicos:

- Brindar herramientas para la autoexploración y autoconocimiento como parte de su desarrollo integral en las dimensiones espiritual, psicológica, física y social.
- Explorar y descubrir sus motivaciones e intereses, así como sus recursos personales y sociales que fortalezcan la construcción de su proyecto de vida.
- Fortalecer y potenciar aquellas habilidades e inquietudes que les motiven a promover su desarrollo personal y posicionarse como agentes de cambio dentro de sus comunidades.
- Brindar estrategias para el desarrollo de objetivos y metas específicas en cada una de las áreas de su desarrollo integral a corto, mediano y largo plazo.

MODALIDAD

El acompañamiento grupal se sugiere de forma presencial a lo largo de tres módulos, siete horas efectivas durante el primer módulo, seis horas y media en el segundo y siete horas en el tercero.

- **Módulo 1. Autoconocimiento y construcción de la identidad**
 - Tema 1. Autoconocimiento
 - Tema 2. Identidad
- **Módulo 2. Descubriendo cuál es mi brújula interior**
 - Tema 3. Valores y espacio interior
 - Tema 4. Responsabilidad y libertad
 - Tema 5. Motivación y disciplina
- **Módulo 3. Trazando una ruta clara hacia mis metas**
 - Tema 6. ¿Cómo construyo la paz en mi proyecto de vida?
 - Tema 7. Trazando una ruta clara hacia mis metas

El propósito de llevar este acompañamiento de forma grupal es que los jóvenes adquieran una mayor comprensión de su situación personal y contextual, mediante el diálogo y la escucha con sus pares, tomando conciencia de cuáles son sus características, recursos, oportunidades y limitaciones, a fin de encontrar alternativas ante las adversidades y desarrollar una estrategia que los motive y apoye a alcanzar sus metas.

Si los módulos se desarrollan por bloques separados, se sugiere que entre cada uno transcurran de tres a cuatro semanas, o bien, se recomienda dividir las actividades de cada módulo en sesiones más cortas, permitiendo así que los jóvenes procesen paulatinamente lo que trabajen durante cada módulo y puedan ir descubriendo sus intereses, fortalezas y habilidades, así como definiendo sus metas a lo largo del proceso.

De forma opcional se pueden realizar algunas actividades intermódulo, las cuales servirán como espacios de encuentro para profundizar las temáticas. En el presente manual se propondrán actividades alternativas que los facilitadores tendrán la libertad de plantear de forma presencial o virtual, e incluso podrían proponer algunas otras que cumplan con los objetivos de acompañamiento.

PERFIL DEL FACILITADOR

Las siguientes características, aunque son ideales, no son excluyentes. La razón para enlistarlas considera que una persona con dicho perfil contará con mayores elementos y herramientas para compartir los contenidos y desarrollar las dinámicas de forma abierta y empática con los jóvenes.

- ✚ Persona con deseo de seguir su formación humana y cristiana, con apertura a la retroalimentación en vista al crecimiento personal.
- ✚ Que tenga el compromiso para dejarse acompañar y acompañar a jóvenes en el desarrollo de su proyecto de vida.
- ✚ Con experiencia en acompañamiento grupal y facilidad de palabra.
- ✚ Deseo de encontrarse consigo mismo.
- ✚ Generosidad para compartir lo recibido en la formación y acompañamiento.
- ✚ Que sea mayor de 25 años y tenga menos de 50 años.

Como sugerencia se pueden integrar personas con experiencia pastoral (incluyendo vida consagrada) y/o con formación en carreras de las ciencias sociales y humanidades.



Si deseas conocer más sobre el taller de Diseño de proyecto de vida enfocado a jóvenes, comunícate a la dimensión de Fe y Compromiso Social de Caritas Mexicana a los siguientes contactos, estaremos muy contentos de tu interés por emprender este trabajo pastoral con juventudes.

justiciaypaz@caritasmexicana.org
formacion.paz@caritasmexicana.org

¡¡Gracias por la confianza!!

Comisión Episcopal para la Pastoral Social – Caritas Mexicana Dimensión Fe y Compromiso Social CEPS

Caritas Mexicana es miembro de Caritas Internationalis, creada por la Conferencia del Episcopado Mexicano, que anima y promueve la dimensión social de la fe, caridad, justicia, paz y solidaridad a nivel nacional e internacional.

Caritas Mexicana
Tintoreto 104, Col. Ciudad de los Deportes,
Alcaldía Benito Juárez. C.P. 03710, Ciudad de México, México.
(55) 5598-2391
(55) 5598-7512

2023

