

¿CÓMO VIVIMOS Y CÓMO PODEMOS CAMBIAR?

Módulo 1



Miguel Márquez Márquez

Gobernador Constitucional del Estado de Guanajuato 2012-2018

GUANAJUATO SEGURO
Lic. Antonio Salvador García López

CALIDAD DE VIDA
Dr. Éctor Jaime Ramírez Barba

ECONOMÍA PARA LAS PERSONAS
Lic. Héctor López Santillana

GUANAJUATO EDUCADO
Ing. Eusebio Vega Pérez

D.R. GOBIERNO DEL ESTADO DE GUANAJUATO®

ISBN: EN TRÁMITE

El manual para el Programa de Fortalecimiento y Cohesión Social **MI IMPULSO**, se realizó con recursos de todas y todos los guanajuatenses. Si bien sus derechos son del Estado de Guanajuato, se autoriza la reproducción de este material para fines de dar impulso a la calidad de vida de las y los habitantes del territorio estatal siempre y cuando se cite la fuente de origen.

Sra. María Eugenia Carreño de Márquez
Presidenta de DIF Estatal

Dr. Éctor Jaime Ramírez Barba
Secretario de Desarrollo Social y Humano

Ing. Luis Quiroz Echegaray
Subsecretario de Planeación
y Operación para la Organización

Profra. Alejandra Patricia Briseño Gómez
Directora del Fortalecimiento de Capacidades
para el Desarrollo Humano

Mtro. Artemio Torres Gómez
Subsecretario de Administración e Inversión

Alejandro Jiménez Ramírez
Cordinador del Programa

Martín Aurelio Diego Rodríguez
Director de Comunicación Social

Proyecto
Parque de Innovación De La Salle Bajío
Material
Rodolfo Guerrero García, Universidad De La Salle Bajío
Gráficos e Imágenes
Manuel González Zavala, Universidad De La Salle Bajío
Diseño de Portada
Alfonso Alejandro Ayala Hernández
Impresora Marvel, S.A. de C.V.

Impreso en León Guanajuato
2014

www.guanajuato.gob.mx
www.desarrollosocial.gob.mx

UN GOBIERNO CON
ROSTRO HUMANO Y SENTIDO SOCIAL

Amigas y amigos:

El modelo de desarrollo por el que apostamos, tiene como esencia y fundamento a la persona. Estamos convencidos de que el involucramiento de los ciudadanos es fundamental para lograr un gobierno legítimo y exitoso. El Eje Calidad de Vida, impulsa acciones para propiciar una sociedad participativa, organizada e incluyente, con equidad de oportunidades para los diferentes géneros sociales y con una formación socioeducativa.

Tú eres el impulso de nuestro Estado para seguir a la vanguardia, eres lo que nos mueve a mejorar tu calidad de vida. Tu participación es muy importante. Cada acción a realizar entre gobierno y sociedad, cada esfuerzo trabajado en conjunto, logrará que tengamos comunidades fortalecidas.

Por ello, te doy la bienvenida al Programa Impulso a Mi Desarrollo Socioeducativo, un programa que nos conducirá hacia un desarrollo integral para ti, tu familia y tu comunidad, como guanajuatenses fortalecidos en sus libertades, capacidades y derechos.

El material que tienes en tus manos nos llevará a recorrer un camino en el que reflexionaremos sobre quiénes somos y cómo vivimos, cómo construir puentes para el desarrollo, cómo ser factor para el cambio de nuestro entorno, pero principalmente, cómo organizar un plan de vida para el desarrollo personal, que mejore nuestras relaciones familiares y sociales.

Hoy iniciamos una nueva etapa de formación, participaremos activamente en la transformación de nuestro entorno y el mejoramiento de nuestra calidad de vida. Al término de este recorrido veremos reflejado el resultado de nuestro esfuerzo, desempeño y compromiso, te graduarás como promotor del Programa Impulso a Mi Desarrollo Socioeducativo, donde el resultado lo verás reflejado en tu familia y en tu entorno.

Con una sociedad emprendedora y participativa, construiremos el Guanajuato que queremos, con rostro humano y sentido social, que sea orgullo y compromiso de todos. Te felicito por tu esfuerzo, gracias por trabajar por un Guanajuato seguro, educado y próspero que busca una mejor economía para las personas pero, sobre todo, un Guanajuato feliz y con una mejor calidad de vida.

Miguel Márquez Márquez.
Gobernador Constitucional del Estado de Guanajuato.

Introducción

Te damos la bienvenida al programa **Impulso a mi Desarrollo Socioeducativo**.

El programa está estructurado en 4 módulos, en cada uno contaremos con la formación socioeducativa esencial para la instrumentación de acciones que te llevarán a tu desarrollo.

Empecemos este proceso que nos conducirá a conocernos mejor, nos ayudará a buscar nuevas metas y conseguir nuestros retos.

En éste primer modulo, la reflexión es sobre nuestra vida. ¿Cómo somos, cómo vivimos?, ¿creemos que podemos cambiar para mejorar?

Desde un enfoque positivo conoceremos cómo vivimos, haciendo un análisis de nuestra realidad personal, familiar y comunitaria.



Así somos y así vivimos.



Objetivo general del módulo:

Analizar nuestra situación actual de vida para identificar las condiciones que nos ayudarán a mejorar en lo personal, familiar y en nuestra comunidad.

¿Quiénes somos?



Objetivo:

Integrarnos como grupo comprometido de trabajo para buscar formas de mejorar nuestra situación personal, familiar y comunitaria.

Utiliza esta hoja para dibujar lo que te represente. No te preocupes por la calidad, sino por lo que quieres decir con ello.

Reflexión en equipo.

- ◆ ¿En qué nos parecemos todas las familias de éste lugar?

- ◆ ¿Cuáles serán las tres características que nos distinguen y que debemos conservar?

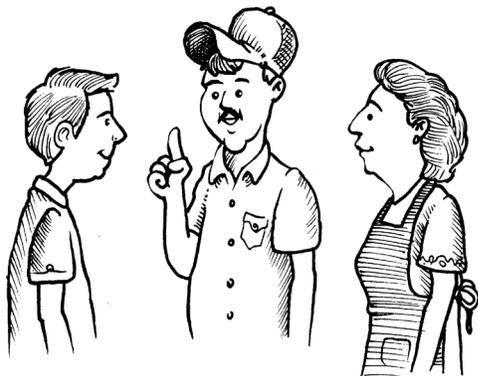
- ◆ ¿Qué cosas nos gustaría que cambiaran en nuestra comunidad?, ¿en cuáles de ellas podemos hacer algo para mejorar?

Anota en este espacio tus conclusiones de la sesión:

Ideas para recordar.



◆ Todos y todas somos importantes.



◆ Cada persona es diferente.



◆ Las familias que vivimos en un mismo lugar tenemos virtudes y problemas comunes y podemos ayudarnos entre todos.

Construyendo la esperanza.



Objetivo:

Identificar aquellos elementos que consideramos más valiosos para nuestro bien, el de nuestra familia y nuestra comunidad.

¿Qué nos hace realmente felices?

Preguntas de reflexión:

- ◆ ¿Cuáles de éstas cosas requieren dinero para tenerlas?
- ◆ ¿Para cuáles no necesito dinero?
- ◆ ¿Cuáles son más importantes y por qué?
- ◆ ¿Cuáles nos harán realmente felices?

Conclusiones:

¿Qué nos ayudará como comunidad a vivir más felices?

Gracias a la Vida.

Violeta Parra.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me dio dos luceros que cuando los abro
perfecto distingo lo negro del blanco.
Y en el alto cielo su fondo estrellado
y en las multitudes el hombre que yo amo.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado el oído que en todo su ancho
graba noche y día grillos y canarios.
Martillos, turbinas, ladridos, chubascos
y la voz tan tierna de mi bien amado.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado el sonido y el abecedario
con él las palabras que pienso y declaro
madre amigo hermano y luz alumbrando,
la ruta del alma del que estoy amando.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado la marcha de mis pies cansados
con ellos anduve ciudades y charcos,
playas y desiertos montañas y llanos
y la casa tuya, tu calle y tu patio.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me dio el corazón que agita su marco
cuando miro el fruto del cerebro humano,
cuando miro el bueno tan lejos del malo,
cuando miro el fondo de tus ojos claros.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado la risa y me ha dado el llanto,
así yo distingo dicha de quebranto
los dos materiales que forman mi canto
y el canto de ustedes que es el mismo canto
y el canto de todos que es mi propio canto.

Gracias a la vida.
Gracias a la vida.
Gracias a la vida.
Gracias a la vida.

Ideas para recordar:



- ◆ Las cosas materiales no siempre nos ayudan a ser felices.



- ◆ Lo que verdaderamente nos importa casi nunca lo podemos pagar, porque es gratuito.



- ◆ Tenemos lo necesario para ser felices.

Tesoros en la bodega.



Objetivo:

Reconocer los recursos personales, familiares y comunitarios con los que contamos. Son esos tesoros que tenemos y a los cuales no les damos mucho uso.

Inventario de vida:

1. ¿Cuándo me siento totalmente vivo? ¿Cuáles son las cosas, los acontecimientos, las actividades, que me hacen sentir que realmente vale la pena vivir, que es maravilloso estar vivo?
2. ¿Qué es lo que hago bien?
3. ¿En qué puedo contribuir a la vida de las y los demás?
4. ¿Qué es lo que hago bien para mi propio desarrollo y bienestar?
5. Dada mi situación actual y mis aspiraciones, ¿qué necesito aprender a hacer?
6. ¿Qué deseos debo convertir en planes?
7. ¿He descartado algunos sueños por no ser realistas y que deba volver a soñar?
8. ¿Qué recursos tengo sin desarrollar o mal utilizados? Estos recursos pueden referirse a cosas materiales, a talentos personales o amistades.
9. ¿Qué debo dejar de hacer a partir de hoy?

¿Qué observamos en los sociodramas?

Conclusiones.

- ◆ Para aprovechar mejor mis recursos:
¿Qué tengo que empezar a hacer o dejar de hacer en mi familia?

- ◆ ¿Qué podemos empezar a hacer o dejar de hacer en nuestra comunidad?

Ideas para recordar.



- ◆ La vida nos da muchos regalos, ¿cuáles te ha dado a ti?



- ◆ Todos y todas disponemos de muchos recursos que podemos usar en diferentes momentos.



- ◆ Si como comunidad compartimos nuestros recursos tendremos una mejor calidad de vida.

Anteojos de colores.



Objetivo:

Identificar nuestro estilo más común de ver y solucionar nuestros problemas.

¿Cuál será nuestra forma más frecuente de ver los problemas?

- ◆ Blanco: Les gusta pensar en hechos puros, números e información.
- ◆ Rojo: Son emociones y sentimientos, también tienen presentimientos y usan la intuición.
- ◆ Negro: Detectan rápidamente las cosas negativas y las razones por las que algo puede no funcionar.
- ◆ Amarillo: Es la luz del sol, brillo, observan las cosas con optimismo, son positivas, constructivas, y ven la oportunidad.
- ◆ Verde: Es fertilidad, creatividad, plantas brotando de las semillas, movimiento, provocación.
- ◆ Azul: Es la moderación y el control, son los directores de orquesta.

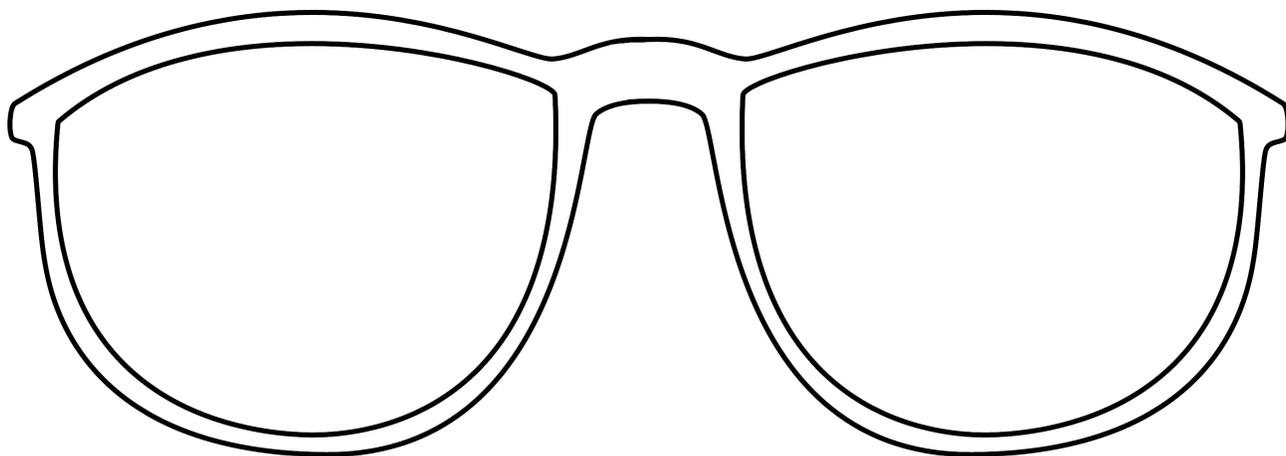
¿Cuál es el color que usas más frecuentemente?

¿Qué tiene de positivo usar ese color?

¿Qué tiene de negativo usar ese color?

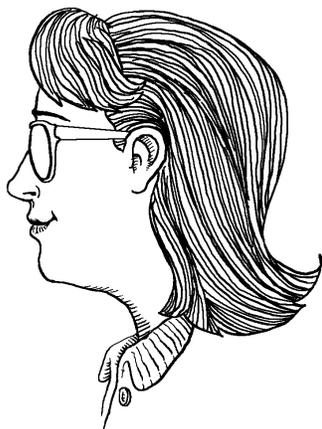
Cambio de color.

¿Qué color te gustaría probar?



Anota aquí las experiencias de tu semana usando tu nuevo color.

Ideas para recordar:



◆ ¿De qué color son tus anteojos?



◆ Si cada problema es diferente, entonces requerimos ver y resolverlos de manera diferente.

Colaboradores

Ing. Luis Quiroz Echegaray

Profra. Alejandra Patricia Breseño Gómez

Alejandro Jimenez Ramírez

Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia

Coordinación General de Comunicación Social

Presidentes Municipales de Guanajuato

José de Jesús Maciel Quiroz
Director General Jurídico

Fortino Hernández Becerra
Director de Desarrollo Humano y Comunitario

Martha Daniela González Noriega
Asistente Vinculador

Nancy Martínez Durán,
Ana Patricia Díaz Almaraz,
Ma. de Lourdes Ríos Mendez
Raúl Caudillo López

Contactos:

Secretaría de Desarrollo Social y Humano
Paseo de la Presa Número 99-101
Guanajuato, Gto. C.P. 36000
Teléfono (01-473) 7 35 35 00 Ext 3242



SedeshuGto

MI IMPULSO



Este material fue impreso en:
Impresora Marvel, S.A. de C.V.
con tintas de prosedencia vegetal base soya, y papel reciclado.

Bld. La Merced No. 2209, Fracc. Portales de San Sebastián,
Teléfonos (01 477) 470 85 22, 470 85 23
León, Guanajuato, México. C.P. 37450
www.impresoramaravel.com





Paseo de la Presa N° 103 Col. Centro
Guanajuato, Gto.

www.desarrollosocial.guanajuato.gob.mx



<http://portalsocial.guanajuato.gob.mx>

Gobierno del Estado de Guanajuato