

Hablemos del futuro

Carta desde mi yo del futuro.



DURACIÓN TOTAL:

30 minutos.



MATERIALES:

Hojas o cuaderno,
boli, música suave
(opcional).



FORMATO:

Individual/ grupo/ plenario.



COMPETENCIAS:

Aprendizaje para la
vida (autoconocimiento,
toma de decisiones).



OBJETIVO:

Fomentar la reflexión sobre el
propio proyecto vital y laboral,
ayudando al alumnado a visualizar
metas de futuro, reconocer la
importancia de las decisiones y los
pasos intermedios, y comprender
que los errores forman parte del
aprendizaje y pueden abrir nuevas
oportunidades.

1. Inicio (5')

"Rocío dice en el vídeo que el futuro se construye con las decisiones que vamos tomando. Vais a imaginar cómo os gustaría que fuera vuestro día a día laboral dentro de 10 años".

Preguntas para lanzar al grupo:

- **¿Dónde os gustaría estar trabajando dentro de 10 años?**
- **¿Qué os gustaría haber conseguido a nivel laboral?**

Deja que compartan en voz alta. Refuerza las aportaciones con frases breves: "Muy interesante", "eso es un buen ejemplo", etc.

2. Trabajo individual (10')

"Ahora, vais a escribir una carta como si tuvierais 10 años más y estuvierais ya trabajando en lo que deseáis. Esta carta se la vais a dirigir a vuestro yo actual":

Preguntas para guiar al alumnado en la escritura de su carta:

- **¿Cómo es tu día de trabajo?**
- **¿Qué pasos tuviste que dar para llegar ahí? (estudios, experiencias, personas que ayudaron).**
- **¿Qué obstáculos encontraste y cómo los superaste?**
- **¿Cambiate de decisión por el camino?**

No se trata de adivinar, sino de imaginar y planificar.
Equivocarse o cambiar de camino también forma parte del proceso.

3. Trabajo en grupo (10')

"En grupos de 4 vais a compartir vuestras narraciones. Después, reflexionad en grupo y responded a estas preguntas:

- **¿Qué pasos en común aparecen en vuestras cartas?**
- **¿Qué alternativas existen si no se consigue el objetivo principal?**
- **¿Qué papel juegan los errores y aprendizajes en el camino?**

Mientras circulas por los grupos, refuerza la idea de que hay muchos caminos posibles para llegar a una meta, y que el error no cierra puertas, sino que abre aprendizajes.

4. Cierre (5')

Cada grupo elige un portavoz que comparte:

- Un paso común identificado.
- Una alternativa si no se logra la meta principal.

MENSAJE DE CIERRE:

El futuro laboral no está escrito: se construye con pasos, con decisiones y también con aprendizajes de los errores. Lo importante es avanzar, adaptarse y no rendirse a la primera.

5. Evaluación formativa (rápida)

Cada estudiante escribe en un post-it:

"El primer paso que puedo dar esta semana hacia mi futuro laboral soñado es..."

Todo el alumnado pega sus notas en la pizarra y se leen algunos ejemplos.

6. Extensión (si te sobran 5')

"Habéis escrito vuestra carta laboral soñada. Pero la vida no siempre sale como planeamos: pueden cambiar nuestros gustos, surgir obstáculos o aparecer nuevas pasiones. Lo importante es tener alternativas. Por eso, vamos a pensar también en un Plan B y un Plan C".

Instrucciones:

Dibujad una tabla con tres columnas en vuestro cuaderno:

- Plan A: mi meta laboral soñada.
- Plan B: una alternativa cercana, realista y que también me guste.
- Plan C: un camino diferente, en el que también podría ser feliz o aprender mucho.

Ejemplo:

Plan A: ser fisioterapeuta deportivo.

Plan B: estudiar nutrición o ciencias del deporte.

Plan C: trabajar en un gimnasio y hacer cursos de entrenador personal.

Preguntas para cerrar la reflexión:

- **¿Qué habéis descubierto al escribir vuestros Planes B y C?**
- **¿Cómo cambia la presión cuando sé que tengo más de un camino?**

MENSAJE DE CIERRE:

"El error o el cambio de ruta no es un fracaso, es aprendizaje. Lo importante no es llegar exactamente donde imaginamos, sino avanzar hacia un futuro que nos ilusione y nos haga crecer".

MENSAJES CLAVE A TRANSMITIR

- ✓ El futuro laboral se construye poco a poco.
- ✓ Los pasos intermedios son tan valiosos como la meta final.
- ✓ Los errores forman parte del aprendizaje y permiten redirigir el camino.
- ✓ Hay muchos caminos posibles para llegar a una misma meta.



ERRORES COMUNES Y CÓMO EVITARLOS



Soñar sin pasos concretos: anima a escribir acciones claras (ej. "buscar información sobre un ciclo formativo", "preguntar a alguien del sector").



Frustración si no se logra la meta principal: recuerda que hay alternativas válidas y que cada error suma.