Preguntas reflexivas sobre el cortometraje One Small Step

En una hoja pon tus datos, la fecha, el título de arriba y responde a cada pregunta ,poniendo el número que corresponde a cada respuesta que anotes.

1. Primer acercamiento: ¿qué me hizo sentir?

1. ¿Qué emoción te produjo el cortometraje y qué momento la provocó?
2. ¿Con qué personaje te identificaste más? ¿Por qué?
3. ¿Qué escena se quedó más presente en tu mente y qué significado tiene para ti?
4. Si tuvieras que describir el cortometraje con tres palabras, ¿cuáles elegirías?
5. ¿Qué mensaje consideras que intenta transmitir la historia?

2. Mis sueños y aspiraciones

6. Luna tiene un sueño que comienza desde pequeña. **¿Cuál es o ha sido un sueño importante para ti?**
7. ¿Hay alguna actividad, tema o profesión que te genere entusiasmo incluso cuando implica esfuerzo?
8. ¿Qué cosas te gustaría aprender o llegar a dominar en los próximos años?
9. ¿Tu idea de lo que quieres hacer en el futuro ha cambiado con el tiempo? ¿Cómo y por qué?
10. ¿Qué diferencia existe entre hacer algo porque realmente te interesa y hacerlo porque otras personas esperan que lo hagas?

3. Motivaciones personales

11. ¿Qué factores influyen actualmente en tus decisiones sobre tu futuro: intereses, habilidades, familia, economía, amigos, reconocimiento social, estabilidad, otros?
12. ¿Qué te gustaría que tuviera tu futura actividad profesional para sentir que vale la pena dedicarle tiempo y esfuerzo?
13. ¿Qué cosas te motivan a seguir adelante cuando algo se vuelve difícil?
14. ¿Qué características personales tuyas podrían ayudarte a alcanzar una meta a largo plazo?

4. Obstáculos y perseverancia

15. Luna encuentra dificultades para alcanzar su sueño. **¿Qué obstáculos identificas en tu propia vida que podrían dificultar tus metas?**
16. ¿Cuáles de esos obstáculos dependen de ti y cuáles están fuera de tu control?
17. Cuando algo no sale como esperabas, ¿qué sueles hacer: abandonar, cambiar de estrategia, pedir ayuda o continuar de la misma manera? ¿Por qué?
18. ¿Qué significa para ti “dar un pequeño paso” hacia una meta?
19. Piensa en una meta que tengas actualmente. ¿Cuál sería un pequeño paso concreto que podrías dar esta semana para acercarte a ella?

5. Familia, expectativas y decisiones

21. ¿Cómo influye la familia de Luna en sus decisiones y en su manera de enfrentar los retos?
22. ¿Qué personas han influido en tus ideas sobre lo que deberías estudiar o hacer profesionalmente?
23. ¿Alguna vez has sentido que debes elegir una carrera para cumplir las expectativas de alguien más?
24. ¿Cómo distinguirías entre un consejo que te ayuda a tomar una decisión y una presión que condiciona tu decisión?
25. ¿Qué papel te gustaría que tuviera tu familia en las decisiones relacionadas con tu futuro?

7. Proyecto de vida

26. Imagina que tienes 10 años más y estás viviendo una vida que consideras satisfactoria. **¿Cómo sería un día normal de esa vida?**
27. ¿Qué relación existe entre tus decisiones actuales y la persona que quieres llegar a ser?
28. ¿Qué aspectos de tu futuro ya tienes relativamente claros y cuáles todavía son una incógnita?
29. ¿Qué miedo relacionado con tu futuro te gustaría aprender a enfrentar?
30. ¿Qué estarías dispuesto(a) a intentar aunque exista la posibilidad de equivocarte?
31. ¿Qué significa para ti tener éxito? ¿Quién definió esa idea de éxito?
32. ¿Qué preferirías: tener una meta perfectamente definida o comenzar a explorar diferentes posibilidades? Explica tu respuesta.

8. Cierre: mi siguiente paso

33. Después de ver el cortometraje, ¿cambió en algo tu manera de pensar sobre tu futuro?
34. ¿Qué descubriste sobre ti mismo(a) durante esta reflexión?
35. ¿Qué decisión relacionada con tu futuro necesitas comenzar a tomar?
36. ¿Qué información necesitas obtener antes de tomarla?
37. ¿A quién podrías pedir orientación o apoyo?
38. **¿Cuál es tu "pequeño paso" a partir de hoy?**
39. Completa la frase: **"No sé exactamente dónde estaré en algunos años, pero hoy puedo comenzar por…**_____

_____

_____"