



Let's
find
your Ikigai.

**EL JUEGO DE CARTAS PARA
ENCONTRAR TU VOCACIÓN**



Let's find your Ikigai ha sido desarrollado con fines educativos en el campo de la educación no formal, dentro del proyecto de cooperación "**E&E: together for our youth**", que involucra a **Ethos MTÜ** y **Valdeorras Vive**.

Con este juego queremos invitar a los jóvenes a reflexionar de manera más profunda que de costumbre en la búsqueda de su verdadera **vocación**. Buscamos promover diálogos constructivos y una mejor auto-conciencia. Las cartas se pueden utilizar en eventos y reuniones con personas de todas las edades.

Autor: Lucas Docampo Gacio

Imágenes: Aleksandra Galkina

SOBRE NOSOTROS

Ethos MTÜ y **Valdeorras Vive** son asociaciones enfocadas en empoderar a los jóvenes, especialmente en áreas rurales. Participamos en el programa Erasmus+ para brindar oportunidades de aprendizaje y crecimiento en Estonia, España y en el extranjero.

Creemos que todos los jóvenes tienen el potencial de ser emprendedores y nos enfocamos en la juventud rural para brindarles las herramientas y recursos necesarios para tener éxito.


www.ethosmtu.com

www.valdeorrasvive.org

SOBRE IKIGAI

El método **IKIGAI** te ayuda a descubrir qué metas y pasiones debes perseguir. El enfoque se toma fuera del mundo virtual, priorizando el aquí y el ahora.

El nacimiento de este concepto se remonta a tiempos antiguos, pero fue popularizado por primera vez a principios de la década de 1960. La filosofía se basa en una práctica que requiere una reflexión profunda y exhaustiva de uno mismo para descubrir la pasión y el propósito de la vida.



EUROOPA NOORED

Desde 2014, **Euroopa Noored** coordina el programa Erasmus+ de la Unión Europea para la educación, la juventud y el deporte en el campo de la juventud en **Estonia**.

Euroopa Noored apoya la participación, el emprendimiento y la realización de los jóvenes, fortalece la calidad y la internacionalización del trabajo juvenil y promueve el desarrollo de políticas juveniles.

www.euroopanoored.eu

ERASMUS+

Erasmus+ es un programa de la UE que promueve la movilidad y el desarrollo de habilidades para los jóvenes, con un enfoque en mejorar su competitividad, ciudadanía activa y compromiso social.

El programa ofrece oportunidades para la participación de los jóvenes en proyectos de voluntariado, intercambios, becas y programas de aprendizaje en toda Europa. Erasmus+ es una plataforma para el crecimiento y la integración de la juventud en Europa.

www.erasmus-plus.ec.europa.eu




Erasmus+

EN PROFUNDIDAD

Divide a los participantes en parejas y sientalos en una mesa o un espacio cómodo para la reflexión. Proporcione a cada pareja una de las 4 tarjetas de Ikigai y invite a cada pareja a intercambiar sus respuestas, dedicando un tiempo similar a cada una de las cuatro preguntas de Ikigai.

El juego termina cuando los participantes han hablado en profundidad sobre cada una de las cuatro tarjetas. Al final, se reúne todo el grupo y se invita a la pareja a presentar sus conclusiones a la audiencia.



INTERCAMBIOS

Reúne al grupo y entrega a cada participante una tarjeta con una pregunta de Ikigai. Anímalos a formar parejas y turnarse para responder las preguntas del otro. A medida que terminen, haz que intercambien las tarjetas y continúen reuniéndose con nuevos compañeros.

Una vez que todos los participantes hayan tenido la oportunidad de responder a todas las preguntas o se haya agotado el tiempo establecido, reúne al grupo para concluir el ejercicio y reflexionar sobre sus nuevas conexiones.

GALERÍA DE ARTE

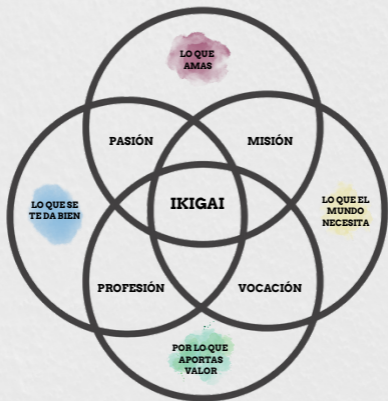
Entrega una tarjeta a cada participante y hazles una invitación en grupos de cuatro para que creen una pintura que responda visualmente a su pregunta. Cuando los dibujos estén listos, hazles una invitación a compartir su obra de arte con el resto del grupo y explicar sus motivos. Al final de la actividad, puedes crear una galería con los resultados.



CITAS RÁPIDAS

Reparte dos tarjetas a cada participante y coloca al grupo formando dos círculos, uno exterior y uno interior, con el mismo número de participantes mirándose frente a frente. Cada pregunta requiere entre uno y tres minutos para ser respondida en pareja, y al final del tiempo, gira los participantes de manera aleatoria para responder varias preguntas diferentes.







Lo que amas hacer



Por lo que aportas valor



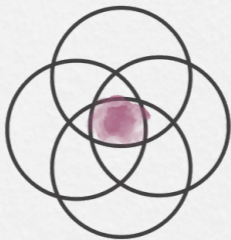
Lo que se te da bien



Lo que el mundo necesita

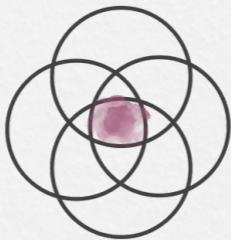


**¿Cuál es tu actividad favorita
que te hace sentir como un
pez en el agua?**



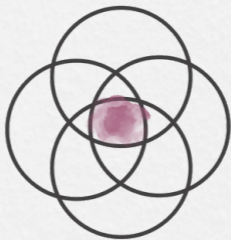


**¿Qué soñabas ser de mayor
durante tu infancia?**



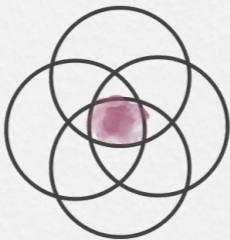


¿Qué personalidades o famosos te inspiran?



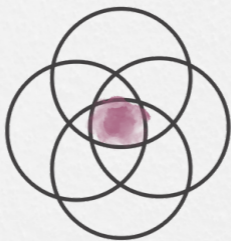


¿Qué te gustaría mejorar o aprender hasta convertirte en un profesional?



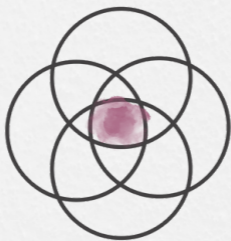


**¿A qué solías jugar de
pequeño durante horas sin
llegar a aburrirte?**



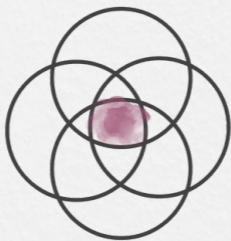


**¿Si tuvieses todo el tiempo
del mundo, ¿Qué cosas
harías cada día?**



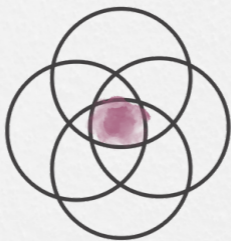


**¿Cuál es tu recuerdo favorito
y qué significado tiene
para ti?**



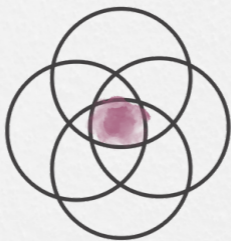


**Si pudieras tener cualquier
superpoder, ¿Cuál
escogerías y por qué?**



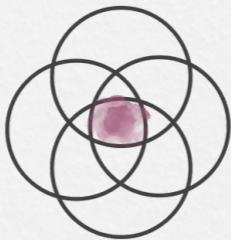


¿Cuál es la cosa más espontánea o impulsiva que has hecho y por qué?





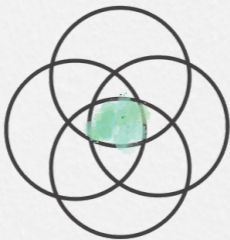
**Si tuvieses que describirte
con tres palabras, ¿Cuáles
escogerías y por qué?**





**¿Cuál sería tu superpoder
para solucionar problemas y
hacer a otros felices?**

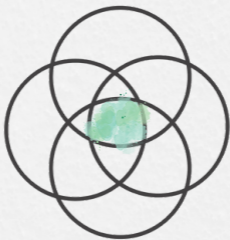
POR LO QUE APORTAS VALOR





**¿Qué sueños te gustaría
cumplir con un negocio o
una iniciativa?**

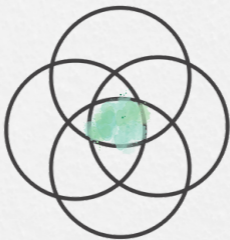
POR LO QUE APORTAS VALOR





**¿Qué crees que es necesario
para tener un negocio?**

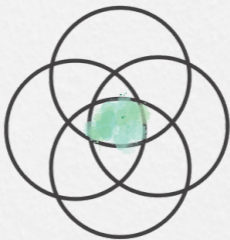
POR LO QUE APORTAS VALOR





¿Cómo te imaginas a ti mismo creando riqueza?

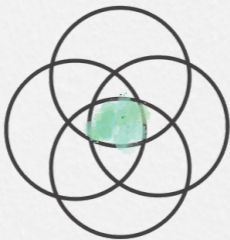
POR LO QUE APORTAS VALOR





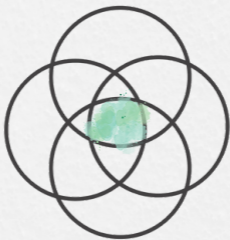
¿Cuáles son tus valores más importantes?

POR LO QUE APORTAS VALOR





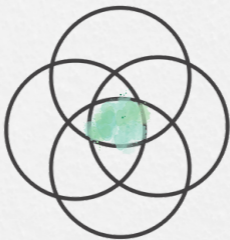
**¿Qué es lo que más te gusta y
cómo podrías transformarlo
en un producto?**





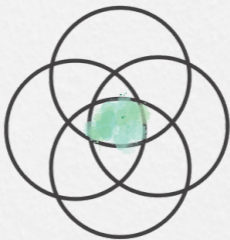
¿Qué habilidad tienes por la que otros pagarían?

POR LO QUE APORTAS VALOR



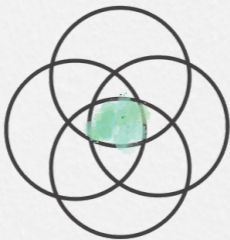


¿Cuáles son tus mayores pasiones y como podrías transformarlas en un negocio?



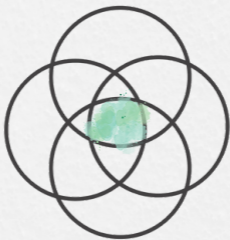


**¿Qué harías si tuvieses que
iniciar un negocio mañana
mismo?**





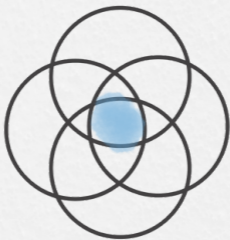
¿Puedes recordar algún momento en el que ayudases a alguien con un problema?

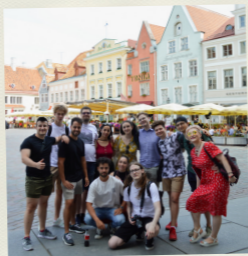




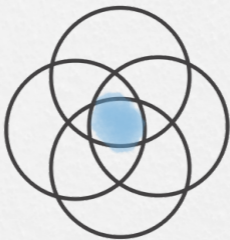
**¿De qué logros te sientes
verdaderamente orgulloso?**

LO QUE SE TE DA BIEN



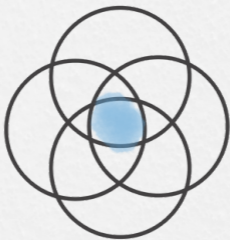


¿Cuáles son esas habilidades que consideras "únicas"?



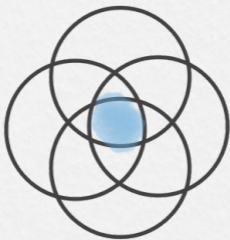


¿De qué te sientes seguro y tranquilo cuando piensas en el futuro?



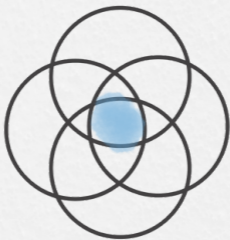


**¿Qué cumplidos has recibido
de otros que recuerdes con
alegría u orgullo?**



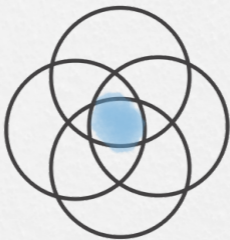


¿Qué actividades o tareas disfrutas haciendo porque te sientes seguro en el proceso?



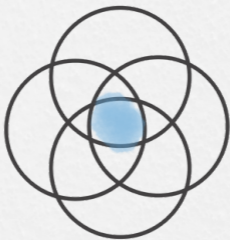


**¿En qué tipo de actividades
puedes más que la pereza?**



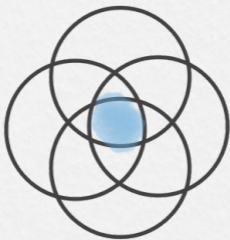


**¿Qué es facilísimo para ti
pero muy complicado para
otros?**





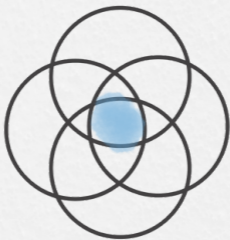
**¿Cuándo has recibido
reconocimiento por tus
habilidades o logros?**





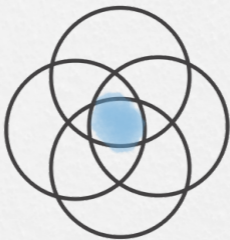
**¿Qué cosa fundamental
debería saber todo el mundo
sobre ti?**

LO QUE SE TE DA BIEN



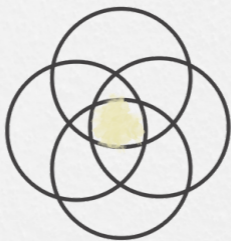


**¿Cuál fue la idea o invento
más ridículo que tuviste en
tu infancia?**



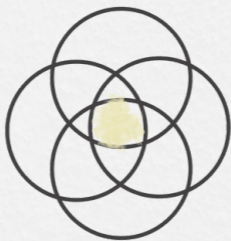


**¿Cuáles son los principales
desafíos que vive tu pueblo o
ciudad?**





**¿Cuáles son los mayores
problemas de la juventud de
tu entorno?**



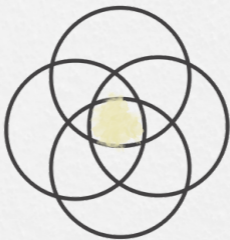


**¿Cómo puedes ayudar a
crear un futuro mejor en el
mundo o en tu comunidad?**



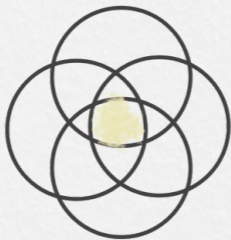


**¿Qué cambios quieres ver en
el mundo y por qué serían
importantes para ti?**



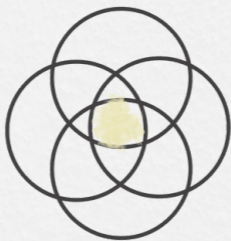


¿Qué negocio iniciarías si el dinero no fuese un problema en absoluto?



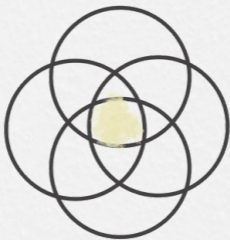


**Si tuvieras una varita mágica
para solucionar un problema
del mundo, ¿Qué escogerías?**



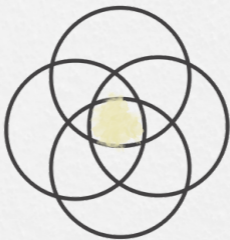


**Si pudieses conversar con
cualquier personaje histórico,
¿Con quién hablarías y qué le
preguntarías?**



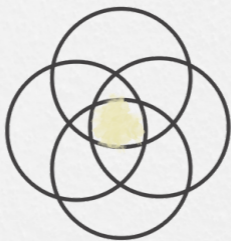


**Si pudieras inventar
cualquier producto para
cambiar el mundo,
¿Qué sería?**





Si fueses el alcalde de tu ciudad, ¿Qué sería lo primero que cambiarías?





**¿Dónde te gustaría hacer
voluntariado en tu
comunidad?**

