



7

PRESENTA TU PLAN

MI PRINCIPIO FUNDAMENTAL

PRINCIPIOS EDUCATIVOS,
HABILIDADES Y HÁBITOS



INFORME—Tiempo máximo: 25 minutos

COMPROMISOS DE LA ÚLTIMA SEMANA

Practique y comparta el principio Mi fundamento de la semana pasada.

R

presentar mi plan de autosuficiencia.

Llevar un registro de mis gastos diarios.

Contactar y apoyar a mi socio de acción.

PASO 1: EVALUAR CON EL SOCIO DE ACCIÓN (5 minutos)

k

k

tu evaluación con tu pareja y discute con él o ella la siguiente pregunta.

Luego pondrá sus iniciales donde se indique.

Discutir: ¿Qué desafíos tuvo para cumplir con sus compromisos?

¿esta semana?

EVALUANDO MIS ESFUERZOS					
INSTRUCCIONES:					
CLAVE: - Esfuerzo mínimo - Esfuerzo moderado - Esfuerzo significativo					
Practique y comparta el principio Mi fundamento	Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Fortalezca habilidades y hábitos	Conteste y apoye a mi socio de acción	Asigne Sucesos Iniciales	
Semana 1	La autosuficiencia es un principio de autosuficiencia	Compartir mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semana 2	Adoptar hábitos	Explorar opciones laborales en mi área	Engagement de gastos		
Semana 3	Quitar lo que no funciona		Engagement de gastos		
Semana 4	Buscar oportunidades, mejorar hábitos, pero ¿cómo llegar?	Explorar opciones de capacitación	Engagement de gastos		
Semana 5	Prepararse y ser paciente		Engagement de gastos		
Semana 6	Trabaje duro de responsabilidad personal		Engagement de gastos		
Semana 7	Contribuir en una situación difícil	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Compartir mi plan de autosuficiencia con la familia y amigos		
Semana 8	Usar el tiempo sabiamente	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Eligir un principio, aplicar lo aprendido, evaluar los resultados, mejorar los hábitos		
Semana 9	Comunicar, pedir y escuchar	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Eligir una competencia, mejorar los hábitos, compartir el éxito de aprendizaje, generar hábitos		
Semana 10	Revisar progreso	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Eligir una habilidad de estudio, completar tareas, proporcionar apoyo a los estudiantes		
Semana 11	Buscar inspiración	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Eligir una habilidad con un mentor, aprender del maestro, aprender los conceptos		
Semana 12	Revisar los resultados del tiempo	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Practicar una habilidad o calidad		

PASO 2: INFORME AL GRUPO (8 minutos)

k

resultados. Recorra el grupo y cada estado si se calificó como “rojo”, “amarillo” o “verde” para cada uno de los compromisos de la semana pasada.

PASO 3: COMPARTE TUS EXPERIENCIAS (10 minutos)

Ahora comparta en grupo las cosas que aprendieron al esforzarse por cumplir sus compromisos durante la semana.

Debate: • ¿Qué experiencias tuviste al practicar y compartir el principio Mi Fundamento?

• R

¿tu educación?

• ¿Qué aprendió mientras se preparaba para presentar su plan de autosuficiencia?

• ¿Cómo le ayuda trabajar con un socio de acción?

PASO 4: ELIJA SOCIOS DE ACCIÓN (2 minutos)

Elija un compañero de acción del grupo para la próxima semana. Generalmente, los socios de acción son del mismo sexo y no son miembros de la familia.

Tómese un par de minutos para reunirse con su compañero de acción. Preséntense y discutan cómo se comunicarán entre sí durante la semana.

Escriba cómo y cuándo se comunicarán esta semana.

SOL	MI	MARTES	CASARSE	JUEVES	VIE	SE SENTO



MI FUNDACIÓN: SER UNO, SERVIR JUNTOS —Tiempo máximo: 20 minutos

Reflexiona: ¿Cómo es que realmente perderme al servicio de los demás
¿Sálvame?

Ver: "A la manera del Señor", disponible en srs.lds.org/videos.

(¿No hay video? Lea la página 121.)

Debate: ¿Cómo puede servir a los demás abrir las ventanas del cielo
en tu vida?

Leer: Algunos sienten que merecen lo que otros ya tienen, lo que puede
provocar resentimiento. Otros se sienten con derecho a cosas que
no se han ganado. Estas dos trampas impiden que las personas
vean una verdad esencial: todas las cosas pertenecen a Dios. El
resentimiento y los derechos se superan centrándose en las necesidades de los demás.
Lea Mosíah 2:17, Mosíah 4:26 y la cita del presidente
Gordon B. Hinckley (a la derecha).

ACTIVIDAD

Paso 1: Como grupo, piensen en alguien que necesite ayuda.

Paso 2:

Paso 3: Haz un plan para servir a esa persona. Por ejemplo, podrías:



Mi familia

Historias que nos unen



- Realizar un proyecto de servicio en su comunidad.
- Prepare su historia familiar usando el folleto. Luego ve al templo y realiza ordenanzas sagradas por los familiares que hayan fallecido.

, "Su

Madre", Alférez,
noviembre de 2000, 97

Leer:

Monson (a la derecha)

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante la semana. Comprobar el cuadro cuando completes cada acción.

Actúe según el plan que hizo para servir a alguien.

Comparte lo que has aprendido hoy sobre el servicio con tu familia o amigos.

A LA MANERA DEL SEÑOR

Si no puede ver el vídeo, lea este guión.



PRESIDENTE HENRY B. EYRING:

Los principios que constituyen la base del programa de bienestar de la Iglesia no son válidos para un solo momento o lugar. Son para todos los tiempos y todos los lugares. . . .

... La forma de hacerlo es clara.

Los que han acumulado más

deben humillarse para ayudar a los necesitados. aquellos en abundancia

R

comodidad, tiempo, habilidades y recursos para k

Y la ayuda debe brindarse de manera que aumente el poder de quienes la reciben para cuidar de sí mismos y luego cuidar de sí mismos.

para otros. Si se hace de esta manera, a la manera del Señor, algo extraordinario puede suceder.

Tanto el que da como el que recibe son bendecido.

(Adaptado de un discurso pronunciado por el presidente Eyring en la dedicación del Centro de Servicios de Bienestar Sugarhouse Utah, junio de 2011, LDS.org)

PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF:

Hermanos y hermanas, cada uno de nosotros tenemos la responsabilidad del convenio de ser sensibles a las necesidades de los demás y servir como el Salvador lo hizo: extender la mano, bendecir y elevar a quienes nos rodean.

A menudo, la respuesta a nuestra oración no llega mientras estamos de rodillas, sino mientras estamos de pie sirviendo al Señor

Eso

R

nuestros espíritus, quita las escamas de nuestros ojos espirituales y abre las ventanas de los cielos. Al convertirse en la respuesta a n

respuesta a la nuestra.

(“Esperando en el camino a Damasco”, o mayo de 2011, 76)

Volver a la página 120.

“Volviendo a nosotros mismos:

R

Alférez o

Liahona,

“Líderes de la Iglesia

Valores”, Liahona, 1999, 118



APRENDER—Tiempo máximo: 45 minutos

1. PRESENTE SU PLAN DE AUTOSUFICIENCIA Y APRENDA DE ENTRE SÍ

Lea: “El compromiso es una parte esencial del [cambio]. Es el acto de obligarse a seguir un curso de acción y luego seguir diligentemente esa decisión. Cuando las personas están genuinamente comprometidas, tienen una intención real, lo que significa que tienen plena intención de hacer lo que se han comprometido a hacer. Toman una decisión firme y seria de cambiar”
(

Hoy presentarás tu plan de autosuficiencia al grupo. Utilice su plan de autosuficiencia completo de las páginas 107 a 8. Grupo

ACTIVIDAD (40 minutos)

Compartir su plan de autosuficiencia con otras personas le ayudará a estar más comprometido a seguir adelante con su plan.

Paso 1: Elija un cronometrador: alguien que ayude a que las presentaciones y los comentarios se mantengan encaminados. Dé tres minutos para cada presentación. El cronometrador le avisa al presentador cuando le queda un minuto y luego Quedan 30 segundos.

Paso 2: decidir el orden de las presentaciones.

Paso 3: Tórnense para presentar (en tres minutos o menos) y dar retroalimentación (en dos minutos o menos).

Los siguientes consejos pueden ser útiles al realizar su presentación y al darse retroalimentación mutua.

PRESENTADOR	MIEMBROS DEL GRUPO	CRONOMETRADOR
R planes. no te apresures a través de tu tanto como puedas.	preguntas que podría hacer y que serían útiles (y nunca perjudiciales) para el presentador. gusta. página 124 y el espacio para tomar notas si te resulta útil.	las cosas avanzan, especialmente si hay cuando el tiempo casi se acaba. Si se está produciendo una discusión significativa, déjela pasar por un momento antes de volver a la normalidad.

This image shows a full page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Debate: ¿Cuáles son las cosas más importantes que aprendiste en la reunión de grupo de hoy?



PENSAR—Tiempo máximo: 5 minutos

“Busquen diligentemente, oren siempre y crean, y todas las cosas
obrarán juntas para su bien” (D. y C. 90:24).

¿Cuáles son las cosas más significativas que aprendí hoy?

¿Qué haré como resultado de lo que aprendí hoy?



COMMIT: Tiempo máximo: 10 minutos

MIS COMPROMISOS

Practicaré y compartiré el principio Mi fundamento de esta semana.

Actualizaré mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Compartiré mi plan de autosuficiencia con familiares o amigos.

Me pondré en contacto y apoyaré a mi socio de acción.



8

CREAR UN ENTORNO PARA EL ÉXITO

MI PRINCIPIO FUNDAMENTAL

PRINCIPIOS EDUCATIVOS,
HABILIDADES Y HÁBITOS



INFORME—Tiempo máximo: 25 minutos

COMPROMISOS DE LA ÚLTIMA SEMANA

- Practique y comparta el principio Mi fundamento de la semana pasada.
- Actualizar mi plan de autosuficiencia según sea necesario.
- Compartir mi plan de autosuficiencia con familiares o amigos.
- Contactar y apoyar a mi socio de acción.

PASO 1: EVALUAR CON EL SOCIO DE ACCIÓN (5 minutos)

k

k

tu evaluación con tu pareja y discute con él o ella la siguiente pregunta.
Luego pondrá sus iniciales donde se indique.

Discutir: ¿Qué desafíos tuvo para cumplir con sus compromisos?
¿esta semana?

EVALUANDO MIS ESFUERZOS					
INSTRUCCIONES					CLAVE: - Evaluación mínima - Evaluación moderada - Evaluación significativa
Practique y comparta el principio Mi fundamento	Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Fortalezca habilidades y hábitos	Contacte y apoye a mi socio de acción	Acción Socio Iniciales	
Semana 1 La autosuficiencia es un principio de educación	Compartir mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			AM
Semana 2 Mantener el plan	Explorar opciones laborales en mi área	Engagement de gastos			
Semana 3 Espere 10 en el desarrollo		Engagement de gastos			
Semana 4 Busco oportunidades para crecer y aprender	Explorar opciones de capacitación	Engagement de gastos			
Semana 5 Mantener el plan de autosuficiencia		Engagement de gastos			
Semana 6 Trabaje en mi plan de autosuficiencia		Engagement de gastos			
Semana 7 Comparte en una semana de plan	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Compartir mi plan de autosuficiencia con familiares o amigos			
Semana 8 Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			
Semana 9 Compartir, pedir y escuchar	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			
Semana 10 Mantener el plan de autosuficiencia	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			
Semana 11 Mantener el plan de autosuficiencia	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			
Semana 12 Mantener el plan de autosuficiencia	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			
Semana 13 Mantener el plan de autosuficiencia	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos			

PASO 2: INFORME AL GRUPO (8 minutos)

k

resultados. Recorra el grupo y cada estado si se calificó como “rojo”, “amarillo” o “verde” para cada uno de los compromisos de la semana pasada.

PASO 3: COMPARTE TUS EXPERIENCIAS (10 minutos)

Ahora comparta en grupo las cosas que aprendieron al esforzarse por cumplir sus compromisos durante la semana.

Debate: • ¿Qué experiencias tuviste al practicar y compartir el principio Mi Fundamento?

- ¿Qué aprendió al actualizar su plan de autosuficiencia?
- ¿Qué aprendió al compartir su plan de autosuficiencia con familiares o amigos?
- ¿Cómo le ayuda trabajar con un socio de acción?

PASO 4: ELIJA SOCIOS DE ACCIÓN (2 minutos)

Elija un compañero de acción del grupo para la próxima semana. Generalmente, los socios de acción son del mismo sexo y no son miembros de la familia.

Tómese un par de minutos para reunirse con su compañero de acción. Preséntense y discutan cómo se comunicarán entre sí durante la semana.

Escriba cómo y cuándo se comunicarán esta semana.

SOL	MI	MARTES	CASARSE	JUEVES	VIE	SE SENTO



MI FUNDACIÓN: UTILIZAR EL TIEMPO SABIAMENTE

—Tiempo máximo: 20 minutos

Medita: ¿Por qué el tiempo es uno de los mayores regalos de Dios?

Ver: “El regalo del tiempo”, disponible en srs.lds.org/videos.

(¿No hay vídeo? Lea la página 131.)

Comente: ¿Qué aprendió de la hermana Benkosi?

Leer: Alma 34:32 y la cita del presidente Brigham Young

(A la derecha)

ALMA 34:32

ACTIVIDAD

Paso 1:
tiempo bien.

1	2	3	4	5
LISTA DE TAREAS	ORAR	ESTABLECER PRIORIDADES	ESTABLECE METAS, ACTÚA	INFORME
Cada mañana, haga una lista de tareas por hacer. Agregar nombres de personas servir.	Ore por guía. Revisa tu lista de tareas. Escuchar. Comprometerte a hacer lo mejor posible.	En tu lista de tareas, pon un 1 en la más importante, un a en la siguiente en importancia, y así sucesivamente.	Escuche al Espíritu. Fijar metas. Trabaja duro. Comience con lo más tarea importante y trabajar la lista.	Cada noche, informe al Padre Celestial en oración. Hacer preguntas. Escuchar. Arrepentirse. Siente su amor.

Paso 2: En una hoja de papel aparte, enumere sus tareas. Éstas deberían ser tareas importantes para su trabajo, escuela, iglesia o servicio familiar, no sólo tareas diarias. Ora y prioriza tu lista.

Paso 3: Mañana debes fijarte metas, actuar e informar cómo has utilizado tu tiempo.

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante la semana. Comprobar el cuadro al completar cada acción:

Practique estos pasos todos los días para utilizar su tiempo de manera más inteligente.

Informe cada noche al Padre Celestial en sus oraciones.

Comparte lo que has aprendido hoy sobre cómo usar el tiempo sabiamente con tu familia o amigos.

en Discursos de
Brigham Young, sel.
John A. Widtsoe (1954),
214

EL REGALO DEL TIEMPO

Si no puedes ver el vídeo, elige roles y lee este guión.



KOFI: Hola, hermana Benkosi. ¿Cómo estás?

HERMANA BENKOSI: ٭

KOFI: Oh, hermana Benkosi. Estoy muy ocupado. Tengo que trabajar y servir y ayudar a mi

¡No tengo tiempo!

HERMANA B.: ٭
hay.

KOFI: ¿Qué?

HERMANA B.: Muchacho, Dios nos ha dado un gran regalo: nuestro tiempo. Debemos hacer con ello lo más importante.

KOFI: ¿Pero cómo, hermana Benkosi?

Siempre has hecho mucho. Has triunfado con tu familia, con tu negocio. Has servido y bendecido a muchos, como yo. No sé cómo lo haces.

HERMANA B.: ¿De verdad quieres saberlo? Si te quedas quieto y escuchas, te contaré mi secreto.

Todas las mañanas me levanto antes que el sol.

Me visto y me lavo la cara y las manos.

Leo las Escrituras. Luego hago una lista de lo que debo hacer ese día.

Pienso a quién podría servir. rezo a conocer la voluntad de Dios. Y escucho.

A veces me vienen a la mente los nombres o rostros de personas. Los agrego a mi lista.

KOFI: ¿Es así como siempre sabes quién necesita tus servicios?

HERMANA B.: ٭

fuerza y sabiduría. Oro para que Dios "consagre [mi] actuación".

Dice eso en 2 Nefi 32.

Le agradezco. Prometo hacer lo mejor que pueda.

Le pido que Él haga lo que yo no puedo.

Luego miro mi lista. Le pongo un 1 a lo más importante, luego un

KOFI: ¿Cómo sabes las prioridades?

HERMANA B.: ¡Escucho cuando oro! Entonces voy a trabajar. Miro el número 1 y lo intento.

R

A veces las cosas cambian. El Espíritu Santo me dice que haga otra cosa.

Está bien.

Trabajo muy duro, pero tengo paz.

Sé que Dios me ayudará.

Entonces, con mi lista y el Espíritu, hago lo que

R

KOFI: Eso suena simple y difícil al mismo tiempo.

HERMANA B.: ٭

prepárate para ir a la cama, te lo ruego.

Le informo al Padre Celestial. Le cuento cómo fue el día. Hago preguntas. Pregunto qué puedo hacer mejor. Escucho. A menudo siento su

R

R

dormir.

KOFI: Eso es bueno, mamá Benkosi.

Quiero esta paz. quiero usar mi tiempo. Quiero trabajar y servir mejor.

Volver a la página 130.



APRENDER—Tiempo máximo: 45 minutos

Leer: En la reunión de grupo anterior, compartió su plan de autosuficiencia.
con el grupo. Ahora trabajará para lograr su plan.

Esto requiere que:

1. Hazte cargo de tu educación.
2. Crea una rutina exitosa.
3. Manténgase encaminado.

1. HAZTE CARGO DE TU EDUCACIÓN

Lea: “Por tanto, el Señor Dios dio al hombre que actuara por

Discutir: ¿Por qué es importante que actúes por ti mismo en tu
plan educativo?

Leer: Los estudiantes exitosos toman el control de su educación. Ellos son:

ACTIVIDAD (5 minutos)

Paso 1: Calificate según lo siguiente. Encierra en un círculo el elemento que mejor te describa.

ACTIVO	Busco activamente tanto aprendizaje como pueda obtener.	Estudio lo que me asignan.	hago tan poco como posible salir adelante.
RESPONSABLE	se puede confiar en mí para hacer lo que digo lo haré.	Hago algunas cosas pero olvido otras.	A menudo no logro mantener mi compromisos.
DISCIPLINADO	Tengo una rutina de estudio regular.	A veces estudio bien y a veces distraerse.	Procrastino el trabajo en la mayoría de las tareas hasta el último minuto.

Paso 2: Dirígete a tu compañero de acción y cuéntale qué te gustaría mejorar en tu capacidad para ser activo, responsable y disciplinado en tu educación.

Paso 3: Lea en voz alta las siguientes oraciones en negrita. Si está de acuerdo con esta declaración, firme su nombre a continuación. Muestra tu firma a tu compañero de acción. Esta semana, muestra esta página y tu firma a un familiar o amigo.

**“Yo estoy a cargo de mi educación. Nadie más puede ser educado por mí.
Depende de mí ser activo, responsable y disciplinado en mi educación”.**

Fecha

2. CREA UNA RUTINA EXITOSA

Leer: Decir que serás activo, responsable y disciplinado es una cosa, pero hacerlo es otra. Para tener éxito, necesita (1) priorizar, (2) superar la procrastinación y (3) superar las distracciones.

priorizar

Leer: No se puede todo. Mientras trabajas en tu educación,

Las tareas relacionadas con su educación deben tener una alta prioridad.

Por ejemplo, quieres visitar a un amigo que no has visto desde hace tiempo (bien), pero realmente necesitas estudiar para un examen mañana (mejor).

Debate: ¿Qué harías? ¿Por qué?

Leer: Para priorizar las cosas que debes hacer:

cosas mejores y luego las cosas buenas.

A veces tendrás que elegir entre lo que es más. A veces las tareas se y lo que es más vuelven urgentes porque postergaste hacerlas. Otras veces, las tareas se vuelven urgentes porque otras personas esperan que usted las haga ahora.

Por ejemplo, necesitas estudiar para un examen que será dentro de dos semanas (importante), pero también debes inscribirte en una clase antes de la fecha límite de solicitud de mañana (urgente).

Debate: ¿Qué harías? ¿Por qué?

ACTIVIDAD (10 minutos)

Considere la situación de Rachel: mañana tiene que pagar las tasas escolares.

Necesita llevar a sus hijos a sus prácticas deportivas. También tiene que pagar el alquiler, elegir sus clases y empezar a solicitar subvenciones y becas.

Paso 1: Como grupo, enumeren todo lo que Rachel tiene que hacer en la columna "Tareas pendientes" de la siguiente tabla.

Paso 2: Discuta lo bueno, lo mejor y lo mejor de cada una de las tareas pendientes de Rachel para hoy.

Paso 3: reescribe la lista de tareas pendientes en la columna "Prioridades" en el orden que creas es mejor.

Tareas pendientes	PRIORIDADES: BUENO, MEJOR, MEJOR

Paso 4: Ahora, por tu cuenta, piensa en algunas cosas que debes hacer. Escriba sus tareas pendientes a la izquierda y luego priorícelas a la derecha.

Tareas pendientes	PRIORIDADES: BUENO, MEJOR, MEJOR

Superar la procrastinación

Lea: La educación formal (al igual que su trabajo) tiene fechas límite. Documentos

R

k

otros estudiantes y su finalización exitosa de un programa.

Las tareas se vuelven urgentes si las pospones hasta la fecha límite.

Conversar:

R

¿reduce el estrés?

ACTIVIDAD (5 minutos)

Paso 1: Subraya algunas cosas que Rachel hace y que la han ayudado a superar dilación.

Rachel se dio cuenta de que tiende a postergar las cosas. Ella describió cómo está superando ese hábito. “Empecé a despertarme más temprano en

R

R

También pienso en cuánto tiempo llevará cada una de las tareas y luego establezco una hora del día para completar cada tarea.

“Si estoy estudiando, estudio 40 minutos y luego tomo 5 minutos

R

Me gusta.

“A veces me cuesta concentrarme o puede que no tenga suficiente energía para realizar una tarea. Siempre que eso sucede, paso a otra tarea de mi lista que requiere menos energía y concentración. Vuelvo a la otra tarea cuando tengo más energía y concentración. sigo moviéndome

k

Paso 2: En grupo, discutan qué les ayuda a superar la procrastinación.

Superar las distracciones

Leer: Alcanzar tus objetivos educativos requiere trabajo duro, paciencia y

k

autosuficiencia. Saber cómo podría distraerse o ser consciente de otros problemas que pueda enfrentar le ayudará a planificar formas de superar estos obstáculos y mantenerse concentrado.

Conoce a Afu, 23 años. Proviene de una familia rural muy pobre. Su misión le abrió los ojos a las posibilidades de ganarse la vida mejor y mantener a su familia. Quiere mudarse a la ciudad para recibir formación como electricista, pero sus padres quieren que se quede en casa y trabaje con ellos en la agricultura, como lo han hecho generaciones de la familia.

ACTIVIDAD (10 minutos)

Paso 1: Túrnense para leer estos tres ejemplos.

Raquel escribió:

DISTRACCIÓN O PROBLEMA	PLAN PARA SUPERAR
Me desanimo fácilmente y quiero dejar de fumar cuando mis hijos se quejan de que nunca tengo suficiente tiempo para ellos porque siempre estoy en la escuela o haciendo las tareas escolares.	Cuando tenga estos sentimientos de desánimo, llamaré a mi compañera de acción, Liz. Ella siempre me levanta el ánimo.

Stefano escribió:

DISTRACCIÓN O PROBLEMA	PLAN PARA SUPERAR
A menudo, cuando intento estudiar, oigo a mi hermano jugar videojuegos en la habitación de al lado y tengo muchas ganas de unirme a él.	He decidido estudiar en la biblioteca o usar auriculares cuando estudio para no distraerme.

Afu escribió:

DISTRACCIÓN O PROBLEMA	PLAN PARA SUPERAR
Cada vez que mis amigos quieren ir a la playa o pasar el rato, no puedo decir que no. Realmente debería estar estudiando, pero también quiero divertirme.	Mientras estoy en la escuela, he decidido que los viernes y sábados por la noche serán las únicas noches para hacer cosas divertidas con amigos. Si mis amigos quieren que haga algo divertido otra noche, les digo: "Lo siento. Necesito pasar mis noches de semana estudiando. ¿Podríamos hacer algo el viernes o el sábado?"

Paso 2: Enumere algunas distracciones o problemas que podría enfrentar en su educación.

Decide ahora qué harás con ellos. Quizás quieras consultar con los miembros de tu grupo.

DISTRACCIÓN	PLAN PARA SUPERAR

Leer: Algunos problemas pueden surgir inesperadamente. Nadie planea enfermarse o perder el trabajo. La fe y la confianza en nuestro Padre Celestial y el apoyo de familiares y amigos pueden ayudarle a superar esos desafíos.

Conversar:

A

3. MANTÉNGASE EN EL CAMINO

Leer: R

rec

Por ejemplo:

“Deja la escuela. Vuelve a casa a trabajar en el campo. Nuestra familia no puede sobrevivir sin que usted esté aquí trabajando”. Ése es exactamente el problema que enfrentó Afu.

o muere, o la familia sufre alguna otra dificultad.

en cosas innecesarias y ya no tengo suficiente dinero para la escuela.

“Tengo una increíble oportunidad de negocio para ti. Ganarás mucho más dinero haciendo esto que con tu formación”. La oportunidad resulta ser un callejón sin salida. Stefano enfrentó esta tentación dos veces y en ambas ocasiones los amigos perdieron más dinero del que ganaron. Se alegró de no haberse involucrado.

R-

se animaron y se dijeron a sí mismos: “Esto es más difícil, lleva más tiempo y es más caro de lo que pensaba”. Supongo que la escuela no es para mí”.

Ver: “Cosas buenas por venir”, disponible en srs.lds.org/videos.

(¿No tiene vídeo? Lea las páginas 145 y 46.)



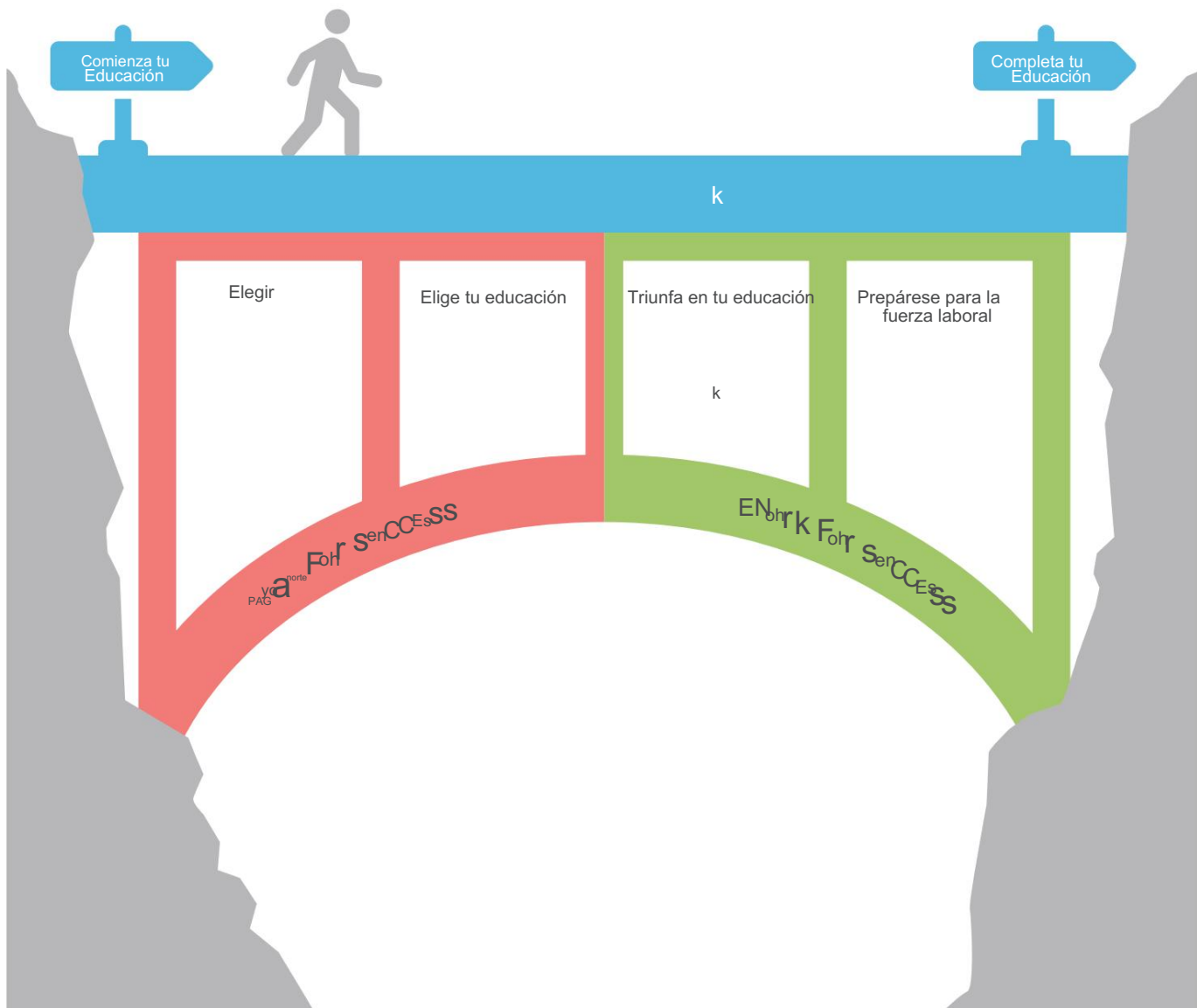
Leer: Un método que le ayudará a mantener el rumbo incluye:

1. Visualizar tu vida y cómo te sentirás cuando lo estés autosuficiente.
2. Anticipar quién o qué le haría dejar de fumar.
3. Preparar lo que dirás o harás para mantener el rumbo.

Reflexiona: mira el siguiente puente. Piensa en cómo será después de ti.
cruzar el puente. Piense en cómo se sentirá al ser más autosuficiente.

Educación para un mejor trabajo

Un puente hacia la autosuficiencia



Leer: Los siguientes ejemplos son de personas que pensaron en lo que podría causarles que dejaran la escuela y lo que harían.

Raquel escribió:

CÓMO SERÁ CUANDO SOY AUTOSUFICIENTE	QUIÉN O QUÉ PODRÍA CAUSAR QUE ME DEJE ESCUELA	LO QUE DIRÉ O HAGO PARA MANTENERSE EN EL CAMINO
Desde que me divorcié, n llegar a fin de mes. Mi trabajo en el supermercado no paga r y conseguir un trabajo bien remunerado, será muy reconfortante poder pagar las cuentas y mantener a mi familia.	Me desanimo fácilmente. Estoy seguro de que habrá momentos en los que Pensaré que la escuela es demasiado difícil. y estresante. Me preocupa especialmente cómo manejarán mis hijos el hecho de que no tenga tanto tiempo para ellos mientras hago las tareas escolares. Probablemente me frustre y quiera dejarlo.	Crearé una lista de familiares y amigos que son buenos animándome. Los llamaré cuando me desanime. R puede darme tutoría para que la escuela será más fácil. También mantendré una lista de las charlas de la conferencia y Películas que me inspiran. Los veré cuando tenga ganas renunciando.

Afu escribió:

CÓMO SERÁ CUANDO SOY AUTOSUFICIENTE	QUIÉN O QUÉ PODRÍA CAUSAR QUE ME DEJE ESCUELA	LO QUE DIRÉ O HAGO PARA MANTENERSE EN EL CAMINO
RR Podrás ser electricista. en la ciudad ganando mucho más dinero del que podría ganar en mi pequeño pueblo. Seré mucho más capaz de mantenerme a mí mismo y me sentiré bien.	Mis padres no estaban contentos de que me fuera a la escuela. Sé que mi padre vendrá pronto a exigirme que vuelva a casa para R para mis padres y hermanos y hermanas.	Le diré que lo amo R educación para poder mejorar prepararme para mantenerme a mí y a mi futura esposa e hijos. Voy a explicar cómo mi r ya que podré ayudarlos mejor. Recibiré una bendición del sacerdocio que me ayudará a tener el valor de decirle estas cosas a mi padre.

ACTIVIDAD (5 minutos)

Ahora es tu turno. Escribe lo siguiente:

CÓMO SERÁ CUANDO SOY AUTOSUFICIENTE	QUIÉN O QUÉ PODRÍA CAUSAR QUE ME DEJE ESCUELA	LO QUE DIRÉ O HAGO PARA MANTENERSE EN EL CAMINO

Leer:

“Él os pondrá sobre sus hombros y os llevará a casa”

o

Mayo de 2016, 103, citando a Erich Kästner).

Discutir: ¿Cuáles son las cosas más valiosas que aprendiste en el curso de hoy?

¿reunión de grupo?



PENSAR—Tiempo máximo: 5 minutos

“¿No continuaremos en una causa tan grande? Avanza y no retrocede.

¿Cuáles son las cosas más significativas que aprendí hoy?

¿Qué haré como resultado de lo que aprendí hoy?



COMMIT: Tiempo máximo: 10 minutos

MIS COMPROMISOS

Practicaré y compartiré el principio Mi fundamento de esta semana.

Actualizaré mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practicaré una de las siguientes habilidades o hábitos (marque con un círculo uno de los siguientes o escriba el suyo a continuación): priorizar, superar la procrastinación o superar las distracciones.

Me pondré en contacto y apoyaré a mi socio de acción.



RECURSOS

COSAS BUENAS POR VENIR

k

“Cada uno de nosotros tiene momentos en los que necesitamos saber que las cosas mejorarán. Mi declaración es que eso es precisamente lo que el evangelio de

k

El mes pasado, una pequeña familia se dispuso a cruzar los Estados Unidos, con cada posesión terrenal que poseían empaquetada en el remolque más pequeño disponible.

“Sin dinero, un auto viejo, condujeron exactamente 34 millas por la autopista, momento en el que su asediado auto estalló. El joven padre examinó el vapor, lo comparó con el suyo y luego dejó a su confiada esposa y a sus dos inocentes hijos (el menor de sólo tres meses) esperando en el auto mientras él paseaba a los tres.

A unos kilómetros de la metrópolis sureña de Kanarraville, con una población entonces, supongo, de 65 habitantes.

“Se consiguió algo de agua en las afueras de la ciudad, y una persona muy amable

k

Lo atendieron y, lentamente, muy lentamente, lo condujeron de regreso a St. George para su inspección. Después de más de dos horas de comprobaciones y recomprobaciones, no se pudo detectar ningún problema inmediato, por lo que se inició nuevamente el viaje.

“Exactamente en la misma cantidad de tiempo transcurrido, exactamente en el mismo lugar de esa carretera, con exactamente la misma pirotecnia debajo del capó, el auto explotó nuevamente. Ahora, sintiéndose más tonto que enojado, el joven padre disgustado dejó una vez más a sus confiados seres queridos y emprendió la larga caminata en busca de ayuda una vez más.

“Esta vez, el hombre que proporcionaba el agua dijo: 'Tú o ese tipo que se parece a ti deberían comprar un radiador nuevo para ese auto'. No sabía si reír o llorar ante la difícil situación de este

familia joven. '¿Hasta dónde has llegado?' él dijo. 'Treinta y cuatro millas' Respondí.

“¿Cuánto más te queda por recorrer?’ —Dos mil seiscientas millas —dije. 'Bueno, tú podrías hacer ese viaje, y los niños pequeños y esos dos podrían hacer ese viaje, pero haz ese viaje Vamos al en coche. Demostró ser profético en todos los aspectos.

“Hace apenas dos semanas, pasé por ese lugar exacto. Por un instante pensé que tal vez había visto en ese camino lateral un auto viejo con una devota esposa joven y dos niños pequeños. Justo delante de ellos, imaginé que veía a un joven caminando hacia Kanarraville, con el peso del miedo de un joven padre evidente en su paso.

“En ese instante imaginario, no pude evitar gritarle: '¡No te rindas! Sigue caminando. Sigue intentándolo. Hay ayuda y felicidad por delante.'"

“Algunas bendiciones llegan pronto, otras llegan tarde y otras no llegan hasta el cielo; pero para aquellos que abrazan el evangelio de Jesucristo, al final todo estará bien. Confía en Dios y cree en las cosas buenas que están por venir” (“Good Things to Come”, [lds.org/Mediateca](https://www.lds.org/)).

Volver a la página 140.



9

ENTENDER EL EXPECTATIVAS

MI PRINCIPIO FUNDAMENTAL

PRINCIPIOS EDUCATIVOS,
HABILIDADES Y HÁBITOS

k



INFORME—Tiempo máximo: 25 minutos

COMPROMISOS DE LA ÚLTIMA SEMANA

Practique y comparta el principio Mi fundamento de la semana pasada.

Actualizar mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practica una de las siguientes habilidades o hábitos: priorizar, superar la procrastinación o superar las distracciones (o practicar otra habilidad o hábito que elegiste la semana pasada).

Contactar y apoyar a mi socio de acción.

PASO 1: EVALUAR CON EL SOCIO DE ACCIÓN (5 minutos)

k

k

tu evaluación con tu pareja y discute con él o ella la siguiente pregunta.

Luego pondrá sus iniciales donde se indique.

Discutir: ¿Qué desafíos tuvo para cumplir con sus compromisos?
¿esta semana?

EVALUANDO MIS ESFUERZOS				
INSTRUCCIONES:				CLAVE: - Evaluación mínima - Evaluación moderada - Evaluación significativa
Practique y comparta el principio Mi fundamento	Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Fortalezca habilidades y hábitos	Contacte y apoye a mi socio de acción	Autor Evaluación
Semana 1 La autosuficiencia es un principio de autosuficiencia	Comenzar mi plan de autosuficiencia	Engagement en gastos		
Semana 2 Adquirir ideas	Explorar opciones laborales en mi área	Engagement en gastos		
Semana 3 Opinar de los desafíos		Engagement en gastos		
Semana 4 Buscar información necesaria para una acción	Explorar opciones de capacitación	Engagement en gastos		
Semana 5 Investigar y un estudiante		Engagement en gastos		
Semana 6 Reducir niveles de responsabilidad en autosuficiencia		Engagement en gastos		
Semana 7 Escuchar en una situación pública	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Contactar mi plan de autosuficiencia con la familia o amigos		
Semana 8 Llevar a cabo un trabajo voluntario	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elaborar un plan de autosuficiencia con la familia o amigos		
Semana 9 Comunicar: pedir y escuchar	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elaborar un plan de autosuficiencia con la familia o amigos		
Semana 10 Revisar progreso	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elaborar un plan de autosuficiencia con la familia o amigos		
Semana 11 Revisar progreso	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elaborar un plan de autosuficiencia con la familia o amigos		
Semana 12 Revisar progreso	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elaborar un plan de autosuficiencia con la familia o amigos		

PASO 2: INFORME AL GRUPO (8 minutos)

k

resultados. Recorra el grupo y cada estado si se calificó como “rojo”, “amarillo” o “verde” para cada uno de los compromisos de la semana pasada.

PASO 3: COMPARTE TUS EXPERIENCIAS (10 minutos)

Ahora comparta en grupo las cosas que aprendieron al esforzarse por cumplir sus compromisos durante la semana.

Debate: • ¿Qué experiencias tuviste al practicar y compartir el principio Mi Fundamento?

- ¿Qué aprendió al actualizar su plan de autosuficiencia?
- ¿Qué aprendiste al practicar una habilidad o hábito?
- ¿Cómo le ayuda trabajar con un socio de acción?

PASO 4: ELIJA SOCIOS DE ACCIÓN (2 minutos)

Elija un compañero de acción del grupo para la próxima semana. Generalmente, los socios de acción son del mismo sexo y no son miembros de la familia.

Tómese un par de minutos para reunirse con su compañero de acción. Preséntense y discutan cómo se comunicarán entre sí durante la semana.

Escriba cómo y cuándo se comunicarán esta semana.

SOL	MI	MARTES	CASARSE	JUEVES	VIE	SE SENTO



MI FUNDACIÓN: COMUNICAR: PETICIÓN Y ESCUCHA

—Tiempo máximo: 20 minutos

Reflexione: ¿Cuándo ha respondido el Padre Celestial a mis oraciones?

Ver: "Creating Lift", disponible en srs.lds.org/videos.

(¿No hay vídeo? Lea la página 151.)

Discutir: ¿Cómo podemos reconocer las respuestas a nuestras oraciones? ¿Por qué escuchar es una parte esencial de la oración?

Leer: Doctrina y Convenios 8:2 y la cita del Presidente

Debate: ¿Por qué escuchar es una habilidad esencial? ¿Cómo puede ayudar escuchar atentamente? nosotros en nuestro trabajo?

DOCTRINA Y

ACTIVIDAD

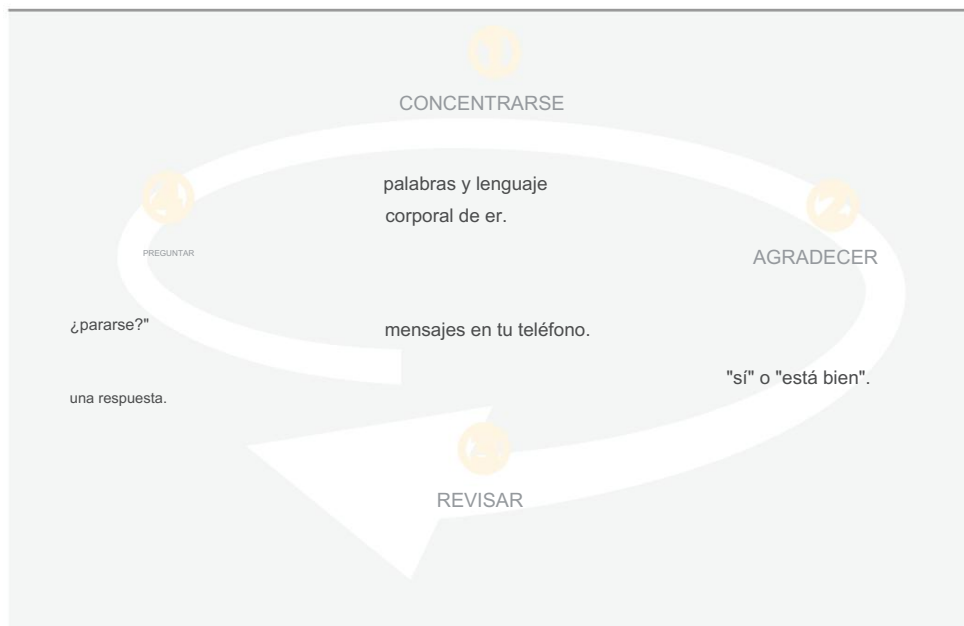
Paso 1:

Paso 2: Pídale a uno o dos miembros del grupo que le cuenten a los demás sobre un desafío o pregunta que tengan. Todos los demás deberían intentar escuchar, siguiendo estos pasos.

Paso 3:

El grupo realmente trató de escuchar.

"Escuchar para aprender"
Bandera,



Leer:

(A la derecha)

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante la semana. Comprobar el cuadro cuando completes cada acción.

Oren individualmente y en familia cada mañana y noche.

Dedique tiempo después de cada oración a escuchar con reverencia en busca de orientación.

Comparte lo que has aprendido hoy sobre la comunicación con tu familia o amigos.

CREANDO ASCENSO

Si no puede ver el vídeo, lea este guión.



PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF:

k
suelo, debes crear sustentación. En aerodinámica, la sustentación ocurre cuando el aire pasa sobre las alas de un avión de tal manera que la presión debajo del ala es mayor que la presión sobre el ala. Cuando la sustentación hacia arriba excede la atracción de la gravedad hacia abajo, el avión se eleva desde el

De manera similar, podemos crear elevación en nuestra vida espiritual. Cuando la fuerza que nos empuja hacia el cielo es mayor que las tentaciones y la angustia que nos arrastran hacia abajo, podemos ascender y elevarnos al reino del Espíritu.

Aunque hay muchos principios del Evangelio que nos ayudan a lograr la elevación, me gustaría centrarme en uno en particular.

¡Oración!

La oración es uno de los principios del evangelio que proporciona elevación. La oración tiene el poder de elevarnos de nuestras preocupaciones mundanas. La oración puede elevarnos a través de las nubes de desesperación u oscuridad hacia un horizonte brillante y claro.

Una de las mayores bendiciones, privilegios y oportunidades que tenemos como hijos de nuestro Padre Celestial es que podemos comunicarnos con Él a través de la oración. Podemos hablarle de las experiencias, pruebas y bendiciones de nuestra vida. Podemos escuchar y recibir guía celestial del Espíritu Santo en cualquier momento y en cualquier lugar.

(Ver Dieter F. Uchtdorf, "Prayer and the Blue Horizon",

o
Junio de 2009, 5 y 6)

Volver a la página 150.

“Oportunidades para hacer
Alférez o
Liahona,

Alférez o Liahona,



APRENDER—Tiempo máximo: 45 minutos

Leer: En la reunión de grupo anterior aprendiste cómo crear un ambiente para el éxito. Hoy aprenderá a comprender las expectativas y a cumplirlas haciendo lo siguiente:

1. Comprender y hacer lo que se requiere.
2. Comprenda su estilo de aprendizaje.

k

1. ENTENDER Y HACER LO QUE SE REQUIERE

Leer:

R

RR

requisitos del programa de una escuela o programa de capacitación. Estos requisitos incluyen cosas como clases, tareas y exámenes.

Para ayudarlo a cumplir con los requisitos del programa, debe (1) preguntar sobre los requisitos, (2) tomar notas y (3) participar activamente en cursos y programas.

Pregunta por los Requisitos

Leer: Las escuelas y los programas de capacitación crean requisitos para cada uno

R

asegúrese de que comprendan los requisitos.

R

qué se requerirá de usted:

- ¿Cómo puedo tener éxito en tu clase?
- ¿Qué quieres que aprenda y haga?
- ¿Cuándo vencen las tareas?
- ¿Cómo evaluarán mi desempeño?

Debate: ¿Cómo le ha ayudado hacer preguntas a comprender los requisitos en el pasado?

Toma nota

Leer: Una forma de recordar los requisitos es tomar notas. Revisar esas notas más tarde para recordar mejor lo que vio, escuchó o leyó en la clase.

Al tomar notas sobre una tarea, asegúrese de saber:

- Qué hacer.
- Cómo hacerlo.
- Cuándo corresponde.

Debate: En tareas escolares o laborales anteriores, ¿cómo te ha ayudado tomar notas?

Lea: Lo siguiente puede ayudarle a tomar buenas notas en las tareas:

- Esté comprometido y alerta, y tenga una actitud positiva.
- No intente escribir cada palabra que se dice; centrarse en los mensajes principales y la información más importante.
- Utilice abreviaturas; Si es útil, haz dibujos.
- Deje espacio para agregar aclaraciones más adelante.
- Mantenga las notas organizadas.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Participar activamente

Leer: Otra forma de entender los requisitos y aprender el tema de la clase es participar activamente.

La participación activa te ayudará a aprovechar al máximo la clase. Algunas sugerencias se enumeran a continuación:

- Presta atención.
- Siéntate al frente si es posible.
- Hacer y responder preguntas.
- Encuentre y trabaje con estudiantes que estén comprometidos con el aprendizaje (siéntese junto a ellos, comparta ideas, reúnanse, haga preguntas y ayúdense unos a otros).
- Hable con el instructor (durante y después de la clase) para comprender mejor los requisitos y los conceptos que está aprendiendo.

Conversar: k-

¿Está interesado en algo en lugar de no estar muy comprometido?

2. COMPRENDE TU ESTILO DE APRENDIZAJE

Leer: Algunas personas aprenden mejor viendo, otras escuchando, otras escuchando haciendo, y algunos de otras maneras. Algunos aprenden mejor solos y otros con grupos de personas. Los estudiantes exitosos utilizan el estilo de aprendizaje que mejor les funciona tanto como pueden.

ACTIVIDAD (2 minutos)

Paso 1: Lea la situación a continuación y elija aquella con la que mejor se identifique.

Si un profesor tuviera un dispositivo nuevo del que no supieras nada, ¿querías:

1. ¿Verlo o leer sobre él? En caso afirmativo, es posible que aprenda mejor viendo.
2. ¿Escuchar al profesor contarte sobre esto? En caso afirmativo, es posible que aprenda mejor escuchando.
3. ¿Tocarlo, presionar los botones o desmontarlo para aprender cómo funciona? Si es así, usted podría aprender mejor haciendo.

Paso 2: Habla con la persona que tienes a tu lado sobre cómo aprendes mejor.

Leer:

R

aprendiendo estilo. Es posible que necesite adaptar su enfoque para aprender a
R

Por ejemplo, Juan prefiere un enfoque práctico. Le gusta hacer cosas. No le gusta sentarse en clase y escuchar hablar a un profesor.

No le gusta leer libros de texto. Pero las conferencias son parte de su educación y es necesario leer para aprobar los exámenes. Él no puede simplemente
R

Decide escuchar lo mejor que puede, leer todo lo que puede, y luego, rápidamente, prueba cosas después de clase para que pueda aprender de forma práctica.

Arlene descubrió que aprende más cuando discute ideas con otros. Decide estudiar regularmente con otros.

ACTIVIDAD (5 minutos)

k

Paso 1: piensa en tu estilo de aprendizaje preferido.

Paso 2: recurra a otro miembro del grupo y analice cómo puede adaptarse a las siguientes situaciones:

1. ¿Qué podrías hacer para aprender de una discusión grupal?
2. ¿Qué podrías hacer para aprender de una conferencia?
3. ¿Qué podrías hacer para memorizar una lista de palabras?

Paso 3: Cambie de roles y repita los pasos 1 y 2.

3. GESTIONAR EL ESTRÉS EFICAZMENTE

Leer: Mientras trabajas en tu educación, experimentarás estrés. Es parte de la vida y parte de tu educación. El estrés en tu educación puede provenir de las siguientes fuentes y muchas otras:

- No entender lo que se espera
- No estar preparado
- No terminar las tareas a tiempo
- Miedo a reprobar un examen
- Miedo a hablar delante de los demás.
- Demasiadas cosas que hacer
- Trabajar con otras personas

A medida que avance con fe, el Señor lo bendecirá con fuerza y capacidad. No puedes eliminar el estrés de tu educación, pero puedes controlarlo. Así que presta atención a las señales de estrés.

R

están enlistados debajo:

- Reconsidere sus expectativas
- Deja ir lo que no puedes controlar
- Concéntrate en lo que haces bien
- Evite compararse con los demás
- Ejercicio
- Servir a los demás
- Descanso
- Reenfocarse en la gratitud
- Divida las tareas grandes o difíciles en partes más pequeñas
- Da un pequeño paso adelante ahora

Debate: ¿Qué te ha ayudado a controlar el estrés?

ACTIVIDAD (5 minutos)

Considere formas de controlar su estrés. Tómese unos minutos para reflexionar en privado y escribir las respuestas a las siguientes preguntas.

Paso 1: ¿A qué tensiones me enfrento?

Paso 2: Elija una forma de manejar el estrés que le gustaría probar. Completa la siguiente frase:

“Cuando me siento estresado por _____ ,
lo haré _____ .”

Paso 3: En algún momento de hoy, vuelve a escribir esta oración en otra hoja de papel. Colóquelo en su pared, en su bolsillo o en otro lugar donde pueda ayudarle a recordar cómo manejará el estrés.

Discutir: ¿Cuáles son las cosas más importantes que aprendiste en este
¿reunión de grupo?



PENSAR—Tiempo máximo: 5 minutos

“Es un buen consejo reducir un poco el ritmo, estabilizar el rumbo y centrarse en lo esencial cuando se experimentan condiciones adversas” (Dieter F. Uchtdorf, “Of Things That Matter Most”, ^o noviembre de 2010, 19).

¿Cuáles son las cosas más significativas que aprendí hoy?

¿Qué haré como resultado de lo que aprendí hoy?



COMMIT: Tiempo máximo: 10 minutos

MIS COMPROMISOS

Practicaré y compartiré el principio Mi fundamento de esta semana.

Actualizaré mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practicaré una de las siguientes habilidades o hábitos (marque con un círculo uno de los siguientes o escriba el suyo a continuación): comprender lo que se requiere, comprender mi estilo de aprendizaje o manejar el estrés.

Me pondré en contacto y apoyaré a mi socio de acción.



RECURSOS

INSTRUCCIONES PARA LA ASIGNACIÓN DE SOLDADURA

Instructor:

“El proyecto de soldadura vence el lunes. Obtenga el metal que necesita para el proyecto del contenedor número 7. Suelde dos piezas a 45 grados. Quiero que limpie las soldaduras. Recuerde, cuanto mejor sea su soldadura, menos tendrá que esmerilar. Asegúrese de usar todo su equipo de seguridad. El otro día vi a un par de ustedes sin algo de eso. Te quitaré puntos si no llevas todo tu equipo de seguridad”.

Volver a la página 154.

[illegible]



10

FORTALECER

HABILIDADES DE ESTUDIO

MI PRINCIPIO FUNDAMENTAL

PRINCIPIOS EDUCATIVOS,
HABILIDADES Y HÁBITOS

k



INFORME—Tiempo máximo: 25 minutos

COMPROMISOS DE LA ÚLTIMA SEMANA

Practique y comparta el principio Mi fundamento de la semana pasada.

Actualizar mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practique una de las siguientes habilidades o hábitos: comprender lo que se requiere, comprender mi estilo de aprendizaje o controlar el estrés (o practicar otra habilidad o hábito que eligió la semana pasada).

Contactar y apoyar a mi socio de acción.

PASO 1: EVALUAR CON EL SOCIO DE ACCIÓN (5 minutos)

k

k

tu evaluación con tu pareja y discute con él o ella la siguiente pregunta.

Luego pondrá sus iniciales donde se indique.

Discutir: ¿Qué desafíos tuvo para cumplir con sus compromisos?

¿esta semana?

EVALUANDO MIS ESFUERZOS				
INSTRUCCIONES:				CLAVE: - Esfuerzo mínimo - Esfuerzo moderado - Esfuerzo significativo
Practique y comparta el principio Mi fundamento	Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Fortalezco habilidades y hábitos	Contacte y apoye a mi socio de acción	Acción Socio Iniciales
Semanas 1-4	Le autosuficiencia en un principio de educación	Comenzar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos	
Semanas 5-8	Explorar opciones laborales en mi área	Engagement de gastos		
Semanas 9-12	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 13-16	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 17-20	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 21-24	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 25-28	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 29-32	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 33-36	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 37-40	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 41-44	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 45-48	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semanas 49-52	Revisar y actualizar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		

PASO 2: INFORME AL GRUPO (8 minutos)

k

resultados. Recorra el grupo y cada estado si se calificó como “rojo”, “amarillo” o “verde” para cada uno de los compromisos de la semana pasada.

PASO 3: COMPARTE TUS EXPERIENCIAS (10 minutos)

Ahora comparta en grupo las cosas que aprendieron al esforzarse por cumplir sus compromisos durante la semana.

Debate: • ¿Qué experiencias tuviste al practicar y compartir el principio Mi Fundamento?

- ¿Qué aprendió al actualizar su plan de autosuficiencia?
- ¿Qué aprendiste al practicar una habilidad o hábito?
- ¿Cómo le ayuda trabajar con un socio de acción?

PASO 4: ELIJA SOCIOS DE ACCIÓN (2 minutos)

Elija un compañero de acción del grupo para la próxima semana. Generalmente, los socios de acción son del mismo sexo y no son miembros de la familia.

Tómese un par de minutos para reunirse con su compañero de acción. Preséntense y discutan cómo se comunicarán entre sí durante la semana.

Escriba cómo y cuándo se comunicarán esta semana.

SOL	MI	MARTES	CASARSE	JUEVES	VIE	SE SENTÓ



MI FUNDACIÓN: RESOLVER PROBLEMAS

— Tiempo Máximo: 20 Minutos

Reflexione: ¿Por qué el Padre Celestial nos permite enfrentar problemas y desafíos?

Ver: “¿Un camión más grande?” disponible en srs.lds.org/videos.

(¿No hay vídeo? Lea la página 167.)

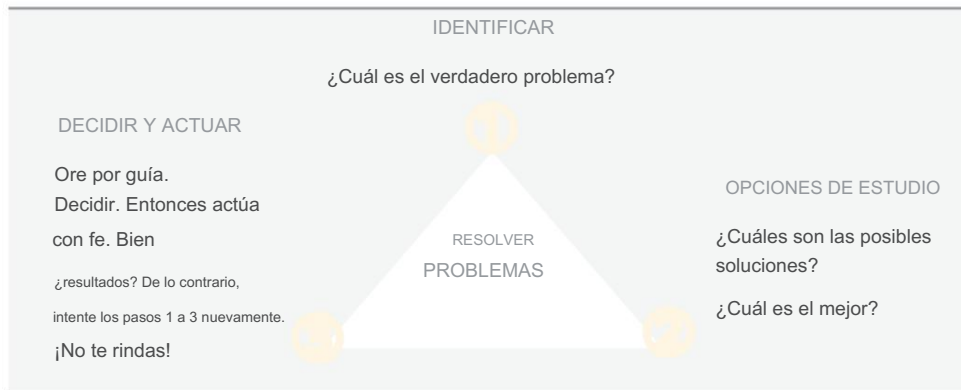
Discutir: ¿Cuál es el verdadero problema en esta historia? ¿Cuáles son algunas opciones para los dos hombres?

Lea: Doctrina y Convenios 9:7–9 y la cita del élder Robert D.

Hales (a la derecha)

ACTIVIDAD

Paso 1: Elija un socio y lea los pasos a continuación.



Paso 2: Elija un problema al que se enfrenta y escríbalo a continuación.

Paso 3: aplique cada paso a su problema.

Identificar: _____

Opciones de estudio: _____

Decidir y actuar: _____

DOCTRINA Y

Nueva Era, agosto de 1983,
8, 9

Leer: 1 Nefi 17:51 y 1 Nefi 18:2-3 (a la derecha)

Analizar: ¿Cómo pudo Nefi construir un barco?

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante la semana. Comprobar el cuadro cuando completes cada acción.

Siga los pasos que analizó en la actividad para comenzar a resolver su problema.

Recuerda, no te rindas. Se necesita tiempo para resolver problemas y realizar cambios.

Comparte lo que has aprendido hoy sobre cómo resolver problemas con tu familia o amigos.

¿UN CAMIÓN MÁS GRANDE?

Si no puede ver el vídeo, lea este guión.



ÉLDER DALLIN H. OAKS: Dos hombres formó una sociedad. Construyeron un pequeño cobertizo al lado de una carretera muy transitada. Consiguieron un camión y lo llevaron a un

R

un camión lleno de melones por un dólar el melón. Condujeron el camión cargado hasta su cobertizo junto a la carretera, donde vendieron sus melones a un dólar el melón.

R

y compré otro camión lleno de melones a un dólar el melón. Los transportaron hasta la carretera y los vendieron nuevamente a un dólar el melón. Como ellos

R

Para conseguir otra carga, un socio le dijo al otro:

"No estamos ganando mucho dinero con este negocio, ¿verdad?".

"No, no lo somos", respondió su compañero.

"¿Crees que necesitamos un camión más grande?"

("Enfoque y prioridades", mayo de 2001, pág. 82).

[Volver a la página 166.](#)



APRENDER—Tiempo máximo: 45 minutos

Leer: En la última reunión aprendió a comprender y cumplir con las expectativas.

En la reunión de hoy aprenderás habilidades de estudio que te ayudarán a tener éxito en tu programa de capacitación. Fortalecerás tus habilidades de estudio haciendo lo siguiente:

1. Elige un lugar y hora para estudiar.
2. Recuerda lo que aprendes.
- k
4. Superar la procrastinación.
5. Prepárese para las pruebas.

1. ELIGE LUGAR Y HORA PARA ESTUDIAR

Discute: ¿ Cuándo y dónde estudias? ¿Sientes que tu estudio es
k

Leer: Establecer tiempos de estudio consistentes lo ayudará a tener éxito en su programa educativo o de capacitación. Encuentra lugares limpios, tranquilos y bien iluminados para estudiar donde puedas estudiar sin distraerte. “He aquí, mi casa es una casa de orden, dice Jehová el Señor, y no una casa de confusión” (DyC 132:8).

Observar el día de reposo aumentará tu fe y mejorará tu aprendizaje. Evite hacer las tareas escolares en sábado.

ACTIVIDAD (5 minutos)

Elige lugares y horarios para estudiar regularmente.

Paso 1: Escribe tus dos mejores lugares para estudiar:

Paso 2: Escribe tus mejores momentos para estudiar:

Paso 3: Enumere cualquier problema o distracción que pueda impedirle estudiar en los lugares y horarios que mencionó anteriormente.

¿QUÉ ME PODRÍA IMPEDIR ESTUDIAR?	¿CÓMO SOLUCIONARÉ ESTE PROBLEMA?
Ejemplo: mis hijos haciendo ruido	Estudiar antes de que mis hijos despierten

Paso 4: Discute con un compañero cómo puedes resolver estos problemas. Considere los pasos para la resolución de problemas que analizó en el principio Mi fundamento de hoy.

Leer: Como estudiar lleva tiempo, tendrás menos tiempo para hacer otras cosas
cosas. Tendrás que decir “no” a algunas actividades para poder tener un buen desempeño
en tus estudios.

2. RECUERDA LO QUE APRENDES

Leer: Hay muchas maneras de memorizar, aprender y retener información.

A continuación se muestran algunos métodos.

Revisiones programadas: lea y recuerde información repetidamente durante un período prolongado de tiempo. Por ejemplo:

NUEVO INFORMACIÓN	1 HORA DESPUÉS	1 DÍA DESPUÉS	1 SEMANA DESPUÉS	1 MES MÁS TARDE
Lee algo o aprende algo en clase y toma notas.	Dedique 10 minutos a revisar su notas.	Gasta 10 minutos revisando nuevamente; resume tu notas.	Gasta 10 minutos revisando nuevamente.	Dedique 10 minutos a repasar nuevamente; deberías recordarlo bien ¡por ahora!

Tarjetas didácticas: escriba ideas, citas, datos, fórmulas y pensamientos en tarjetas y luego revíselas periódicamente. Por ejemplo, Afu escribió fórmulas eléctricas en tarjetas para ayudarlo a recordarlas. Revisa sus tarjetas muchas veces al día. Aquí hay un ejemplo de cómo Afu usa sus tarjetas: escribe un término de estudio en el frente de la tarjeta y la fórmula en el reverso, así:



Conecte lo que aprende con algo que ya sabe: conecte algo que no está familiarizado con algo que ya sabe.

Por ejemplo, Stefano estaba estudiando términos informáticos. No sabía qué era un algoritmo. Leyó que se trata de un "proceso o conjunto de reglas a seguir, especialmente por parte de las computadoras". A Stefano le gusta

cocinar, y una computadora que usaba un algoritmo le recordaba a alguien siguiendo una receta. Eso le ayudó a recordar.

Enseña lo que aprendes: comparte lo que estás aprendiendo con alguien. Esto le dará la oportunidad de comprender y recordar mejor la nueva información. Un fin de semana, en casa de sus padres, Afu le enseñó a su padre cómo arreglar una lámpara rota hace mucho tiempo. Aplica lo que aprendes: Aplicar en tu vida lo que estás aprendiendo te ayuda a recordarlo. Si aprende una palabra nueva, úsela varias veces.

RR

como puedas. Cuando una vecina le contó a Rachel sobre un problema legal que no entendía, Rachel pudo explicárselo basándose en algo que acababa de aprender esa semana.

Discutir: ¿Qué experiencias ha tenido con cualquiera de estos métodos o ¿Otras formas de recordar?

3. LEER Y ESCRIBIR EFICAZMENTE

Leer: La lectura es importante para tu educación. Mejorar tus habilidades de lectura te ayudará a comprender y recordar mejor las cosas que eres.

R

habilidades de lectura.

ACTIVIDAD (7 minutos)

Paso 1: Lea la siguiente cita del presidente Henry B. Eyring. Mientras lee, resalte los puntos que considere más importantes, tome notas en los márgenes o haga otras cosas que le ayuden a comprender.

“La conversión al evangelio de Jesucristo trae consigo el deseo de aprender. . . . Es el fruto natural de vivir el evangelio de Jesucristo. . . .

“El Señor y Su Iglesia siempre han fomentado la educación para aumentar nuestra capacidad de servirle a Él y a [Sus] hijos. Para cada uno de nosotros, cualesquiera que sean nuestros talentos, Él tiene un servicio que ofrecernos. Y hacerlo bien implica siempre aprender, no una vez ni por un tiempo limitado, sino continuamente.

Continúa en la siguiente página.

“ . . . A través de la oración, el ayuno y el trabajo duro, . . . podemos esperar que Su gracia lo haga. [Esto] atendernos. . . significa que aprenderemos más rápidamente y creceremos en habilidades. más allá de lo que sólo podríamos hacer con nuestras capacidades naturales sin ayuda.

R

interesados en la educación, no sólo para la vida mortal sino para la vida eterna. Cuando usted

R

El aprendizaje secular. De hecho, trabajarás más duro en tu aprendizaje secular que sin esa visión espiritual”

(“Real-Life Learning”,

Abril de 2009, 2–4, 5).

Paso 2: Resume lo que cree que estaba enseñando el presidente Eyring:

Paso 3: Reúnete con otras personas del grupo y observa cómo marcaron este texto para mejorar sus habilidades de lectura.

Discutir: ¿Cuáles son algunas otras maneras en que puedes mejorar tus habilidades de lectura?

Leer: La buena escritura también es importante para tu educación. Al escribir, asegúrese de hacer coincidir su estilo con las expectativas del instructor.

Hay tres estilos principales de tareas de escritura:

Organice la información y haga que las ideas complejas sean fáciles de entender. Por ejemplo, a Stefano se le asignó una tarea de escritura informativa sobre alimentos. Escribió sobre la historia de su comida favorita y algunos datos interesantes sobre ella.

Escribe tus propias ideas, pensamientos originales y cosas.

R

Eso

textura y color de su comida favorita de una manera divertida e interesante.

Escribe de una manera que motive, convenza o persuade a alguien a hacer algo o a pensar de cierta manera.

k-

puntos y poder sustentar su argumento. Stefano sugirió en su persuasivo escrito que cada turista debería probar su favorito.

Eso

ACTIVIDAD (5 minutos)

Ahora es tu turno de intentar una tarea de escritura.

Paso 1: piensa en una comida que te guste.

Paso 2: Elija uno de los estilos de escritura (informativo, creativo o persuasivo) y tómese dos o tres minutos para escribir sobre la comida que eligió en el paso 1.

Paso 3: comparte tus oraciones con otro miembro del grupo.

Debate: ¿Cómo puede ayudarte el fortalecimiento de tu escritura a tener éxito en tu programa de capacitación?

4. SUPERAR LA PROCRASTINACIÓN

Leer: Utilice su tiempo y energía sabiamente para completar las tareas. Evitar dilación. "Cosecha mientras dure el día" (D. y C. 6:3).

Debate: ¿Cuáles son algunas de las razones por las que posponemos las cosas?

ACTIVIDAD (5 minutos)

¿Qué tan bien completas las tareas? Circula la palabra que mejor describa con qué frecuencia haces estas cosas:

Hago preguntas hasta que entiendo completamente una tarea.	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Cuando recibo una tarea o proyecto, pongo la fecha de entrega en un calendario y planifico los pasos R	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Me aseguro de saber cómo se calificará la tarea y aprendo y hago todo lo necesario para tener éxito.	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Trabajo para completar mis tareas sin demora. No pospongo las cosas.	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Si es posible, comparto mi progreso con el instructor y obtengo ayuda si es necesario antes de que venza la tarea.	Nunca	A veces	A menudo	Siempre

Leer:

R-

mento. A continuación se muestran algunas formas de hacer las cosas:

1. Haz el proyecto que menos te guste hacer
rath

tarea pendiente, el resto normalmente parecerá más fácil.

2. Reserva tu tiempo. Establece una cantidad de tiempo realista para hacer
R

Probablemente pierda el tiempo.

3. Tu mente se refrescará y

Podrás concentrarte mejor después de un descanso. Los descansos breves y regulares mejoran tu aprendizaje.

4. Adaptarse. Cuando esté cansado, realice las tareas que requieran menos pensamiento.

5. Si completa su tarea antes de un cierto tiempo, recompénsate con algo que te guste (un regalo, tiempo para hacer algo que disfrutes, etc.).

Discutir: ¿Qué funciona mejor para usted al completar las tareas?

5. PREPARARSE PARA LAS PRUEBAS

Leer: Las pruebas se utilizan a menudo para mostrar qué tan bien has aprendido algo. A continuación se muestran algunas formas en las que puede convertirse en un mejor examinador:

Antes de la prueba:

herramientas, etc.).

Durante el examen:

Decide cuánto tiempo puedes dedicarle.

¿preguntó?

RR

volver a los demás.

Conversar:

k

Lea: "El proceso de aprendizaje es interminable. Debemos leer, debemos observar, debemos [asimilar] y debemos reflexionar sobre aquello a lo que exponemos nuestra mente. Creo en la evolución de la mente, el corazón y el alma de la humanidad. Creo en la mejora. Creo en el crecimiento"

(Gordon B. Hinckley,

[2000], 62).

Discutir: ¿Cuáles son las cosas más importantes que aprendiste en este

¿reunión de grupo?



PENSAR—Tiempo máximo: 5 minutos

“Si haces tu parte para adquirir conocimiento, el Espíritu Santo puede iluminar tu mente. A medida que te esfuerces por mantenerte digno, el Espíritu Santo te dará dirección y luz adicional a tu aprendizaje”. (Mary N. Cook, “Busca aprendizaje: tienes un trabajo que hacer”, O Mayo de 2012, 121).

¿Cuáles son las cosas más significativas que aprendí hoy?

¿Qué haré como resultado de lo que aprendí hoy?



COMMIT: Tiempo máximo: 10 minutos

MIS COMPROMISOS

Practicaré y compartiré el principio Mi fundamento de esta semana.

Actualizaré mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practicaré una de las siguientes habilidades o hábitos (encierre en un círculo una de las siguientes
k

completar tareas o prepararse para exámenes.

Me pondré en contacto y apoyaré a mi socio de acción.



11

MANTÉNGASE EN EL CURSO

MI PRINCIPIO FUNDAMENTAL

PRINCIPIOS EDUCATIVOS,
HABILIDADES Y HÁBITOS



INFORME—Tiempo máximo: 25 minutos

COMPROMISOS DE LA ÚLTIMA SEMANA:

- Practique y comparta el principio Mi fundamento de la semana pasada.
- Actualizar mi plan de autosuficiencia según sea necesario.
- Practicar una de las siguientes habilidades o hábitos: fortalecer el estudio
k
prepárese para los exámenes (o practique otra habilidad o hábito que eligió la semana pasada).
- Contactar y apoyar a mi socio de acción.

PASO 1: EVALUAR CON EL SOCIO DE ACCIÓN (5 minutos)

k

k

tu evaluación con tu pareja y discute con él o ella la siguiente pregunta.
Luego pondrá sus iniciales donde se indique.

Discutir: ¿Qué desafíos tuvo para cumplir con sus compromisos?
¿esta semana?

EVALUANDO MIS ESFUERZOS					
INSTRUCCIONES y					CLAVE - Evaluación mínima - Evaluación moderada - Evaluación significativa
Practique y comparta el principio Mi fundamento	Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Fortalezca habilidades y hábitos	Contacte y apoye a mi socio de acción	Acción Socio Iniciales	
Semana 1 La autosuficiencia es un principio de educación	Comenzar mi plan de autosuficiencia	Implementar un plan			
Semana 2 Implementar ideas	Explorar opciones laborales en mi área	Implementar un plan			
Semana 3 Aprender a escuchar		Implementar un plan			
Semana 4 Mejor aprendizaje mediante la práctica de habilidades y planes reales	Explorar opciones de capacitación	Implementar un plan			
Semana 5 Implementar y ser exitoso		Implementar un plan			
Semana 6 Trabaja, desarrolla responsabilidad y compromiso		Implementar un plan			
Semana 7 Conéctese con una comunidad positiva	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Completar mi plan de autosuficiencia con fundamentos o amigos			
Semana 8 Use el tiempo sabiamente	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un plan, respóndeme, respóndeme, respóndeme			
Semana 9 Comunicar, pedir y escuchar	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Completar mi plan de autosuficiencia con fundamentos o amigos			
Semana 10 Respetar las reglas	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un plan, respóndeme, respóndeme, respóndeme			
Semana 11 Respetar las reglas	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un plan, respóndeme, respóndeme, respóndeme			
Semana 12 Respetar las reglas	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un plan, respóndeme, respóndeme, respóndeme			

PASO 2: INFORME AL GRUPO (8 minutos)

k

resultados. Recorra el grupo y cada estado si se calificó como “rojo”, “amarillo” o “verde” para cada uno de los compromisos de la semana pasada.

PASO 3: COMPARTE TUS EXPERIENCIAS (10 minutos)

Ahora comparta en grupo las cosas que aprendieron al esforzarse por cumplir sus compromisos durante la semana.

Debate: • ¿Qué experiencias tuviste al practicar y compartir el principio Mi Fundamento?

- ¿Qué aprendió al actualizar su plan de autosuficiencia?
- ¿Qué aprendiste al practicar una habilidad o hábito?
- ¿Cómo le ayuda trabajar con un socio de acción?

PASO 4: ELIJA SOCIOS DE ACCIÓN (2 minutos)

Elija un compañero de acción del grupo para la próxima semana. Generalmente, los socios de acción son del mismo sexo y no son miembros de la familia.

Tómese un par de minutos para reunirse con su compañero de acción. Preséntense y discutan cómo se comunicarán entre sí durante la semana.

Escriba cómo y cuándo se comunicarán esta semana.

SOL	MI	MARTES	CASARSE	JUEVES	VIE	SE SENTÓ



MI FUNDACIÓN: MOSTRAR INTEGRIDAD

—Tiempo máximo: 20 minutos

Medita: ¿Por qué ama el Señor a quienes tienen “integridad de corazón”?

Ver: “¿Qué dará el hombre a cambio de su alma?” disponible en
srs.lds.org/videos. (¿No hay vídeo? Lea la página 183.)

Discutir: ¿Qué significa tener integridad? ¿Cuáles son algunas pequeñas formas en que las
personas entregan su alma para conseguir cosas en esta vida?

Leer: Artículos de Fe 1:13 y Job 27:5 (a la derecha)

1:13

ACTIVIDAD

Por su cuenta, califíquese en las siguientes áreas.

PON UN NÚMERO FRENTE A CADA ELEMENTO PARA MOSTRAR CON QUÉ FRECUENCIA ACTÚAS
DE ESTA MANERA.

- _____ 1. Cumpló todas mis promesas, compromisos y convenios.
- _____ 2. Soy completamente sincero en lo que digo y en los registros que llevo.
- _____ 3. No exagero para que las cosas parezcan mejores de lo que son.
- _____ 4. Devuelvo todo lo que pido prestado y no tomo cosas que no me pertenecen
a mi.
- _____ 5. Soy completamente fiel a mi cónyuge en mis palabras y acciones.
- _____ 6. Nunca hago trampa, incluso cuando sé que no me descubrirán.
R
- _____ 8. Siempre devuelvo el dinero que pido prestado.

TRABAJO 27:5

Analizar: Lea Mosíah 4:28 (a la derecha) y la cita del élder

¿O un préstamo comercial o estudiantil (como un préstamo del FPE) es una
cuestión de integridad personal?

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante la semana. Comprobar el
cuadro al completar cada acción:

Mejore una de las ocho áreas que calificó anteriormente.

Comparte lo que has aprendido hoy sobre la integridad con tu familia
o amigos.

¿QUÉ DARÁ EL HOMBRE A CAMBIO DE SU ALMA?

Si no puede ver el vídeo, lea este guión.



ÉLDER ROBERT C. GAY: El Salvador

Una vez hizo a sus discípulos la siguiente pregunta:

“¿Qué dará el hombre a cambio de su alma?”

Ésta es una pregunta que mi padre me enseñó a considerar detenidamente hace años. Mientras crecía, mis padres me asignaban tareas domésticas y me pagaban una asignación por ese trabajo. A menudo usaba ese dinero, un poco más de 50 centavos por semana, para ir al

películas. En aquel entonces una entrada de cine costaba 25 centavos para un niño de 11 años. Esto me dejó con 25 centavos para gastar en barras de chocolate, que costaban 5 centavos cada una. A

R

ser mucho mejor que eso.

Todo iba bien hasta que cumplí 12 años. Una tarde, mientras hacía cola, me di cuenta de que el precio de la entrada para un niño de 12 años era de 35 centavos, y eso significaba dos barras de chocolate menos. No estoy del todo preparado para hacer eso.

R

Lo mismo que hiciste hace una semana”. Luego me acerqué y pedí el billete de 25 centavos. El cajero no parpadeó y

R

en lugar de tres.

Emocionado por mi logro, más tarde corrí a casa para contarle a mi papá sobre mi gran golpe.

Mientras le contaba los detalles, él

R

Me miró y dijo: “Hijo, ¿venderías tu alma por cinco centavos?” Sus palabras traspasaron mi corazón de 12 años. Es una lección que nunca he olvidado.

(“¿Qué dará el hombre a cambio de su alma?”

O

noviembre de 2012, 34)

Bandera,

Volver a la página 182.



APRENDER—Tiempo máximo: 45 minutos

Leer: En la última reunión, trabajaste en algunas habilidades y hábitos para ayudar
Tienes éxito en tu programa de entrenamiento. Hoy trabajarás tus habilidades.

R

El r

1. Trabaja con un mentor.
2. Aprenda en grupos.
3. Aprenda de los fracasos.
4. Cambie de dirección sólo cuando sea necesario.

1. TRABAJA CON UN MENTOR

Leer: El Padre Celestial coloca en nuestras vidas personas que se preocupan por nosotros y que pueden fortalecernos. Algunos mentores pueden tener mucha experiencia haciendo lo que usted quiere hacer y pueden responder sus preguntas. Es posible que otros mentores estén dispuestos a dedicar tiempo a animarlo a realizar cambios en su vida y a responsabilizarlo de su progreso.

Discutir: ¿Quién te ha ayudado más a medida que desarrollaste tu plan de autosuficiencia? ¿Qué hizo él o ella?

Lea: El élder Robert D. Hales enseñó: “Seleccione con oración mentores que tengan en cuenta su bienestar espiritual” (“Afrontar los desafíos del mundo de hoy”, O noviembre de 2015, 46).

ACTIVIDAD (5 minutos)

Paso 1: Consulte su plan de autosuficiencia en las páginas 107 a 108 y piense en el tipo de ayuda que necesita.

Paso 2: Escribe los nombres de tres personas que podrían ayudarte a llevar a cabo tu plan.

Paso 3: Escriba cuándo y cómo se reunirán para deliberar juntos sobre su plan.

Leer: Continúe buscando mentores. Busque personas que tengan éxito haciendo lo que usted quiere hacer. Observe lo que hacen y las características que los hacen exitosos. No tengas miedo de preguntarles preguntas y esté abierto a aprender de ellas. Siempre expresa gratitud por la ayuda de un mentor. Ora para saber cómo puedes desarrollar y fortalecer estas relaciones especiales y poner en práctica lo que aprendas.

2. APRENDER EN GRUPOS

Leer: Los grupos nos dan la oportunidad de compartir nuestras ideas y aprender de las experiencias y conocimientos de los demás.

Discutir: ¿Cuáles son algunas de las experiencias que ha tenido con proyectos grupales en el pasado? ¿Qué has aprendido de esto?

Leer: Los mismos principios que hacen exitoso a este grupo de autosuficiencia se puede aplicar a sus futuros grupos de estudio o grupos similares, como

Haz lo siguiente:

tan comprometido como tú.

sus ideas.

R

¿Qué haces y cuándo lo harás?

todo lo que puedas de los demás.

asigne porciones más pequeñas para terminar antes de la fecha límite.

3. APRENDER DE LOS FRACASOS

Lee: En tu entrenamiento experimentarás algunos fracasos. Podría ser un examen reprobado, una tarea perdida o una mala calificación en una clase.

El fracaso es parte del aprendizaje. Los mejores alumnos se recuperan después de cada fracaso. Aprender a hacer esto es más importante que nunca cometer errores, lo cual no es realista.

Hay muchas maneras de reaccionar ante el fracaso. Algunas reacciones negativas incluyen darse por vencido, castigarse por fracasar o no hacer nada porque tiene miedo de volver a fracasar.

También hay formas positivas de responder al fracaso. Éstas incluyen:

ir y luego cambiar de rumbo si es necesario.

Discutir: ¿Qué has aprendido de un fracaso o una decepción en
¿su vida?

Lea: "A nadie le gusta fracasar. Y particularmente no nos gusta cuando otros—
especialmente aquellos a quienes amamos: véannos fracasar. Todos queremos
ser respetados y estimados. Queremos ser campeones. Pero nosotros los mortales no

k

errores.

hagan. Nuestro destino no está determinado por la cantidad de veces que lo

k

O

noviembre de 2013, 55).

Debate: ¿Qué harás la próxima vez que experimentes un fracaso?

4. CAMBIAR DE DIRECCIÓN SÓLO CUANDO ES NECESARIO

Lea: En algún momento durante su formación, puede sentir que su camino educativo o el trabajo que busca no es el adecuado para usted. Quizás pienses que deberías cambiar de dirección. Si surgen estos sentimientos, tenga cuidado y reflexione antes de realizar dicho cambio.

Al pensar en cambiar de dirección, debes preguntarte:

R

En las reuniones de este grupo de autosuficiencia, usted consideró minuciosamente sus opciones. Habló con mucha gente e investigó el trabajo, la capacitación que requería y cómo pagarla. Tomaste decisiones con las que te sentiste bien.

Te debes a ti mismo considerar un cambio de dirección con tanto cuidado como elegiste tu dirección actual.

Si es necesario, utilice una nueva copia de un plan de autosuficiencia (en las páginas 191 a 192), así como las actividades de los capítulos 1 a 6, para hacer su decisiones.

Debate: ¿Cómo puedes evitar decisiones impulsivas pero también evitar pensar demasiado y ser indeciso?

Leer: k-

conocimiento perfecto de que Dios nos ama. El es bueno. Él es nuestro Padre, y espera que oremos, confiemos, creamos, no nos rindamos, no entremos en pánico, no retrocedamos y no abandonemos el barco cuando algo no parece ir bien. Nos quedamos dentro. Seguimos trabajando. Seguimos creyendo" ("Wrong Roads", lds.org/media-library).

Discutir: ¿Cuáles son las cosas más importantes que aprendiste en el curso de hoy?
¿reunión de grupo?



PENSAR—Tiempo máximo: 5 minutos

“La educación es un regalo de Dios”, enseñaron el élder Dallin H. y la hermana Kristen M. Oaks. “Quizás tengamos que luchar para alcanzar nuestras metas, pero nuestras luchas pueden generar tanto crecimiento como nuestro aprendizaje. Las fortalezas que desarrollemos al superar los desafíos estarán con nosotros en las eternidades venideras” (“El aprendizaje y los santos de los últimos días”, Abril de 2009, 27).

¿Cuáles son las cosas más significativas que aprendí hoy?

¿Qué haré como resultado de lo que aprendí hoy?



COMMIT: Tiempo máximo: 10 minutos

MIS COMPROMISOS

Practicaré y compartiré el principio Mi fundamento de esta semana.

Actualizaré mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practicaré una de las siguientes habilidades o hábitos (marque con un círculo uno de los siguientes o escriba el suyo a continuación): trabajar con un mentor, aprender en grupos, cumplir compromisos, aprender del fracaso o cambiar de dirección cuando sea necesario.

Me pondré en contacto y apoyaré a mi socio de acción.



RECURSOS

MI PLAN DE AUTOSUFICIENCIA

Mi meta de autosuficiencia (capítulo 1)

lo haré _____

así que yo puedo _____.

Mi plan de trabajo (capítulos 2 y 3)

Compararé estos tres trabajos:

1. _____

2. _____

3. _____

El trabajo que elegí para mí son _____ debido a lo siguiente
cosas que aprendí de los empleadores y de otras personas sobre las realidades laborales en mi área:

_____.

Mi Plan Educativo (capítulos 4 y 5)

Compararé tres opciones de entrenamiento:

1. _____

2. _____

3. _____

La opción de capacitación que elegí _____ debido al costo,
es la calidad, la tasa de colocación y otras cosas que son importantes para mí (escribe el
razones a continuación):

_____.

Tomará _____ (días, semanas, meses, años) para completar este
capacitación.

Continúa en la siguiente página.

Mi plan financiero (capítulo 6)

Descubrí que mi formación me _____, o _____
costará por mes.

R

Descubrí que podía (o no podía) pagar mi formación por mi cuenta. necesitaré un
adicional _____.

Para pagar mi formación, buscaré (trabajo, prácticas, becas, ayudas, reembolso
de matrícula, préstamos) _____
_____.



12

PREPARARSE PARA EL TRABAJO

MI PRINCIPIO FUNDAMENTAL

PRINCIPIOS EDUCATIVOS,
HABILIDADES Y HÁBITOS



INFORME—Tiempo máximo: 25 minutos

COMPROMISOS DE LA ÚLTIMA SEMANA

Practique y comparta el principio Mi fundamento de la semana pasada.

Actualizar mi plan de autosuficiencia según sea necesario.

Practique una de las siguientes habilidades o hábitos: trabajar con un mentor, aprender en grupos, cumplir compromisos, aprender de fallar, o cambiar de dirección cuando sea necesario (o practicar otra habilidad o hábito que eligió la semana pasada).

Contactar y apoyar a mi socio de acción.

PASO 1: EVALUAR CON EL SOCIO DE ACCIÓN (5 minutos)

k

k

tu evaluación con tu pareja y discute con él o ella la siguiente pregunta.

Luego pondrá sus iniciales donde se indique.

Discutir: ¿Qué desafíos tuvo para cumplir con sus compromisos?
¿esta semana?

EVALUANDO MIS ESFUERZOS				
INSTRUCCIONES y				CLAVE: - Evaluación mínima - Evaluación moderada - Evaluación significativa
Practique y comparta el principio Mi fundamento	Trabaje en mi plan de autosuficiencia	Fortalezca habilidades y hábitos	Contacte y apoye a mi socio de acción	Acción Socio Inicial
Semana 1 La autosuficiencia es un principio de autosuficiencia	Comenzar mi plan de autosuficiencia	Engagement de gastos		
Semana 2 Mantener el plan	Explorar opciones laborales en mi área	Engagement de gastos		
Semana 3 Mantener el plan de autosuficiencia		Engagement de gastos		
Semana 4 Buscar oportunidades, revisar lista de deseos y planificar	Explorar opciones de capacitación	Engagement de gastos		
Semana 5 Mantener el plan de autosuficiencia		Engagement de gastos		
Semana 6 Trabaja dentro de la responsabilidad personal		Engagement de gastos		
Semana 7 Considerar un socio de acción	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Compartir mi plan de autosuficiencia con familiares o amigos		
Semana 8 Trabaja dentro de la responsabilidad personal	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un primer apoyo, comprométete, sigue los pasos		
Semana 9 Comunicar, pedir y escuchar	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un compañero de equipo, comprométete, sigue los pasos		
Semana 10 Trabaja dentro de la responsabilidad personal	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un socio de acción, comprométete, sigue los pasos		
Semana 11 Trabaja dentro de la responsabilidad personal	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un socio de acción, comprométete, sigue los pasos		
Semana 12 Trabaja dentro de la responsabilidad personal	Actualizar mi plan de autosuficiencia	Elige un socio de acción, comprométete, sigue los pasos		

PASO 2: INFORME AL GRUPO (8 minutos)

k

resultados. Recorra el grupo y cada estado si se calificó como “rojo”, “amarillo” o “verde” para cada uno de los compromisos de la semana pasada.

PASO 3: COMPARTE TUS EXPERIENCIAS (10 minutos)

Ahora comparta en grupo las cosas que aprendieron al esforzarse por cumplir sus compromisos durante la semana.

Debate: • ¿Qué experiencias tuviste al practicar y compartir el principio Mi Fundamento?

- ¿Qué aprendió al actualizar su plan de autosuficiencia?
- ¿Qué aprendiste al practicar una habilidad o hábito?
- ¿Cómo le ayuda trabajar con un socio de acción?

PASO 4: ELIJA SOCIOS DE ACCIÓN (2 minutos)

Elija un compañero de acción del grupo para la próxima semana. Generalmente, los socios de acción son del mismo sexo y no son miembros de la familia.

Tómese un par de minutos para reunirse con su compañero de acción. Preséntense y discutan cómo se comunicarán entre sí durante la semana.

Escriba cómo y cuándo se comunicarán esta semana.

SOL	MI	MARTES	CASARSE	JUEVES	VIE	SE SENTÓ



MI FUNDACIÓN: RECIBIR ORDENANZAS DEL TEMPLO

—Tiempo máximo: 20 minutos

Reflexiona: ¿Cuáles son algunas de las cosas que más te importan?

Ver: “Hacer lo que más importa”, disponible en srs.lds.org/videos.

(¿No hay vídeo? Lea la página 197.)

Conversar: R

¿Cómo pueden ayudarnos las ordenanzas del Evangelio?

Leer: Doctrina y Convenios 84:20 y la cita del Presidente

Analizar: Al buscar la autosuficiencia, ¿por qué es importante ser dignos del templo?

ACTIVIDAD

Paso 1: Con un compañero, lea la cita del élder Quentin L. Cook (a la derecha) y los siguientes pasajes de las Escrituras. Subraye las bendiciones prometidas para quienes adoran en el templo.

R

Paso 2: Medite individualmente: “¿Qué necesito cambiar en mi vida para participar en las ordenanzas del templo con más frecuencia?”

DOCTRINA Y

k

k

El Santo Templo
(1980), 182

Templo”, Alférez o
Liahona,
99; citando Enseñanzas
de los Presidentes de la

Cazador (2015), 178

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante la semana. Comprobar el cuadro al completar cada acción:

Si tiene una recomendación para el templo, fije una fecha para asistir al templo.

Si no tiene una recomendación para el templo, reúnase con su obispo o presidente de rama para analizar cómo puede prepararse para recibir las ordenanzas del templo.

Comparte lo que has aprendido sobre las ordenanzas del templo con tu familia o amigos.

HACER LO QUE MÁS IMPORTA

Si no puede ver el vídeo, lea este guión.



Por supuesto, la bombilla averiada no provocó el accidente; sucedió porque la tripulación se centró en algo que parecía importar en ese momento, mientras perdía de vista lo que más importaba.

R-

NARRADOR: Un avión se estrelló en Florida una noche oscura de diciembre. Más de 100 personas murieron. Estaba a sólo 20 millas de la seguridad.

No puedo a expensas de lo profundo que les sucede no sólo a los pilotos sino también a

Pensamientos y corazón enfocados en aquellos.

Eso

sólo en el momento o en cosas que
¿importa más?

("Estamos haciendo un gran trabajo y

No puedo bajar" o

mayo de 2009, 59, 60)

Volver a la página 196.

PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF:

Después del accidente, los investigadores intentaron determinar la causa. De hecho, el tren de aterrizaje se había bajado correctamente.

El avión estaba en perfectas condiciones mecánicas. Todo funcionaba correctamente, todo excepto una cosa: una bombilla fundida. Esa pequeña bombilla...

vale unos 20 centavos—comenzó el

cadena de acontecimientos que finalmente

provocaron la trágica muerte de más de 100 personas.



APRENDER—Tiempo máximo: 45 minutos

Leer: La reunión de grupo de la semana pasada se centró en mantener el rumbo y

Recuerda que el propósito de tu educación es poder conseguir un mejor trabajo. Prepárese para conseguir el trabajo que eligió haciendo lo siguiente:

1. Prepárese con anticipación para demostrar que es la opción correcta para el trabajo.
2. Mantenga un registro.
3. Red.
4. Pague sus préstamos estudiantiles.
5. Continúe aprendiendo.
6. Orientar a otros.

1. PREPÁRESE TEMPRANO PARA DEMOSTRAR QUE ES LA ELECCIÓN CORRECTA PARA EL TRABAJO

Discutir: Si fueras gerente de contratación, ¿cuál de estas tres personas
¿contratas? ¿Por qué?

JÉSICA	ANTONIO	camilla
• Cuatro años de escuela • Sin trabajo experiencia	• Dos años de escuela • Dos años trabajando en una empresa no relacionada R	• Dos años de escuela • Dos años trabajando en su empresa mientras estudiaba

Leer: Cuanto más te prepares para el trabajo que deseas, más posibilidades tendrás

R

como puedas mientras vas a la escuela.

Arlene tiene años de experiencia práctica en atención médica, lo que la convierte en una excelente candidata para la administración de atención médica. Rachel no tiene experiencia previa como asistente legal, pero puede demostrar años.

R

Discutir: ¿Qué experiencia laboral puedes obtener mientras vas a la escuela?

Leer:

R

Tan pronto como comience sus estudios, comience a estudiar las ofertas de trabajo para familiarizarse con lo que buscan los empleadores. Plan

R

Por ejemplo, Juan buscó descripciones de puestos de trabajo en Internet y habló con varias personas. Luego anotó las habilidades y conocimientos que necesita desarrollar para calificar para el puesto de soldador de plataformas petrolíferas.

Escribió lo siguiente:

Habilidades y conocimientos que necesito:

1. Leer y comprender planos.
2. Conozca la terminología de la industria.
3. Sea bueno en múltiples procedimientos de soldadura.
4. Soldar en condiciones difíciles.

Juan también se dio cuenta de que para obtener ventaja sobre otros solicitantes de empleo, debía desarrollar habilidades y conocimientos adicionales.

Escribió lo siguiente:

Habilidades o conocimientos adicionales:

- Soldadura submarina
- Soldadura automatizada

ACTIVIDAD (10 minutos)

R

el trabajo que deseas.

Paso 1: Enumere las habilidades, conocimientos y experiencia que debe tener para ayudarle a conseguir el tipo de trabajo que busca. Enumere al menos tres de ellos a continuación.

Habilidades esenciales para un trabajo como a/an _____

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Paso 2: ¿Qué habilidades y conocimientos adicionales le ayudarán a destacarse como la opción clara para el puesto? Piense en clases, trabajos para estudiantes, pasantías, clubes de estudiantes, comunidades locales o en línea u otras oportunidades que podrían aumentar sus posibilidades de ser contratado.

Habilidades, conocimientos o experiencia adicionales:

1. _____
 2. _____
 3. _____
 4. _____
 5. _____
-

Leer: Revise de vez en cuando las habilidades y conocimientos que está desarrollando y compárelos con lo que buscan los empleadores.

2. MANTENGA UN REGISTRO

Leer:

R

La educación te será de gran ayuda a la hora de postular a pasantías y empleos.

Mantenga un registro de su historial laboral y educación, incluidas las fechas. Asegúrese de incluir logros, proyectos, premios, reconocimientos y cualquier otra cosa que pueda demostrar que sería bueno en el trabajo elegido.

Algunos empleadores solicitan ver ejemplos de sus escritos, su arte, sus logros y otras cosas que haya hecho durante sus estudios. Mantenga un portafolio de ejemplos para tenerlos listos cuando se los soliciten.

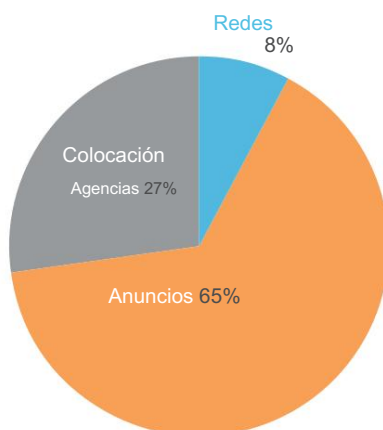
Algunos empleadores analizan su participación en sitios web y foros para ver qué tan bien trabaja con las personas y la calidad de su contacto. aportes a las discusiones.

Discutir: ¿Cuáles son algunas formas de mantener un registro o ejemplos de su trabajo para que
¿Los empleadores pueden ver si usted tiene las habilidades y experiencias que valoran?

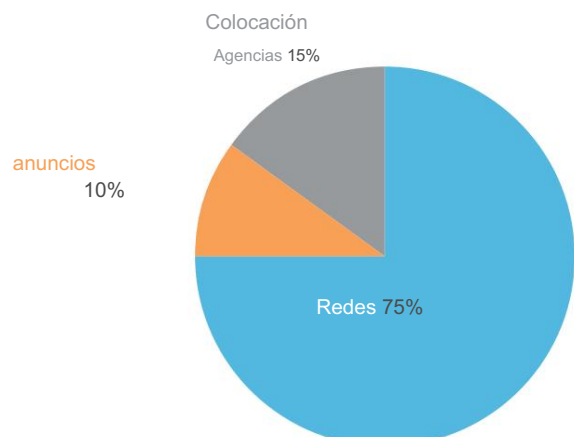
3. RED

Leer: Muchas personas buscan trabajo mirando únicamente anuncios de empleo,
¿ establecer contactos o hablar con ¿

CÓMO BUSCA LA GENTE EL TRABAJO



CÓMO LA GENTE CONSIGUE REALMENTE EMPLEO



Leer: Construye tu red constantemente mientras vas a la escuela y después. Conozca a sus instructores, personas que trabajan en su r

R

se trata de relaciones. Encuentre formas de conectarse con otros y construir estas relaciones.

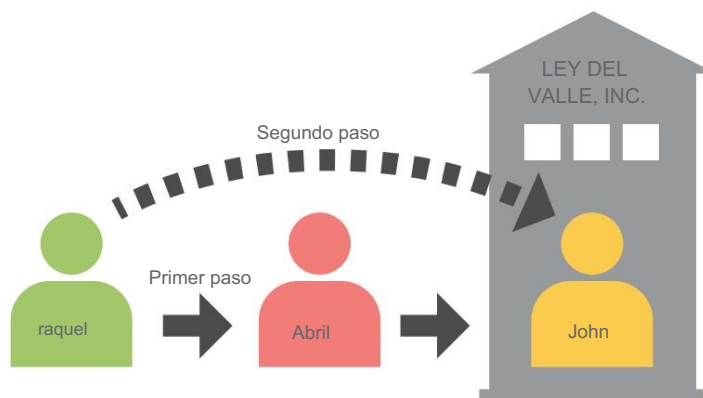
ACTIVIDAD (3 minutos)

Paso 1: lea el ejemplo de Rachel a continuación.

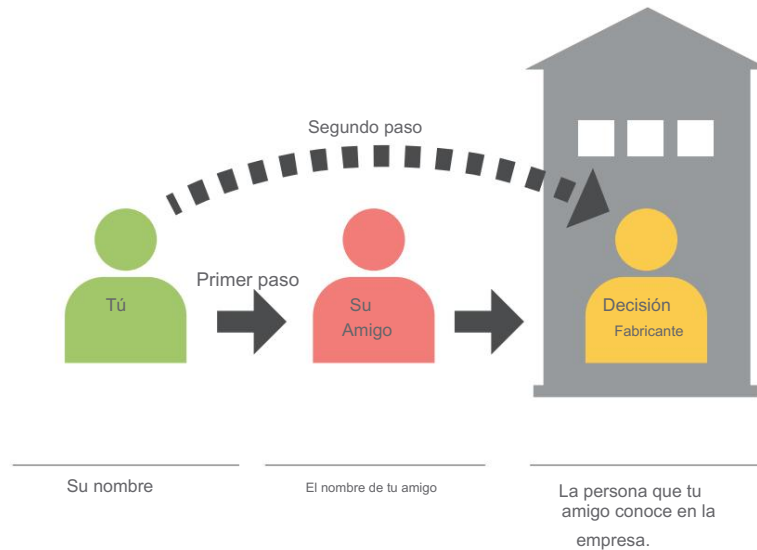
Rachel estaba interesada en trabajar en Valley Law. De su clase de asistente legal, conoció a April Chang, quien trabajaba en Valley Law. Rachel impresionó a April por su rápida comprensión del material y su dedicación al trabajo duro. raquel

R

una entrevista.



Paso 2: Piense en una organización para la que le gustaría trabajar. ¿Conoce a alguien que pueda conectarlo o presentarle a alguien que toma decisiones allí? Complete los espacios en blanco a continuación ahora o durante la semana.



Paso 3: Durante la semana, contacta a tu amigo y pídele una presentación.

Leer: Si tiene acceso a redes sociales en línea, tómese un tiempo esta semana para buscar en esas redes conexiones con las empresas que le interesan. Se crean algunos programas de redes sociales.

R

R-

conexiones personales con las empresas que le interesan. Está bien. Empiece a conocer a tanta gente como pueda desde el principio de sus estudios para que su red se expanda y le abra a más oportunidades.

4. PAGA TUS PRÉSTAMOS PARA ESTUDIANTES

Lea: Si pides dinero prestado para la escuela, es tu responsabilidad pagarlo atrás. El presidente Hinckley enseñó: “[Los beneficiarios] devolverán el dinero y, cuando lo hagan, disfrutarán de una maravillosa sensación de libertad porque han mejorado sus vidas. . . Pueden mantener la cabeza en alto con un espíritu de independencia” (“The Perpetual Education Fund”, Mayo de 2001, 53).

No pagar un préstamo es robar dinero, pero algunas personas intentan justificarse porque:

- Se sienten con derecho al dinero y piensan que no importa si

Pagalo de vuelta.

- No consiguen trabajo o su trabajo les paga muy poco.
- Gastan dinero en otras cosas en lugar de cumplir con su obligación de pagar el préstamo.

rec

Cuando Stefano dejó la escuela hace varios años, tuvo que empezar a hacer pagos de 100 al mes por su préstamo estudiantil. No tenía suficiente dinero para realizar el pago completo. Llamó a la compañía de préstamos y preguntó si podía pagar 50 por mes hasta que encontrara trabajo. Dijeron que sí. Pagó 50 durante un par de meses y luego empezó a pagar 100 nuevamente después de encontrar trabajo.

Discutir: ¿De qué otras formas podrías seguir pagando tus deudas?

A

5. CONTINUAR APRENDIENDO

Leer: Las personas exitosas buscan continuamente aprender. El mercado laboral cambia rápidamente; Para volverse autosuficiente, es necesario prepararse constantemente para obtener mejores oportunidades laborales. Esto significa cruzar el puente del aprendizaje muchas veces en la vida.



El presidente James E. Faust aconsejó: "Sean adaptables en su trabajo. . . . Deberíamos estar dispuestos a aprender nuevas habilidades comercializables. Hay muchísimas [personas] que han encontrado nueva alegría y satisfacción al tener una segunda carrera totalmente ajena al trabajo para el cual

Eso

Eso

7" ("Las bendiciones que recibimos al enfrentar los desafíos de tensión económica", noviembre de 1982, 90).

Debate: ¿Cómo puedes prepararte y adaptarte al cambiante mercado laboral?

Leer: Cuando esté cerca de completar su capacitación, inscríbese en el grupo de autosuficiencia Find a Better Job para ayudarle a conseguir el trabajo que busca.

6. MENTOR A OTROS

Leer: También puedes “ser el puente” asesorando a otros. Orientarlos mediante

haciendo lo siguiente:

1. Ámalos. Escuche lo que quieren hacer. Tenga paciencia si su progreso es lento o si experimentan fracasos.
2. Haga preguntas. Las preguntas pueden ayudarles a pensar en soluciones.
3. Anímelos.

amigos para ejercer la fe y seguir trabajando. Esté disponible para reunirse con ellos y escucharlos mientras informan sobre su progreso.
4. Comparte estos principios y estrategias de autosuficiencia con tus amigos, tus hijos y otros Santos de los Últimos Días.

El presidente Thomas S. Monson enseñó:

“Nuestra es la responsabilidad de. . . Seamos dignos de todas las gloriosas bendiciones que nuestro Padre Celestial tiene reservadas para nosotros y para los demás a través de nosotros.

“ . . . Recuerda quién eres y lo que Dios espera que seas.

Eres un hijo de la promesa” (“A Sacred Trust”, 0

Mayo de 2016, 85).

Debate: ¿Cuáles son las cosas más importantes que aprendiste en la reunión de grupo de hoy?



PENSAR—Tiempo máximo: 5 minutos

“Buscad conocimiento incluso por el estudio y también por la fe; organícense; prepara todo lo necesario y establece una casa, incluso una casa de oración, una casa de ayuno, una casa de fe, una casa de aprendizaje, una casa de gloria, una casa de orden, una casa de Dios” (DyC 109: 7–8).

¿Cuáles son las cosas más significativas que aprendí hoy?

¿Qué haré como resultado de lo que aprendí hoy?



CONTINÚE EN SU CAMINO HACIA LA AUTOSUFICIENCIA

Leer: ¡Felicitaciones! Durante las últimas 12 semanas ha establecido nuevos hábitos y se ha vuelto más autosuficiente. El Señor quiere que usted continúe aprovechando estas habilidades y desarrollando otras nuevas.

Al orar y escuchar, el Espíritu Santo puede ayudarnos a saber qué cosas de nuestra vida debemos mejorar.

Debate: ¿Qué podemos hacer para continuar nuestro camino hacia la autosuficiencia?

¿Cómo podemos seguir ayudándonos unos a otros?

Comprométete: Comprométete a realizar las siguientes acciones durante las próximas 12 semanas.

Marque la casilla cuando complete cada acción:

Revise y continúe viviendo los 12 principios y hábitos de autosuficiencia de Mi Fundación.

Comparta lo que ha aprendido sobre la autosuficiencia con los demás.

k

un nuevo grupo de autosuficiencia.

Desarrolla tus habilidades participando en otra iniciativa de autosuficiencia grupo.

Estudie los principios doctrinales de la autosuficiencia a continuación.

PRINCIPIOS DOCTRINALES DE LA AUTOSUFICIENCIA

LA AUTOSUFICIENCIA ES UN MANDAMIENTO	EL PROPÓSITO DEL SEÑOR ES PROVEEDOR PARA SUS SANTOS, Y EL TIENE TODO EL PODER PARA HACERLO	LO TEMPORAL Y LO ESPIRITUAL SON UNO
Doctrina y Convenios 78:13–14; Moisés 2:27–28	Doctrina y Convenios 104:15; Juan 10:10; Mateo 28:18; Colosenses 2:6–10	Doctrina y Convenios 29:34; Alma 34:20–25

Bandera,

Noviembre de 1981, pág. 91.

CARTA DE TERMINACIÓN

I, _____, haber participado en un grupo de autosuficiencia

R

requisitos necesarios para su realización de la siguiente manera:

Asistí al menos a 10 de las 12 reuniones.

Completé los 12 principios y se los enseñé a mi familia.

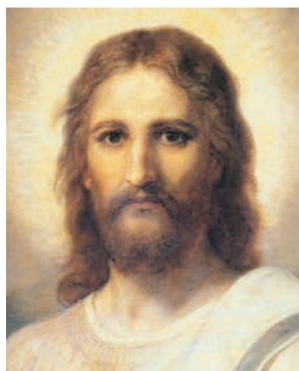
Completé una actividad de servicio.

He practicado y construido una base de habilidades, principios y hábitos para la autosuficiencia. Seguiré usándolos durante toda mi vida.

Certifico que este participante ha completado los requisitos enumerados anteriormente.

R

el comité de autosuficiencia de estaca o distrito.



¿CONTINUARÁS TU CAMINO HACIA LA AUTOSUFICIENCIA?

“Por tanto, ¿qué clase de hombres debéis ser?
De cierto os digo, tal como soy”.

THE CHURCH OF
JESUS CHRIST
OF LATTER-DAY SAINTS

Self-Reliance Services
PERPETUAL EDUCATION FUND

