

Ejercicio Clase 15: Entrevista Breve sobre tu Propósito

(traducida y adaptada de Reilly y Damon, 2013)¹

- Trabaja con una pareja y túrnense para entrevistarse (15 min. cada uno)
- El entrevistador debe de ser como un periodista: su trabajo es obtener la mayor cantidad de información posible y asegurarse de entender lo que le dice el entrevistado. Trata de no influir sobre el entrevistado, ni de presionarlo.
- El entrevistador toma notas de lo que dice el entrevistado y hace un “mapa mental” de los conceptos y palabras más importantes que vayan surgiendo en la conversación. Al final de la entrevista le entrega el mapa al entrevistado y lo revisan juntos.
- El entrevistado solo debe de compartir la información que se sienta cómodo de compartir.

Preguntas:

1. ¿Qué es importante para ti? ¿qué temas te preocupan o te motivan?
2. ¿Cómo pasas tu tiempo? ¿qué actividades haces?
3. ¿Qué te gustaría que fuera diferente en el mundo?
4. ¿Qué podrías hacer para que el mundo fuera así?
5. ¿Podrías ordenar los valores y metas de los que has hablado de acuerdo a su importancia para ti?

Para cada uno de los valores o metas, hacer las siguientes preguntas:

- ¿Cómo demuestras que esta (meta o valor) _____ es importante?
- ¿Desde cuándo ha sido importante para ti?
- ¿Planeas seguir involucrado con _____ (meta o valor)? ¿por cuánto tiempo?
- ¿Cómo influye esta _____ (meta o valor) en tu vida?

¹ Timothy S. Reilly & William Damon. Understanding Purpose Through Interviews. En Froh, J. & Parks, A. (2013) *Activities for Teaching Positive Psychology. A Guide for Instructors*. American Psychological Association. Washington, D.C. p.50.