Hola Verónica, antes de empezar a leer mis respuestas, me gustaría comentarte mi situación. Desde enero estoy en un proceso de divorcio, que finalizo este martes 6 y llevo unos meses un poco complicados, de ahí mis respuestas y reflexiones, no estoy en mi mejor momento y… me cuesta actuar, la verdad, pero bueno e intentando hacerlo lo mejor posible y al ser algo personal…. Me ha venido bien.

Alberto Bolta Sanmateu

1ºDAW

**¿Cuál es tu "ikigai" actual? ¿Qué es aquello que te motiva a levantarte por las mañanas?**

Mi “ikigai” actual es sobrevivir, respirar o simplemente levantarme para hacer lo mínimo y poder pasar el día.

Realmente no hay nada que me motive a levantarme, voy por inercia y lo único que pienso es en que pase el día e intentar encontrarme un poco mejor.

**¿Qué actividades te hacen perder la noción del tiempo? ¿Podrían estar relacionadas con tu futuro profesional?**

El deporte y socializar un poco, aunque de primeras lo rechazo y me da mucha pereza.

No lo valoro, simplemente hago por inercia.

**¿Qué cosas tienes claras que *no* te gustaría hacer en tu vida laboral?**

Trabajar en un ambiente toxico.

Malas condiciones laborales.

No poder tener tiempo para mi “futura” familia.

**¿En qué cosas te han dicho los demás que destacas, aunque tú no lo veas?**

Por ser trabajador, comprometido, leal, buena gente y responsable.

**¿Qué te ilusiona lo suficiente como para trabajar duro y mejorar cada día?**

Terminar el grado y poder encontrar un trabajo en condiciones, algo que hasta ahora no ha sido posible.

**¿Te has parado alguna vez a pensar si prefieres una profesión con estabilidad o una que te apasione, aunque implique más incertidumbre?**

En mi situación actual necesito un profesión con mayor estabilidad, necesito volver a recomponerme y encontrar algo que me permita levantarme con seguridad y confianza. Más adelante seguramente pueda cambiar mi opinión.

**¿Crees que es importante equivocarse en el camino para descubrir tu vocación? ¿Has aprendido de algún "fracaso" hasta ahora?**

Creo que es parte del aprendizaje equivocarse y volverse a levantar. Es básico y necesario que haya fracasos a lo largo de la vida.

Quiero pensar que sí que he aprendido de esos “fracasos” pero ahora la verdad me cuesta verlo.

**¿Con qué círculo del Ikigai conectas más en este momento? (Pasión, profesión, vocación, misión)**

Lo que el mundo necesita.

**¿Qué puedes empezar a hacer hoy para avanzar hacia ese trabajo que te gustaría tener en el futuro?**

Pedir ayuda profesional.

Actualizar mi CV.

Ponerme retos cortos e ir cumpliéndolos.

**¿Cómo puedes mostrarte al mundo profesionalmente (portfolio, redes, proyectos...)? ¿Estás haciendo algo en esa línea?**

A través del portfolio.

**¿Qué tres cosas agradecerías hoy en relación con tu formación y tu desarrollo como persona?**

Saber que mi situación no es para siempre.

Que tengo gente y herramientas que pueden ayudar.

Tengo salud, comida y un techo.

**¿Cuál es tu plan a corto plazo (1 año)? ¿Y a medio plazo (3-5 años)?**

Corto plazo: Sanar. Quiero sentirme mejor y un poco mas en paz.

Medio plazo: Reinventarme. Probar un trabajo diferente y encontrar una mujer que me devuelva la felicidad.