

¿Qué es el proyecto de vida y cómo se relaciona con la identidad?

Como hemos visto, la identidad se va forjando a lo largo de la vida y se vincula con las relaciones que establecemos con los demás, así como con las decisiones que tomamos. En ese sentido, es importante reflexionar sobre cómo podemos ir desarrollándonos como personas de manera que se enriquezca nuestra identidad.

¿Alguna vez has pensado en un proyecto de vida? ¿crees que sea necesario? ¿Por qué?



Podemos entender el desarrollo personal “como un proceso mediante el cual las personas intentamos llegar a acrecentar todas nuestras potencialidades o fortalezas y alcanzar nuestros objetivos, deseos, inquietudes, anhelos, etc., movidos por un interés de superación, así como por la necesidad de dar un sentido a la vida”. No obstante, debemos reconocer que no es posible desarrollarnos de igual forma en todas nuestras necesidades o deseos, por diversos factores. No está mal que sea así, lo importante es poder reconocer qué aspectos realmente podríamos desarrollar para sentirnos mejor con nosotros mismos y las necesidades que tenemos.

Una forma de orientarnos hacia nuestro desarrollo personal es establecer un proyecto de vida. Un proyecto es la planificación de un conjunto de acciones que vamos a realizar en un periodo de tiempo determinado para alcanzar ciertos objetivos previamente establecidos. En ese sentido, el proyecto de vida consiste en reflexionar sobre qué queremos de nuestra vida, cómo nos gustaría vernos en el futuro, y a partir de ello plantear qué acciones, decisiones, cambios necesito hacer en mi vida actual para llegar a ello. Debo tomar en cuenta lo que conozco de mi mismo, el entorno en que me desenvuelvo y las posibilidades que tengo para alcanzar mis metas.

Es importante que desde edades tempranas las personas vayamos diseñando tanto nuestro presente como nuestro futuro con base en las características que nos gustaría que ambos intervalos temporales tengan, porque de esa manera estaremos más protegidos de caer en conductas y situaciones que nos ponen en riesgo en etapas de vida críticas como la pubertad o la adolescencia.

F



No es un proceso sencillo y tampoco es que lo que propongamos deba estar “escrito en piedra”. Por el contrario, debe ser un ejercicio constante en el que evaluemos las metas que vamos cumpliendo, repensemos si el objetivo sigue siendo el mismo y tengamos la libertad de replantear.

Para decidir nuestro proyecto de vida debemos tomar en cuenta tres pasos fundamentales:

1. Determina tus prioridades

Reflexiona sobre dónde te encuentras actualmente, a nivel de estudio, pareja, trabajo, etc. y dónde te gustaría estar en esos u otros aspectos en unos años. Piensa sobre por qué te gustaría alcanzar esas metas y cuáles de ellas son las más importantes para ti, teniendo en cuenta que no deben ser muchas. Finalmente, determina qué necesitas para poder alcanzar esas prioridades.



2. Plantea tus metas

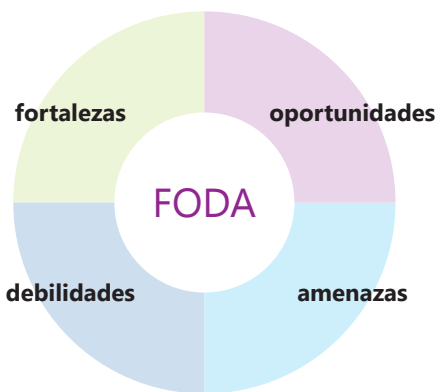
Agrégale una temporalidad a tus prioridades y averigua qué puedes hacer para cumplirlas, para saber qué tan lejos estás de ellas y tengas más claro el camino a recorrer.

3. Escribe tu plan

Anota los pasos que tienes que seguir para alcanzar cada meta, teniendo en cuenta el tiempo que has establecido para cada una. Revisa cada cierto tiempo tu plan para evaluar y, si es necesario, modificar alguna meta.

Para poder organizar un proyecto de vida vamos a realizar un FODA, que es un acrónimo de fortaleza, oportunidad, debilidad y amenaza. El Foda es una herramienta de análisis que se puede aplicar a cualquier situación, individuo, producto, empresa, etc. Es el análisis en un momento determinado de tiempo para poder todas decisiones estratégicas y mejorar la situación actual para el futuro.

1. Las fortalezas son los factores positivos con los que se cuenta.
2. Las oportunidades son los aspectos positivos que podamos aprovechar utilizando nuestras fortalezas.
3. Las debilidades son los factores críticos negativos que se deben de eliminar o reducir.
4. Las amenazas son los aspectos negativos externos que podían obstaculizar el logro de nuestros objetivos.



Ahora, realiza un FODA individual. Escribe las fortalezas y debilidades que consideras que tienes. Luego indica las oportunidades y amenazas que consideras que tienes. Si te sientes cómodo, comparte tu reflexión con un compañero/a para que te ayude a ver qué otros aspectos podrías considerar en el Foda.

Cierre

Aplica y comunica lo que sabes

En esta experiencia de aprendizaje hemos analizado las características de nuestra identidad, logros, potencialidades y limitaciones, así como la importancia de conocer el derecho a la identidad al definir el proyecto de vida. Con ello aspiramos a actuar con más seguridad y confianza. Entonces, es momento de responder la siguiente pregunta: ¿es importante conocer el derecho a la identidad para definir tu proyecto de vida? ¿Por qué? Responde la pregunta en tu portafolio, integrando todo lo visto en la experiencia.



Actividad 6



Actividad 7

