

Mi proyecto de vida: capstone integrador

Las nueve unidades anteriores han sido herramientas sueltas: autoconocimiento, entorno, decisiones, mapa formativo, mundo laboral, búsqueda de empleo. Esta unidad es donde todas esas piezas se ensamblan en un único proyecto personal. No es un examen final ni un plan irrevocable: es una hipótesis razonada con la mejor información que tienes hoy y un compromiso de revisarla mañana.

Objetivos de la unidad

- Sintetizar el autoconocimiento, el análisis del entorno, la toma de decisiones, la cartografía formativa, la comprensión del mundo laboral y las herramientas de búsqueda de empleo trabajadas en las nueve unidades anteriores en un único proyecto personal de vida.
- Formular objetivos personales SMART a corto plazo (1 año), medio plazo (3-5 años) y largo plazo (10 años) en las dimensiones personal, formativa y profesional.
- Diseñar un plan de acción concreto para los próximos doce meses con hitos medibles y materias optativas alineadas.
- Identificar entre tres y cinco personas que constituirán la red de apoyo y mentoría del proyecto.
- Comprometerse con un sistema de revisión periódica trimestral, anual y quinquenal del proyecto de vida.

Conceptos clave

- **proyecto de vida**
- **propósito vital**
- **ikigai revisitado**
- **objetivos SMART**
- **plan a corto medio y largo plazo**
- **kit de salida 4ESO**
- **hoja de ruta**
- **mentor**
- **red de apoyo**
- **revisión periódica**

Recapitulación: el kit de salida que ya tienes

Antes de ensamblar conviene mirar atrás y recordar qué piezas hay en la caja. Las nueve unidades anteriores cubren seis bloques temáticos que se construyen unos sobre otros.

¿Qué es un proyecto de vida (y qué no es)?

Conviene definir el término con precisión, porque la expresión "proyecto de vida" se usa de muchas maneras, no siempre útiles.

Objetivos SMART: cómo formular metas que funcionan

El primer obstáculo práctico al escribir un proyecto de vida es que casi todas las personas formulan sus metas mal. "Quiero ser feliz", "quiero ser mejor en matemáticas", "quiero tener un buen trabajo" son **deseos**, no objetivos. No se pueden trabajar porque no se pueden medir.

Plan a tres horizontes temporales

Un proyecto de vida útil **no se escribe en un solo plazo**. Se escribe en tres horizontes encadenados, cada uno con su nivel de detalle.

La red de apoyo: nadie hace esto solo

<Figure src={mentoringSession} alt="Persona experimentada conversando con un grupo de jóvenes en una sesión de mentoring." caption="Sesión de mentoría."/>

El sistema de revisión: lo que diferencia un proyecto vivo de un texto muerto

El proyecto de vida más cuidadosamente escrito **se vuelve inútil en seis meses** si no se revisa. La revisión no es un capricho: es la diferencia entre tener un proyecto y tener un papel con buenas intenciones en un cajón.

Despedida del libro y de la asignatura

<Figure src={graduacionEsi} alt="Acto de graduación universitaria, con estudiantes recibiendo el título académico vestidos con toga." caption="Un acto de graduación marca el cierre formal de una etapa y el inicio de otra."/>

Y ahora qué

No hay Unit 11. Lo que sigue lo escribes tú, fuera de este libro, con tu calendario, tu red y tu honestidad.

· profedeeconomia.es