

Habréis preguntado muchas veces a vuestros hijos qué quieren ser de mayores, ¿verdad? Pero... ¿son ellos conscientes de quiénes son hoy? ¿Conocen qué caminos, aprendizajes vitales, valores y opciones pueden ayudarles a crecer y a convertirse en aquello que desean ser?

ROGELIO NÚÑEZ PARTIDO

226

## 18. Un proyecto para vivir la vida

*El proyecto de felicidad para vuestros hijos se basa en que sean ellos mismos y vivan su vocación en plenitud. Es fundamental que apuesten por el tipo de vida a la que se sienten inclinados. Pero para descubrirlo, necesitarán transitar el espacio que separa quiénes son ahora y quiénes quieren llegar a ser. Entonces, ¿qué pasos podemos dar, como padres, para acompañarles en esa dirección? ¿Cómo se va construyendo la propia identidad? Antes de comenzar, vuestros hijos necesitarán definir su propio proyecto personal de vida.*



**1. Aprender a conocerse** con honestidad y realismo. Es importante distinguir entre la imagen que perciben los demás, la imagen ideal y el yo real. Aceptar sus limitaciones, pero sin dejar nunca de mejorar y crecer.

**2. Escuchar la vida:** atender a las cosas que le pasan, los sentimientos que le invaden, las personas con las que se encuentra. No se puede vivir ajeno a la vida. Hay que vivirla tal y como se presente.

**3. Saber elegir,** tomar decisiones. La vida es como un árbol de múltiples ramificaciones, que nos obliga a escoger unos caminos para renunciar necesariamente al resto.

**4. No tener miedo a equivocarse.** El que siempre pierde es el que no decide o deja que otros decidan por él. Ser valiente para aceptar los errores y sabio para aprender de los mismos.

**5. Ser responsable** de las consecuencias de las decisiones. En muchas ocasiones los resultados no son precisamente los que esperábamos. Es entonces cuando se puede llegar a sentir dolor y conflicto con uno mismo y con los demás.

**6. Ser flexible y creativo.** Porque la vida da muchas vueltas que escapan a nuestro control. Un cambio de planes supone cambiar de rumbo o incluso volver a empezar.

**7. Comprometer su libertad.** Ser libre significa tener capacidad de elegir, optar, comprometerse, ceder espacio, dar nuestro tiempo, gastarnos la vida.

**8. Compartir proyectos comunes.** Los proyectos de vida no tienen por qué ser exclusivamente individuales. La mayoría son compartidos, desplazando lo «mío», por el «contigo» o por el «vosotros».

**9. Buscar la coherencia** entre todas las dimensiones de su vida: entre su vida familiar y afectiva, su desempeño profesional o su compromiso social.

**10. Vivir centrado y unificado.** No vivir roto o disociado entre lo que uno piensa, dice, hace o siente. Ser uno mismo, auténtico, sin dobleces ni esquizofrenias.

**E**l que llega a Tecla poco ve de la ciudad, detrás de las cercas de tablas, las protecciones de arpillera, los andamios, las armaduras metálicas, los puentes de madera colgados de cables o sostenidos por caballetes, las escalas de cuerda, las torretas.

A la pregunta: «¿Por qué la construcción de Tecla se hace tan larga?», los habitantes, sin dejar de levantar cubos, de bajar plomadas, de mover de arriba abajo largos pinceles: «Para que no empiece la destrucción», responden. E interrogados sobre si temen que apenas quitados los andamios la ciudad empiece a resquebrajarse y hacerse pedazos, añaden con prisa, en voz baja: «No sólo la ciudad».

Si, insatisfecho con la respuesta, alguno apoya el ojo en la rendija de una empalizada, ve grúas que suben otras grúas, armazones que cubren otras armazones, vigas que apuntalan otras vigas.

«¿Qué sentido tiene este construir? —pregunta—. ¿Cuál es el fin de una ciudad en construcción sino una ciudad? ¿Dónde está el plano que seguís, el proyecto?» «Te lo mostraremos apenas termine la jornada; ahora no podemos interrumpir», responden. El trabajo cesa al atardecer. Cae la noche sobre la obra en construcción. Es una noche estrellada. «Éste es el proyecto», dicen.

ITALO CALVINO,  
*Las Ciudades Invisibles*,  
Capítulo VIII: «Las ciudades y el cielo»

## ¿Qué es un proyecto personal de vida?

Un proyecto personal de vida no es más que una herramienta. Se trata exactamente de una técnica que, por lo general, resulta de gran utilidad para ayudar a los jóvenes a enfrentarse a la vida con madurez. El hecho de sentarse a pensar y redactar su propio proyecto, tiene un gran valor como instrumento clarificador del individuo. Les ayuda a conocerse mejor y definir sus expectativas frente a la vida teniendo en cuenta sus vivencias, fortalezas y debilidades. Así, se abre para ellos un horizonte de responsabilidad y sentido más amplio del

que habitualmente maneja nuestra sociedad, y se entrenan para formular, desde el autoconocimiento, metas a corto, medio y largo plazo. Además, favorece la adquisición de competencias que contribuyen a lograr su desarrollo como ser humano y como ciudadano: consciente, libre, comprometido con su entorno y capaz de tomar decisiones. Pueden escribir el proyecto por primera vez a un nivel muy básico durante su adolescencia, y revisarlo, corregirlo y completarlo a lo largo de los años posteriores.

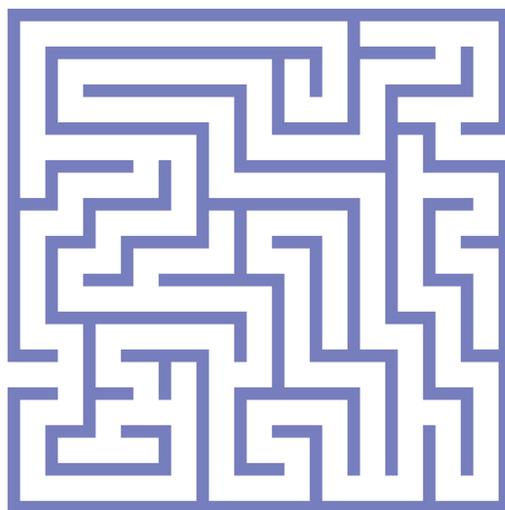
229

### El proyecto personal de vida **no** es:

- Papel mojado, un formalismo.
- Algo establecido por otros (amigos, familia, pareja, profesor, etc.).
- Algo fabricado artificialmente o fuera de la realidad (pura teoría).
- Algo definitivamente establecido y cerrado, que evite la búsqueda y el cuestionamiento.
- Un modo de ensimismamiento personal olvidando la realidad externa.
- Una meta, el final de un proceso.
- Un bonito plan bien redactado para organizarse la vida hasta sus últimos detalles.

### El proyecto personal de vida **sí** es:

- El reflejo del núcleo de la persona (valores, deseos, modos de vida, etc.).
- Un instrumento para integrar mi presente, mi pasado y mi futuro.
- Un espacio de encuentro y diálogo con la dimensión social e interior de la persona.
- Apertura a la oferta, al regalo, al don, a la oportunidad, a la posibilidad, etc.
- Un camino hacia la profunda inquietud del ser humano, pues nuestro destino es caminar antes que alcanzar una meta.



230

Una imagen que puede ayudar a tu hijo a comprender de qué se trata un proyecto personal es la del tradicional pasatiempo del laberinto. Un ratón debe seguir adelante para comerse el queso. Los **pasos a seguir** son muy sencillos e intuitivos:

Lo primero de todo es **el análisis de su realidad**: se trata de tomar conciencia de qué tipo de ratón es él, porque si se engaña en este aspecto, puede proponerse objetivos desproporcionados o inalcanzables. Tiene que formular con acierto quién es en este período de su historia personal. Olvidarse un poco del «yo ideal» con el que a veces sueña, como también del «yo mediocre», ese que la vida, en ocasiones, nos hace sentir.

Una vez que ha tomado conciencia de su situación, podrá **elegir** el tipo de queso que mejor le conviene. Es ahora cuando le toca formular los valores, sueños y horizontes que, en estos

momentos, quiere conseguir y por los que se siente inclinado. Invítale a formular un objetivo general que «tire de él», le ilusione, que sea especialmente atractivo y le motive. Después, puede dividirlo o «aterrizarlo» en tres o cuatro objetivos intermedios más concretos y específicos. Éstos han de ser realistas y fácilmente evaluables y revisados por él mismo: son pasos cortos para acercarle al objetivo general.

Por último, es fundamental **descubrir cuál es el camino** que verdaderamente desemboca en el queso. Llegar a un destino determinado nos exige dar unos pasos concretos y optar por unos caminos y no por otros. Se impone un trabajo de lucidez y discernimiento para formular con claridad los medios, tiempos, estrategias, ayudas, mediaciones, etc., que le ayuden a conseguir los objetivos que se ha propuesto.

## Yo, como padre... ¿Qué factores no debería olvidar?

Cuando tu hijo sea mayor de edad y le preguntes: ¿Y tú quién eres?, probablemente te gustará escuchar como respuesta algo más que un título académico o el último empleo con el que se gana la vida. Sin duda que la profesión nos define en muchas ocasiones y ganarse la vida con ella puede ser muy importante y satisfactorio. Pero no olvidemos que el ser humano tiene otras muchas dimensiones. Por fortuna, también somos personas concretas con relaciones interpersonales, proyectos familiares, valores, creencias, ideologías, aficiones, pasiones, cuerpo, etc. Sin embargo, el mercado laboral, muy estrecho de miras, absolutiza el éxito profesional en detrimento del resto de las dimensiones que constituyen la enormemente rica identidad personal. No podéis, ni debéis permitir que el proyecto de vida de vuestros hijos quede reducido a un currículum vitae: el sentido, la felicidad y la plenitud de la vida normalmente van más allá de la carrera profesional.

Como padres, el mayor deseo respecto al futuro de vuestros hijos es que sean felices. Pero recordemos que no podemos darles la vida resuelta. De modo que si albergan algún sueño o se sienten inclinados por alguna vocación concreta, les toca a ellos decidir su camino, remangarse y ponerse manos a la obra. Nuestra sociedad debería educar a los jóvenes en la cultura vocacional para que, dueños de su destino, tomen las riendas de su propia vida para vivirla en primera persona. La dignidad de la condición humana llama a cada joven a crecer siempre hacia la plenitud, que pasa por implicarse personalmente en dicha tarea. Desde luego que reconocemos que,

como toda tarea artesanal, es un trabajo arduo a la vez que muy humano. Los adolescentes han de unir paciencia y honestidad en el gesto cotidiano de construir, mediante sencillas opciones y decisiones, la identidad y el marco existencial que hayan elegido. Por eso, definir y redactar un proyecto es un reto de madurez, es empezar a asumir responsabilidad sobre la propia vida, no sólo como actores protagonistas de la misma, sino sobre todo como sus legítimos autores.

A la hora de ayudar a vuestros hijos, debéis tener cuidado de no dejaros llevar por dos equívocos que en nuestra cultura están muy arraigados en el inconsciente colectivo, y muy presentes a la hora de entender la forma de plantearse un proyecto de vida. El equilibrio, como siempre, es la opción más sabia y que nos llevará a la plenitud y la felicidad:

Por un lado, cabe la tentación, frente a la complejidad inabarcable de la vida, de formularla como puro azar o regida por un misterioso destino. Lo que provoca que los jóvenes se desentendían de todo esfuerzo o se pierdan en angustiosas disquisiciones para descubrir o acertar lo que el destino les deparará. Esta actitud tensa de forma absurda los procesos de decisión. Además, les llevan a rendirse pasivamente y renunciar a toda iniciativa: «Porque las cosas vendrán dadas... porque al final así tenía que ser».

Y en el otro extremo, se sitúa la cultura del «hombre hecho a sí mismo». Éste

cae en una ingenua interpretación de la realidad, en la que todos los factores de nuestra vida están en nuestra mano y a los cuales podemos manipular. De tal forma que para triunfar, tener éxito o ser feliz basta con la motivación, el esfuerzo y mucho tesón: «querer es

poder». Lo cierto es que no siempre es posible, aunque lo hayamos visto en las películas y leído en los libros de autoayuda. A menudo en la vida, por mucho que queramos y nos esforcemos, las cosas no salen como las habíamos proyectado.

Como padres nos podemos preguntar lo siguiente:

- Cuando pienso en la felicidad de mis hijos, ¿la vinculo exclusivamente a su carrera profesional?
- ¿Demuestro interés por todas las dimensiones de la vida de mis hijos: aficiones, amistades, valores, etc., o únicamente por su rendimiento académico y su itinerario formativo-laboral?
- ¿Soy consciente de que mis expectativas y sueños respecto al futuro de mis hijos no deben manipular ni contaminar su propio proceso vocacional?
- ¿Me fío de la capacidad de mis hijos para asumir progresivamente la responsabilidad de escoger su propio camino de vida?
- Cuando les narro a mis hijos mi propio recorrido de madurez y despertar vocacional, ¿les presento mi vida como fruto del azar o del destino?, o ¿exagero la cultura del esfuerzo hasta tal punto de dar a entender que a su alcance está todo aquello que se propongan?

## ¿Cuál es vuestro papel en la elaboración de su proyecto personal?

- Invítale a dedicar tiempo de calidad para **hablar contigo de la vida que le gustaría vivir**. Sugierele que reflexione y se sienta a escribir las primeras intuiciones que vayan dando forma a su proyecto. Aprovechad un fin de semana tranquilo, unos días de vacaciones, o cuando toque tomar decisiones importantes. Volved con frecuencia a lo escrito para evaluar su vigencia y para orientar nuevas decisiones. No dejes que se quede olvidado en un cajón. Lo de menos es el papel y sus conclusiones, lo importante es el proceso. Ayúdale a descubrir su utilidad como elemento de profundización y brújula de orientación.
- **Ofrécele información objetiva que le ayude a conocerse mejor**. No olvides dejarle muy claro que, por encima de todo, lo bueno y lo malo, está tu aceptación incondicional y tu amor. Atrévete a reconocer delante de tus hijos las luces y también las sombras de tu vida, de los rasgos de carácter que te definen. Ya no son niños y difícilmente les podrás engañar por mucho más tiempo. Aprovecha para dar ejemplo de un sano equilibrio entre la aceptación o superación de tus limitaciones y de la responsabilidad de desarrollar tus dones y cualidades.
- Cuando **dialogues con tus hijos sobre su futuro**, no añadas más leña al fuego de sus miedos e inseguridades. La sociedad ya se encarga de dibujarles un futuro muy oscuro para que encima nosotros potenciemos su temor frente a lo desconocido. Fomenta su mirada positiva y esperanzada frente a la realidad. Invítale a avanzar en la vida siempre de forma propositiva, activa, con confianza. Nunca huyendo, escondiéndose o a la defensiva. Aunque parezca contradictorio, nuestro afán protector les hace un flaco favor, dejándoles más indefensos y vulnerables a las adversidades de la vida.
- **Aborda con ellos las dificultades que experimenten** cuando tengan que enfrentarse a sus primeras elecciones. Además de crear desde muy pequeños el hábito en la toma de las propias decisiones, profundiza en la perseverancia de las mismas y en asumir la responsabilidad sobre las consecuencias que de ellas puedan derivarse. También tenemos que plantearnos desde la escuela la urgente y necesaria educación de esta destreza, tanto en la interacción cotidiana en el aula, como en los programas de acción tutorial.
- Aunque tus hijos **manifiesten el vértigo que les produce empezar a escoger opciones y caminos en la vida**, aunque sientan que se están limitando a sí mismos hacia otras posibilidades y perdiendo libertad, explícales que culturalmente estamos manejando un concepto desenfocado de la misma. Confundimos a menudo la plenitud de la libertad con la posibilidad de tener siempre todas las opciones abiertas: la libertad «de». Cuando en realidad, la libertad que en realidad nos construye y hace crecer es la libertad «para». La libertad puesta al servicio de un sueño, un proyecto, una causa o personas concretas.

## *Actividades concretas para favorecer el proceso de redacción del proyecto*

### Mi itinerario vital: el álbum de fotos

Prepara una selección de fotografías antiguas de la vida de los abuelos, tu propia infancia, adolescencia, juventud, el inicio de tu vida adulta, etc. Siéntate a repasarlas con tus hijos, aprovechándolas para ilustrar el relato de tu propio proceso de madurez, con sus etapas y momentos clave. Háblales de tus intuiciones, de tus dudas y elecciones para ir fraguando la vida que ahora vives. La persona que te sentiste llamada a ser y por la que luchaste por alcanzar.

234

### Los tres espejos

Entrégale tres hojas en blanco. Ahora imaginad que son tres espejos mágicos, de esos que en las ferias ofrecen una imagen deformada del espectador. Pero en este caso, no reflejan el aspecto físico, sino su personalidad. Cada espejo tiene una curvatura distinta y le permite escribir en cada uno de ellos la imagen de sí mismo que descubre:

-  El primero le muestra la imagen de cómo le ven los otros. Tal y como siente que es percibido por los demás.
-  El segundo le muestra su imagen actual, tal y como él se ve. Acentuando sus cualidades y defectos.
-  El tercero es el que le muestra su imagen dentro de veinticinco años. Aquella con la que se identifica, tal y como le gustaría reconocerse en el futuro.

Después de hacer el ejercicio, ¿qué le dicen estos tres espejos sobre quién es y quién se siente inclinado a ser?

## PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

### Libros recomendados

**Alvear, J. M., y Núñez, R.,** *Soy yo. Aprendo a ser persona*, Madrid, PPC, 2006. Es un cuaderno de interioridad y personalización para jóvenes. Eminentemente práctico y lleno de recursos para el trabajo personal o grupal, dedica el último bloque a desarrollar la propuesta de proyecto personal de vida recogida en este capítulo.

**Covey, S.,** *Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos*, Barcelona, DeBolsillo, 2012. Uno de los manuales más completos de crecimiento personal dirigido al público joven, con un lenguaje muy claro y didáctico. Está lleno de intuiciones valiosas, probablemente de gran utilidad para todos aquellos que deseen tomar la vida en sus manos.

**Domínguez Prieto, X. M.,** *Llamada y proyecto de vida*, Madrid, PPC, 2007. Para un desarrollo teórico completo de la experiencia vocacional y de cómo realizar un proyecto personal de vida. En el capítulo 9 se describen con detalle los objetivos y contenidos que debe tener un buen proyecto de vida, incluyendo ejercicios prácticos para elaborarlo.

235



ROGELIO NÚÑEZ PARTIDO (Almendralejo, 1970)

Arquitecto. Profesor y tutor en ESO y Bachillerato. Experto en acompañamiento personal y formador de acompañantes en el ámbito educativo y pastoral. Autor de libros y colaboraciones en revistas educativas. Actualmente es el responsable del área vocacional de la red de colegios marianistas de España.