

ESBOZO DE PLAN DE VIDA

Un **plan de vida** supone la enumeración de los objetivos que una persona quiere lograr a lo largo de su existencia y una guía que propone cómo alcanzarlos. Este plan puede incluir metas personales, profesionales, económicas y espirituales.

El **plan de vida** incluye objetivos a largo plazo: el sujeto puede pensar dónde le gustaría estar dentro de cinco o diez años, y a partir de esa idea, comenzar a desarrollar el plan. En este sentido, el plan de vida también es un plan de acción, con pasos a seguir y plazos, una estructura que permite encausar las actuaciones hacia las metas que una persona desea cumplir en sus años en este mundo.

Este plan tiene que ser analizado de manera periódica, de modo que la persona pueda advertir si se acerca al cumplimiento de sus objetivos o no. En caso de que las acciones realizadas no rindan sus frutos, el individuo está en condiciones de rectificarlas o de proponer nuevos caminos.

A diferencia de otros planes, el plan de vida por lo general no se plasma en un documento, es más bien un conjunto de ideas e imágenes que nos acompañan durante gran parte de la vida, y que no necesariamente compartimos con otras personas, aunque al ser sociables es muy común que las personas que nos rodean conozcan parte de nuestro plan.

Los psicólogos han comparado el plan de vida con el plan de negocios en cuanto a que un negocio o emprendimiento comercial tiene sentido siempre que permita a su impulsor satisfacer ciertas necesidades personales. Debemos considerar dentro de nuestro plan **la alimentación**: el plan de vida de una persona vegana es sustancialmente diferente de aquel que sigue un omnívoro o un vegetariano.

Otro punto importante de la vida es **la profesión**, que puede estar ligada a la vocación o a la ausencia de esta. En alguna parte de nuestra vida nos preguntamos a qué queremos dedicarnos y esto abre una serie muy amplia de posibilidades, donde podemos elegir dos caminos: por un lado, la búsqueda de la felicidad y el desarrollo personal y por el otro, las ambiciones económicas.

Muchas personas escogen una carrera para no decepcionar a sus padres, otras deciden elaborar una estrategia revolucionaria de negocios para volverse ricas, y algunas se conforman con la satisfacción de compartir sus creaciones artísticas con su entorno, entre una cantidad potencialmente infinita de personalidades.

El **aspecto sentimental** también debemos considerarlo en el plan de vida. Este tema ocupa mucho tiempo y energía a la mayoría de las personas. Si bien el éxito del matrimonio ha descendido notablemente en los últimos años, muchos detractores de este lazo simbólico viven atormentados ante la mera idea de quedarse solteros y planean sus vidas en torno a una potencial convivencia con otro ser humano.

Referencia:

Pérez Porto, J., Gardey, A. (2009) Plan de vida. Qué es, importancia, definición y concepto. Recuperado de:
<https://definicion.de/plan-de-vida/>