ESTADO DEL ARTE COLPRESARIOS

1- Proyecto de vida en los jóvenes

AUTOR: MIGUEL ANGEL ROCA PERARA

CONCLUSIONES: Un proyecto de vida es un constructo que define al conjunto de conocimientos, emociones, acciones, motivaciones, etcétera que, de manera coordinada, buscan el logro de determinadas metas, propósitos u objetivos específicos de importante sentido existencial situados en una perspectiva futura. Es, en otras palabras, la dirección e itinerario que una persona establece para la construcción de su propia existencia, y esquema a seguir para la consecución de sus sueños y anhelos.

Un sólido proyecto de vida es un camino para alcanzar una meta, matizado por un cierto estilo personal y un modo de llevar adelante las acciones que conforman y brindan sentido a la existencia, al tiempo que incrementa la autoestima y la sensación de realización personal, con el consecuente impacto favorable para el bienestar y la salud. Una persona sin proyectos de vida o con pobreza de ellos, es veleta sin rumbo, de inútil existencia y frágil bienestar.

Un proyecto de vida se caracteriza por su dinamismo y complejidad, no es algo homogéneo de claro programa para su implementación y de cómodo camino para su materialización; un proyecto de vida supone la apuesta por determinadas metas y el descarte de otras, lo que implica conflictos existenciales que pueden evocar emociones movilizadoras y gratificantes, pero también emociones dolorosas, sobre todo cuando el logro de los propósitos más importantes supone la renuncia a cosas no menos importantes, pero incompatibles con las miras esenciales.

Pero, en cualquier caso, lo deseable es la movilización activa de la persona en la búsqueda de sus anhelos, alejada del paralizante estado de indecisión, definido por el neologismo “nohacernadismo”, en que la persona “nada hace”, pospone cualquier acción e incurre en la ingenua utopía de “esperar” y creer que el tiempo se encargará de poner en orden las cosas, obviando que “los problemas se resuelven, no se disuelven”.

Añádase a lo anterior que ningún fenómeno humano puede verse y comprenderse al margen del escenario social en el que tiene lugar; de esta manera, idealmente las personas pudieran construir su proyecto de vida en un contexto de oportunidades que favorezca e incentive el logro de determinados propósitos repletos de espiritualidad y realización personal. Pero puede tratarse de escenarios más hostiles que reduzcan los propósitos a estrategias más inmediatas y pragmáticas de sobrevivencia y la posposición de otras metas.

Pueden, por otra parte, existir también fuertes presiones del entorno social o familiar para determinar desde fuera el proyecto individual, paralizando, violentando o confundiendo al joven en sus reales propósitos y metas. De no resolverse tal situación, muchos años después ello se convierte en triste fuente de “mutilados emocionales”, cuando al joven le faltó coraje y energía para seguir sus propios proyectos y los sacrificó en aras de las demandas de los demás.

Dentro de lo que ha dado en definirse como Psicología Positiva, tendencia que se ocupa del estudio de las bases del bienestar psicológico y de la felicidad, así como de las fortalezas y virtudes humanas, están comprendidos dos motores sustanciales para el logro de un proyecto de vida: la esperanza y el optimismo.

La esperanza, elemento decisivo para emprender cualquier intento de cambios conducentes a la prosperidad, siempre alineada hacia un futuro de mejoría matizado por la expectativa de que las cosas se despejarán de forma favorable, aun temiendo lo peor. Así, la esperanza no solo es proyectada al futuro, sino a un futuro concebido como positivo, lo que potencialmente brinda a la persona una visión optimista de la vida que le hace ir adelante, sobreponerse a los obstáculos, no rendirse, y pensar y luchar por un futuro mejor.

Por su parte, el optimismo es una de las fuentes primordiales de la “automotivación”, en tanto promueve la persistencia de ir tras las metas y propósitos implícitos en un proyecto de vida a pesar de obstáculos e infortunios, haciendo que la persona no opere por miedo al fracaso, sino por la expectativa de éxito (mayor focalización en las oportunidades que en las amenazas) y considerar que los contratiempos se deben a circunstancias manejables, más que a fallas personales.

2- Desarrollo humano y agencia: la centralidad del proyecto de vida

AUTOR: Maya Zilveti, Macarena Orchard y Romina von Borries

CONCLUSIONES: En términos muy generales, la construcción de un proyecto de vida consiste en un proceso permanente de elaboración, que supone la capacidad para formular metas en forma autónoma y llevar a cabo planes de vida, consistentes con los objetivos y opciones que las personas consideran valiosas. Requiere libertad práctica para enfrentar con éxito el surgimiento de eventos y acontecimientos inesperados, libertad moral para decir por sí mismo el tipo de vida que se desea alcanzar y un horizonte de largo plazo en el cual inscribir la propia biografía.

Los Informes chilenos históricamente han planteado la relevancia del proyecto de vida para el desarrollo. Desde una perspectiva normativa, los proyectos de vida son importantes para el desarrollo humano, pues permiten a las personas transitar hacia condiciones de vida satisfactorias, tanto para sí como para sus familias. Esto se debe a que la capacidad para construir un proyecto de vida y la agencia son dos caras de un mismo fenómeno. Por una parte, las metas y aspiraciones representan un importante motor de cambio para las personas y las sociedades. Al mismo tiempo, la identificación de opciones vitales significativas y la elaboración de estrategias que permitan alcanzarlas dependen en gran medida del grado de agencia que poseen los individuos.

No obstante, la asociación entre proyecto de vida y desarrollo no tiene únicamente un fundamento normativo, sino que es también una relación empírica. El Informe chileno se propuso profundizar en la relación entre proyecto de vida y el bienestar subjetivo, en tanto uno de los fines deseables del desarrollo. El vínculo es

categorico: la satisfacción general con la vida es mayor entre quienes declaran tener un proyecto de vida y estar haciendo todo lo necesario para lograrlo. Asimismo, el proyecto de vida se encuentra particularmente relacionado con la vivencia de estados de ánimo positivos como estar motivado, alegre u optimista.