

Mi plan de vida y carrera

¿Qué es un plan de vida y carrera? Es una herramienta que permite detenernos a reflexionar hacia dónde ir, con qué recursos contamos y cuáles estrategias tenemos para conseguirlo.

¿Para qué nos sirve un plan de vida y carrera? Para darle estructura al camino; plantearnos una ruta, metas personales, objetivos profesionales, pues se tiene claro qué se desea para el futuro y, en consecuencia, llegar a él se vuelve más fácil y gratificante.

¿Cómo podemos elaborar un plan de vida y carrera? Una herramienta que nos sugieren Flores, Vargas, Domínguez (2014) es aplicar la planeación estratégica para elaborarlo. La planeación estratégica es un término que se utiliza comúnmente en el ámbito administrativo para definir las metas, objetivos y estrategias de una organización.

Plan de vida y carrera

Acciones	Aplicación
Mi misión:	¿Quién soy? ¿Qué me define? ¿Qué busco? Por ejemplo: Un joven de 21 años con grandes aspiraciones profesionales que desea concretar sus estudios superiores para obtener un buen empleo, o bien emprender un gran negocio que contribuya al desarrollo social y económico del país.
Mi visión:	¿A dónde quiero llegar? ¿Quién quiero ser en el futuro? Hablamos de un profesionista que contribuya al desarrollo del país.
Mi(s) meta(s):	Es el resultado que se alcanzará y señala hacia cuál dirección apuntar las decisiones y acciones (Hellriegel, et al, 2009). Cabe señalar que las metas a corto plazo son a un año, las de mediano plazo de 1 a 3 años y las de largo plazo mayores a tres años. No olvides que las metas deben ser congruentes con la misión y encaminadas hacia la visión. Por ejemplo: Concluir mi licenciatura en 3 años 4 meses.
Mi objetivo:	Cuantifica lo que se quiere lograr. Debe ser realista y medible. Por ejemplo: Acreditar cada ciclo de tres materias con un promedio mínimo de 8.
Mi estrategia:	Son las actividades para alcanzar una o varias metas. Por ejemplo: Acreditar cada una de las materias y desarrollar la competencia de aprender a aprender para facilitar mi estudio de ellas.
Mis acciones para alcanzar la estrategia:	Son los pasos o tareas a seguir para alcanzar o implementar la estrategia. Ejemplo: Debo aplicar estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio para facilitar mi estudio y asimilar cualquier contenido.
Mis acciones de control:	Es el seguimiento de las acciones o tareas con el fin de reforzar los objetivos y valorar si es necesario modificar la estrategia. Por ejemplo: realizar mis autoevaluaciones temáticas semanales en plataforma y en caso de tener dudas aclararlas con mi docente, además de reflexionar sobre mis áreas de oportunidad en lo académico para diseñar una estrategia de estudio que me permita asimilar los contenidos.
Mi recompensa:	La forma de compensar el logro de mi objetivo: Salir de viaje con mis compañeros



de graduación.

Adaptado de Flores G. Lucrecia; Vargas, J. Domínguez, K. (2014). Plan de vida y carrera. Manual de desarrollo humano. México: Pearson.

Plantilla: Mi plan de vida y carrera

Acciones	Aplicación
Mi misión:	
Mi visión:	
Mi(s) meta(s):	
Mi objetivo:	
Mi estrategia:	
Mis acciones para alcanzar la estrategia:	
Mis acciones de control:	
Mi recompensa:	