

## Mi proyecto de vida

Un **proyecto de vida** es un plan personal y consciente que te permite trazar el camino hacia tus metas y sueños funciona como un mapa o una brújula que te ayuda a **tomar decisiones responsables**, te permite **enfocar tus esfuerzos** y te prepara para **enfrentar los grandes desafíos de la vida**. No se trata solo de imaginar el futuro, sino de comprometerse con el presente para construirlo desde hoy. Te ayuda a definir **quién quieres ser**, qué valores te guían, qué habilidades quieres fortalecer y qué tipo de vida deseas construir.

Tener un proyecto de vida significa ser el **protagonista de tu propia historia**, en lugar de dejar que las circunstancias o los demás decidan por ti. Es una herramienta poderosa que te permite vivir con propósito y satisfacción.

### Analicemos el siguiente ejemplo:

*Álex tiene 16 años. Ha sido siempre un estudiante responsable y con buen rendimiento académico. Sin embargo, últimamente se siente confundido sobre lo que hará después de terminar el colegio y qué pasará con su futuro en diferentes aspectos (de manera personal, familiar, profesional, etc.). Preocupado, se pregunta: “¿Lograré ser una persona más paciente? ¿Seguiré viviendo en la ciudad? ¿Tendré que seguir estudiando o mejor trabajo? ¿Tendré siempre buena salud? ¿Cambiaré de religión?”, etc. Además, tiene que lidiar con la presión de sus padres, quienes le preguntan a cada momento qué hará con su vida.*



### ¡Vamos a reflexionar!

¿Cómo crees que se siente Álex? ¿En algún momento has estado en la misma situación? ¿Has pensado sobre lo que harás después de terminar el colegio? ¿Sabes cómo elaborar un proyecto de vida? ¿Te has planteado hacer uno para ti? ¿Qué ámbitos de tu vida crees que debería considerar?

## ¿Es importante tener un proyecto de vida?

Un **proyecto de vida** abarca diversos ámbitos que son **importantes para el desarrollo integral de una persona**. Estos ámbitos incluyen lo personal, profesional, familiar, social y espiritual, entre otros. Cada uno de estos aspectos contribuye a la construcción de una vida plena y significativa, y permiten que la persona defina sus metas, valores y acciones para alcanzarla.

**Elaborar nuestro proyecto de vida es un proceso fundamental**, ya que nos permite clarificar qué queremos ser, qué deseamos hacer, hacia dónde nos dirigimos y cómo queremos lograrlo, en cada uno de los ámbitos señalados líneas arriba. Estas interrogantes, que muchas veces generan incertidumbre, pueden empezar a resolverse cuando nos damos el tiempo de reflexionar y planificar nuestra vida con propósito.

Sin embargo, pensar y elaborar nuestro proyecto de vida puede ser un tema relativamente complejo, si no seguimos un orden y abordamos los múltiples factores que giran alrededor de él. Por ello, en esta cartilla, te brindamos algunas consideraciones para que inicies o actualices tu proyecto de vida. Toma en cuenta que cada proyecto es personal y se construye con base en las experiencias y contextos de cada persona.

## ¿Qué consideraciones se pueden tomar en cuenta para elaborar un proyecto de vida?

### 1. Autoconocimiento y reflexión personal

Antes de poder trazar un camino, necesitas saber de dónde partes. Dedica tiempo a reflexionar sobre quién eres hoy. Hazte preguntas como:

- ¿Qué es importante para mí? ¿Cuáles son mis valores?
- ¿Qué actividades me apasionan?
- ¿Cuáles son mis fortalezas y debilidades? ¿En qué soy bueno y en qué necesito mejorar?
- ¿Qué experiencias de mi pasado han tenido un gran impacto en mí? ¿Qué he aprendido de ellas?
- ¿Con qué apoyos u oportunidades cuento para lograr mis metas?
- ¿Qué situaciones pueden afectar el logro de mis metas?

### 2. Establecimiento de metas claras y realistas

Una vez que tengas una mejor comprensión de ti mismo, puedes empezar a definir tus metas. Es útil clasificarlas en diferentes áreas de tu vida (profesional, personal, familiar, social, etc.) y en horizontes temporales.

- **Metas a corto plazo:** Lo que quieres lograr en los próximos 1-2 años.
- **Metas a mediano plazo:** Lo que quieres lograr en los próximos 3-5 años.
- **Metas a largo plazo:** Tu visión de vida a 10 años o más.

Asegúrate de que tus metas sean:

- **Específicas:** Deben ser claras y detalladas.
- **Medibles:** Debes poder cuantificar el progreso.
- **Alcanzables:** Deben ser realistas, que consideren tus recursos y capacidades.
- **Relevantes:** Deben estar alineadas con tus valores y aspiraciones.
- **Con plazo definido:** Deben tener una fecha límite.

### 3. Flexibilidad y adaptabilidad

Es crucial recordar que un proyecto de vida no es un mapa rígido, escrito en piedra. Por el contrario, se trata de una herramienta dinámica, que te permite ajustar tus planes, cambiar de dirección y aprender de los imprevistos y las oportunidades inesperadas que te da la vida. No te aferres a una idea fija: la verdadera fuerza está en saber adaptarse sin perder de vista tus valores y objetivos fundamentales.

#### Recuerda:

El proyecto de vida es la oportunidad de que tu voz interior hable, tus pasiones te guíen y tus acciones dejen una huella real en el mundo.

### Referencias bibliográficas:

- Ministerio de Educación. (2021). *Orientaciones pedagógicas para prevenir la interrupción de los estudios en el nivel secundaria*.  
<https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7613>
- Morales, L. (2019). *Manual de proyecto de vida*.  
[https://www.researchgate.net/publication/352569736\\_MANUAL\\_DE\\_PROYECTO\\_DE\\_VIDA](https://www.researchgate.net/publication/352569736_MANUAL_DE_PROYECTO_DE_VIDA)
- Universidad Pontificia Comillas. (2021). *¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo? Manual práctico para padres*. Fundación Bertelsmann.  
<https://www.fundacionbertelsmann.org/publicaciones/como-orientar-profesionalmente-a-tu-hijo/>

## **Mi proyecto de vida**

### **Editado por:**

Ministerio de Educación

Calle del Comercio N° 193, San Borja

Lima 41, Perú

Teléfono: 615-5800

[www.minedu.gob.pe](http://www.minedu.gob.pe)

© Ministerio de Educación del Perú

Se autoriza citar o reproducir la totalidad o parte del presente documento, siempre que se cite la fuente y no se utilice con fines lucrativos.

Depósito Legal N° 2025-09476

Primera edición digital: setiembre 2025

Lima - Perú

Recurso digital disponible en: <https://educacionteescucha.minedu.gob.pe/>