

LETRAS

‘Plan estratégico personal’, una hoja de ruta para alcanzar el éxito

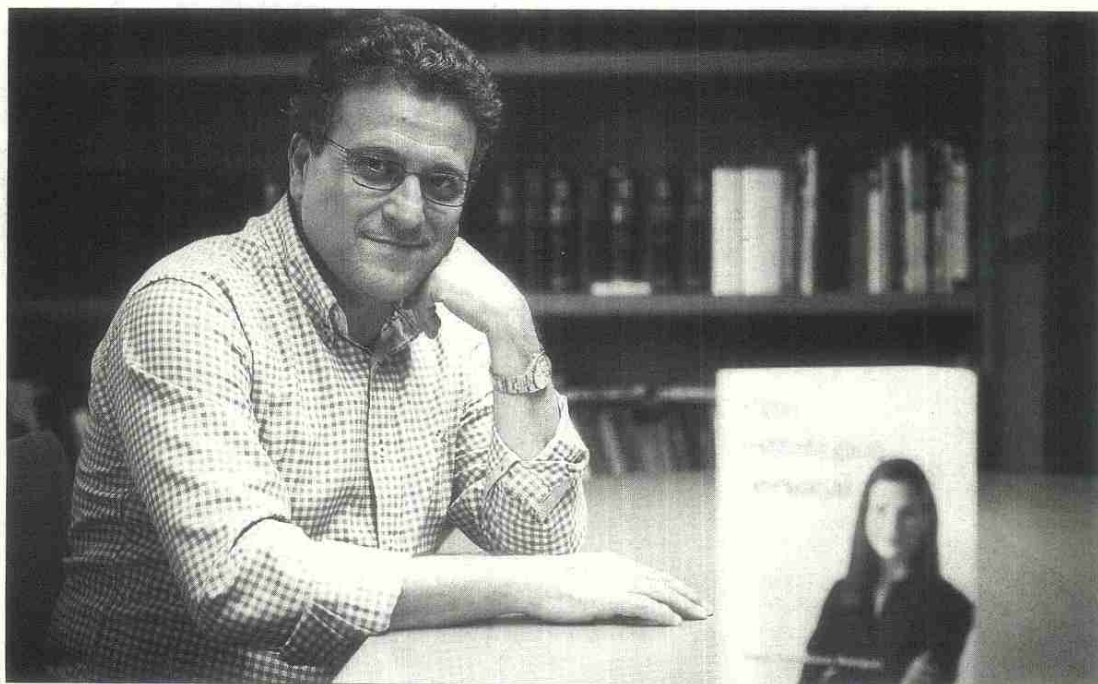
El psicólogo Miguel Ángel Mañas Rodríguez detalla en esta obra las habilidades y técnicas necesarias para que cada persona configure su propio proyecto de vida

JUAN GABRIEL GARCÍA
REDACCIÓN

‘Plan estratégico personal’ (Ediciones Pirámide) invita al lector a adentrarse en un viaje interior con la finalidad de establecer un exitoso proyecto de vida ajustado a las características de cada persona. Miguel Ángel Mañas Rodríguez, director del Departamento de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad de Almería, es el autor de esta sugerente propuesta.

El libro, de un marcado espíritu práctico con un estilo divulgativo y ameno que lo hace accesible a todo tipo de público, se divide en dos partes. La primera se centra en el plan estratégico personal y en aquellos temas que cada individuo debe tener presentes para establecer su hoja de ruta vital. Uno de ellos radica en el conocimiento de la sociedad en la que vamos a vivir y, como explica el autor, Miguel Ángel Mañas, otra cuestión fundamental la constituye “la evaluación de la persona *per se*. Tenemos que conocernos y para eso traspaso un concepto de empresariales, el DAFO, al análisis de la persona, para ver en qué somos buenos y en saber cuáles son nuestras debilidades”.

La segunda parte de ‘Plan estratégico personal’ se detiene en diferentes técnicas y herramientas para mejorar, a través del aprendizaje, las habilidades que se pretenden perfeccionar. En esta aventura el autoconocimiento cobra un papel relevante. Mañas sostiene que muchas personas no se han parado a analizarse a sí mismas con el propósito de conocerse más a fondo para saber actuar de la forma apropiada en cada situación.



■ Miguel Ángel Mañas Rodríguez con un ejemplar de ‘Plan estratégico personal’. / J. GUERRERO LINARES

Otro aspecto fundamental en el desarrollo personal y el éxito profesional de una persona reside en el uso de las habilidades sociales. Según Mañas, “está comprobado que las habilidades sociales tienen mucho que ver con el éxito profesional. Nos hemos dado cuenta de que no todos los alumnos que sacan matrícula en la carrera son los que después tienen éxito en la vida”.

Inteligencia emocional

La situación descrita con anterioridad se produce por la existencia de dos tipos de inteligencias; la racional y la emocional. La primera de ellas sería la responsable de que una persona pueda sacar un 10 en una asignatura mientras que el otro tipo de inte-

“El equilibrio entre el trabajo y la familia hacen que la persona funcione mejor”

ligencia es la emocional o social. Esta segunda clase de inteligencia, como apunta Mañas, “sí tienen más relación con el éxito profesional”.

Las estrategias, técnicas y reflexiones planteadas en este libro no sólo se circunscriben al ámbito personal. Muchas de ellas, que repercuten positivamente en el plano personal, también actúan en beneficio del entorno laboral de cada uno. Se pueden aplicar de igual modo al ámbito empresarial. Una de estas cuestiones ra-

dica en la motivación del trabajador. Habitualmente se espera que la motivación proceda de otras personas pero, como explica Mañas, “se olvida que todos poseemos la capacidad de sacar esa energía que tenemos dentro”.

La resolución de conflictos, la toma de decisiones e incluso la nutrición y el ejercicio, entre muchos más temas, se exponen en este libro para que cada individuo prepare un proyecto que nos lleve a una meta concreta.

Miguel Ángel Mañas ofrece al lector en ‘Plan estratégico personal’ una pormenorizada guía para que cada lector establezca su plan de vida, un plan en el que, como asegura el autor, “el equilibrio entre la parte laboral, familiar y de ocio hacen que la persona funcione mejor”.