

## Elección de metas y planificación del proyecto

La inteligencia humana está orientada a la acción. Nos sirve para tomar mejores decisiones y dirigir bien nuestro comportamiento. Ideas como “hacer deporte”, “aprender japonés” o “comer más verdura”, no nos sirven de nada si no las llevamos cabo. No basta con querer actuar bien; es necesario pasar a la acción. Este paso a la práctica es lo que distingue a los proyectos de los deseos o ensoñaciones. Para conseguir dar el salto de lo deseado a la realidad, tenemos que escoger metas y elaborar proyectos. El talento nos facilita esta labor.

Talento es el buen uso de la inteligencia. Es la inteligencia que elige bien las metas, maneja la información, gestiona las emociones y pone en práctica las virtudes de la acción necesarias para alcanzarlas, ampliar su capacidad y conseguir una mejora continua. Pensemos en alguien muy listo, que usa su capacidad para cometer robos y delinquir... ¿es inteligente esa persona? Sí, pero no tiene talento, ya que ha fallado en la elección de sus metas.

Por tanto, demuestra talento una inteligencia que:

- Elige bien sus metas
- Aplica los conocimientos adecuados
- Gestiona las emociones y activa los procesos necesarios para alcanzar esas metas.

Una vez que nos hemos marcado una meta, tenemos que elaborar un **proyecto**; un plan de acción que organice nuestra forma de proceder.

En este momento entre en juego la **planificación y organización** de la tarea. La imaginación nos permite predecir, planificar y anticipar las consecuencias futuras. Debemos entrenar las habilidades ejecutivas de planificación y organización, que nos sirven para visualizar la forma correcta de ejecutar una tarea. La capacidad de planificación es el proceso mental que nos ayuda a seleccionar las acciones necesarias para alcanzar una meta, decidir sobre el orden apropiado, asignar a cada tarea los recursos cognitivos necesarios y el establecer el plan de acción. Algunas herramientas de planificación son: descomponer el trabajo en las tareas que lo componen, más cortas y accesibles; desarrollar un marco organizativo (¿qué hacer?, ¿cuándo?, ¿qué necesitaré?); escoger la información relevante para esta tarea; marcar plazos y cumplirlos, etc.

### Lo desarrollamos en familia

La planificación es una función que podemos estimular mucho a nivel cotidiano. Basta con implicar a los niños en la organización de cualquier actividad como ir a la compra, preparar la comida, montar una fiesta, crear un disfraz... El lema de la planificación podría ser: “antes de empezar, párate y piensa”. Es mejor ponerse con la tarea unos minutos más tarde y dedicar un momento a organizarse. De este modo, nos cundirá más el trabajo que tengamos que hacer.

- Una forma estupenda de entrenar la planificación de los niños es asociarlo a sus **tareas escolares**. Antes de sentarse a hacer los deberes, enseñarles a pensar qué materias tienen que trabajar, a calcular el tiempo que les puede llevar, prever qué materiales pueden necesitar, desmenuzar las tareas en partes más pequeñas, organizar breves descansos...

- Lo mismo es aplicable a su preparación para el colegio del día siguiente. Los niños deben acostumbrarse desde pequeños a encargarse de sus propias cosas, como preparar la ropa del día siguiente, pensar qué clases tienen y qué deben llevar, o si toca educación física, o han de llevar algo para una clase extraescolar. Si esto se convierte en rutina, a base de repetición, cada vez costará menos porque será un hábito integrado en nuestro día a día.

- Para mejorar estas y otras rutinas, como puede ser poner o quitar la mesa, llevar la ropa sucia a la lavadora, etc., existen herramientas facilitadoras.

- Planificar objetivos pequeños, claros y secuenciados
- Dar instrucciones cortas, claras, y concretas
- Usar las autoinstrucciones

- Planear con los niños un viaje (puede ser real o imaginario): decidimos donde queremos ir (selección de nuestra meta), qué queremos ver y hacer allí, cómo vamos a llegar, la ruta, qué necesitamos para el viaje, qué equipaje llevamos...

- Organizar una fiesta de cumpleaños, una sorpresa, ir a un museo o concierto...

Es decir, tenemos que implicar todo lo posible a los niños en la organización tanto de asuntos domésticos como de eventos especiales. Adquirir hábitos de colaboración en casa es positivo para ellos, pues aumenta su autonomía. A veces, tendemos a infravalorar a los niños y a pensar que son demasiado pequeños para...; cuando, en realidad, tienen más capacidad de la que pensamos. Si les damos la oportunidad nos sorprenderán, y ellos se sentirán genial al tomar parte en decisiones familiares.

## Ampliamos

¿Qué es la planificación?

<https://www.cognifit.com/es/habilidadcognitiva/planificacion>

"Aprender a organizarse", vídeo del Hospital Sant Joan de Déu:

<https://www.youtube.com/watch?v=hMjFzDUjCtA>