

## **5 (des)propósitos que hay que dejar de plantearte este 2019, según IMF Business School**

**Ser el primero en llegar a la oficina, pensar más en uno mismo o aprender un nuevo idioma, son algunos de los (des)propósitos más comunes analizados por IMF Business School**

Es una realidad. 2018 tiene los días contados y llega el momento de pensar en nuevos retos y objetivos y hacer balance sobre lo conseguido éste. Lo mejor es ser sincero y realista. ¿Cuántos de los propósitos planteados en el año anterior e, incluso anteriores, se han llevado a cabo? Seguro que hay muchos que no. Si llevan varios años repitiéndose, sin alcanzarse ya no son propósitos, sino todo lo contrario: (des)propósitos.

Si es así, qué no cunda el pánico ya que es algo muy común. De hecho, 9 de cada 10 personas fracasa al llevar a cabo sus propósitos, según un estudio elaborado por la Universidad de Scranton. Por ese motivo, este año IMF Business School ha querido ir un poco más allá y analizar el Top5 de (des)propósitos más habituales:

Puntualidad inglesa. Hay que ser realistas. Irse tarde a la cama, despegar los ojos de la pantalla cada noche, la última siempre acaba siendo la penúltima... Esto son algunas de las causas por las que llegar los primeros a la oficina se ha convertido en un auténtico (des)propósito para muchos. Sin embargo, se puede sustituir por "puntualidad a la española". En España siempre se habla de los 5 minutos de cortesía, así que es una buena forma de plantearse que, si ser los primeros no es posible, al menos no sobrepasar más de esos 300 segundos.

El egoísmo más humilde. Entre los (des)propósitos más comunes se encuentra: pensar más en uno mismo. Sin embargo, el 90% de los españoles piensa estar perdiéndose cosas importantes en su vida por culpa de su trabajo. Un estudio realizado por La Despensa. Es importante guardar tiempo para los hobbies o disfrutar de familiares y amigos. Saber separar la vida laboral de la personal resulta un factor importante para el bienestar de las personas.

Ahorrar más de lo posible. En un país con más de 3 millones parados, que éste sea uno de los

objetivos que más se repiten en estas fechas resulta un poco complicado. De hecho, 8 millones de españoles no consiguen ahorrar a final de mes y los que lo hacen ahorran 302 euros mensuales, según un estudio elaborado por Rastreator.com. Para que esta meta deje de ser un (des)propósito los expertos en finanzas de IMF Business School aconsejan realizar un presupuesto de ahorro real en el que tener en cuenta: ingresos, gastos fijos y variables de cada mes y una cantidad predeterminada para imprevistos.

Aprender un idioma. El 85% de las personas ha tenido alguna vez como objetivo estudiar un nuevo idioma, según cifras de una encuesta realizada por Babbel. Pero lo cierto es que 3 de cada 10 encuestados confesaron abandonar el idioma durante los primeros meses del año. Esto se debe no tanto a la falta de tiempo, sino a la desmotivación.

Menos quejas. Aunque se trata de un propósito común, los expertos aseguran que es sano. Así que, en 2019, quejarse sí, pero con moderación. El exceso de quejas aumenta la pasividad y genera malestar. Hay que encontrar el equilibrio entre lo positivo y la queja.

**Datos de contacto:**

Redacción

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Sociedad Oficinas](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>