

## PROYECTO DE VIDA: UNA MIRADA HACIA EL FUTURO POR UN CAMBIO SOCIAL

Rojas Sanjuán, Ángela Jimena<sup>1</sup>

### RESUMEN

El propósito de esta intervención será brindar un acompañamiento para apoyar a los adolescentes a fortalecer el proyecto de vida, mediante herramientas de bases solidarias en lo que tiene que ver con el autoconocimiento, auto concepto de ellos mismos teniendo en cuenta las fortalezas, debilidades y motivaciones las cuales son las que aportan a lo largo del desarrollo de su proyecto de vida.

La propuesta es integral pretendiendo que los adolescentes sean vistos como seres individuales con sus necesidades y recursos propios en donde su entorno juega un papel importante en sus vidas.

Un buen proyecto de vida ayudara al adolescente que no le dé lugar a la improvisación si no que de forma paulatina pero estructurada de tal manera que dirija todos sus esfuerzos en la toma de decisiones de manera asertiva.

### Palabras claves:

propósito, intervención, vida, adolescente, decisiones.

### ABSTRACT

The purpose of this intervention will be to provide support-to-support adolescents to strengthen the life project, through tools based on solidarity in what has to do with self-knowledge, self-concept taking into account strengths, weaknesses and motivations, which are the ones that contribute throughout the development of your life project.

The proposal is integral pretending that adolescents are seen as individual beings with their own needs and resources where their environment plays an important role in their lives.

A good life project will help the adolescent who does not give rise to improvisation but gradually but structured in such a way that he directs all his efforts in making decisions assertively.

**Keywords:** *purpose, intervention, life, teenager, decisions.*

### INTRODUCCIÓN

Sin embargo, la etapa de la adolescencia es donde más se lucha por El presente artículo busca realizar un acercamiento desde la perspectiva humanista a los proyectos de vida que apenas comienzan los estudiantes de undécimo grado del colegio Instituto Miguel Sánchez Hinestroza del municipio de girón, en la ciudad de Bucaramanga en el año 2019. Concibiendo el proyecto de vida como la búsqueda del ser humano para lograr sus ideales, explorando sus posibilidades internas y externas, centrándose en sus potenciales, capacidades e intereses.

Alcanzar la madurez, la cual se presentan toma de decisiones con su propio destino, aceptando su crecimiento, dejando atrás su infancia y aceptando el rol de una persona adulta. Cuando se pensó por una propuesta de fortalecimiento del proyecto de vida se nos trasladó el

---

<sup>1</sup>Psicología, Corporación universitaria minuto de Dios, angelajrojas@fitecvirtual.edu.co, Colombia.

pensamiento a los adolescentes que mejor ellos para que tengan esta oportunidad de reafirmar las bases de lo que quieren en su vida, teniendo claro que el proyecto de vida es la realización personal desde sus necesidades más básicas hasta llegar a la autorrealización, teniendo esto claro podemos afirmar que el proyecto de vida es como la carretera que debemos transcurrir para llegar a la meta deseada, un buen proyecto de vida fundamentado en valores y las correctas estrategias este se convertirá en un manual a seguir para lograr sus anhelos y metas.

#### Preguntas orientadoras

- ✓ ¿Qué entienden los jóvenes por proyecto de vida?
- ✓ ¿Cuáles son las decisiones que influyen de manera significativa en el desarrollo del proyecto de vida?
- ✓ ¿Cuáles son las proyecciones de los adolescentes en su proyecto de vida?

#### **DESARROLLO DEL TEMA**

Teniendo en cuenta que la psicología es la ciencia que estudia la mente y sus aspectos cognitivos, afectivos y de comportamiento. También explora conceptos como lo son el funcionamiento del cerebro, la inteligencia, atención, la percepción, motivación, emociones y las habilidades permitiendo obtener información organizada y sistemática mediante la elaboración de teorías para llegar a su comprensión.

Estas teorías ayudan a predecir el comportamiento humano y así llegar a explicar el comportamiento y llegar a intervenir en las ocasiones donde se presente patologías psicológicas

En conclusión, la psicología juega un papel importante a la hora de comprender al ser humano desde todos los puntos de vista y comportamentales como lo es la persona en su mundo social y personal.

La psicología humanista nace oficialmente en Estados Unidos en 1962, cuando un grupo de psicólogos y pensadores progresistas de la época declaran su voluntad en desarrollar un enfoque nuevo que trascendiera los determinismos y la fragmentación de los modelos vigentes del psicoanálisis y del conductismo; el anhelo era entonces desarrollar una nueva psicología que se ocupe de la subjetividad y la experiencia interna, de la persona como un todo, sin fragmentaciones como la conducta o el inconsciente, o la percepción o del lenguaje, sino que contemplar a la persona como objeto luminoso de estudio, y asimismo, desarrollar una nueva disciplina que investigue los fenómenos más positivos y sanos del ser humano como el amor, la creatividad, la comunicación, la libertad, la capacidad de decidir, el cambio terapéutico, y sobre todo, la autenticidad y el arte de ser uno mismo, porque de allí debía provenir el sentido de respeto y responsabilidad; desde ese núcleo del ser, puede surgir un camino del existir que sea sano o sabio, equilibrado y pleno, la autenticidad como un proceso de auto-

aceptación y  
aceptación de todo lo que existe.

Como referencia para el marco teórico se tendrá como base el modelo humanista de

Abraham Maslow. Según Abraham Maslow el ser humano se reconoce como un todo en vuelto en diferentes circunstancias o factores que puedan afectar su salud mental, tales como son pensamientos, emociones y comportamientos.

Teniendo como base esta teoría enfocamos la intervención al modelo humanista a los jóvenes de undécimo grado del colegio Miguel Sánchez, el cual propone que los seres humanos deben ser aceptados como son con sus virtudes y defectos y reconociendo además que las posibilidades existentes para el individuo al mejorar su calidad de vida, cuando supera sus necesidades básicas proyectándose de una mejor manera frente a la vida. Por lo tanto, para el grupo de estudiantes de undécimo grado, lograr ascender en la pirámide de Maslow es vital para visualizar su proyecto de vida enfocándose hacia una actividad socioeconómica, social y cultural que le permita superar las necesidades de su medio.

Según Abraham Maslow (1943), en su teoría de la pirámide de las necesidades humanas, él hablaba en el segundo nivel que la búsqueda de protección frente a la amenaza o la privación, la huida ante el peligro, la búsqueda de un mundo ordenado y previsible, son manifestaciones típicas de estas necesidades. Surgen en el comportamiento humano cuando las

necesidades fisiológicas están relativamente satisfechas. Al igual que aquéllas, también están estrechamente ligadas con la supervivencia de las personas. Las necesidades de seguridad tienen gran importancia, ya que en la vida organizacional las personas dependen de la organización, y las decisiones administrativas arbitrarias o las decisiones inconsistentes o incoherentes pueden provocar incertidumbre o inseguridad en las personas en cuanto a su permanencia en los estudios o búsqueda de trabajo.

Se llevó a cabo una revisión bibliográfica sobre el tema tratado, utilizando diferentes fuentes de información como lo son las digitales y diferentes trabajos de grado de otras universidades de Colombia y otros países como lo son México, España y Argentina. Como se puede observar, en la actualidad los jóvenes aún no tienen claro su definición como tal, a la hora de escoger su profesión universitaria como tal; aun siendo recién graduados de bachillerato. Cabe señalar que muy poco de estos jóvenes saben qué hacer, otros piensan en que la vida hoy en día es ser perfeccionistas.

Gordon Flett, profesor de Personalidad y Salud del Departamento de Psicología de York University, en Toronto, Canadá, y experto reconocido por sus contribuciones a la investigación sobre el papel del perfeccionismo en la psicopatología, culpa a las redes sociales (que empujan la ilusión de la perfección) y a las presiones académicas

(Especialmente en la universidad; el miedo al fracaso en la vida) que, según él,

“alimentan

sentimientos de inadecuación e inseguridad”. Los perfeccionistas, explica Gordon Flett, son muy autosuficientes. No están dispuestos a buscar ayuda porque esto los hace sentirse débiles. Y subraya: “El problema es su respuesta cuando las cosas no van bien”. Por eso, remata, es muy importante distinguir el perfeccionismo del “esfuerzo saludable por la excelencia”.

Por otro lado, esta investigación de, Ortiz de Ferullo (1997) considera como estrategia importante para el desarrollo de programas con adolescentes la detección y capacitación de líderes juveniles. Pues considera que: “En la promoción comunitaria, la incorporación de este grupo (que abarca del 20 al 25% de la población total) es clave para el cambio social, la creación de estilos de vida diferentes, con mayor democracia y calidad” (p. 433). Por otro lado, el proyecto de investigación para explorar la vida cotidiana de los jóvenes, a través de la fotografía, generó un registro fotográfico de temas que les interesaban a los adolescentes su familia, sus amigos, su comunidad. (Gonçalves-de Freitas & Llorens, 2002). Estas fotografías fueron expuestas por los jóvenes en los espacios de la Unidad de Psicología y pude observar como las personas que asisten a este servicio mostraban interés por dichas fotografías y se sentían identificadas con ellas, comentando entre sí el nombre del lugar allí fotografiado pues era parte de su comunidad.

## METODOLOGIA

### Enfoque

El enfoque es cualitativo cuyo objetivo consiste en comprender los fenómenos y entender los hechos y situaciones de la vida real.

El enfoque que se tendrá es cualitativo donde se tendrá en cuenta la realidad humana con sus respectivos cambios, nuestro objeto de estudio será las personas en este caso niños de edades que van de los 15 a 17 años, teniendo claro que las personas somos seres únicos e irremplazables que serán sujetos de intervención de acuerdo a sus variadas características en este caso en específico el proyecto de vida. La intervención tendrá dos etapas, la etapa de campo y la etapa bibliográfica, ya que son la parte inicial de toda intervención de carácter exploratoria, la etapa bibliográfica aporta a la ciencia y el conocimiento de la problemática a nivel mundial y la de campo ayudara a obtener conocimiento holístico de las áreas de trabajo y relaciones humanas.

Trabajo de campo:

Es clave para la intervención y el tema que se quiere trabajar ya que es la evidencia y la muestra humana y con la cual se llevara a cabo la aplicación de la intervención, Investigación documental o bibliográfica:

Para esta fase se utilizan modelos de tipo científico los cuales los podemos encontrar de forma digital, libros de texto, revistas indexadas y o reportajes de televisión para tener varios tipos de opinión para luego unirlos y obtener información más completa que le aporten valides a nuestra intervención.

### Alcance

En esta investigación tomaremos en consideración los niveles exploratorios y descriptivos; Exploratorio: ayudara a comprender la realidad de los fenómenos en base a las teorías planteadas. En este caso la humanista, como también explorar diferentes aportes que se hayan realizado al problema.

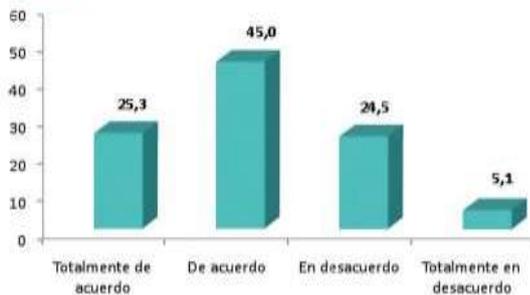
**Descriptivo:**  
ayudara a ir desarrollando métodos para reconocer variables y como afectan estas a los adolescentes.

Genero / Edad	15 años	16 años	17 años
Hombres	4	5	2
Mujeres	3	7	0
Total general	7	12	2

### Diseño

El diseño de corte transversal se clasifica como un estudio observacional de base

**Gráfico 1. Los jóvenes de hoy solo se preocupan por el presente**



individual que suele tener un doble propósito: descriptivo y analítico.

### Población

Objeto de este estudio son adolescentes de edades entre los 15 y 17 años, del Instituto Miguel Sánchez Hinestrosa del municipio de girón, en la ciudad de Bucaramanga, los jóvenes serán de los grados undécimo teniendo un grupo misto aproximado de 30 jóvenes, es una población de estrato medio y bajo siendo un colegio oficial que pertenece al estado.

### Unidad de Análisis:

Instituto Miguel Sánchez Hinestrosa del municipio de girón, en la ciudad de Bucaramanga, es un colegio de educación básica primaria y secundaria.

### Unidad de trabajo Población de la muestra:

9 mujeres, 12 hombres

### Edades

15 y 17

**Grado:** 11°.

**Estrato socioeconómico:** 2 y 3.

### Muestra

La selección de la muestra es probabilística porque se ha escogido un grupo poblacional con unas características homogéneas que son los adolescentes en etapa media de edades entre los 15 a 17 años, que vivan en una zona geográfica en común.

Estudio transversal que se llevó a cabo en el Instituto Miguel Sánchez Hinestrosa del municipio de girón, en la ciudad de Bucaramanga realizó en un periodo de tiempo estimado para uso académico.

## ANALISIS DE RESULTADOS

La selección de la muestra es probabilística porque se ha escogido un grupo poblacional con unas características homogéneas que son los adolescentes en etapa media de edades entre los 15 a 17 años, que vivan en una zona geográfica en común.

Estudio transversal que se llevó a cabo en el Instituto Miguel Sánchez Hinestrosa del municipio de girón, en la ciudad de Bucaramanga realizó en un periodo de tiempo estimado para uso académico.

## CONCLUSIONES

La psicología permite observar y analizar el compartiendo emocional, la cual cuenta con diferentes corrientes que facilitan la intervención de la psicología para tratar ciertos aspectos que requieren el apoyo de un profesional. Dentro de los enfoques existentes se destacan el humanismo como una ciencia que busca el potencial del ser humano a través de la trascendencia del yo y del equilibrio emocional con ello se pretende que el individuo tenga la capacidad para identificar su propia realidad y logre a través de su esfuerzo y del conocimiento del yo transformarla logrando una mejor calidad de vida.

Para ello se debe tener en cuenta aspectos fundamentales como generar al interior de la familia, el amor, cuidado, protección y el apoyo. Los cuales contribuyen a generar una actitud positiva, la realización de su proyecto de vida. Teniendo en cuenta la intervención que se realizará está en cada en los jóvenes del grado undécimo del Colegio Miguel Sánchez Hinestroza.

Para un buen proyecto de vida hay que tener en cuenta unas áreas de contacto las cuales hacen parte del proyecto de vida de cada uno, estas áreas son:

La personal que se compone de todo lo que hace parte de la personalidad como emociones, pensamientos, habilidades, fortalezas, debilidades.

El área familiar comprende cómo está conformada su familia, las relaciones con cada uno de los integrantes, los planes que tiene con todos los miembros.

El área social está conformada por las relaciones con sus pares, la forma como ha sido influenciada por los mismos.

La ocupacional que está relacionada con todo lo que ellas desean realizar en la parte de estudios.

El fruto de esta intervención será que los estudiantes logren fortalecer el proyecto de

vida y los que aún no lo tienen planeado lo construyan y planean para un futuro no muy lejano, nos enfocaremos en aquellos adolescentes que no tienen un rumbo en la vida y esto los hace presa fácil de otras acciones como lo es la prostitución, drogadicción y micro tráfico, proporcionándoles estrategias y herramientas sencillas que les permitan la autoexploración de ellos mismos de sus cualidades pero también de sus defectos

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✓ La era de los jóvenes que quieren ser prefectos en la actualidad. Tomado de <https://www.eltiempo.com/vida/educacion/tendencia-de-perfeccionismo-entre-los-jovenes-199864>
- ✓ Juan Carlos Cerón Acosta, 2014, Adolescentes creando su proyecto de vida profesional desde el modelo DPC. Tomado de <http://biblioteca.udenar.edu.co:8085/ate/nea/biblioteca/90283.pdf>
- ✓ Los adolescentes como agentes de cambio social: Algunas reflexiones para los psicólogos. Tomado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=96713210>
- ✓ Gonzales García Silva, Universidad Pedagógica Nacional. Tomado de <http://200.23.113.51/pdf/21714.pdf>
- ✓ Teoría de las necesidades de Maslow. file:///D:/Downloads/Teor%C3%ADa%20de%20Maslow.pdf
- ✓ Hernández, R. (2010). Metodología de la Investigación. México D.F.: McGRAWHILL.
- ✓ Maslow, A. (1991). Motivación y personalidad. Madrid España: Ediciones Díaz de Santos.
- ✓ Meza, J. (1996). La efectividad en el proyecto personal de vida. Bogotá: Libros y Libres S.A.
- ✓ Aguirre, A. (1994). Psicología en la adolescencia. España: MARCOMBO, S.A