

Guía innovadora para el desarrollo de la capacidad de organización y de proyectos de vida en estudiantes universitarios

Innovative Guide for the Development of Organizational Capacity and Life Projects in University Students

Andrea Lissette Macías Navarrete 

Maestranda del Programa de Maestría con Trayectoria Profesional en Educación
Mención Innovación y Liderazgo Educativo
Facultad de Posgrado, Universidad Técnica de Manabí, Ecuador
andrea.macias@utm.edu.ec

Geilert de la Peña Consuegra 

Facultad de Posgrado
Universidad Técnica de Manabí, Ecuador
geilet.delapena@utm.edu.ec

María Fernández Linzán Saltos 

Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas
Universidad Técnica de Manabí, Ecuador
maria.linzan@utm.edu.ec

Fecha de enviado: 13/11/2023

Fecha de aprobado: 21/02/2024

RESUMEN: La investigación se desarrolló desde una perspectiva de revisión y diagnóstico sobre aspectos originados por determinadas insuficiencias detectadas en la posibilidad de comprobar el nivel de desarrollo de la Capacidad de Organización de la Vida (COV) y de proyectos de vida. El objetivo general planteado se expresó en elaborar una guía innovadora para el desarrollo de la COV y de proyectos de vida en estudiantes de la carrera de Psicología, UTM. La metodología seguida en el estudio se concretó a través de un enfoque cuali-cuantitativo, exploratorio y transversal, con una lógica fundamentalmente de carácter hipotético – deductivo. Los principales resultados se expresan en la estructuración de una guía innovadora para favorecer el desarrollo de la capacidad de organización de la vida y de proyectos de vida en estudiantes universitarios.

PALABRAS CLAVE: capacidad de organización de la vida; desarrollo personalológico; proyecto de vida.

ABSTRACT: The research is developed from a review and diagnosis perspective on aspects caused by certain insufficiencies detected in the possibility of verifying the level of development of the Life Organization Capacity (COV) and life projects. The general objective set out was expressed in developing an innovative guide for the development of the VOC and life projects in students of the Psychology major, UTM. The methodology followed in the study was carried out through a qualitative-quantitative, exploratory and transversal approach, with a fundamentally hypothetical-deductive logic. The main results were expressed in the structuring of an innovative guide to promote the development of the ability to organize life and life projects in university students.

KEYWORDS: life organization capacity; personological development; life proyect.

El tema de los Proyectos de Vida se ha investigado desde varias aristas, unos con mayor profundidad desde la pedagogía, otros orientados más hacia lo sociológico y psicológico, en función de la autorrealización de la personalidad en diversos períodos etarios, la formación laboral y/o profesional (Allport, 1965).

Según diferentes autores como Tintaya, (2019), Campos et al. (2022), Cuéllar et al. (2022), la personalidad es considerada como un sistema general con un grado de integralidad significativamente alto de funciones psíquicas del individuo, de carácter complejo y holístico. Sus formaciones y configuraciones, estructuradas sobre ciertos principios de funcionamiento inconsciente y conciente, son dirigidos a objetivos ordenados de forma jerárquica.

Se determina en el mismo proceso de formación y desarrollo de la personalidad, en la adolescencia tardía y en la juventud (por ser el período etáreo que interesa) objetivos y metas, en sus formas de expresión concretas, por las condiciones de vida, por las posibilidades y situaciones reales de los aspectos socio-económicos y su impacto en un momento determinado del devenir histórico. Es el nivel de experiencias sistemáticas o no y las potencialidades de la personalidad, lo que presupone y evidencia la variedad y riqueza de los contenidos de esta (Landa, 2021).

El sistema de acciones y actividades del sujeto se puede organizar en torno a metas y objetivos enriquecidos como resultados de un profundo autoanálisis y autovaloración de sus posibilidades reales, situadas en una perspectiva temporal futura. Por supuesto, esto se corresponde con aquellos intereses y motivaciones que poseen una significación

trascendental en la orientación de la vida del sujeto.

En consecuencia, estos constituyen el sentido vital y esencial del sistema de actividades elaborados, como elementos de ejecución en la práctica por parte del sujeto en su devenir y comportamiento.

Desde otra óptica, esta perspectiva de la personalidad no se orienta y ubica en un futuro relativamente distante, es decir, no se relaciona con los objetivos más generales de vital interés para su vida, y, por el contrario, solo se sustenta en la realidad presentista y cotidiana, o en metas parciales y transitorias. Puede que el sistema general de la personalidad no se encuentra estructurada armónicamente ni se dirija al autodesarrollo (Mayo, 2022).

Varios autores, como por ejemplo, González (1988), Filloux (1992) y González (2019), plantean que el objetivo general de la personalidad se expresa en la orientación al futuro y en la actividad de tipo en cadena, para la determinación de estrategias de solución a contradicciones y situaciones negativas que pueden entorpecer el cumplimiento de los objetivos y metas parciales y generales. Es preciso, además, considerar de manera concreta y pertinente su contenido social e histórico.

El sujeto elabora, crea un determinado esquema e interrelaciona ideas generales sobre el sentido de su vida, sobre lo que de acuerdo a sus vivencias o a su análisis de creencias, sentimientos, conocimientos, habilidades en función de sus deseos y motivaciones para autorrealizarse, posibilita construir su concepción del mundo. Todo esto sobre la base de sí mismo y del futuro que puede tener en cuenta desde su perspectiva, lo cual está condicionado en mayor

medida por niveles de expresión de la autorreflexión y el autoanálisis que puede realizar el sujeto. En este sentido, también es útil la concienciación y presencia de los conocimientos desarrollados y asimilados a través del sistema de educación (Chan et al., 2020).

En la etapa de la juventud es cuando se logra una mayor definición de este sentido de la vida, aunque en la adolescencia se comienza a perfilar y a estructurar el mismo, desde la expresión de ideas, intereses, niveles de responsabilidad con las tareas y actividades del hogar, personales, escolares y sociales; fundamentalmente, en el plano sexual y la relación de pareja.

El proyecto de vida no es solo un modelo ideal, un conjunto de representaciones, ideas, valores, sentimientos, conocimientos, habilidades, sino la interrelación de estas que llega a tener un carácter de sistema.

Según De la Peña (2009), se puede definir proyectos de vida como

una configuración subjetiva, reguladora, compleja e integral del sistema de la personalidad, sustentada en el nivel de influencias externas, las orientaciones y el nivel de desarrollo de la Capacidad de Organización de la Vida, con una dimensión temporal hacia el futuro, que adquiere una forma concreta con la elaboración consciente de un sistema de acciones y actividades con carácter general y/o parcial que expresa como finalidad la autodeterminación y la autorrealización del sujeto. (p. 68)

En cuestión, posee vital importancia la configuración reguladora de la personalidad: Capacidad de Organización de la Vida (COV). Esta favorece el comportamiento, la electividad y los modos de actuación de los adolescentes y

jóvenes, en dependencia del nivel alcanzado de la misma.

El desarrollo de esta capacidad en los adolescentes y jóvenes, favorece la elaboración de metas y objetivos consecuentes con proyectos de vida funcionales. Por lo que, es indisoluble su correspondencia con la configuración de la personalidad, se potencian modos de actuación orientados a estos. De esta forma, se tornan disfuncionales los mecanismos de autorrealización y crecimiento personal, por citar algunos (De la Peña et al., 2019).

Desde esta perspectiva ha sido necesario realizar un estudio exploratorio sobre la COV en los estudiantes de la carrera de psicología de la Facultad de Humanística y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Manabí (UTM). Y es que los mismos, a pesar de estarse formando en dicha carrera, no poseen claridad acerca de lo que representa la construcción de un proyecto de vida viable, factible y cumplible. En ese sentido, se consideró ajustar los recursos existentes a las condiciones propias contextuales, y elaborar una guía innovadora que favorezca los niveles de autoconocimiento y desarrollo de la COV y de proyectos de vida en estudiantes de la carrera de Psicología, en la UTM.

Métodos

En la investigación se empleó un enfoque cuali-cuantitativo, de tipo exploratorio y transversal, con una lógica general fundamentalmente de carácter hipotético-deductivo, ya que se parte de la elaboración de procedimientos para garantizar la posible caracterización y abordaje de los estudiantes de la UTM en función de los niveles de desarrollo de

la COV y el desarrollo de proyectos de vida, que garantiza un proceso efectivo de diagnóstico.

Como principales métodos utilizados en el desarrollo del estudio se mencionan: histórico-lógico, analítico-sintético, inductivo-deductivo, teoría fundamentada, análisis documental, modelación e hipotético-deductivo.

Se validaron los instrumentos utilizados al ser tomados de estudios previos con avales en investigaciones doctorales y bibliografías especializadas publicadas por autores como De la Peña (2019) y Mayo (2018).

La población tenida en cuenta para el estudio realizado se desgloza de la siguiente manera: 33901 estudiantes de tercer nivel (17015 de la modalidad presencial, 13629 de la modalidad virtual y modalidad híbrida 3252) de las 56 carreras correspondientes a las 13 Facultades de la Universidad Técnica de Manabí. En específico, la Facultad de Ciencias Humanística y Sociales con 5 carreras y en general 7771 estudiantes (6016 de la modalidad presencial, 390 de la modalidad híbrida y 1365 de la modalidad virtual); y la muestra representativa para el estudio basada en 2717 estudiantes de la carrera de Psicología, fue seleccionada a partir de un muestreo no probabilístico de tipo intencionado, en el cual se determinaron 158 estudiantes de diversos niveles de la carrera de Psicología.

Resultados

La Capacidad de Organización de la Vida (COV) y sus constituyentes en el desarrollo y funcionalidad de los Proyectos de Vida, están presentes como estructuras y elementos dinamizadores del Proyecto de Vida. Es una categoría que no se profundizará en los elementos teóricos al respecto, ni de sus

componentes: Sentido de la Vida (SV), Posición en la Vida (PV) y Estilo de Vida (EV), sino en la sistematización directa de los mismos que fueron trabajos en estudios anteriores.

Esta categoría, en función de los Proyectos de Vida, se expresa en la percepción de la vida futura y su adecuación a las potencialidades actuales, la elaboración del ideal de vida futura, así como los propósitos estructurales para su realización independiente de los valores y motivos más significativos en la vida del sujeto (SV), de la estrategia general de reconocimiento y enfrentamiento de los conflictos y contradicciones. Los cuales, se presentan en la realización de los propósitos vitales (PV), y de la forma en que organiza su comportamiento integral en el desempeño del sistema de roles a partir del cual mediatiza las relaciones de su personalidad con el medio (EV) (Mayo, 2018; De la Peña, 2009).

Las actividades cotidianas que realiza el sujeto y que poseen importancia relevante, se complementan con el necesario equilibrio y sentido requerido de todas las actividades; tanto, de forma común a las que realiza como a las que corresponden a su proyecto de vida. Todo esto, promueve, mayores niveles de efectividad y desarrollo de la personalidad. Por supuesto, es significativo también, la composición adecuada y funcional del contexto de las actividades y el nivel de relaciones interpersonales en las que se efectúan estas.

Por ello, se determinan las características estructurales y funcionales de la categoría Proyecto de Vida.

- Estructuración y configuración de metas y objetivos generales del sujeto que se derivan

Andre Lissette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

en un sistema de objetivos parciales (metas y objetivos a corto, mediano y largo plazo).

- Estructuras de desarrollo de la personalidad en diferentes esferas de la vida (autoanálisis, autodeterminación, autorreflexión y capacidades).
- Estructuras de valores de la posición y el sentido de la vida (desarrollo de la Capacidad de Organización de la Vida).
- Desarrollo de estrategias de planes de acción y actividades con carácter flexible, integral y de correspondencia con los contextos de actuación, tanto general como parcial.
- Adaptación integral en los diferentes campos de actuación en la vida, en correspondencia con los intereses, motivaciones y autovaloración.
- Retroalimentación y redefinición de estructuras y funciones.
- Se expresa a partir de un análisis interno y externo, donde se refleja el carácter socio-histórico y temporal (pasado-presente-futuro).

En los Proyectos de Vida como configuraciones subjetivas que constituyen uno de los subsistemas generales de autorregulación de la personalidad, en el que participan procesos motivacionales, valorativos y cognoscitivos, se estructuran los objetivos vitales y los planes de su realización en las dimensiones temporales en que se desarrolla el sujeto; presente y futuro. Así como también, el análisis de causas del pasado acerca de las diversas situaciones en que se encuentra insertado o posee vínculo. Es decir, las distintas esferas o campos de la vida y actividad del sujeto.

El sujeto en función del perfeccionamiento de todos los procesos intrínsecos de los Proyectos

de Vida y de su formación personalógica, posibilita su desarrollo integral. Está presente como cualidades alcanzadas la multilateralidad, la propia integralidad y el carácter holístico de la formación de la personalidad.

Los Proyectos de Vida articulan los elementos de la identidad personal y social en las perspectivas de la dinámica temporal en que se encuentra y las posibilidades de desarrollo futuro. La construcción del futuro personal, abarca todas las esferas o campos de actuación de la personalidad en la vida del sujeto, desde las sentimentales-afectivas, la socio-política, cultural-recreativa, económica-profesionales, entre otras.

En el Proyecto de Vida se articulan funciones y contenidos de la personalidad, de acuerdo a las situaciones vitales de la persona entre las diversas áreas o campos de esta, por ejemplo:

- Jerarquización y programación de acciones, actividades, tareas, metas y objetivos de tipo individual y con impacto social.
- Configuraciones personalógicas como el sentido, posición y estilo de vida que potencia la regulación de la personalidad.
- Valores y sentimientos morales, estéticos, sociales, culturales, etc.
- Configuraciones inductoras y reguladoras personalógicas como la autoexpresión, autodeterminación, autodirección, autodesarrollo e integración personal.
- Contenidos de las experiencias logradas con respecto a lo cultural, económico-político e ideológico, social e histórico.

La necesidad de aprender y desarrollar un proceso consciente en la elaboración de Proyectos de Vida, se constituye un aprendizaje

fundamental para preparar a los sujetos desde una educación formal o informal, y la propia autopreparación para la vida. Se destacan aquí las tendencias identificadas por González et al. (2016) en el desarrollo de proyectos de vida en adolescentes y jóvenes, las cuales se expresan a continuación:

1. Tendencia a la formación de una concepción científica del mundo y de la vida.
2. Tendencia hacia la autoconciencia o el desarrollo de un concepto y valoración de sí mismo (autovaloración.)
3. Tendencia hacia la formación de un sistema o jerarquía de valores ético-morales.
4. Tendencia hacia la independencia, autonomía y autorregulación, así como la elaboración de planes, proyectos e ideales de vida.
5. Tendencia hacia la orientación e integración social de la personalidad.
6. Tendencia hacia la asimilación y apropiación de la cultura material y espiritual e identitaria.
7. Tendencia al desarrollo de la capacidad de creación, hacia la actividad creadora y transformadora del mundo (externo e interno).
8. Tendencia hacia la integración o unidad de la personalidad (sobre una adecuada concepción del mundo, una orientación ético-moral y la capacidad de organización de la vida).

Es imprescindible y necesario resaltar que la tendencia declarada en la cuarta posición, implica la capacidad creciente de pensar, valorar y actuar del sujeto por su propia cuenta, con su propio instrumental psicológico. En la misma, se significa la valoración de sí mismo y de asumir la responsabilidad de su comportamiento, lo que

constituye un significativo paso hacia la madurez de la personalidad (Pérez-Gamboa et al., 2023).

Con una estructura compleja que se manifiesta a partir de la regulación de la personalidad, sobre la base del análisis constante y profundo de las acciones y actividades derivadas de las metas y objetivos propuestos y contenidos de los Proyectos de Vida, se vivencia, crece, fortalece y profundiza, se comporta y expresa en todas las dimensiones existentes del sujeto.

Estas dimensiones a juicio de los autores, en sí mismas, no establecen una cuantía equilibrada o equitativa en cuanto a relación o contenido con los Proyectos de Vida, como ejes centrales de la movilización personal, sin que dependan de la esencia concreta de los proyectos y el nivel de enmarcación con una, varias o incluso todas las dimensiones. Estas son: individual, familiar, escolar, pre-profesional y social.

Es en este marco de actuación, tanto del sujeto como de los agentes externos que influyen sobre él, se desarrollan las situaciones pedagógicas en que se deben formar modos de actuación con énfasis en la elaboración de metas y objetivos a corto, mediano y largo plazo, como base de los Proyectos de Vida, sustentados en las principales motivaciones y necesidades personales, en correspondencia con las colectivas y sociales.

La proyección en la vida del sujeto hacia el logro de los objetivos que se propone y su desempeño en las diversas esferas de la vida, es inherente al ser total, un ser humano que trasciende, sin ser un calco mecánico y fiel del mundo de las relaciones, bajo la manifestación exacerbada y conveniente de los que influyen directa o indirectamente sobre él. Su esencia se

completa y realiza en la espiritualidad, la autovaloración y autoevaluación correcta de sus potencialidades, en lo subjetivo, que existe como reflejo de la realidad concreta en la personalidad única y creadora, capaz de transformar el entorno físico, cultural y de relaciones, y de autotransformarse en la praxis cotidiana que efectúa.

Variantes de elaboración de proyectos de vida en estudiantes de la UTM

Cada persona tiene la posibilidad y a juicio de especialistas, la necesidad de desarrollar un Proyecto de Vida. Este no tiene que depender de recursos materiales, ni tiempo definido en el cual se establezca que ha concluido. Solo se sigue, se atienden las acciones para cumplimentar las metas y los objetivos a corto, mediano y largo plazo. No está exento de redimensionarse, transformarse o ejecutarse por cambios trascendentales en situaciones vitales del sujeto, siempre y cuando se mantenga la esencia del Proyecto de Vida. Es necesario que constantemente se requiera del luchar a diario para alcanzar o cumplimentar los objetivos trazados.

Es múltiple la esencia metodológica de la elaboración y desarrollo de Proyectos de Vida, en los jóvenes estudiantes universitarios, que de hecho se entiende, que poseen características y cualidades que lo especifican por pertenecer a sujetos de períodos etarios diferentes, aunque con puntos de contactos.

Por ello, no se pretende ofrecer recetas inflexibles o fórmulas de adaptación para que solo se guíe el sujeto en busca de un camino corto y seguro para su desempeño en el futuro.

Los autores Blas y Rojas (2006) plantean que los Proyectos de Vida deben tener tres elementos fundamentales: visión, misión y metas. Desde esta perspectiva se asocia a la concepción de correlacionarse estructuralmente y funcionalmente con una estrategia de tipo proyectiva.

La visión se entiende en un proyecto como la imagen del futuro que se quiere lograr, indica a dónde se quiere llegar y cómo se será cuando llegue. Esto incluye objetivos, aspiraciones, esperanzas, sueños y metas.

La misión es la forma de llegar a la visión, es decir, son las realizaciones concluidas en el tiempo que se ha propuesto para lograr la cumplimentación completa del Proyecto de Vida.

La formación que se recibe en el contexto familiar, social y cultural se incluyen en la clasificación del Proyecto de Vida. Para su elaboración es importante y vital una reflexión acerca de la vida actual (¿Quién soy? ¿Cómo soy? ¿Qué hago?) y la ubicación en un futuro, planteándose fines a uno, tres, cinco, diez o veinte años (¿Quién seré? ¿Cómo seré? ¿Qué quiero hacer?).

El sujeto requiere ser auxiliado por la familia o el docente en el proceso de aprendizaje. Sobre la base de la apropiación de las herramientas necesarias en función de la planificación y desarrollo de Proyectos de Vida. Como expresión coherente, integral y lógica en la construcción de dichos proyectos, y como vía hacia un desempeño y logro futuro.

Estos se deben centrar en:

- Aptitudes para identificar, analizar y evaluar las capacidades personales.

- Aptitudes para identificar, analizar y evaluar los factores del contexto en el que se desenvuelve cada sujeto.
- Habilidades para expresar el pensamiento creativo.
- Analizar el nivel de motivación y compromiso para emprender su realización.
- Analizar el nivel de desarrollo de los valores éticos, morales y la integridad personal.

Los sistemas de preguntas evidentemente garantizan primero el descubrimiento o redescubrimiento de las potencialidades que posee el joven, que sobre la base de sus conocimientos se deben establecer las columnas de soporte del Proyecto de Vida que elaborará. Este se complementa con las ideas de futuro, los sueños e intereses que coexisten con el análisis de la realidad existente, tanto interna como externa del sujeto.

Se requiere propiciar un nivel de evaluación racional, coherente y lógico, el cual, se expresa preferentemente en metas y objetivos cumplibles a corto, mediano y largo plazo, lo que finalmente, de forma sistemática garantiza resultado positivos en el desarrollo del Proyecto de Vida. Además, el sistema de preguntas garantiza la emergencia de sistema de acciones y actividades, que se pueden consolidar en función de la dinámica del sujeto, en la proyección que realiza y su desempeño en el proceso de ejecución y cumplimentación de las metas y objetivos propuestos.

En la juventud, los proyectos elaborados y los que se encuentran en conformación (pre-proyectos de vida) deben comenzar a perfeccionarse y materializarse en determinados niveles. La maduración en este período es favorecida cuando desde el medio social (lo externo) ha sido estimulado desde las primeras edades, es decir, la perspectiva futura de los sujetos.

Desarrollar pre-proyecto o proyectos de vida en correspondencia con el ser joven, inexperto e inmaduro, es un reto, una oportunidad, una puerta abierta hacia el futuro y hacia la vida adulta, es decir, lo que será cada uno de los sujetos.

Sobre la base de estos elementos, se desarrolló la aplicación de instrumentos para establecer un proceso diagnóstico y reconocimiento de elementos esenciales sobre el estado de la COV y la elaboración de proyectos de vida en los estudiantes muestreados.

Sobre la base de la aplicación de los instrumentos utilizados se expresaron los siguientes resultados en la muestra tratada, al tenerse en cuenta un total de 158 estudiantes, 37 de género masculino y 121 del género femenino.

En cuanto a los principales indicadores sobre los constituyentes de la COV se expresan los principales resultados que seguidamente se evidencian de forma gráfica.

Andre Lisette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

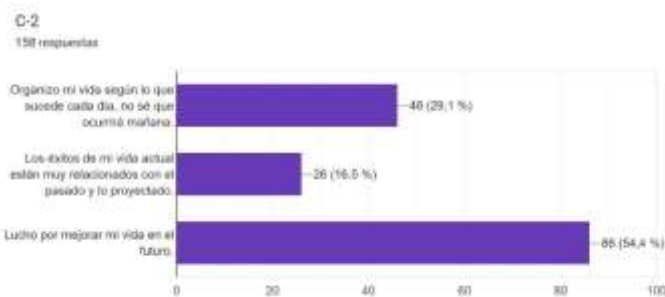


Figura 1. Sobre la organización de la vida

En cuanto a las intenciones que requieren por parte de su visión a futuro, el 54.4 % plantea que

se lucha por mejorar a futuro, siendo significativo dicho resultado.

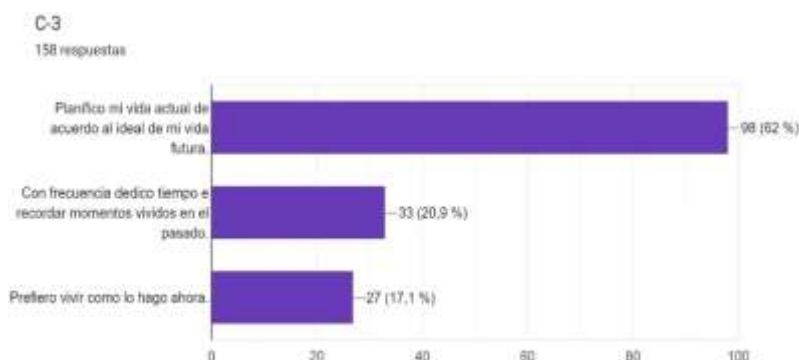


Figura 2. Sobre el uso del tiempo y la planificación.

Se identifica y en este caso de vital importancia, lo referente a la planificación de las actividades que tienen que ver con la vida actual

del sujeto y su proyección futura. En este caso, el 62 % de los encuestados respondieron que sí planifican su vida.

Andre Lisette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

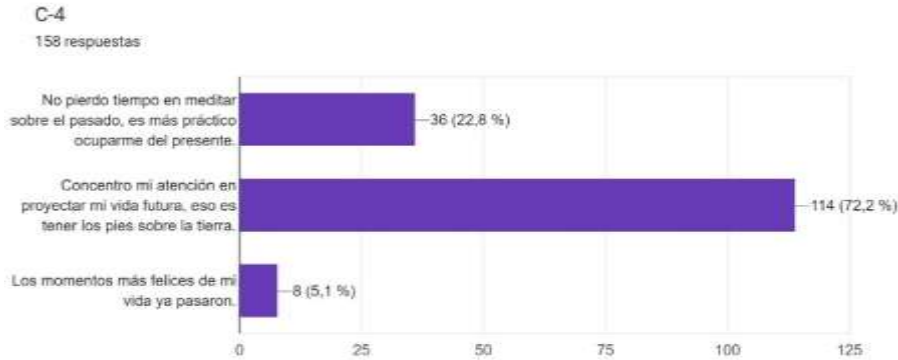


Figura 3. El uso del tiempo y la efectividad de las proyecciones de su vida.

La mayoría de los encuestados identifica la importancia por proyectarse y atender ciertos aspectos en función del futuro (72.2 %). Esto es

sumamente relevante, ya que evidentemente consideran que su concentración debe realizarse sobre la base de su futuro.

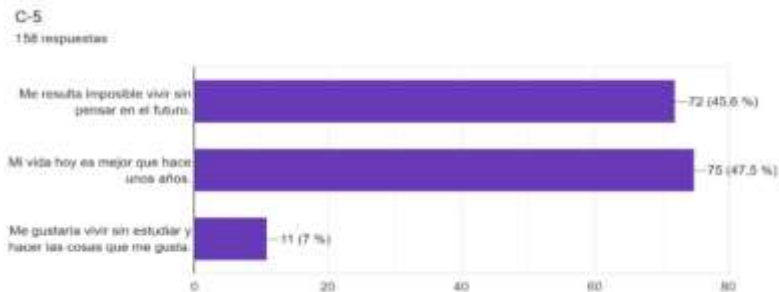


Figura 4. El pensamiento en pos del futuro.

Se reitera y reafirma la importancia que la mayoría ofrece sobre la visión de futuro, elemento este de gran valía en la construcción de proyectos de vida y de garantizar eficientemente sus acciones para lograr resultados. En este sentido, el 45.6 % declara que resulta casi imposible dejar de pensar en lo que será el futuro de sus vidas; mientras que el 47.5 % considera que sus vidas en el presente es mejor que años atrás.

En un segundo instrumento se aprecia que generalmente, sobre la lectura de libros como uno

de los medios para apropiarse de conocimientos, sin embargo un 74.7 % plantea que solo leen a veces. Sobre el nivel de recuperación mental y física desde el sueño por mas de 8 años, se expresa también que es a veces, en un 72.8 %. En cuanto al uso del tiempo de ocio en ver películas y programas de TV en un 69.6 % plantean que algunas veces participan, y el resto de los indicadores son bajos. Participar en fiestas y reuniones con los amigos y en diversión,

plantean unos 117 con respuestas de algunas veces para el 74.1 %.

En relación a determinados hábitos como el de fumar, un 79.1 % declara que nunca, y el 12 % dice que algunas veces, así como el 8.9 % plantea que no ha pensado en eso en ningún momento. En cuanto al uso de bebidas alcohólicas, sin embargo, es importante mencionar que el 60.8 % reconoce que lo utiliza algunas veces mientras que el 36.1 % declara que nunca ha tenido experiencias con estas sustancias. Sin embargo, un 72.8 % declara estar sobrecargado y agotado en las actividades.

Sobre tener presente niveles de conversación con personas allegadas y conocidas, el 74.1 % plantea que siempre lo hace mientras que el 22.8% declara que solo algunas veces. Acerca de las tareas que realizan y el aumento de estas, el 59.5 % expresa que algunas veces y en cuanto a su suficiencia. También, sobre el uso y práctica de actividades deportivas, el 62.7 % declara en un que algunas veces practican mientras que el 25.9 % menciona que nunca practica estas

actividades. En relación a las actividades festivas el 69.0 % plantea que algunas veces participan.

Por otra parte, en cuanto a la realización de actividades y órdenes en diversos contextos de desempeño, el 58.9 % plantea que algunas veces cumplen con las orientaciones dadas. Igualmente, con relación a los criterios sobre si el estudio los agota y aburre, el 39.9 % declara que nunca mientras que el 32.3 % menciona que algunas veces.

En cuanto a la disposición y distribución de tiempo para el desarrollo de actividades con respecto al estudio, el 67.1 % afirma que algunas veces dispone de tiempo para el estudio, mientras que el 66.5 % plantea que después de estudiar necesitan descansar. Sin embargo, el 50.6 % plantea que siempre comparten el tiempo entre el estudio y las actividades en familia, mientras que el 43.7 % declara que algunas veces.

Sobre la base de las principales actividades que fueron declaradas por los estudiantes se expresa que el estudio es la de mayor importancia, seguido por el trabajo y la preparación respectivamente.

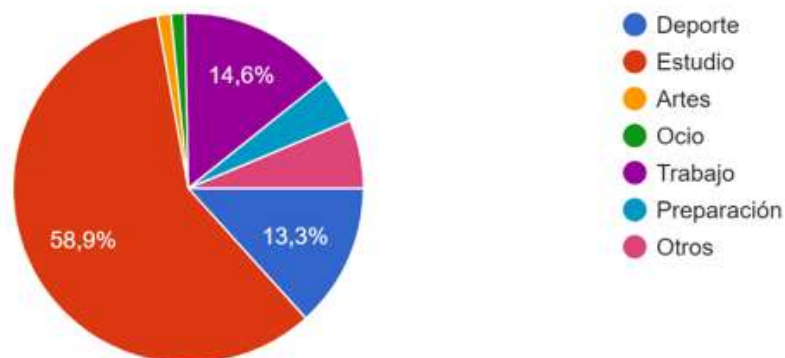


Figura 5. Prioridad de actividades declaradas.

Andre Lisette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

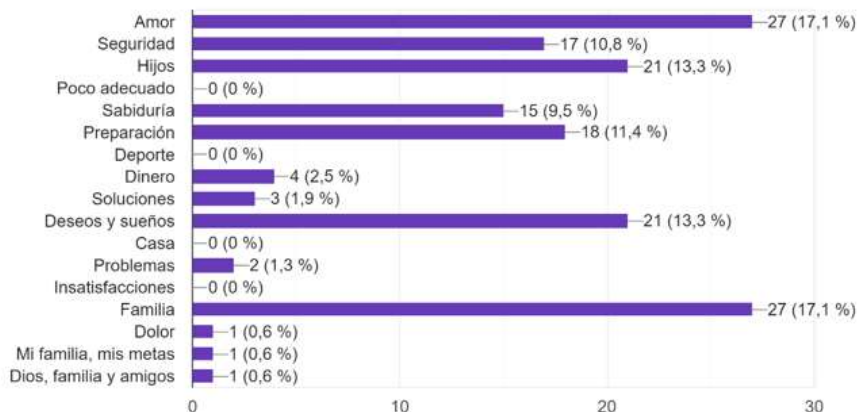


Figura 6. Nivel de importancia en cuanto al sentido de vida.

Sobre el sentido de la vida para los estudiantes encuestados, se expresan los criterios que en mayor medida directamente mueven las intenciones y aspectos volitivo para el desarrollo de los proyectos de vida.

En correspondencia con lo anteriormente mencionado, se propuso una guía que ayudará a los jóvenes a profundizar sobre la elaboración de proyectos de vida funcionales.

Se propone a continuación una guía a tener en cuenta por parte de los adolescentes y jóvenes para la elaboración de proyectos de vida funcionales. Por supuesto esta guía orientadora no es una "receta" inflexible o única, ni siquiera se considera estrictamente una opción a tener en cuenta en todos sus elementos por parte del sujeto, sino que posibilita el autodesarrollo y logro de los objetivos propuestos como centro de los proyectos de vida, salvando las características específicas de cada sujeto en todos los sentidos. Se considera un primer paso para garantizar al menos un conocimiento a nivel ascendente y con posibilidades de seguir perfeccionándose al respecto.

Etapa I. Definición de características y potencialidades personales.

- ¿Cómo es mi temperamento y carácter?
- ¿Cuáles son y han sido mis principales contradicciones y cómo les he dado niveles de solución?
- ¿Cómo es mi desempeño en los contextos: familiar, comunitario y escolar?
- ¿Cuáles son mis principales actividades? ¿Por qué las realizo?
- ¿Qué es lo que más me gusta?
- ¿Cómo utilizo mi tiempo libre?
- ¿Cómo son mis resultados académicos? ¿Cuáles son las principales causas?
- ¿Cuáles son las personas que más han influido en mi vida?
- ¿Qué me han agregado a mi vida? ¿De qué manera?
- ¿Qué cosas de las que me han sucedido han marcado mi vida?
- ¿Cómo han influido en lo que ahora soy y cómo me conduzco en la vida?
- ¿Cómo es mi apariencia física? ¿En que debe cambiar?

Andre Lissette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

- ¿Cómo considero mi desarrollo espiritual?
- ¿Cómo considero mi desarrollo emocional? (aspectos significativos).
- ¿Cómo utilizo mi tiempo libre?
- ¿Puedo proteger y llevar adelante mis intereses personales sin dañar a los demás?
- ¿Puedo defender mis ideas con argumentos sólidos?
- ¿Cuáles son mis principales fortalezas y debilidades en las esferas personal, familiar, estudiantil y social?

Etapa II. Definición de la planificación.

- ¿Qué he soñado desde siempre y cómo lo veo en estos momentos?
- ¿Cuáles son mis mayores deseos en cuanto a lo estudiantil, personal, pre-profesional, social y familiar?
- ¿Qué condiciones posibilitarán mi desarrollo? (personales, contextuales y del entorno).
- ¿Cómo puedo desarrollarme y hacer realidad mis sueños y deseos?
- ¿Cómo puedo cambiar los aspectos que bloquean mi desarrollo o son categorizados como infuncionales?
- ¿Por qué quiero cambiar?
- ¿Cuál es el camino o vías más efectivas a seguir?
- ¿Cuáles han sido las acciones y estrategias para cumplimentar mis deseos e intereses hasta la fecha?
- ¿Cuáles son mis principales metas y objetivos a tener en cuenta en la actualidad? (en cuanto al estudio, lo profesional, lo social y lo personal).
- ¿Cómo organizar metas y objetivos con un carácter jerárquico?

- ¿Cómo puedo superar los impedimentos o contradicciones que la realidad contextual y situacional me plantea para realizar mis sueños?
- ¿Cuál será el plan a seguir de forma objetiva?
- ¿Qué recursos materiales, intelectuales y espirituales requiero desarrollar para ejecutar lo planificado?

Etapa III. Definición de ejecución.

- ¿Cómo implemento las principales acciones y actividades?
- ¿Cómo sentir que logré cumplir con los objetivos parciales, de reflejo social y conmigo mismo?
- ¿Cómo establecer mecanismos de rectificación y rediseño?
- ¿Cómo establecer acciones de compensación y de reintento de lo deseado y propuesto?
- ¿Cómo atender los elementos económicos y de salud para la ejecución de las acciones y sus resultados?
- ¿Cómo definir los posibles resultados a alcanzar?
- ¿Cómo evaluar los niveles de transformación y logros?
- ¿Qué es lo que ha adquirido mayor sentido para mi vida?
- ¿Cómo verificar mi estado afectivo con relación a los resultados y logros?
- ¿Cómo aprender ante los fracasos? (tener en cuenta el sentido de perseverancia y voluntad)
- ¿Cómo dosificar los planes para la obtención de resultados y logros? (corto, mediano y largo plazo).
- ¿Qué relación tiene el proyecto de vida con mi calidad de vida?

Andre Lissette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

- ¿Qué relación tiene el proyecto de vida con mi estilo de vida?

Esta guía orientadora para el desarrollo de Proyectos de Vida, posibilita en su esencia la autorreflexión y autoconocimiento para la toma de decisiones en torno a esta construcción reguladora de la personalidad. Es un instrumento que en muchos casos debe ser utilizado, con el apoyo y en el proceso de aprendizaje, de conjunto entre el maestro, padres y adolescentes y/o jóvenes. Por si solo, esto último es más difícil, pero no imposible su utilización satisfactoria.

Conclusiones

Las relaciones de naturaleza dialéctica entre las configuraciones de la COV y en función del desarrollo de pre-proyectos y proyectos de vida en los estudiantes de la carrera de psicología de la UTM, constituyen un referente a transformar en el proceso educativo con los estudiantes universitarios en este contexto tratado y de exploración.

Los principales resultados logrados en la aplicación de los instrumentos se expresan en su mayoría con la escala de “algunas veces” con resultados por encima del 65.0 % de frecuencia, en aspectos de importancia como lectura de libros como uno de los medios para apropiarse de conocimientos, al uso del tiempo de ocio en ver películas y programas de TV, participación en fiestas y reuniones con los amigos y en diversión, el estudio, la determinación de metas y objetivos a corto y mediano plazo, entre otros.

En cuanto a la realización de actividades y órdenes en diversos contextos de desempeño, de la misma forma plantean con la escala “algunas veces” en relación al cumplimiento de las

orientaciones dadas, y el desarrollo de acciones y actividades con una proyección futura de sus desempeños. La guía elaborada se estructura y corresponde con los constituyentes psicológicos de la COV y la proyección de vida que requieren construir y consolidar en su proceso de crecimiento subjetivo y profesional. La misma está estructurada en tres etapas de preguntas para que el estudiante desarrolle y profundice en los aspectos esenciales y pueda lograr la construcción de pre-proyectos y proyectos de vida.

Referencias bibliográficas

- Allport, G. (1965). *La personalidad. Su configuración y desarrollo*. Edición revolucionaria. <https://psycnet.apa.org/record/2008-00463-001>
- Blas Yanes, A. & Rojas Alfaro, M. del C. (2006). Una Teoría del Desarrollo... para construir el futuro. <https://www.eumed.net/libros/index.html>
<https://www.eumed.net/libros-gratis/2008a/360/index.htm>
- Campos-García, D. A. V. I. D. & Solovieva, Y. U. L. I. A. (2022). Formación de la personalidad durante la infancia y la edad preescolar desde el paradigma histórico-cultural. *Integra2 revista electrónica de educación especial y familia*, 13(1), 44-61. https://www.fcdh.uatx.mx:80/media/integra2/articulo_completo/Integra2- Ene-Jun22_Art_4_completo_ZzVG9yp.pdf
- Chan Chi, G. I., Druet Domínguez, N. V. & Sevilla Santo, D. E. (2020). Sentido de vida y establecimiento de metas en estudiantes de bachillerato. *Academo* (Asunción), 7(1), 22-32. <http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci-arttext&pid=S2414-89382020000100022>
- Cuéllar Álvarez, J., García Martínez, M. & Gómez Morales, Y. (2022). Formación de la

Andre Lissette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

- personalidad con cualidades favorables: Condición para la motivación profesional pedagógica estudiantil. *Revista Didasc@lia: Didáctica y Educación*, 13. <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalial/article/view/1578>
- De La Peña Consuegra, G. (2009): Desarrollo de la Capacidad de Organización de la Vida (COV): una vía de proyección futura en la atención y seguimiento en los jóvenes en riesgo adictivo. En CD Memorias del evento Taller Internacional "América Latina y el Caribe. Retos Sociodemográficos en el Tercer Milenio".
- De la Peña Consuegra, G., Centeno, M. R. V., Parra, I. M. & Ávila, R. M. V. (2019). Aspectos conceptuales de la capacidad de organización de la vida y sus constituyentes personológicos en adolescentes en riesgo de adicción. *Dominio de las Ciencias*, 5(2), 94-114. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6989261>
- Filloux, J. C. (1992). La Personalidad. Publicaciones Cruz O., SA. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=LtFxl2NMI3UC&oi=fnd&pg=PA109&dq=el+objetivo+general+de+la+personalidad&ots=9f1HR0z7p6&sig=2HOs1dnNMCPmg5ebZy3vmdbsPpU#v=onepage&q=el%20objetivo%20general%20de%20la%20personalidad&f=false>
- González Cano, J. D. L. C., García Puerto, A. C. & Reyes Estrada, R. (2016). La cultura de participación de la familia en los proyectos de vida profesional de los niños, adolescentes y jóvenes. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(2), 72-78. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/371>
- González Rey, F. (1988). Estado actual en la búsqueda de las unidades psicológicas de la personalidad. *Revista Cubana de Psicología*, 5(1). <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v5n1/03.pdf>
- González, G. A. S. (2019). Teorías de la personalidad. https://dspace.itsjapon.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/701/1/Teorias_de_la_personalidad.pdf
- Landa, C. (2021). *Derechos a la dignidad, libre desarrollo de la personalidad e identidad personal* (Vol. 1). Palestra Editores. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=eu1BEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=desarrollo+de+la+personalidad+2021&ots=nDJqptgkO4&sig=n9ML7wD96K7YgYBWxFuJ_JjyEU#v=onepage&q=desarrollo%20de%20la%20personalidad%202021&f=false
- Mayo Parra, I. (2018). *Estudio de los constituyentes personológicos del estilo de vida*. Tesis de Doctorado. Universidad de La Habana.
- Mayo Parra, I. (2022). Roles, personalidad y estilo de vida. Hacia una concepción personológica de los roles. *Encuentros. Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico.*, (Extra), 12-30. <https://encuentros.unermb.web.ve/index.php/encuentros/article/view/258>
- Pérez-Gamboa, A. J., Rodríguez-Torres, E. & Camejo-Pérez, Y. (2023). Fundamentos de la atención psicopedagógica para la configuración del proyecto de vida en estudiantes universitarios. *Educación y Sociedad*, 21(2), 67-89. <https://revistas.unica.cu/index.php/edusoc/article/view/2479>
- Tintaya Condori, P. (2019). Psicología y personalidad. *Revista de Investigación Psicológica*, (21), 115-134. <http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322019000100009&scri>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses

Andre Lissette Macías Navarrete, Geiler de la Peña Consuegra, María Fernanda Linzán Saltos

Contribución de los autores

Andrea Lissette Macías Navarrete: Conceptualización, metodología, validación, redacción- revisión y edición, y aprobación de la versión final

Geiler de la Peña Consuegra: Análisis formal, visualización y aprobación de la versión final.

María Fernanda Linzán Saltos: Análisis formal, visualización y aprobación de la versión final.