

**EXPERIENCIA DE LA CREACIÓN DE PROYECTO DE VIDA EN
LOS ESTUDIANTES UNET**

Estefanía Urbina Arellano
Ministerio del Poder Popular para la Educación Universitaria
Ministerio del Poder Popular para la Ciencia y Tecnología
Adscrita: Universidad Nacional Experimental del Táchira. UNET
Departamento de Ciencias Sociales
Programa de investigación Socio – Humanístico
Venezuela

RESUMEN

La investigación fue desarrollada buscando Describir la experiencia del desarrollo de un proyecto de vida en los estudiantes UNET y sus manifestaciones cognitivas, emocionales y conductuales, fue desarrollado bajo el paradigma cualitativo, tipo descriptivo, exploratorio y estudio de campo, con una muestra de cinco sujetos que desarrollaron un proyecto de vida durante el periodo académico 2008 – 3, de las diferentes carreras de Ingeniería y Licenciatura en Música, de ambos sexos. La información se recolecto por la encuesta de percepción del estudiante sobre la unidad curricular Necesidades, Valores y proyecto de vida, generando como resultados manifestaciones emocionales placenteras al momento de plantear su proyecto de vida entre las que se encuentran alegría y placer siendo similares para el sexo masculino y femenino, ausencia de tristeza y baja tendencia a la rabia, miedo y amor. Las tendencias de acciones conductuales frecuentes son la planificación y la organización de sus ideas y logros futuros, siendo escasas las expresiones de puesta en marcha de sus metas es decir la ejecución de las mismas, con facilidad en cuanto a los aspectos cognitivos de conocer, comprender y entender acerca de sus metas y objetivos al igual que de su persona. Se identificó una categoría emergente denominada reflexión personal con manifestaciones de introspección, insight y revisión de sus características personales en la cual los jóvenes manifestaron interés por su personalidad, valores, gustos, tendencias y temores enfocado en el desarrollo personal. El sexo y la experiencia de plantear sus metas y objetivos personales en los estudiantes son similares, enfocándose en ciertas áreas vitales de su vida diaria, como personal, familiar, social, académica, económica, tiempo libre y espiritual, tomando en cuenta su características personales y particulares, al igual que demuestran creatividad en la manera de presentar su proyecto de vida.

PALABRA CLAVE: proyecto de vida, estudiantes

La Universidad Nacional Experimental del Táchira (UNET), como casa forjadora de profesionales con marcada tendencia tecnológica, en el área de las ingenierías, arquitectura y en la actualidad con una apertura a las Humanidades, se encuentra histórica y coyunturalmente ante el desafío de asumir el compromiso de dar un vuelco hacia la formación integral del estudiante, en donde la importancia de esta manera de concebir la formación de nivel superior radica en el hecho de que nuestros problemas no son sólo de orden técnico, científico y económico, sino también de carácter social, cultural y ético, es decir, problemas cuya comprensión y solución requieren capacidad de análisis social, compromiso con la consolidación de espacios democráticos y de una sociedad más justa y el ejercicio de valores éticos.

En ese contexto las universidades buscan respuestas en la revisión de sus planes de estudio, particularmente, la UNET a través de su interés de mejorar según las sugerencias emanadas de la UNESCO, CEPAL, PRELAT, tomo la iniciativas de desarrollar el diseño del núcleo de desarrollo humano, el cual se centra en tres unidades curriculares: Efectividad Personal, Necesidades, Valores y Proyecto de Vida y Gerencia Personal, las cuales están de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2, del Reglamento General de la Universidad Nacional Experimental del Táchira (1993) ... “Es una Institución de carácter experimental con una estructura dinámica adaptable al ensayo de nuevas orientaciones relacionadas con el desarrollo integral del hombre...”.

Estas unidades curriculares tiene como propósito desarrollar en el estudiante sensibilidad mediante herramientas para la auto-observación y la observación del mundo que le rodea, de manera tal que le permita el autoconocimiento, la construcción, la comprensión y la transformación de una sociedad enmarcada en profundos cambios de valores, manejando el principio de responder a las necesidades que el entorno social nos exige, es decir, responsabilidad social universitaria.

La unidad curricular tomada en cuenta para este proyecto se denomina Necesidades, Valores y Proyecto de vida, en la cual se desarrollan los temas de valores, tipos de valores, anti – valores, influencia en el ser humano de los valores, autoconcepto, autoestima, tipos de autoestima, identidad personal, comunicación asertiva, resolución de problemas, inteligencia emocional, actitud positiva y proyecto de vida.

El presente proyecto de investigación surgió como la necesidad de evaluar los alcances y avances realizados por los estudiantes al cursar la asignatura de Necesidades valores y proyecto de vida, la cual cursan durante el tercer semestre de sus carreras universitarias, en donde se hace preciso la ejecución de un proyecto de vida, la cual es una herramienta, que contribuye a dar una guía o significado a las diferentes actividades que pretende realizar la persona en su vida, ocasionando, el establecimiento de objetivos, temporalidades y sueños

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

por cumplir en el individuo, que hacen que este se movilice a la ejecución de los mismos, con miras a alcanzar lo que se han propuesto.

Producto de esto el establecer un proyecto de vida en la etapa de la juventud, es de carácter beneficioso como lo manifiesta Duque (2008) y Cruz (2011) ya que al contar con un plan de vida nos permite ver la luz en lo que respecta a nuestras metas, objetivos y dirección, garantizando una motivación alta y positiva hacia el logro de las mismas, dando sentido de pertenencia y satisfacción hacia las cosas que hacemos en nuestra vida, tomando en cuantas las diferentes áreas vitales. Aunado a esto el momento de la adolescencia es una etapa de cambios físicos, sociales y de desarrollo de la personalidad en donde se hace de interés, que los jóvenes ubiquen su visión y misión de vida, dando sentido a su persona y a las diversas acciones que este pretende realizar y el proyecto de vida es una herramienta que nos permite esto, por lo cual es de interés la experiencia para los estudiantes.

Entre los objetivos planteados para la investigación encontramos como

OBJETIVO GENERAL:

- Describir la experiencia del desarrollo de un proyecto de vida en los estudiantes UNET que cursaron la unidad curricular, Necesidades, Valores y Proyecto de vida en el periodo 2008 - 3

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar las manifestaciones cognitivas relacionadas con el desarrollo del Proyecto de Vida.
- Determinar las manifestaciones emocionales del estudiante ante la elaboración del proyecto de vida
- Conocer las tendencias de acción que surgen ante el proyecto de vida realizado.

La unidad temática a estudiar en la presente investigación se enfoca en el proyecto de vida, el cual es definido por Ovidio D' Angelo Hernández, como “un subsistema autorregulador de la personalidad en el que se integran elementos cognoscitivos e instrumentales y afectivo – motivacionales en determinadas tareas generales a desarrollar en la vida del individuo” (D' Angelo, O. s/f. pág.6 1997)

Unida Temática	Categorías	Sub Categorías
Proyecto de vida	Emociones	-Alegría -Tristeza -Placer - Disgusto -Amor -Miedo
	Cognición	-Conocer -Comprender -Entender
	Conducta	-Escribir -Planificar -Organizar

En cuanto a la metodología de la investigación, fue desarrollado bajo el paradigma cualitativo, ya que se enfocó en el estudio interpretativo de un tema o problema específico en que el investigador es central para la obtención del sentido. La investigación cualitativa es parte de un debate, no de una verdad fija, siendo un intento de captar el sentido que estructura y yace en el interior de lo que decimos sobre lo que hacemos, al igual que implica una exploración, elaboración y sistematización de la relación de un fenómeno identificado, así lo señalan Banister, y colaboradores (2004).

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

Para Sandin (2003) citado por Albert (2005), la investigación cualitativa es una actividad sistemática orientada a la comprensión en profundidad de fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenarios socioeducativos, a la toma de decisiones y también hacia el descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimientos.

La presente investigación es un estudio de campo ya que los datos de interés se recogieron en forma directa de la realidad, mediante el trabajo del investigador, obteniéndose de la fuente directa y espacio donde sucede el hecho sin intermediación de ninguna naturaleza, como lo manifiesta (Sabino, 2007)

Según Finol y Nava, (1993), en los estudios de campo la información se recoge directamente de la realidad que se investiga, es decir, se describe el comportamiento de un ser vivo y las relaciones con su medio ambiente y con otros seres vivos, pero siempre en su ambiente natural, es decir, fuera del laboratorio. En el estudio de campo, el investigador puede seleccionar a los sujetos y caracterizar las condiciones existentes en aquel, a fin de establecer o descubrir posibles relaciones.

La presente investigación se desarrolló bajo un nivel de tipo descriptivo, ya que la preocupación primordial radica en describir algunas características fundamentales de un fenómeno en específico, utilizando criterios sistemáticos que permiten poner de manifiesto los fenómenos en estudio proporcionando, de este modo, información del hecho y permitir comprenderlo, como lo refiere Sabino, (2007). En este caso, se pretende describir los estilos de crianza de los adolescentes con conductas trasgresoras sociales y la influencia que estos tienen en la vida de los mismos.

Es exploratorio ya que parte del propósito de la investigación es familiarizarse con un fenómeno o adquirir nuevos conocimientos sobre ella con el fin de formular un problema más preciso debido a la ausencia de investigaciones relacionadas con las unidades curriculares de desarrollo humano, llamada Necesidades Valore y Proyecto de Vida, para el momento actual.

El escenario donde se desarrolló la investigación fue la Universidad Nacional Experimental del Táchira, UNET, siendo una educación de tipo pública y gratuitas para los Venezolanos, la cual cuenta con carreras técnicas en el área de Ingeniería Industrial, Mecánica, Informática, Electrónica, Agronomía, Producción animal, Agroindustrial, Civil, carreras técnicas de Entrenamiento deportivo, Manejo de riesgos y desastres y Electro medicina, y en área humanista Licenciatura en Música, cuenta con servicio de comedor, transporte de rutas, odontología, psicología y enfermería gratuitos para los estudiantes, se toma en cuenta este escenario por ser el lugar donde se imparte la Unidad Curricular, Necesidades, Valores y Proyecto de vida y en la misma se realiza un proyecto de vida.

La población de estudiantes que curso durante el periodo 2008 – 3, la unidad curricular fue de 362 jóvenes con un promedio de dieciocho (18) años de edad, de ambos sexos. Se tomó una muestra de cinco estudiantes que desarrollaron un proyecto de vida durante el periodo académico 2008 – 3, tomados al azar, de las diferentes carreras de Ingeniería y Entrenamiento Deportivo tomando en cuenta ambos sexos.

La información se recolecto por medio de la encuesta de percepción del estudiante acerca de la unidad curricular Necesidades, Valores y proyecto de vida, tomando en cuenta cuatro preguntas abiertas relacionadas con el tema. El proyecto de vida se desarrolló luego de ejecutar las temáticas de la unidad curricular, siendo un tratamiento de dieciséis (16) sesiones de dos (2) horas semanales enfocados en auto concepto, autoestima, valores, manejo emocional, planeación de vida enfocado en las áreas vitales: personal, familiar, social, espiritual, académica, económica y tiempo libre.

Procedimiento para desarrollar el proyecto de vida en clases se caracteriza por, ser ejercicios vivenciales e individuales, acompañados de reflexiones escritas como lo recomienda Klauser (2012), ya que el escribir permite dejar de manera clara, plasmadas nuestras metas dando poder a la ejecución de las mismas. Se inicia con el proyecto de vida, permitiendo a los jóvenes escribir todos los sueños que estos posean sin distinción de su naturaleza o fantasía, luego los deben (2012), ya que el escribir permite dejar de manera clara, plasmadas nuestras metas dando poder a la ejecución de las mismas. Se inicia con el proyecto de vida, permitiendo a los jóvenes escribir todos los sueños que estos posean sin distinción de su naturaleza o fantasía, luego los deben relacionar con alguna de las áreas vitales: personal, familiar, social, académica, espiritual, económica y tiempo libre, a fin de visualizar que todas están presentes en su vida y son importantes de abordar, al igual que es necesario dedicarles tiempo a cada una de ellas para nuestro éxito personal, Cruz (2011). Se toma interés en la redacción de las metas, ya que deben estar escritas en positivo, poseer temporalidad y ser específicas en lo que la persona desea lograr, ya que luego se procede a desglosar los diversos pasos, acciones u objetivos para alcanzar cada una de las metas.

Se generaron como resultados del análisis de contenido realizado, tres categorías, las cuales se denominaron emociones, enfocada en la expresión de sentimientos y emociones experimentadas por los jóvenes durante la realización del proyecto de vida, categoría cogniciones, orientada a los pensamientos, aprendizajes, memoria, y comprensión vividas por los adolescentes, la siguiente es la categoría denominada conductas, la cual hace referencia a las acciones, movimientos, comportamientos y actuaciones implementadas por los jóvenes respecto al proyecto de vida y su implementación del mismo. Como categoría emergente surgió la denominada reflexión personal, que se caracterizó por presentar aspectos de introspección e insight que permiten la observación y revisión de aspectos personales.

Entre las emociones manifiestas se encuentran alegría, placer y felicidad caracterizadas como placenteras al momento de plantar su proyecto de vida demostrando aspectos

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

positivos y entusiasmo hacia el plan de vida y visión de futuro, siendo similares para el sexo masculino y femenino, con una mayor frecuencia de expresión sobre la emoción de la alegría, entendida como palabra que deriva del latín *alicer o alicres* siendo un estado interior fresco y luminoso, generador de bienestar general, altos niveles de energía y una poderosa disposición. La alegría es una emoción, la acción constructiva, que puede ser percibida en toda persona, siendo así que quien la experimenta, la revela en su apariencia, lenguaje, decisiones y actos. Lo cual demuestra una expresión emocional satisfactoria hacia la planeación de sus metas.

Se observa la ausencia de tristeza y rabia entre otras emociones, de carácter o postura negativa, ya que las mismas fueron desestimadas por los participantes en lo referido en la encuesta de percepción del estudiante, proyecto de vida escrito, o en conversaciones con el docente luego de la ejecución de la actividad.

Las tendencias de acciones conductuales frecuentes en los estudiantes manifestadas en el ejercicio de vida, es la planificación entendida como la capacidad de priorizar sus metas a desarrollar y la organización de las mismas, informando interés por crear escalas de importancia, pasos de a seguir para el logro de sus metas, así como el compromiso con cada acción o movimiento personal para alcanzar lo que pretende. Se presenta en menor expresión por parte de los jóvenes las acciones conductuales asociadas a organizar y escribir, sin embargo esta última fue necesaria de realizar por todos los sujetos de investigación, considerándolo propio del ejercicio del redactar sus metas y desestimando su interés, lo cual fue referido en la entrevista. Sin embargo es escasa la información sobre la puesta en marcha o ejecución de los objetivos y metas planteadas por los jóvenes, es decir, poca intención de realizar acciones para dar cumplimiento a sus planes.

En cuanto a los aspectos cognitivos entendidos como acciones asociadas al pensamiento, se encontró que las categorías de conocer, comprender y entender son los frecuentes reportados por los estudiantes, en donde conocer es entendida como descubrir sus aspiraciones personales, deseos, sueños, es decir dar aparición a las metas que pretenden realizar un estimado de tiempo en su vida. La categoría de comprender, en lo que refieren los jóvenes esta asociado a los orígenes de donde proviene la meta que se han decidió trazar, relacionándolo con las prioridades de su cotidianidad, intereses y aspiraciones reales a desarrollar que en este periodo de su vida pueden verse influenciados por agentes externos al crear sus meta entendiendo la importancia que estas tienen en su vida.

Respecto a la categoría emergente de reflexión personal, se observa manifestaciones de descubrir características personales, relacionadas con sus valores dominantes, es decir aquellos que utilizan de manera frecuente en diversos lugares y sin dar interés a las presiones sociales sobre los mismo, capacidades y habilidades productivas, las cuales dan guía para la pauta de la metas de vida trazadas con una visión de posible éxito y optimismo hacia el logro, debilidades a mejorar en su persona que a su vez se convierten objetivos para transformar de manera positiva su ser, reflexiones sobre sus pensamientos y maneras

de actuar a diario en las diversas áreas vitales tomadas en cuenta para desarrollar el proyecto de vida, generando insight e introspección, sobre su vida actual, refiriendo ser una acción poco utilizada en su diario vivir, sin embargo identifican la utilidad diaria para su vida, al igual que el interés por continuar utilizando esta estrategia y conocer sobre el ser humano de cada uno de los jóvenes.

La experiencia de plantear metas y objetivos son similares en los jóvenes sin distinción entre sexo o carrera que cursan, al igual que se observa una baja tendencia a la acción o colocación en marcha de sus metas planteadas, es decir ejecutar lo planteado en sus proyectos de vida.

Entre las conclusiones que se generaron de la investigación se encuentra, que las emociones experimentadas por los adolescentes durante la experiencia de la creación de un proyecto de vida, son satisfactorias y positivas destacando la alegría, dando una visión de complacencia hacia la acción de plantear sus metas personales, mantener una visión sobre su futuro y poder dar prioridad a cada una de estas, indicando una agradable experiencia en donde pueden reconocer aspectos internos y retarse ante el desarrollo de las metas personales. Lo cual se encuentra relacionado con la categoría emergente hallada la cual se denominó reflexión personal, en donde los jóvenes tomaron parte de su tiempo para reconocer aspectos de su personalidad, intereses propios, revisión de sus valores y a partir de estos trazar metas para su propio desarrollo personal, lo cual infiere una posibilidad de éxito en el logro de sus planes ya que provienen de sus propias críticas, dando deseos para el cambio desde su ser.

Las acciones conductuales emitidas por los sujetos durante el creación de sus proyecto de vida, se encuentran relacionadas con planificación, organización y escribir las metas que son de su interés realizar en la actualidad, lo cual les permite establecer y dar una visión clara de lo que van a realizar a corto, mediano y largo plazo, sin embargo, se hacen escasas la evidencia de emisión de conductas proactivas hacia la puesta en marcha de las metas planificadas, es decir son débiles las acciones para ejecutar los objetivos por lo cual se recomienda revisar en posteriores investigaciones lo relacionado al éxitos del cumplimiento del proyecto de vida en los jóvenes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, R (2000). Educación Emocional y bienestar. Barcelona. Praxis.
- Consuegra, N. (2004). Diccionario de Psicología. Ecoe Ediciones, Bogotá – Colombia

MEMORIAS III CONGRESO INTERNACIONAL PSICOLOGIA Y EDUCACION PSYCHOLOGY INVESTIGATION

- Cruz, C. (2011). Arquitectura del Éxito, diseñando un plan para alcanzar una vida plena y feliz. Taller del Éxito. Estados Unidos
- D'Angelo, O. (2000). Proyecto de vida como categoría básica de la interpretación de la identidad individual y social. Universidad de la Habana – Cuba
- D'Angelo, O. (1994). Modelo integrativo del proyecto de vida. Universidad de la Habana – Cuba
- D'Angelo, O. (1997). Proyecto de vida y desarrollo integral humano. Edición Felis. Cuba
- Duque, J. (2008). Proyecto de vida. Panamericana. Colombia
- Klauser, H. (2012). ¡Escríballo y hágalo realidad!, decida qué es lo que desea obtener y consígalo. Taller del Éxito. Estados Unidos
- Lorenzo, M. (2011). Autoestima. Nova Galicia Ediciones , S.L. Vigo – España
- Mirabal, J. (1992) Diccionario de Psicología. Editorial Panapo, Caracas
- Papalia, Wendkos, Duskin. (2002). Desarrollo Humano, editorial Mc Graw Hill, ctava edición, Colombia.
- Riso, W. (2004). Pensar bien, estar bien, Grupo editorial Norma, Bogotá
- Riso, W. (2013). El poder del pensamiento flexible. De una mente rígida, a una mente libre y abierta al cambio. Editorial planeta Venezuela S.A. Venezuela
- Sordo, P. (2011). Lecciones de seducción. Una reflexión profunda desde nuestro costado más íntimo. Editorial planeta chilena S.A, Chile
- Varela Gómez, M. y Martínez, A. (2009). Proyecto de vida en adolescentes en programa de rehabilitación. Universidad Rafael Urdaneta.

RESEÑA AUTORA

ESTEFANÍA URBINA ARELLANO

Realizo estudios universitarios de Psicología en la Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo - estado Zulia, Venezuela, con una marcada tendencia en el ejercicio de su carrera por la corriente Cognitivo - Conductual, Posee estudios de Especialización en Orientación Familiar. Es docente de la Universidad Nacional Experimental del Táchira (UNET), en el departamento de Ciencias Sociales impartiendo clases en las unidades curriculares de Desarrollo Humano, al igual que pertenece al Programa de Investigación Socio – Humanístico UNET, donde desarrolla sus funciones como investigadora. Docente invitada en el Posgrado de Informática y Orientación Familiar UNET, en las cátedras de Desarrollo Humano y Escuela para Padres, respectivamente.

Ha sido ponente en diversos eventos científicos internacionales entre los que destaca, Congreso Iberoamericano de educación, Metas 2021 de la OEI 2010, VI Conferencia Internacional de Psicología de la Salud 2011, XV Congreso Colombiano de Psicología 2012, VI Congreso Internacional y XI nacional de Psicología Español 2013. Ha sido reconocida con la distinción de PEI, Premio Estimulo a la Investigación en 2013, por parte del Ministerio del Poder Popular de Ciencia y Tecnología.

Se caracteriza por ser una joven emprendedora de proyectos, con una actitud positiva, ante los retos que se le presentan en su vida cotidiana, con una visión de compartir los conocimientos que posee con cualquier ser humano, respetando a cada ser humano por su condición humana.

