



Deseo de Cambio: jóvenes Cartageneros opinan sobre la conceptualización y el valor del proyecto de vida

Daniela Carolina Arteaga Torres^a

Uberly Cuadros Aristizábal^b

Ana María Díaz Urzola^c

Laura Sofía Mathieu Erazo^d

Resumen – En el marco de un macroproyecto sobre desarrollo personal se indaga sobre las opiniones de los jóvenes cartageneros en cuanto al planteamiento y ejecución del proyecto de vida. Además, se busca conocer cuáles son las necesidades y limitantes que estos presentan frente al tema. En la investigación inicial participaron 150 jóvenes con edades comprendidas mayormente entre los 20 y 25 años de estratos 1, 2, 3, 4, 5 y 6. La metodología utilizada es de tipo descriptivo transversal. Los resultados evidenciaron que, una cantidad considerable de los jóvenes no tienen su proyecto de vida estructurado, aun así, manifiestan que les gustaría contar con una guía para la planificación de este. De igual forma, consideran que el éxito está asociado a ciertos atributos personales y que la habilidad que más les gustaría potencializar es la inteligencia emocional. Entre las conclusiones, se resalta la importancia del diseño del proyecto de vida, dado que, permite establecer un propósito que le dé sentido a su existencia. Asimismo, en el camino por el cumplimiento de este se protegen de caer en situaciones riesgosas propias de la etapa de la juventud.

Palabras clave – Proyecto de Vida, Joven, Habilidad, Motivación, Metas, Sueños.

Abstract – Within the framework of a macro-project on personal development, the opinions of young people from Cartagena are investigated regarding the planning and execution of the life project, in addition, it seeks to know the needs and limitations that they present in relation to the subject. In the initial research, 150 young people with ages between 20 and 25 years old and from social class 1, 2, 3, 4, 5 and 6 participated. The methodology used is of a cross-sectional descriptive type since the data were collected in an only moment. The results showed that a considerable number of young people do not have their life project structured, even so, they state that they would like to have a guide for planning this, in the same way, considering that success is associated with certain attributes personal skills and that the skill they would most like to enhance is emotional intelligence. Among the conclusions, the importance of the design of the life project is highlighted considering the history, the present and the visualization of the future of the young person, since it allows them to establish a purpose that gives meaning to their existence, also, on the way to comply with this, they protect themselves from falling into risky situations typical of the youth stage.

Keywords – Life Project, Young, Skill, Motivation, Goals, Dreams.

CÓMO CITAR HOW TO CITE:

Arteaga Torres, D. C., Cuadros Aristizábal, U. ., Díaz Urzola, A. M., & Mathieu Erazo, L. S. (2022). Deseo de Cambio: jóvenes Cartageneros opinan sobre la conceptualización y el valor del proyecto de vida. *Interconectando Saberes*, (13), 151-163.
<https://doi.org/10.25009/is.v0i13.2723>

Recibido: 19 de julio de 2021
Aceptado: 11 de enero de 2022
Publicado: 31 de enero de 2022

^a Divergentes, Colombia. E-mail: daniela.arteaga@divergentes.com.co

^b Divergentes, Colombia. E-mail: uberly.cuadros@divergentes.com.co

^c Divergentes, Colombia. E-mail: any.diaz@divergentes.com.co

^d Divergentes, Colombia. E-mail: laura.erazo@divergentes.com.co



INTRODUCCIÓN

El mundo cambia en todos los ámbitos: social, político, económico, cultural, tecnológico y ecológico. Estos cambios demandan personas aptas para dar respuesta a las exigencias de una sociedad orientada hacia el desarrollo, creándose la necesidad de que los individuos proyecten su vida personal y profesional para dar cumplimiento a las demandas actuales de un mundo complejo y globalizado (Seligman y Adler, 2017). Más allá de los cambios que ha supuesto la globalización, se encuentran diversas situaciones que exigen un replanteo existencial y social para su mejora.

Colombia, por ejemplo, es un país con diferentes problemáticas que afectan en mayor o menor grado a sus ciudadanos específicamente a los jóvenes, debido a que, la transición de niño a adulto genera conflicto e inquietud enfrentándolo a altos índices de desempleo juvenil (20,5% (primer trimestre 2020)) por falta de experiencia laboral, de hecho, el porcentaje de los jóvenes catalogados como NINI, es decir, ni estudian, ni trabajan, ni participan en alguna actividad de enseñanza o de formación es de un 33%. Asimismo, presentan cuadros depresivos, entornos inseguros, alta cifra de embarazos adolescentes (25.801 en el primer trimestre de 2020), alta tasa de deserción estudiantil (hasta agosto del año 2020: 102.880 estudiantes desertaron académicamente), siendo Colombia el segundo país de América Latina con la mayor tasa (42%) de deserción universitaria, insatisfacción laboral (80%), inestabilidad (17,4%) y dificultad para dormir (21,8%). Además, el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) destaca el suicidio como la causa número tres de defunción entre los jóvenes colombianos. Teniendo en cuenta que el 25%

(12.672.168) de la población del país son jóvenes resulta preocupante (Revista Semana, 2020; Revista Dinero, 2020).

Todas estas circunstancias entre las que se encuentra inmersa la juventud conllevan el surgimiento de cuestionamientos como ¿Quién soy? ¿Qué hice? ¿Qué hago? ¿Qué haré? ¿Hacia dónde voy? ¿Qué quiero lograr? ¿A dónde quiero llegar? y ¿Qué quiero ser? Constituyendo estas, el inicio de la estructuración de un proyecto de vida. Asimismo, en esta etapa comienzan a surgir intereses sociales y profesionales. Estos últimos, en varias ocasiones no se encuentran orientados de manera adecuada, en el sentido de que, los jóvenes manejan poca información frente a las implicaciones de construir un proyecto y lo que este puede llegar a representar en sus vidas (Alejos y Sandoval, 2010).

Al hablar de proyecto, se pone en relación de modo significativo, el pasado, el presente y el futuro, privilegiando la última etapa. De igual forma, se relaciona este constructo con el quehacer, con el planteamiento de metas u objetivos por una persona a futuro, pero, a su vez, demanda realizar o desarrollar tareas del presente, es decir, del hacer constantemente algo para alcanzar esos objetivos o metas planteadas (Romero, 2004, pág. 338). Por su parte, el Congreso Colombiano en el Artículo 3 del Proyecto de Ley 023 de 2016, define el proyecto de vida como el proceso continuo durante el ciclo vital del ser humano que integra su historia, su presente y su futuro, así como, las condiciones socioculturales del contexto que marcan las relaciones y los niveles del desarrollo humano. Roca (2014) indica que, el proyecto de vida comprende en sí, un conjunto de conocimientos, emociones, acciones, motivaciones, entre otros... que, de manera coordinada, buscan el logro de determinadas metas, propósitos u objetivos

específicos de importante sentido existencial situados en una perspectiva futura.

En cuanto a los antecedentes investigativos sobre proyecto de vida y su importancia en el individuo y la sociedad, García (2013) indica que, para una adecuada construcción de este, se debe fomentar el desarrollo integral y la formación social, personal y vocacional, teniendo en cuenta la potencialización de las habilidades para la vida, las conductas deseables y los estilos de vida saludable.

Vargas et al. (2018) señalan que, el estilo de vida es el mayor factor de riesgo psicosocial que incide en el proyecto de vida de estudiantes universitarios, puesto que, no descansan, ni duermen lo suficiente, debido a sus múltiples ocupaciones laborales y familiares, lo que influye en los malos hábitos y en la actitud de este, concentrándose solo en el ahora y no tanto en el futuro.

Canle y Vallejos (2015) encontraron que, las expectativas de inserción laboral que presentan los jóvenes van de la mano con el proyecto de vida que tengan planteado los mismos. En ese mismo sentido, Henao y Granada (2020) descubrieron que la escasa posibilidad de inserción laboral se convierte para los jóvenes en un nudo que detiene y obstaculiza su proyecto vital. Esta situación, confronta a los estudiantes frente a su futuro, sus ideales y sueños y en muchos de los casos se convierte en elemento de conflicto pues, ven la inserción como una manera de superarse personal y profesionalmente y así superar la barrera económica que hasta el momento les impide cumplir sus sueños.

Cornejo (2015) relaciona los valores con la formación del proyecto de vida, sin embargo, resalta la importancia de trabajar, igualmente, en un programa que integre e interrelacione aspectos cognitivos, afectivos y

conductual, mediante trayectorias de interiorización, decisión y acciones. Siguiendo la misma línea de investigación, Magdalena et al. (2016) detallan que, las características que permiten la conclusión óptima de los proyectos de vida están relacionadas estrechamente con una alta autoestima y motivación, así como, con la inteligencia emocional, condiciones que permiten idealizar un futuro exitoso, tanto personal como profesional.

Samboní y Samboní (2019) consideran importante que, el proyecto de vida enfatice la importancia de conocerse a sí mismo y el autocontrol de las emociones, centrándose en el crecimiento personal del ser, brindando herramientas que permitan a los jóvenes formarse integralmente aportando positivamente a la sociedad. Cubero y Fernández (2010) enfatizan en el daño al proyecto de vida y lo sustentan como el más grave que se puede causar a la persona, puesto que, sus consecuencias inciden en la frustración o deterioro del destino que el individuo ha trazado, de la manera de vida que ha escogido, de lo que ha decidido “ser” y “hacer” con su existencia. Esta tesis, relaciona entonces al proyecto de vida con la libertad del ser y el daño de este con una posible creación de crisis existencialista (cuando no se encuentra sentido a la vida).

Betancourth y Cerón (2017) hallaron en su investigación, que la mayoría de los estudiantes no tiene claro qué hacer al salir del colegio y que los padres suponen un gran obstáculo al intentar visualizar su proyecto de vida. Los autores invitan a posicionar a los jóvenes como seres transformadores de su propia realidad y su proyecto profesional, promoviendo personas integrales con aptitud para aprender del pasado, vivir el presente y proyectarse al futuro.

Suárez et al. (2018) señalan la vinculación del proyecto de vida a la necesidad del ser humano de superar las deficiencias y carencias en su vida y buscar su bienestar, satisfaciendo su capacidad de amar y trabajar, disminuyendo su malestar y sufrimiento, a través de la organización de planes que les ayuden a solventar estos acontecimientos. Es por esto por lo que, De Zubiría (2018) propone en las universidades la creación de la asignatura “proyecto de vida”, la cual, sería un espacio de ayuda para que los jóvenes aprendan a conocerse y comprenderse a sí mismo y comprender a otros, rastreando sus orígenes, de manera que se apoye a la proyección del futuro en las dimensiones familiares, personales, sociales y laborales.

Todo cuanto se ha investigado sobre los proyectos de vida, destaca la importancia de diseñarlos en la juventud, como se mencionó anteriormente, en esta etapa se desarrollan los procesos identitarios del individuo que suelen constituir el inicio de la estructuración de estos. Por lo tanto, es de importancia que se abran espacios de análisis, reflexiones y acciones frente a la toma de decisiones de los jóvenes, para impactar en una sociedad con ciudadanos integrales y felices. Esto, se puede lograr por medio de un proyecto diseñado y ejecutado de forma estructurada, que apunta al desarrollo mental e incluya todas las áreas de la vida del ser humano. La construcción del proyecto de vida surge de la necesidad de educar sujetos activos, innovadores, emprendedores, saludables física y mentalmente, conocedores de su actuar y comprometidos socialmente a ser agentes de cambio para un mejor futuro (García, 2013).

Atendiendo a esta necesidad, surge esta investigación que indaga sobre las opiniones de los jóvenes cartageneros en cuanto al planteamiento y ejecución del proyecto de vida, además, busca conocer cuáles son las necesidades y limitantes que estos presentan frente al tema.

METODOLOGÍA

Diseño y alcance de la investigación

Esta investigación presenta un diseño no experimental de tipo descriptivo transversal, de acuerdo con Sampieri et al. (2006) este permite observar las propiedades, características y rasgos importantes del tema o tendencia de un grupo poblacional en un único momento para luego analizarlos, en este caso, se busca conocer la concepción, proyección, planificación, fuentes de apoyo, habilidades, limitantes, ideales y necesidades de los jóvenes cartageneros sobre los proyectos de vida.

Población y muestra

La población objeto de estudio son jóvenes de la ciudad de Cartagena, Colombia. Debido al aislamiento social preventivo por covid-19 se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual, consiste en tomar una muestra de la población por su accesibilidad (Sampieri et al., 2006). Esto permitió contactar 150 jóvenes vía email y redes sociales, de los cuales 51 pertenecen a colegios (28 privados y 23 públicos), 79 universitarios y 20 otros, entre los que se encuentran desempleados, asalariados e independientes.

Entre las características sociodemográficas de la muestra se encontró que, más de la mitad de los encuestados son de sexo femenino (58%). Asimismo, teniendo en cuenta que la información dispuesta en la Constitución Política de Colombia en cuanto a quiénes

son considerados jóvenes, el rango de edad evaluado es de 14 a 28 años. De estos, el 33% corresponde a jóvenes de 21 a 24 años, el 28% de 17 a 20 años, un 23% tienen de 14 a 16 años y un 17% de 25 a 28 años. De igual forma, se evaluaron personas de los estratos I hasta el 6, de estos un 31% es de estrato dos, 29% de estrato tres, 22% de estrato uno, 13% de estrato cuatro, 5% de estrato cinco y un 1% de estrato seis.

Técnica de recolección de información

Este estudio se fundamenta en métodos cuantitativos, como el cuestionario estructurado, instrumento diseñado a partir de una revisión exhaustiva teórica de la literatura disponible, con el objetivo de identificar la opinión de los jóvenes cartageneros en cuanto al proyecto de vida y los elementos relacionados a este: sueños, metas, hábitos, habilidades, motivación, redes de apoyo, emociones, entre otros. El cuestionario, está conformado por 23 ítems, en su mayoría preguntas cerradas con opciones de respuesta para facilitar el diligenciamiento de esta, aun así, se dio la opción de “Otro” junto a un espacio para que el participante diera otra respuesta si así lo consideraba, además, se realizaron dos preguntas abiertas para ampliar la percepción de los encuestados en cuanto a temas no cuantificables. De igual forma, el cuestionario se dividió en dos etapas: la primera etapa, indaga el conocimiento que tienen los jóvenes sobre lo qué es e involucra un proyecto de vida y la segunda etapa busca reconocer las necesidades que tienen los jóvenes sobre el proyecto de vida, su importancia y lo que esperan de este.

La recolección de información a través del cuestionario se llevó a cabo de forma virtual autoadministrada individual mediante un enlace de la plataforma “Formularios de Google”, este fue enviado por medio de email y redes sociales a los jóvenes. Se

utilizó este método debido al aislamiento preventivo por covid-19 y a la facilidad para recopilar gran cantidad de datos de manera rápida y sencilla. No hubo intermediarios de ningún tipo y las respuestas las marcan ellos de forma libre y anónima, teniendo en cuenta que, solo se solicitaron datos sociodemográficos y no nombres o apellidos. La plataforma mencionada, tabula automáticamente los datos y arroja las gráficas de estos facilitando el posterior análisis de resultados.

Procedimiento

La investigación se llevó a cabo en cuatro fases. La primera, consistió en una consulta teórica sobre las variables relacionadas a proyecto de vida, para la construcción del cuestionario utilizado. La segunda, por su parte, consistió en la recolección de información por parte de los jóvenes, la cual teniendo en cuenta las condiciones sociales estipuladas por la pandemia complicó la amplitud de la muestra, aun así, se les indicó claramente la forma en que debía ser rellenado el cuestionario, el número de preguntas, la importancia de sus respuestas y de su participación, además, de la finalidad de los datos recolectados. Cada participante demoraba entre 10 a 15 minutos máximo respondiendo las preguntas. En la tercera fase, se tomaron los datos tabulados para su procesamiento y análisis, utilizándose para esto el software SPSS (Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales) para extraer los resultados descriptivos en términos de frecuencias y porcentajes, lo cual, permitió realizar el análisis de los datos obtenidos, así mismo, se cerraron y codificaron las preguntas abiertas teniendo en cuenta que, existía un mismo patrón de respuesta expresado en diferentes palabras. En la cuarta y última fase, se realizó la redacción del documento final para socialización de resultados.

Consideraciones éticas

Esta investigación se rige por los lineamientos éticos estipulados en la Ley 1090 del 2006 del Código Deontológico Colombiano de Psicología, los jóvenes de manera voluntaria aceptaron su participación en la investigación, de igual forma, se les informó de forma clara y concisa los objetivos y la importancia de esta, así como, las condiciones de confidencialidad y seguridad que aplicarán sobre la información proporcionada. Igualmente, se tuvo en cuenta los principios éticos de respeto y dignidad, salvaguardando el bienestar y los derechos de los participantes.

RESULTADOS

A continuación, se presentan los datos obtenidos mediante el instrumento aplicado. Los resultados se describen acorde a las etapas mencionadas en la metodología.

Etapas I

Conocimiento sobre proyecto de vida y factores asociados

El 96% de los participantes manifiestan conocer qué es un proyecto de vida. De estos, un 45% lo considera una planeación de metas, un 31% lo define como proyección de metas y el 20% restante lo establece como etapas de las metas (corto, mediano y largo plazo). En cuanto a la pregunta de si cuenta con su proyecto de vida planificado, un 32% manifestó no haberlo realizado, el 68% restante indica haberlo planificado por metas (33%), por fases (26%) y por valores (9%).

El 89% de los jóvenes afirmaron tener metas establecidas que les ayudan a la construcción de su futuro, entre las cuales se encuentran: 35% preparación

profesional, 23% mejoramiento de calidad de vida, haciendo referencia a sus relaciones familiares y a las condiciones en las que viven, 22% generación de ingresos y 8% vivencias de nuevas experiencias tales como, viajar y aprender nuevos idiomas.

El 90% de los jóvenes manifiestan contar con el apoyo de familiares o amigos para la realización de sus metas. La gran mayoría (75%) indica recibir apoyo de tipo emocional y social por parte de su familia, amigos y pareja, mediante motivación, palabras de aliento, escucha activa y reafirmación de sus capacidades, mientras que, un 15% recibe apoyo económico y un 10% indica que no tiene metas y por ende no requiere apoyo.

Respecto a la comunicación de sus sueños, planes o metas, más de la mitad de los encuestados (69%) manifiestan que, se les hace fácil hablar de estos temas con su grupo social, siendo este representado por su familia, amigos y pareja, el 31% restante tiende a no hablar del tema con nadie. Se resalta que, los estudiantes escolarizados tienden a compartir sus sueños y anhelos, mientras que, el grupo de los universitarios y otros, no tanto.

Un 74% de los participantes ha realizado cambios en sus hábitos en pro de la consecución de metas establecidas, lo que permite inferir la existencia de motivaciones en el joven. La encuesta evidenció que, el 30% busca salir de su zona de confort: eliminando actividades poco beneficiosas para sí mismo, renunciando a comodidades materiales, levantarse más temprano y exponerse a nuevas situaciones.

Un 15% ha abandonado la procrastinación, un 8% ha aumentado su interés por el estudio, igualmente, un 8% ha obtenido mayores responsabilidades, 4% han considerado ser más optimistas, así mismo, 4% viven

nuevas experiencias, por último, un 5% ha adquirido hábitos no saludables como: dejar de dormir por más de 20 horas por realizar compromisos académicos.

De igual forma, un 87% realiza actividades o tareas que le aporten a sus planes futuros. De estos, un 53% manifiesta que, el estudio es una actividad importante para el cumplimiento de sus metas, un 13% establece el trabajo como método para cumplimiento de sueños, un 11% piensa que, el visionar las metas es necesario para la construcción de su futuro y el 9% restante indica que, realizan actividades diversas como: trabajar en sí mismos, actividades de auto - motivación, ahorro y actualización constante de lo que sucede en el entorno.

El 81% de los encuestados manifiesta contar con una motivación que lo hace levantarse cada mañana con buen ánimo. De estos, un 38% se levanta animado y motivado debido a su familia, con el propósito de mejorar la calidad de vida de sus padres y hermanos, un 29% indica que, su motivación es personal, relacionada a cumplir sus sueños, verse realizado, aprender cosas nuevas y vivir experiencias diferentes y un 14% posee motivación espiritual, porque afirman que cada día es un regalo de Dios y por ende hay que disfrutarlo. Por su parte, un 19% expresa no poseer ninguna motivación y “levantarse por inercia”.

En cuanto a las habilidades, más de la mitad (54%) de los jóvenes consideran que, no han recibido orientación para potencializar sus habilidades blandas (relaciones interpersonales, comunicación, resolución de conflictos, inteligencia emocional, trabajo en equipo y toma de decisiones). De igual forma, el 29% de los encuestados consideran que las habilidades aprendidas en su lugar de estudio, son conocimientos adquiridos frente a un tema específico de las asignaturas, el 28%

señala que, ha aprendido concentración, gestión del tiempo, resolución de conflictos y responsabilidad, un 22% indica que, aprendió trabajo en equipo y relaciones interpersonales, un 16% creatividad, pensamiento crítico y polifacética, por último, un 7% manifiesta no haber aprendido ningún tipo de habilidad en su lugar de estudio.

Referente a la resolución de problemas, un 88% manifestó poder resolver sus conflictos de manera positiva y eficaz, de tal manera que, no interfieren con la realización de su proyecto de vida. Sobre el quehacer frente a una situación problema, un 78% indica buscar soluciones, un 11% se refugia en su grupo social (familia, parejas, amigos), un 7% se frustra y un 5% busca refugio en Dios.

El 69% de los participantes expone que, puede autorregular sus sentimientos cuando algo no sale bien, de tal manera que, no se desaniman a seguir adelante con la realización de sus metas. Igualmente, la emoción que dicen presentar frente a una situación problema es de frustración (17%), tranquilidad (15%), impulsividad (10%), rabia (8%), llanto (5%), distracción (4%), apoyo social (4%), aceptación (4%) y serenidad (2%).

El 53% de los jóvenes consideran que, el éxito no se encuentra relacionado con la culminación de los estudios. Estos afirman que, por el contrario, el éxito puede estar asegurado debido a la superación personal (20%), la perseverancia (16%), la creatividad (7%), la responsabilidad (5,3%) y la supervivencia (4,6%). Llama la atención, el hecho de que sean los grupos de universitarios y otros quienes relacionan estos atributos personales al éxito, mientras que, los escolarizados lo atribuyen al estudio.

Etapa II

Necesidades que tienen los jóvenes sobre proyecto de vida

Todos los participantes consideran de gran importancia aprender nuevas actividades y hábitos que sean de ayuda en el cumplimiento de sus metas. El 90% de los encuestados enfatizan en que, les gustaría contar con una guía o ayuda para el desarrollo de su proyecto de vida, el cual, indican aportaría a su crecimiento personal.

Casi todos (98%) manifiestan que, es importante potencializar sus habilidades blandas. Respecto a cuál de estas habilidades les gustaría desarrollar se encontró que, el 33% inteligencia emocional, el 19% toma de decisiones, el 11% relaciones interpersonales, el 9% trabajo en equipo, el 9% resolución de conflictos, el 9% comunicación, el 2% liderazgo y un 5% indican que todas las anteriores.

Por otra parte, los jóvenes consideran que su principal limitante para la consecución de sus metas es la inseguridad (20%). En la Tabla I se presentan todos estos inconvenientes manifestados, categorizados en externos e internos.

Tabla I

Tipos de limitantes reconocidos por los jóvenes

Externos	Falta de oportunidad laboral	44%
	Opinión de los demás	7%
	Factor económico	12%
	Tiempo	13%
Internos	Ausencia de interés	6%
	Estrés	6%
	Pereza	5%
	Ansiedad del futuro	9%
	No tener ruta definida	9%
	Procrastinar	9%
	Inseguridad	20%

Finalmente, en cuanto a la pregunta ¿considera usted ideal cursar en su institución de educación una asignatura llamada proyecto de vida? El 87% de los participantes indican que sí. A continuación, en la Tabla 2 se observarán las opiniones de estos jóvenes donde argumentan las razones por las que consideran necesario la implementación de esta disciplina en sus colegios y universidades.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

A partir de los resultados obtenidos, se logró llegar a las siguientes conclusiones. Los conocimientos que tienen los jóvenes cartageneros participantes sobre el proyecto de vida son limitados, en sus concepciones se evidencian falencias conceptuales y desorientación sobre el tema. Por ejemplo, las habilidades las relacionan principalmente con las aptitudes. Asimismo, el concepto de proyecto de vida lo relacionan en su mayoría con el establecimiento de metas, desconociendo sus otras funcionalidades. Esto, confirma lo expuesto por Alejos y Sandoval (2010) quienes afirman que, los jóvenes manejan poca información frente a las implicaciones de construir un proyecto y lo que este puede llegar a representar en sus vidas

Tabla 2*Criterios para la asignatura*

Perspectiva justificativa	
Sí	<p>“Ya que contribuye a una formación integral permitiéndonos como estudiantes sentar las bases de lo que necesitamos para una correcta planeación de metas a corto, mediano y largo plazo.”</p> <p>“Porque serviría de guía para las personas que no saben lo que quieren o se sienten confundidos, ya que no todo el mundo tiene claro a la hora de iniciar o elegir una carrera.”</p> <p>“Creo que es un paso importante para mantener un orden estratégico de nuestras metas y así lograrlas con más facilidad.”</p> <p>“Te ayuda a interiorizar y ser consciente de lo que realmente quieres para tu vida tanto personal como profesional.”</p> <p>“Ya que ayudaría a planificar mejor mi proyecto de vida, tendría un espacio para concentrarme y tener mayor claridad con respecto a este.”</p> <p>“Debido a la desorientación juvenil que abarca que nosotros los jóvenes por las famosas redes sociales, el cual ha sido un impacto social grandísimo negativo y debido a la falta de educación por pocas oportunidades de acceso a escuelas de formación.”</p> <p>“Porque muchas veces estamos desorientados sobre cómo proceder especialmente en el cumplimiento de metas específicas, esta asignatura me ayudaría a obtener las herramientas necesarias que orienten a una buena toma de decisiones.”</p>
No	<p>“Porque el proyecto de vida comprende más que una asignatura y debe ser individualizado para todos.”</p> <p>“Puede que no sea impartida de forma adecuada o se hable de lo esencial.”</p>

Los encuestados consideran que, es ideal contar con una guía para poner en marcha su proyecto de vida, donde puedan adquirir las herramientas necesarias para establecer una apertura hacia el dominio de su futuro y así trazar planes en direcciones esenciales y establecer un adecuado manejo emocional frente a aquellas áreas que requieren de toma de decisiones vitales. Esto, amplía lo expuesto por Suárez et al. (2018), quienes señalan la vinculación del proyecto de vida a la necesidad del ser humano de superar las deficiencias y carencias en su vida y buscar su bienestar, satisfaciendo su capacidad de amar y trabajar, disminuyendo su malestar y sufrimiento, a través de la organización de planes que les ayuden a solventar estos acontecimientos.

Es preocupante la cantidad de jóvenes que no tienen su proyecto de vida planificado, de acuerdo con Castillo de la Rosa (2012), esto puede deberse al tiempo que invierten los jóvenes en redes sociales, juegos y

música y no tanto en su futuro. Esto último, es admitido por los participantes quienes indican que, las redes sociales han tenido un impacto social negativo y contribuido a la desorientación juvenil. La autora también afirma que, esta ausencia de metas disminuye la permanencia en las instituciones y la búsqueda de mecanismo de crecimiento personal.

En cuanto a las redes de apoyo, los encuestados consideran que su principal soporte es emocional, sin embargo, es interesante que una cantidad considerable de los jóvenes no habla de sus sueños con nadie. Cabe resaltar que, los estudiantes escolarizados comparten mayormente sus metas, mientras que, en los universitarios esta conducta cambia, lo que lleva a preguntarse ¿qué sucede en esta transición de educación secundaria a educación superior?

Muchos participantes estiman que, el estudio es importante para poder alcanzar sus metas, hasta el punto de que algunos adquieren hábitos no saludables como dejar de dormir por más de 20 horas para poder cumplir con sus obligaciones académicas. Esto, concuerda con lo expuesto por Vargas, Quintero y Sánchez (2018) quienes señalaron en su investigación que, el estilo de vida es el mayor factor de riesgo psicosocial que incide en el proyecto de vida de estudiantes universitarios, puesto que, no descansan, ni duermen lo suficiente, debido a sus múltiples ocupaciones.

Los encuestados consideran que, quieren emprender nuevas actividades que les sean productivas y aporten a sus metas establecidas. Esto es un buen indicio, coincide con lo expuesto por Betancourth y Cerón (2017) quienes promueven el posicionamiento de los jóvenes como seres transformadores de su propia realidad y su proyecto profesional, promoviendo personas integrales con aptitud para aprender del pasado, vivir el presente y proyectarse al futuro.

Los participantes expresan que, frente a una situación problema reaccionan de forma positiva: buscan soluciones, piensan tranquilamente, establecen fortalezas y debilidades, entre otros. A pesar de lo anteriormente descrito, se presenta una posible contradicción, ya que, las emociones que manifiestan con mayor frecuencia frente a una situación problema son de carácter desfavorable, tales como: frustración y llanto. Se puede inferir que, si bien su disposición frente a una problemática es de resolverla, la realidad es que al enfrentarla su primer impulso es una emoción desfavorable. Aun así, varios de los encuestados reaccionan de forma tranquila y se refugian en sus familiares, amigos y parejas, conducta que se debe seguir

fortaleciendo para promover una gestión emocional sana. De la misma forma, se destaca el hecho de que un pequeño porcentaje afronta este tipo de situaciones mediante la espiritualidad, siendo esto, más común en los jóvenes escolarizados, lo que conlleva a retomar la pregunta anteriormente planteada ¿qué está cambiando en los jóvenes al pasar de la secundaria a la universidad?

Con relación a la percepción del éxito, se observó que, varía acorde al nivel de escolaridad de los participantes, los estudiantes universitarios consideran que el éxito se obtiene de las capacidades y actitudes personales que pueden adquirir tales como: esfuerzo, positivismo, responsabilidad, superación, entre otras, contrario a esto, los estudiantes escolarizados lo relacionan con los estudios superiores, esto va en consonancia con lo encontrado por Henao y Granada (2020) quienes indican que, los jóvenes ven la inserción laboral como una manera de superarse personal y profesionalmente y así superar la barrera económica que hasta el momento les impide cumplir sus sueños.

Los encuestados aseguran que desean potenciar y desarrollar habilidades innatas que les sean útiles para la formación e inserción en diversos ámbitos de su vida, dicha potencialización debe ser de manera integral. Sin embargo, hacen énfasis en que la habilidad que les genera mayor interés y la que más desearían potenciar es la inteligencia emocional, actitud que les facilitará la percepción, expresión y gestión adecuada de las emociones. Asimismo, el desarrollo de un autocontrol emocional puede contribuir de manera satisfactoria al desarrollo y cumplimiento del proyecto de vida, puesto que, permitirá que el joven pueda progresar con lo planificado a pesar de las circunstancias.

Los participantes manifiestan presentar diversos limitantes que les impiden la ejecución de sus planes futuros, en su mayoría son límites impuestos tales como: inseguridad, tiempo y ansiedad al futuro, los cuales, pueden ser disminuidos con un adecuado uso de herramientas facilitadoras tanto conceptuales como actitudinales. Asimismo, presentan límites externos como: factor económico y opinión de los demás. Algunos de estos obstáculos, pueden privar a los jóvenes de hacer partícipe a otras personas de sus sueños o metas.

Indagando acerca del proyecto de vida, fue posible observar que uno de los pilares de este son las habilidades blandas, concepto que los encuestados manifestaron querer potencializar, ya que, en su lugar de estudio han adquirido en mayor proporción habilidades técnicas. De ahí, surge la inquietud de ¿si los jóvenes contemplasen una asignatura llamada proyecto de vida? En donde desarrollen este tipo de temas, los encuestados coinciden en que, sería una formación integral que le permita sentar bases de lo que se requiere para una planeación de metas a corto, mediano y largo plazo, de forma organizada y estratégica para el cumplimiento de estas. Así mismo, sería un espacio exclusivo para concentrarse, interiorizar y ser consciente de lo que realmente quieren para su vida. Esto, va en consonancia con lo expuesto por De Zubiría (2018) quien propone en las universidades la creación de la asignatura “proyecto de vida”, la cual, sería un espacio de ayuda para que los jóvenes aprendan a conocerse y comprenderse a sí mismo y comprender a otros, de manera que se apoye a la proyección del futuro en diferentes dimensiones del ser.

Aun así, existe temor por parte de algunos jóvenes de que la metodología utilizada en esta posible asignatura no vaya encaminada al cumplimiento de la promesa de recibir la orientación idónea que permita además su implementación y no solamente recibir herramientas que coadyuven en el desarrollo de estas.

Finalmente, se resalta la importancia del proyecto de vida y su comienzo desde la juventud teniendo en cuenta la historia, el presente y la visualización del futuro de los jóvenes, basándose en las características que les gustaría que estos intervalos temporales posean o aporten a sí. El proyecto de vida, además, protege a los jóvenes de caer en conductas y situaciones que los ponen en riesgo en etapas tan críticas como lo son la pubertad o la adolescencia.

Si bien, es difícil predecir el futuro y que en algunos casos las situaciones no resulten como se esperaban, la previa planificación da mejores resultados, probablemente existirán en el camino al cumplimiento del proyecto vital varios obstáculos que la persona no sepa o pueda controlar, sin embargo, si el individuo se concentra en un propósito por el que trabaje, posiblemente esté más cerca de cumplir sus metas. Además, el proyecto de vida mediante el planteamiento de un propósito le da un sentido a la existencia y permite que los jóvenes siempre tengan anhelos, metas, deseos, motivos y razones para seguir viviendo y sobreponerse a las dificultades cotidianas. De la misma forma, el desarrollar un proyecto de vida, permitirá aprovechar todos los recursos que la vida va ofreciendo en el camino y que eventualmente ayudarán a cumplir más fácilmente las metas establecidas, dado que, si no se tienen claro los propósitos, lo que se quiere y se espera de la vida, difícilmente se podrá identificar los recursos necesarios y definir el camino a seguir.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, se sugieren alternativas en los centros educativos y en la familia que faciliten la realización del proyecto de vida de los jóvenes, permitiéndoles descubrir sus gustos, valores, habilidades, alineando sus decisiones con su verdadero ser y focalizando la energía de estos en lo que quieren alcanzar.

REFERENCIAS

- Alejos, Y. y Sandoval, E. (2010). Significatividad del proyecto de vida en el estudiante de Educación. *Educare* 14(3), 123-134. <http://revistas.upel.edu.ve/index.php/educare/article/view/380/180>
- Betancourth, S. y Cerón, J. (2017). Adolescentes creando su proyecto de vida profesional desde el modelo DPC. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 50, 21-41. <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/811/1329>
- Canle, L., y Vallejos, L. (2015). *Instrumento para evaluación de proyecto de vida y expectativas de inserción laboral en jóvenes sin experiencia laboral*. VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-015/347.pdf>
- Castillo de la Rosa, E. (2012). Jóvenes no tienen proyecto de vida. *Revista Zócalo*. https://www.zocalo.com.mx/new_site/articulo/jovenes-no-tienen-proyecto-de-vida
- Congreso de la República de Colombia. (2016). Proyecto de Ley 023. Por medio del cual se adoptan medidas para el mejoramiento de las condiciones de vida de las personas que se encuentran bajo protección del icbf y para la consolidación de su proyecto de vida. [radicado] (iniciativa archivada) <http://leyes.senado.gov.co/proyectos/images/documentos/Textos%20Radicados/proyectos%20de%20ley/2017%20-%202018/PL%20070-17%20-%20023-16C%20Condiciones%20de%20vida%20Ni%C3%Blas%20ICBF.pdf>
- Cornejo, M. (2015). Elaboración de proyecto de vida basado en valores en estudiantes del colegio. *Revista de Investigación Psicológica*, (13), 26-43. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322015000100004&script=sci_arttext&lng=en
- Cubero, M. y Fernández, I. (2010). *Análisis y desarrollo del concepto daño al proyecto de vida*. Universidad de Costa Rica. <https://ijj.ucr.ac.cr/wp-content/uploads/bsk-pdf-manager/2017/06/An%C3%A1lisis-y-Desarrollo-del-Concepto-Da%C3%Blas-al-Proceso-de-Vida.-Bases-Filos%C3%B3ficas-Desarrollo-Conceptual-Derecho-Comparado-y-Aplicabilidad-de-la-Figura-en-Costa-Rica.pdf>
- De Zubiría, J. (2018). Proyecto de vida: asignatura pendiente en las universidades colombianas. *Revista Semana*. <https://www.semana.com/educacion/articulo/proyecto-de-vida-asignatura-pendiente-en-las-universidades-colombianas-columna-de-julian-de-zubiria/577248/>
- García, J. (2013). *Fortalecimiento de las habilidades para la vida, generación de conductas deseables y estilos de vida saludables en pro de la construcción del proyecto de vida de los niños y niñas menores de catorce años del Hogar San Juan Bosco*. Universidad Autónoma de Bucaramanga. <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/11456>
- Henao, D. y Granada, G. (2020). Proyecto de vida e inserción laboral basado en la orientación del logro en los estudiantes de grado décimo de la Institución Educativa Pio XII de Neira. Universidad Católica de Manizales.
- Magdalena, S., Valenzuela, J. y López, M. (2016). Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media. *Revista Electrónica Educare*, 20(82), 1-22. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>
- Revista Dinero. (2020). El 33% de los jóvenes colombianos ni trabaja ni estudia. <https://www.dinero.com/economia/articulo/dese-pleo-juvenil-2020-cuantos-jovenes-en-colombia-no-trabajan-ni-estudian/300564#:~:text=De%20los%2010%2C9%20millones,mujeres%20el%2021%2C1%25>

- Revista Semana. (2020). Esta es la realidad social de los jóvenes en Colombia.
<https://www.semana.com/economia/articulo/esta-es-la-realidad-social-de-los-jovenes-en-colombia/202013/>
- Roca, M. (2014). Proyecto de vida en los jóvenes. Revista de divulgación científica y cultura de la salud en Cuba. *Revista salud vida*.
- Romero, S. (2004). Aprender a construir proyectos profesionales y vitales. Asociación española de orientación y psicopedagogía. *REOP*, 15 (2). 337-354.
- Samboní, J. y Samboní, A. (2019). *Factores pedagógicos que alteran el desarrollo integral del proyecto de vida de los estudiantes del grado undécimo del colegio Guillermo Valencia del municipio de Timbio, Cauca*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia.
<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/28127>
- Sampieri, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación*. McGRAW-HILL. México, D.F.
- Seligman, M. y Adler, A. (2017). El desafío que tienen los colegios en la formación de las habilidades para la vida. *Revista Semana*.
<https://www.semana.com/educacion/articulo/nino-s-y-jovenes-habilidades-para-la-vida/539204/>
- Suárez, A., Alarcón, Y. y Reyes, L. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*.
https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_5_2018/12proyecto_vida_proceso_fin_medio.pdf
- Vargas, G., Quintero, A. y Sánchez, L. (2018). Los riesgos psicosociales como factores determinantes en el proyecto de vida de los estudiantes de la Universidad Abierta y a Distancia UNAD. *Revista espacios*, 18 (39).
<http://www.revistaespacios.com/a18v39n40/a18v39n40p08.pdf>