

Impacto social del Laboratorio de Psicología de la Universidad Mariana en el fortalecimiento del proyecto de vida en estudiantes de noveno grado de una Institución Educativa Municipal de San Juan de Pasto¹

Jazmín Elizabeth Arce Calderón

Psicóloga Practicante
Universidad Mariana

Diana Cristina Betancourth Rosero

Docente de Psicología
Universidad Mariana

Resumen

El presente artículo describe el impacto social del Laboratorio de Psicología de la Universidad Mariana, en el fortalecimiento del proyecto de vida de los estudiantes de noveno grado de una institución educativa municipal de San Juan de Pasto. Para este fin se efectuó una entrevista, para obtener un diagnóstico que permitiera conocer la necesidad de esta población, haciendo alusión al Proyecto de Vida. Con base en los resultados obtenidos, en una primera instancia se sensibilizó a los estudiantes respecto al tema, se aplicó el test IIVVO, y finalmente se retroalimentó frente a la toma de decisiones, considerando que éste es un tema actual de suma importancia, que aporta notablemente en la sociedad.

Palabras clave: Proyecto de vida, impacto social.

Introducción

El presente artículo presenta una revisión bibliográfica sobre el proyecto de vida, especialmente desde una perspectiva psicológica, aplicado al contexto educativo. El tema ha despertado gran interés en la actualidad, al generar diversas polémicas con respecto al tiempo moderno. Muchos de los adolescentes, en su etapa de crecimiento y desarrollo, atraviesan dificultades al asumir de manera adecuada este periodo de la vida y, por ende, no tienen planeado en su estructura mental, lo que desearían llegar a hacer en un futuro.

Casas (2010) define la adolescencia como:

El período que va desde los 10 hasta los 19 años, en el cual no sólo se producen un crecimiento y maduración físicos acelerados, sino que también existen cambios de orden psicológico, sexual, de comportamiento y socialización. La adolescencia es un proceso continuo y complejo de naturaleza biopsicosocial a través del cual los adolescentes construyen, con el apoyo de la familia, sus pares y la comunidad. (p. 113).

El proyecto de vida que una persona plasme respecto al perfil profesional que desea alcanzar, es de vital importancia, ya que permite visualizar de manera apropiada su futuro, teniendo en cuenta diversos componentes: biológicos, sociales, personales, familiares, económicos; en fin, aspectos que contribuirán notablemente en la construcción del mismo, considerando todas las posibilidades y recursos con los que cuenta. Así mismo, se puede inferir que durante este periodo de la vida, los adolescentes toman decisiones vitales que destinarán su futuro.

Actualmente, los cambios en el sistema educativo están enfocados en brindar educación gratuita y de calidad, por considerarse la educación como el eje fundamental para el desarrollo económico, político, social y cultural de un país, tanto en el presente como en el futuro. Por esta razón, el sistema educativo debe estar comprometido con

¹ Artículo producto del proyecto de práctica académica titulado: "Impacto social del Laboratorio de Psicología de la Universidad Mariana en el fortalecimiento del proyecto de vida de los estudiantes de séptimo y noveno grado de una Institución Educativa Municipal de San Juan de Pasto".

el cambio social que el país espera; de esta manera, se puede sintetizar que el psicólogo educativo en un contexto escolar, cumple un rol muy importante concerniente a estas temáticas. Al respecto, Chávez Uribe (2007) refiere que la Psicología Educativa se encarga del estudio y análisis de los procesos de cambio comportamental que se producen en las personas, como consecuencia de su participación en situaciones o actividades educativas; “se concentra en el estudio psicológico de los problemas cotidianos de la educación de los que derivan principios, modelos, teorías, procedimientos, métodos de instrucción e investigación” (p. 7)

En este sentido, la práctica formativa de psicología en la formación profesional, resulta relevante y contribuye con la especificidad de este grupo poblacional; así mismo, a través de este ámbito se puede influir, promoviendo cambios estables para que los estudiantes afronten las dificultades que se les presente en la vida, además de generar diversos procesos de enseñanza y aprendizaje que sirvan de herramienta para enriquecer su vida personal y profesional.

La sistematización de la experiencia que se observa en este artículo, corresponde al proyecto de práctica en el campo de la Psicología educativa, titulado “Fortalecimiento en los Servicios del Laboratorio de Psicología de la Universidad Mariana desde el Área de Procesos de Enseñanza – Aprendizaje”, el cual propuso aportar en el componente académico y de proyección social del Laboratorio, aplicando el tema concerniente a Proyecto de Vida, definido por Hernández, (2000) como:

La estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. De esta manera, la configuración, contenido y dirección del Proyecto de Vida, por su naturaleza, origen y destino, están vinculados a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los acontecimientos futuros, abiertos a la definición de su lugar y tareas en una determinada sociedad. (p. 273).

El escenario educativo que permitió desarrollar la proyección social académica fue una institución educativa pública perteneciente a la ciudad de Pasto, en donde se pudo llevar a cabo el proceso de sistematización de la experiencia de práctica, permitiendo no solo reconocer los logros alcanzados dentro de la intervención psicoeducativa en estos contextos, sino, encaminar proyectos futuros basados en la teorización del quehacer.

Conviene subrayar que dentro de la gran mayoría de los contextos educativos no se ha evidenciado un apoyo específico respecto a una orientación referente al proyecto

de vida, siendo éste uno de los aspectos más relevantes en la formación del ser humano. Ruiz (2011) señala que el proyecto de vida...

... de los sujetos debe ser un proceso explícito en las organizaciones educativas; es allí donde no solo se debe conformar, con la presentación de disciplinas, grandes disertaciones teóricas o postulados. El ser humano implica, en su ejercicio cotidiano, presentar toda una intención para poder desarrollarse como individuo y así incluirse en un mundo cada vez más complejo, dinámico y exigente. (p. 27).

Del mismo modo, se puede afirmar que dentro del ámbito educativo, el plan de estudios en la mayoría de las instituciones está guiado hacia las materias básicas primarias, como matemáticas, castellano, inglés, ciencias naturales, ciencias sociales, entre otras, mas no una materia enfocada directamente, que aporte y construya en el ámbito personal y profesional del estudiante. Por ende, Ruiz (2011) indica que debe ser fundamental en los contextos educativos, abrir espacios académicos ligados única y directamente a centrarse en el desarrollo del individuo.

Por otro lado, es importante resaltar que las temáticas trabajadas en cada taller psicoeducativo son de alta demanda entre docentes y psicólogos, ya que se constituyen en recursos pertinentes con comunidades educativas de la región, y están basadas en teorías recientes y novedosas.

Es importante mencionar que abordar estos temas permite sensibilizar a la población respecto al proyecto de vida y a todos los componentes de las diferentes perspectivas de enfoque unitario y holístico que se debe integrar.

Finalmente, en correspondencia con la misión del Laboratorio de Psicología, el proyecto de práctica pretende aportar en el componente académico a través del fortalecimiento de procesos de capacitación, formación, orientación y desarrollo de actividades, que permitan visualizar adecuadamente la temática a tratar, generando e impactando tanto a nivel personal como social en los estudiantes.

En torno a estos aspectos, el presente artículo se centra desde el enfoque de proyecto de vida, temática que actualmente se considera relevante, dado que ha generado diversas polémicas concernientes al futuro de los miembros de una sociedad en general, razón por la cual se buscó aportar desde diferentes estrategias en el constructo del proyecto de vida y el conocimiento de sí mismo.

El proyecto de vida trata de una tarea que exige honestidad para autoconocerse, observación atenta para conocer el mundo en el cual vive, incremento de su sentido crítico para evaluar las posibilidades reales y lograr sus propósitos y sus sueños, ejercicio en la toma de decisiones para establecer las metas que quiere lograr y ajustarlas o modificarlas cada vez que sea necesario, desarrollo de su creatividad para diseñar las acciones que necesita para alcanzar las metas, análisis y evaluación de las distintas alternativas, sus ventajas y desventajas, a corto, mediano y largo plazo, conciencia de sus propios valores, fortalezas, oportunidades, amenazas, debilidades, creencias y necesidades.

Todas estas exigencias contribuyen, entre otras cosas, a la sólida estructuración de su personalidad y de una clara identidad, a su realización personal, al fortalecimiento de los valores que ya posee y al surgimiento de otros nuevos. También le permite fortalecer su autoestima en cuanto le da la oportunidad de sentirse competente; se constituye en factor de protección con relación a problemas como las adicciones, la delincuencia y otras formas de desadaptación social, todo lo cual permite darle sentido, valor y rumbo a la propia existencia.

Es propio tener en cuenta algunos objetivos y metas para la realización de un proyecto de vida, donde es esencial que se pregunte cuáles son sus sueños en las áreas de su vocación, sus relaciones, su bienestar material y físico y su vida espiritual. Las respuestas a esas preguntas lo conducirán a descubrir qué quiere hacer con su vida, cómo, por qué, para qué y en qué medida quiere hacerlo, así como lo que son en esencia sus objetivos y metas.

Por otro lado, para realizar el plan de acción es fundamental que se formule preguntas sobre las condiciones y recursos que le ofrece el medio para lograr la realización de sus sueños y la forma apropiada de aprovecharlos, los obstáculos en el medio en el cual vive y la forma de superarlos; las características y recursos personales con que cuenta y la forma de emplearlos; el tiempo que requiere y está dispuesto a invertir para cada acción y el lugar o lugares en donde quiere y puede realizarlas. Así mismo, inmerso en la construcción del proyecto de vida, existen otros componentes que favorecen su construcción; según Romo (2006), estos son:

- **Autoconocimiento.** Se define como el conjunto de elementos que una persona utiliza para describirse a sí misma; el autoconcepto se forma por la imagen que tenemos de nosotros mismos y la información que recibimos de los demás con relación a nuestra persona. “Costumbres, creencias, principios y el abanico inmenso de las prioridades de la sociedad y los valores de la cultura en la que crecemos y vivimos, impregnan y

modelan el concepto que formamos de nosotros mismos” (p. 4).

- **Autoestima.** Es el resultado “de la combinación de la información objetiva sobre uno mismo y la evaluación subjetiva de dicha información, lo que determina un nivel concreto de autoestima que refleja el grado de satisfacción personal del individuo consigo mismo” (p. 16). “La autoestima consta de múltiples facetas o concepciones, de manera que cada persona no tiene un único autoconcepto, estable e inamovible, sino que tiene diferentes percepciones y valoraciones que no tienen por qué coincidir” (Del Pilar, s.f. párr. 7).

Según Romo (2006), la autoestima se fundamenta con base en tres componentes:

- **Componente Cognitivo.** Es el autoconcepto personal, la descripción que tiene cada uno de sí mismo, en las diferentes dimensiones de su vida.
- **Componente Afectivo.** Supone un juicio de valor sobre nuestras cualidades; la respuesta afectiva ante la percepción de uno mismo.
- **Componente Conductual.** Es el proceso final de la valoración anterior, que se plasma en la decisión e intención de actuar. (p. 20).

2. Metodología

El presente estudio se realizó con estudiantes pertenecientes a una institución educativa municipal de la ciudad de San Juan de Pasto, adolescentes cuyas edades oscilan entre los 13 y los 16 años de edad, quienes se encuentran cursando noveno grado, prevaleciendo el género femenino.

En primera instancia, se aplicó una entrevista semiestructurada, indagando en aspectos relacionados con ¿cuáles estrategias cree pertinente abordar?, ¿a qué personas iría dirigido este plan de acción?, con el fin de conocer las necesidades de esta comunidad, con quienes se logró concluir que requieren trabajar sobre el proyecto de vida.

Posteriormente a ello, se realizó un acercamiento teniendo como objetivo, dar a conocer el concepto, tipo e importancia del Proyecto de vida, habilidades y fortalezas en estudiantes pertenecientes a la Institución, para lo cual se llevó a cabo diferentes etapas, iniciando con el ejercicio de dinámica de entrada, en donde se dispuso a los estudiantes a escribir las habilidades y fortalezas que ellos poseen, con el fin de hacer una descripción referente al marco teórico concerniente al proyecto de vida; después se realizó una retroalimentación de estos aspectos por medio de dos técnicas: un video reflexivo y un juego; finalmente se retroalimentó referente a toda la temática

trabajada en esta sesión.

Consecutivamente, se procedió aplicar el test IIVVO, el cual consta de 132 tipos de preguntas, creado para todo tipo de población de adolescentes que estén interesados en descubrir qué carrera estudiar, con el propósito de conocer los intereses profesionales y los perfiles por los cuales el evaluado presenta mayor inclinación, en aras de brindar una orientación en la toma de decisiones académico – profesionales.

Con relación a lo estipulado, se obtuvo como resultados, que la gran mayoría de los estudiantes pertenecientes a la Institución, presentan mayor recurrencia por ciertas áreas profesionales, como se indica en la Figura 1.

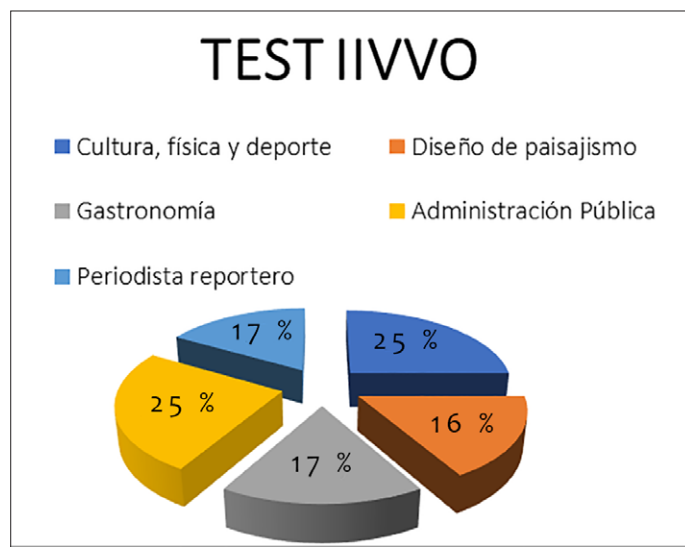


Figura 1. Recurrencia en áreas profesionales de los estudiantes de grados novenos de la I.E.M. Libertad.

A través del análisis de resultados obtenidos en el test de orientación vocacional, se observa que las áreas que más prevalecen son: Cultura física y deporte (25 %), Administración pública (25 %), Gastronomía (17 %), Periodismo y Reportería (17 %) y Diseño de paisajismo (17 %).

Estos datos reflejan diversas inclinaciones por las cuales los estudiantes tienen mayor preferencia. Sin dejar a un lado las otras temáticas abordadas, también se logró evidenciar que por medio de los talleres realizados se los motivó y sensibilizó, para que siguieran reforzando las diversas habilidades que poseen, lo cual contribuirá en la construcción del proyecto de vida.

Por último, se ejecutó un taller que tuvo como objetivo, fortalecer la habilidad de la toma de decisiones, para lo cual se organizó una yincana, en la que los estudiantes iban atravesando diferentes pasos; el primero de ellos consistía en identificar su grupo con un nombre de manera creativa; en seguida, los integrantes del grupo procedían a pasar por

un recorrido con una cuchara en su boca y encima una pelota; el grupo que iba terminando la actividad proseguía con el siguiente paso, que era armar un rompecabezas en el cual se encontraban los pasos que se debe tener en cuenta para tomar una decisión de manera asertiva; finalmente, el grupo leía el mensaje inmerso y se hacía la retroalimentación de todos los temas abordados en los tres encuentros.

Se pudo evidenciar que diferentes entes pertenecientes al cuerpo administrativo de la institución contribuyeron en el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes, potencializando a través de herramientas pedagógicas, lúdicas, cursos y demás, aspectos que, a la vez, contribuirán en el crecimiento personal y profesional de esta población.

Discusión

Dentro del panorama nacional de proyecto de vida que influye en cada una de las instituciones y comunidades de la sociedad, es importante dar una mirada a fenómenos sociales que influyen en el desarrollo personal y colectivo de la población juvenil. Al respecto, es importante traer a colación las ideas de Casas (2010), quien refiere que “la adolescencia es un proceso continuo y complejo de naturaleza biopsicosocial a través del cual los adolescentes construyen, con el apoyo de la familia, sus pares y la comunidad” (p. 113).

De este modo se puede inferir que en el proyecto de vida que una persona plasme, especialmente en lo que respecta al perfil profesional que pretende lograr, están involucrados diversos componentes que van a influir en su desarrollo, tanto a nivel familiar como social. Unido a esta idea, se recalca lo que postula Castañeda, (2011) quien menciona que es importante que la juventud vea la trascendencia de tener un proyecto para su vida; de concientizarse acerca de que ese plan implica trabajo y esfuerzo, y también, enfatizar el papel del personal docente, la familia y la escuela en la formación del alumnado, en la ayuda y motivación para lograrlo. Un proyecto de vida, por lo tanto, es una competencia transversal, multidimensional, ya que incluye saberes que abarcan todas las áreas de la vida, actitudes, construcción de conceptos fundamentales y competencias metodológicas generales.

De manera que los planteamientos de Hernández (2000) están en coherencia con lo que postula Castañeda (2011), además de corroborarlo con los resultados obtenidos; en los tres referentes hay mutua relación, considerando que el proyecto de vida es de vital importancia en toda la sociedad, ya que garantiza un futuro estable, dentro de los márgenes de la ley.

Así mismo, los adolescentes se concientizan y logran trazar un margen hacia el futuro, teniendo una perspectiva de que todo lo que se realiza con esfuerzo y dedicación,

será recompensado positivamente.

Además, es importante recalcar que para la construcción del proyecto de vida, se tiene en cuenta diferentes referentes que guiarán la construcción del mismo; entre ellos, los principales modelos a seguir son: la familia, la escuela, los docentes y las personas más allegadas al estudiante, como los principales motivantes para lograr el éxito.

No obstante, unido a lo anterior se tiene en cuenta las ideas de Ruiz (2011), quien menciona que así como existen diversos factores de índole social y familiar que ayudan a la construcción del proyecto de vida, el principal componente es el personal, y debe ser impuesto en todos los establecimientos educativos.

En este orden de ideas, se infiere que todos los ámbitos que rodean al estudiante están entrelazados, formando una relación triádica, unos con otros, complementando el proyecto de vida que desea lograr. En el estudio se pudo observar que así como los estudiantes tienen inclinación por la carrera de cultura física y deporte, por parte del cuerpo docente de la institución impulsan dichas habilidades a través de espacios que proporcionan el uso del aprovechamiento del tiempo libre, así como diferentes espacios que promueven estas actividades, al tiempo que, desde los hogares, las familias motivan a través de otras maneras a los estudiantes, inscribiéndolos en grupos o reforzando las mismas.

Finalmente, es importante mencionar que un proyecto de vida implica la unión de muchos aspectos personales del ser humano, que abarcan todas las áreas de la vida, cualidades, talentos, actitudes y varias competencias que unifican esta construcción. Así mismo, fueron de gran aporte las estrategias psicoeducativas que se desarrolló con los estudiantes, ya que se logró, en primera instancia, sensibilizar respecto a la relevancia de tener visible el proyecto de vida hacia el futuro que ellos desearían alcanzar. También se pudo orientar hacia la posible carrera que ellos podrían ejercer y, a la vez, orientarlos en el proceso de toma de decisiones, frente a la elección que realizaron.

Todo lo anterior conlleva explorar los talentos que tienen, y así tener una inclinación por un perfil profesional de manera más asertiva, que les permita tener un futuro más adecuado.

Conclusiones

Los estudiantes de grado noveno participantes, dentro de sus conocimientos lograron comprender de manera armónica la importancia que tiene construir un proyecto de vida; igualmente, conocer los intereses profesionales por los cuales tienen mayor inclinación y, al mismo tiempo, lograron concientizarse respecto al proceso de toma de

decisiones que deben asumir después de haber cumplido con los encuentros.

Por otra parte, durante el desarrollo de esta práctica académica se pudo evidenciar que existen diversas limitaciones que salen del alcance del investigador; uno de ellos es el tiempo que brindan las instituciones para la realización de los talleres y el tiempo para evaluar y retroalimentar dichos procesos.

A nivel del perfil vocacional se pudo evidenciar una mayor tendencia hacia la carrera de Cultura física y deporte, debido posiblemente a que la institución fomenta la actividad física en los estudiantes.

La práctica en el Laboratorio de Psicología permite obtener un amplio conocimiento acerca de todo el material psicométrico, con relación a la aplicación, calificación e interpretación, brindando al psicólogo educativo, herramientas que le permiten tener un mejor diagnóstico frente a una necesidad específica.

La atención a casos en función de orientación vocacional, permite brindar un perfil profesional acorde con las aptitudes del estudiante, gracias al uso de instrumentos psicológicos como IIVVO, IPP, CIPSA, que posibilitan una aproximación cuantitativa y cualitativa.

Referencias

- Casas, J.M. (2010). Calidad de vida del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 82(4), 112-116.
- Castañeda, L. (2011). *Un plan de vida para jóvenes: ¿Qué harás con el resto de tu vida?* (2.^a ed.). México, D.F: Editorial Panorama.
- Chávez Uribe, A. (2007). La psicología educativa. Recuperado de https://comenio.files.wordpress.com/2007/08/psicologia_educativa.pdf
- Hernández, O. (2000). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. *Revista Cubana de Psicología*, 17(3), 270-276.
- Romo, A. M. (2006). Imagen corporal, alimentación y calidad de vida. Recuperado de <https://ocw.ua.es/es/ciencias-de-la-salud/imagen-corporal-alimentacion-y-calidad-de-vida-2006.html>
- Ruiz, J. (2011). Proyecto de vida, relatos autobiográficos y toma de decisiones. *Teoría y praxis investigativa*, 6(1), 27-35.