



Universidad Central de Venezuela
Facultad de Humanidades y Educación
Escuela de Psicología
Departamento de Asesoramiento Psicológico y Orientación

**EFFECTOS DE UN PROGRAMA INFORMATIVO FORMATIVO DE PROYECTO DE
VIDA EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA SAMUEL ROBINSON UCV COHORTE
2014- 2015.**

TUTORA:

MERCEDES BALTASAR

AUTORAS:

M^a ALEJANDRA MUÑOZ

MELANY SIMOZA

Caracas, marzo 2016



Universidad Central de Venezuela
Facultad de Humanidades y Educación
Escuela de Psicología
Departamento de Asesoramiento Psicológico y Orientación

**EFFECTOS DE UN PROGRAMA INFORMATIVO FORMATIVO DE PROYECTO DE
VIDA EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA SAMUEL ROBINSON UCV COHORTE
2014- 2015**

(Trabajo de investigación presentado ante la Escuela de Psicología, como requisito parcial para la obtención del título de grado de Licenciatura en Psicología)

TUTORA:

MERCEDES BALTASAR

AUTORAS:

M^a ALEJANDRA MUÑOZ¹

MELANY SIMOZA²

Caracas, marzo de 2016

¹M^a Alejandra Muñoz, Departamento de Asesoramiento Psicológico y Orientación, Escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela. Para mayor información favor contactar a la siguiente dirección: marialejandramp77@gmail.com

²Melany Simoza, Departamento de Asesoramiento Psicológico y Orientación, Escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela. Para mayor información favor contactar a la siguiente dirección: melanysimoza@gmail.com

DEDICATORIA

Este trabajo, principalmente va dedicado a Dios y a la vida.

A mis padres M^a Eugenia y Luis por su apoyo incondicional durante todos mis estudios, por el esfuerzo y los sacrificios para que yo haya logrado esta invaluable meta. Por confiar en mí, por el amor transmitido, por responder de forma positiva siempre, por su comprensión, atenciones y preocupaciones. Por ser mi motivación y mi bendición.

A mis abuelos y demás familiares por ser ejemplo de constancia y dedicación.

A mis amigos que aún se encuentran a mi lado y a los que no, a todas esas personas que formaron parte clave para este logro.

A todos los colegas y personas que les pueda servir esta investigación que hemos realizado con esfuerzo, alegría y satisfacción.

María Alejandra Muñoz Peña.

Dedico este logro a las personas que siempre están, a las que siempre me ayudaron a levantar cuando sentía que no podía más, a las que me dieron fortaleza y me brindaron su mano para lograr cada una de las metas que me propuse:

En primer lugar a Dios, por brindarme oportunidades, permitirme levantarme día a día a cumplir mis sueños y darme la fortaleza para seguir adelante.

A mi madre Carmen por ser ejemplo de constancia, disciplina y dedicación. Esto va para ti, porque te admiro más que a nadie y por todo lo que has hecho por mí.

A mis hermanas, Génesis y Beba, por creer en mí y apoyarme.

A mi novio, Dixon, quien sabe mejor que nadie cuanto me ha costado llegar aquí. Mi apoyo incondicional.

A mis abuelos, que aunque en estos momentos no se encuentren físicamente fueron mi inspiración y ahora son quienes me guían.

A todas las personas que de una u otra forma aportaron un granito de arena para que todo esto fuera posible.

Melany Carolina Simoza Guilarte.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Dios por permitirme vivir esta experiencia, por permanecer siempre en mi vida, por brindarme la oportunidad de estudiar esta hermosa carrera y dedicarme a conocerme y conocer a los demás.

A mis padres por su apoyo en todo momento sobre todo en los difíciles. Por permanecer siempre a mi lado demostrándome y enseñándome que no tengo límites para lograr lo que me propongo.

A mis abuelos y tías por brindarme una mano, apoyo, aprendizajes y sonrisas en el transcurso de este camino recorrido.

A mi Escuela y profesores, en especial a Merche por ser nuestra cómplice y orientadora; a la Facultad y Extensiones, a mi casa de estudio inigualable, siempre orgullosa y feliz de ser UCEVISTA.

A Mirian Alexis Rojas por su motivación, apoyo y ayuda en todo momento que la necesité.

A mis amigos a quienes considero familia y quienes de alguna forma me acompañaron durante toda mi formación como profesional y como persona y me brindaron su esencia o me contagiaron su ánimo y buenas energías a través de un abrazo para seguir caminando, en especial a Yorkdana, Eduardo, Jossy, Mariu, Hernan Jansen, Milagros y Junior.

A todos mis compañeros de mención: Daniel, Massiel, Carmen, Eliú, Yuyi, Eva Tamara y Juan los mejores asesores y acompañantes de viaje (los que viajamos).

A Mel por compartir, ser una guía, una compañera leal e indispensable para completar este logro, gracias por ser mi complemento en este paso de vida ¡te quiero! Sí podemos con esto y mucho más ¡lo logramos!

María Alejandra Muñoz Peña.

AGRADECIMIENTOS

A todas las personas que participaron e hicieron posible este proyecto:

A Dios, por acompañarme todos los días. Y a ustedes, mis Ángeles porque en vida fueron fuente inagotable de inspiración y ahora me guían en cada paso que doy.

A mi hermosa Universidad Central De Venezuela, por darme la oportunidad de formarme bajo su manto.

Al Programa Samuel Robinson quien me dio la oportunidad de ingresar a la UCV y me brindo herramientas fundamentales para la vida. A mis Samuelitos, que participaron en la aplicación del programa y nos dieron la oportunidad de adentrarnos en su vida.

A mis profesores, todos aquéllos que fueron parte de mi formación universitaria, en el ciclo básico y en la mención, y por los cuales hoy tengo mi propia visión de hacer psicología. En especial a Merche por brindar todo su conocimiento, muchas gracias por su apoyo y enseñanza.

A ti, Carmen, mi aliada, mi ejemplo, mi apoyo incondicional en mi formación y en mi vida. A mis hermanas Beba y Genesis, gracias por estar en las buenas y en las malas y acompañarme en cada uno de mis inventos. Sin ustedes esto no existiera. A Mirentxu, por mostrarme que el mundo es mucho más amplio de lo que creemos y enseñarme que si se puede! gracias.

Dixon, gracias por tu infinita paciencia, por tu tierna compañía y tu inagotable apoyo. Gracias por compartir mi vida y mis logros.

A todos mis psicoamigos, esos que estuvieron dándome aliento a lo largo de la carrera, en especial a Joselyn y mis Asesores: Daniel, Eduardo, Eliú, Juan S, Tamara, Massiel, Yuyi, Eva y Carmen sin ustedes este camino no hubiese sido tan genial.

A mis amigas, las que siempre estuvieron conmigo, que desde antes de mi entrada a la carrera ya me apoyaban Manana, Karina y Christina. Nuestras locuras me brindaron calma en mis momentos de angustias, gracias totales.

A ti Male, por acompañarme en el camino de esta tesis y hacer que mis locuras se conviertan en grandes ideas ¡Gracias por tu apoyo incondicional!

Melany Carolina Simoza Guilarte.

Efectos de un programa informativo formativo de proyecto de vida en estudiantes del programa Samuel Robinson UCV cohorte 2014- 2015

M^a Alejandra Muñoz
(marialejandramp77@gmail.com)

y

Melany Simoza
(melanysimoza@gmail.com)

RESUMEN

La presente es una investigación de corte cualitativo, cuyo propósito general fue el de conocer el efecto de un programa informativo formativo de proyecto de vida en estudiantes del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015. Para ello, se empleó la metodología etnografía, donde se buscó la reconstrucción vívida del fenómeno estudiado y lograr una descripción precisa y clara de los resultados obtenidos por los participantes una vez aplicado el programa de asesoramiento psicológico, el cual consistió en la aplicación de entrevistas iniciales, la aplicación del programa y entrevistas finales que englobaban su experiencia en este. A través de las distintas actividades propuestas en el programa se fortalecieron las cuatro categorías propuestas por D' Angelo para la realización del Proyecto de Vida: Autoconocimiento, Autodeterminación, Autenticidad y Autodesarrollo. Logrando con esto que los participantes construyeran proyectos de vida consecuentes con lo que son y lo que esperan ser.

Palabras Claves: *Proyecto de vida, adolescentes, asesoramiento psicológico, cualitativo, etnográfico.*

**Effect of an informative program life project in students of the Program Samuel
Robinson of the UCV cohort 2014- 2015**

M^a Alejandra Muñoz
(marialejandramp77@gmail.com)

y

Melany Simoza
(melanysimoza@gmail.com)

ABSTRACT

This is a qualitative research, whose general purpose was to determinate the effect of an informative program life project in students of the Program Samuel Robinson of the UCV cohort 2014- 2015. To do this, employed the ethnography methodology, where they sought the vivid reconstruction of the studied phenomenon and achieve a clear and precise description of the results obtained by the participants after the program of counseling, which consisted of the application of initial interviews applied, the implementation of the program and finals interviews that encompass their experience in this. Self-knowledge, Self-Determination, Authenticity and Self: Through the various activities planned in the program the four categories proposed by D 'Angelo for the realization of the Life Project: Self-knowledge, self-determination, authenticity and self-development. Achieving that participants build projects of life consistent with what they are and what they can expect to be.

Keywords: *Life Project, Teenager, Psychological Counseling, Qualitative, Ethnography*

ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria.....	iii
Agradecimientos.....	iv
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
Índice de contenido.....	viii
Índice de tablas.....	x
Índice de anexos.....	x
Introducción.....	11
II. Justificación.....	14
III. Marco Teórico.....	16
3.1. Adolescencia.....	16
3.1.1. Identidad y Adolescencia.....	17
3.2. Proyecto de Vida.....	18
3.2.1. Definiciones de Proyecto De Vida.....	18
3.2.2. Componentes del Proyecto De Vida.....	23
3.2.3. Construcción de proyecto de vida.....	24
3.3. Instrumentos de medida del Proyecto de Vida.....	26
3.4. Proyecto de vida y Asesoramiento Psicológico.....	28
3.5. Fundamentos teóricos del programa de intervención.....	31
IV. Marco Metodológico.....	34
4.1. Objetivos de la Investigación.....	34
4.1.1. Objetivo general.....	34
4.1.2. Objetivos específicos.....	34
4.2. Método.....	34
4.3. Participantes.....	36
4.4. Técnicas de Recolección de Datos.....	36
4.5. Análisis de Datos.....	37
4.6. Procedimiento.....	37
4.7. Recursos.....	38
V. Análisis de Resultados.....	40
5.1. Entrevista Inicial (Antes).....	40
5.2. Análisis de las actividades del Programa de Proyecto de Vida (Durante).....	44
5.3. Análisis de la entrevista final (después).....	52
VI. Discusión de Resultados.....	70

VII. Conclusiones.....	73
VIII. Limitaciones y Recomendaciones.....	75
IX. Referencias.....	77
Anexos.....	81

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Habilidades y actitudes implicadas en la construcción de proyectos de vida.....	22
Tabla 2. Análisis de las actividades realizadas durante la aplicación del Programa de Proyecto de Vida de los 8 participantes.....	45
Tabla 3. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 1.....	52
Tabla 4. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 2.....	54
Tabla 5. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 3.....	56
Tabla 6. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 4.....	58
Tabla 7. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 5.....	60
Tabla 8. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 6.....	62
Tabla 9. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 7.....	65
Tabla 10. Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 8...	67

INDICE DE ANEXOS

Anexo A. Programa de Proyecto de Vida.....	81
Anexo B. Manual del Facilitador.....	96
Anexo C. Guión de Entrevista Final.....	117

INTRODUCCIÓN

Para todo adolescente es esencial integrar los diferentes aspectos de su vida y empezar a pensar en él o ella como alguien holístico, al margen de la variedad de responsabilidades que posteriormente deberá enfrentar; buscando conectar todos los aspectos de su vida porque existe sinergia entre ellos. Un proyecto de vida le permitirá entonces, administrar su vida de manera coherente y unificada. Es, precisamente, la elaboración del proyecto de vida lo que contribuirá con su salud y bienestar psicológico.

Este bienestar esta directamente influenciado por un encadenamiento universal de necesidades, desde las fisiológicas que son las más básicas, hasta las orientadas hacia la autorrealización personal, y a medida que estas se van saciando consecutivamente comienzan a surgir otras más complejas o elevadas (Maslow, 1979; c.p. Hoffman). Dichas necesidades solo podrían ser adquiridas por aquellas personas que encuentren un sentido de vida donde podrían alcanzar y gozar de una personalidad saludable, percibir la realidad sin distorsiones, aceptarse y superarse a sí misma y establecer relaciones más auténticas o de mayor intimidad.

En el mismo sentido, Rogers (1984; c.p. Morris y Maisto, 2001) expone que los individuos tienden a desarrollar su personalidad al servicio de metas positivas, debido a que cada organismo nace con ciertas capacidades o potencialidades innatas, lo cual se describe como una especie de proyecto genético que se va sustanciando a medida que avanza la vida, de este modo la meta generalmente que los organismos quieren alcanzar es la satisfacción de dicho proyecto y a través de esto tratar de convertirse en lo mejor que pueden llegar a ser intrínsecamente.

Autores como D´ Angelo (1982) y Casullo (1994) han orientado su estudio a la forma en que las personas estructuran su vida para lograr llegar a las metas que se plantean, para solucionar las circunstancias que se les presentan y conseguir solventar las necesidades básicas del ser humano. Para estos autores las actividades y metas que se plantean a corto, mediano y largo plazo son llamadas proyecto de vida.

El establecimiento de metas en el individuo se modifica a medida que éste se va desarrollando. Woolfolk (2010) plantea que una de las etapas en la que se presenta mayor necesidad de comenzar a estructurar su visualización a futuro y por ende realizar el proyecto de vida es la adolescencia.

Papalia y Wendkos (1997) concuerdan en que la adolescencia es una etapa que da inicio a los 10 años de edad, con los cambios biológicos y psicológicos de la pubertad. Cambios que se manifiestan en una secuencia que es mucho más consciente que su período real, a pesar de que aún el orden en el cual aparecen varía un poco de una persona a otra.

Por lo tanto, la adolescencia es concebida como una etapa trascendental en la vida humana. Su inicio está enmarcado por cambios hormonales, los cuales imponen cambios de personalidad, como la búsqueda de la identidad propia; y finaliza cuando además de haber concluido el proceso de desarrollo y crecimiento físico, la persona asume responsabilidades asignadas socialmente a los adultos, entre ellas una profesión u ocupación: trabajo y familia. Todo esto nos lleva a pensar la importancia de darle estructura a los planes y metas a futuro para lograr un desarrollo lo más productivo y positivo posible.

El concebir una identidad propia causa distintas transformaciones en los adolescentes, quienes partiendo de las herramientas que han obtenido a lo largo de su desarrollo se forjan las bases para la visualización a futuro y la construcción de un proyecto de vida propio. Con relación a esto, Ruiz (2011) aporta a esta teoría la importancia del reconocimiento de las condiciones del sujeto desde su contexto, sus relaciones familiares y sociales, con lo cual se debe configurar un ejercicio racional de toma de decisiones bajo la motivación permanente y que origina la planeación consciente en el tiempo desde las dimensiones laborales, sociales y/o profesionales, entre otras, con la necesidad de llevar un seguimiento frente a lo planeado.

Hasta aquí se observa que los seres humanos orientan su vida hacia la persecución de suplir necesidades dadas tanto por las condiciones externas (familia, trabajo, amigos, etc.), como por las internas (autoconcepto, habilidades o destrezas, etc.). Es por esto, que existen autores que estudian el tema de proyecto de vida desde perspectivas sociales, tal y como lo hace Rodríguez (1999), el cual postula el proyecto de vida con una connotación principalmente social, enfocándolo como un compromiso permanente entre las aspiraciones, los intereses, el sistema de valores y de representaciones a las que se refiere continuamente y los medios del que dispone el individuo.

Con todo esto se puede decir que el proyecto de vida se comprende, como un sistema principal de la persona en sus dimensiones esenciales de la vida. Es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma

concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada (D'Angelo, 1982).

Por lo tanto, ya que el proyecto de vida repercute en todos los ámbitos de la vida y en todas las partes que conforman la sociedad, para los adolescentes constituye un túnel para la consecución de su conformación como individuo completo y holístico quien se identificara con la persona que desea ser y la consecuencia de sus elecciones vitales a lo largo de su vida. (Quiroz y Jiménez, 2013). Con todo esto se puede observar lo trascendental del proyecto de vida en cualquier persona. Investigaciones como las de Goyo y Medina (2013), Allheimen y Lucena (2013), y Salinas y Solorzano (2013) denotan la importancia de este tema, el cual suele traer beneficios para los individuos debido a que puede aumentar el bienestar y alcanzar una vida con menor ansiedad.

A partir de esto, se percibe que el proyecto de vida es definido como un sistema de pensamiento y de disposiciones críticas, reflexivas y creativas acerca de lo que se espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y las posibilidades internas y externas de lograrlo, por lo que para ello es necesario establecer una relación hacia el mundo y hacia sí mismo. Por lo tanto, es una herramienta que posibilita orientar destrezas para la vida, construyendo un poderoso factor para las personas, al identificar fortalezas y debilidades, mediante la visualización de los propios recursos y de la movilización de estrategias que se puedan poner en marcha. Así, las personas que encuentren un sentido de vida o proyecto de vida lograrán reorganizar su mundo y actuar con un propósito y dirección, enfrentando las dificultades e incorporando nuevos objetivos y metas que permitan la autorrealización.

Partiendo de esta concepción y apoyados en el enfoque humanista se concebirá en la presente investigación el proyecto de vida como elemento integrador de la persona consigo misma, con su entorno y con la influencia que éste ejerce sobre sí. Para tal fin y con el propósito de dar explicación y sustento teórico, a continuación se presenta un conjunto de ideas y planteamientos con la intención de justificar el estudio de proyecto de vida en adolescentes del Programa Samuel Robinson de la Universidad Central De Venezuela, su abordaje a través de ciertas técnicas y elementos y su importancia para el Asesoramiento Psicológico y Orientación.

II. JUSTIFICACIÓN

Las personas, indistintamente de cualquier condición tienen características diferentes que las hacen únicas e inigualables a otras, éstas no solo se limitan a lo externo debido a que cada individuo contiene un repertorio de cualidades internas que lo hacen distinguirse del resto. Estas particularidades están en cada uno de los ámbitos de la vida de las personas, y conforma el instrumental o el conjunto de herramientas para construir un futuro y concebir expectativas acerca de lo que espera conseguir del mundo para sí mismo y lograr el mayor nivel de satisfacción posible.

Estas expectativas del individuo en cuanto a su vida y la consecución de sus objetivos han sido estudiadas desde muchas perspectivas de la psicología. Y una consecuencia directa de ello es que se le asignen distintos nombres y distintas categorías pero siempre haciendo referencia a la forma y métodos que usa la persona para conseguir una vida plena. Autores como D'Angelo (1994) y Cassullo (1994) le asignan el nombre de proyecto de vida al conjunto de metas y objetivos que se propone el individuo para lograr su bienestar en determinado momento de su vida.

Oportunamente en este sentido, D' Angelo (1999), señala que la adolescencia es una etapa de especial relevancia dentro de la construcción de los proyectos de vida, siendo que es en ella donde se definen los intereses profesionales, a su vez es la etapa en la que la persona se encuentra cercana al comienzo de la vida laboral, a las responsabilidades sociales de la vida adulta, a los problemas en las relaciones amorosas y a la elección de pareja, entre otras cosas. También es en esta etapa donde la vida adquiere mayor sentido y la elaboración de proyectos de vida adecuados cobra relieve.

Uno de los motivos de gran relevancia para la ejecución de este proyecto de investigación, consiste en la importancia que tienen los jóvenes en nuestro país, siendo que ocupan un alto porcentaje de la población y por ende poseen notabilidad social, ya que en ellos recae muchas veces la construcción del país. Ahora bien, para sustentar la afirmación antes hecha, según datos del Instituto Nacional de Estadística (2011), para ese momento en Venezuela (último censo realizado en el país) del 100% de la población masculina, el 28,9% eran adolescentes con edades comprendidas entre los 10 y 24 años de edad. Por su parte, del 100% de la población femenina el 27,8% eran jóvenes entre las mismas edades. A partir de estos datos, entonces, cobra mayor importancia lo expuesto y se considera pertinente el estudio realizado.

Los adolescentes forman entonces una amplia parte de la sociedad y en la búsqueda por definirse experimentan distintos cambios y crisis. Se puede considerar entonces, que la elección de carrera y del futuro profesional causa en esta población distintas crisis. Los adolescentes del programa Samuel Robinson (quienes por sus características serán nuestra muestra) se encuentran atravesando justo por el periodo de transición entre la educación media y la universidad esto hace que tome mayor sentido lo imperante de realizar una investigación de este tipo.

En cuanto a los materiales, se contó con los recursos, a saber: espacio físico (UCV), materiales para las dinámicas, papelería y trabajos finales (investigadoras); y en lo concerniente a la información sobre la variable, existen diversas investigaciones relacionadas con el tema, principalmente las de D'Angelo como precursor de estos estudios y en nuestro país la reciente investigación de Baltasar (2011); es decir, hay un amplio compendio de información sobre la variable que en este proyecto se abordó.

Como consecuencia a todos los puntos antes expuestos se puede observar la importancia y pertinencia de realizar un acercamiento al grupo etario y trabajar la forma en que estos adolescentes conciben el proyecto de vida. Muchas son las miradas y cursos de acción que se le pudiera dar a ese tópico pero partiendo de las investigaciones consultadas parece imperante realizar una investigación orientada a cubrir todas las áreas del ser humano (espiritual, emocional, económica, académica, etc.). Por todo esto resulta oportuno realizar un programa de asesoramiento psicológico, teniendo en cuenta todas estas características, brindándoles herramientas e información que les ayuden a descubrir o redescubrir y concretar quiénes son y hacia dónde van. Con base a esto se esbozó la siguiente pregunta de investigación ¿Cuáles serán los efectos de un programa informativo- formativo de asesoramiento psicológico, orientado a la elaboración del proyecto de vida en estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la Universidad Central de Venezuela cohorte 2014- 2015?

III. MARCO TEÓRICO

Es necesaria una revisión de los aspectos teóricos que sustentan esta investigación. De esta manera se expondrán en este capítulo un esbozo de la Adolescencia, el Asesoramiento Psicológico y de la variable Proyecto de Vida, considerando sus planteamientos básicos, clarificando así la base de esta investigación y justificando esta perspectiva como la más adecuada para el estudio de las vivencias de los jóvenes que pertenecen al Programa Samuel Robinson de la Universidad Central de Venezuela cohorte 2014-2015.

3.1. Adolescencia

Desde el punto de vista de las diferentes disciplinas de estudio, la adolescencia puede concebirse de diferentes formas, por ello, resulta relevante adelantar una mirada global del término para poder elaborar un concepto robusto que respalde esta investigación.

Para Piaget, quien es considerado uno de los más grandes exponentes de la psicología del desarrollo, la adolescencia es una importante etapa en la vida caracterizada principalmente por un crecimiento o evolución del pensamiento, con la adquisición del pensamiento que le posibilita el desarrollo lógico deductivo, la capacidad de teorizar y la valiosa herramienta de la reflexión, Piaget, (1972). La mirada que realiza Piaget ubica su explicación desde el desarrollo cognitivo humano, y sitúa a la adolescencia como el último estadio del desarrollo cognitivo; sin embargo existen algunos críticos de esta concepción teórica que afirman que el dominio del pensamiento abstracto no es alcanzado en su totalidad por todo el grupo de adolescentes, algunos adolescentes e incluso adultos hacen frente a la diferentes demandas de su ambiente utilizando la intuición.

En el mismo orden de ideas, se puede mencionar dentro de las teorías del desarrollo humano como marco para el entendimiento de la adolescencia, el modelo ecológico sistémico de Brofrembrenner (1979; c.p. Aguirre, 1994). En el cual, la adolescencia es un punto de transición ecológica donde el individuo hace frente a un cambio tanto de rol de niño a adulto como de su ambiente o ambos, lo que significa una nueva crisis y una nueva búsqueda interna.

Según Conger, (1977; c.p. Noguera y Escalona, 1989) la adolescencia comienza con la biología pero finaliza con la cultura. Al respecto los autores aclaran que los límites que separan la niñez de la adolescencia son marcados por indicios de

naturaleza fisiológica pero que al final de esta etapa la línea donde se separa la adolescencia de la adultez solo será determinada por criterios de naturaleza cultural, social, y comunitaria, económica y legal, propio y particular en cada espacio de vida, comunidad, pueblo, sociedad o barrio.

Por otra parte, Gessel (c.p. Noguera y Escalona, 1989) desarrolló una investigación llamada la teoría del crecimiento en espiral, ésta aunque en su generalización es aun controvertida, debido a las críticas sobre su método de construcción sobre la observación de jóvenes cultos estadounidenses, sacrificando por su naturaleza normativa las diferencias entre los individuos, plantea que el desarrollo está pautado por un crecimiento en espiral ascendente que posee avances y retrocesos en las conductas, comportamientos y relaciones que el joven realiza, ejecutando un catálogo de comportamientos año a año.

3.1.1. Identidad y adolescencia

Como bien se mencionó con anterioridad, la adolescencia es la etapa transitoria entre la niñez y la adultez, donde se entremezclan los distintos planos de la vida humana (biológico, social, psicológico, ético) para dar paso al desarrollo de un individuo integral, de modo que cuando esta etapa concluye, ya el adolescente ha adquirido una cantidad de características generales, que lo insertan dentro del mundo adulto (Casullo, 1994).

Es necesario comenzar por una noción de “identidad”. En el diccionario de la Real Academia, ésta es definida como el “conjunto de rasgos propios de un individuo o de una colectividad que los caracterizan frente a los demás; la conciencia que una persona tiene de ser ella misma y distinta a las demás”. La identidad implica y presupone, como es sabido, la presencia del “otro” y el estableciendo de un vínculo de unas relaciones que permitan establecer las diferencias entre él mismo y ese otro.

Al intentar desarrollar un concepto de identidad se hace frente a una gran cantidad de concepciones que llevan a diferentes aspectos de la misma. Los más importantes teóricos de la identidad en psicología como Eric Erikson, Tajfel y otros, han intentado dejar en claro los límites y los significados del término. Sin embargo para que se adecue, se debe tener en claro que la identidad es considerada, como un fenómeno subjetivo de elaboración personal que se construye simbólicamente en interacción con otros. Por otra parte, la identidad constituye también un sentido de pertenencia a los grupos socioculturales y es por ello que se evalúa o comparte características comunes.

La identidad, su sentido y significado, puede abordarse desde una perspectiva holística, que incluye las percepciones de los sentimientos, la pertenencia al grupo, la diferenciación de otros que es finamente regulada por el filtro individual que nos hace únicos e irrepetibles. De acuerdo con Erikson (1950; c.p. Bordignon, 2005), la adolescencia se caracteriza también por la rapidez del crecimiento físico, la madurez genital y la conciencia sexual. En palabras más generales el joven se enfrenta con una “revolución fisiológica” dentro de sí mismo que amenaza la imagen corporal y la identidad del yo.

En este orden de ideas se puede decir, que el adolescente empieza a preocuparse por lo que parece ser ante los ojos de los demás, en comparación con el sentimiento que tiene de sí mismo. Así, la adolescencia es el periodo durante el cual debe establecerse una identidad positiva dominante del yo, si la identidad del yo no se restablece satisfactoriamente en esta etapa, existe el riesgo de que el papel que ha de desempeñar como individuo se le aparezca difuso, cosa que pondrá en peligro el desarrollo ulterior del yo (Erikson, 1950; c.p. Bordignon, 2005).

Todo esto nos lleva a afirmar la relevancia de esta investigación, debido a que todos estos cambios que son de orden superior para el desarrollo del individuo pueden ser canalizados a través del proyecto de vida que tal y como se describe a continuación tiene gran repercusión en el sentido que se le da a la vida y como nos proyectamos a lo largo de esta.

3.2. Proyecto de Vida

A continuación se presentará información acerca de la variable que se trabajará en esta investigación, Proyecto de Vida, donde se expondrá la definición dada por diferentes autores especialistas en la variable, sus componentes, y algunos indicativos para su construcción.

3. 2.1. Definiciones de proyecto de vida

El Proyecto de Vida es lo que el individuo quiere ser, cree que puede hacer y se planifica para lograrlo. Al final del camino, el Proyecto de Vida es la síntesis dinámica de lo que la persona hace ahora para lograr algo en el futuro. Su construcción es importante para que la persona encuentre sentido en todas las actividades que realiza, sin perder de vista la totalidad ni la finalidad, y de esta forma poder formular los métodos o planes más generales que abarquen sus objetivos y las

vías posibles de llegar a su logro. D'Angelo (1982), menciona que en el orden que se logre encontrar sentido a la existencia, entonces se puede dar lugar a la elaboración de un proyecto de vida.

En este orden de ideas D' Angelo (1982) expone, que el proyecto de vida es la representación mental que se hace el sujeto sobre lo que quiere ser en la disposición real con sus posibilidades internas y externas de lograrlo; donde también define su relación hacia el mundo y hacia sí mismo como su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada.

Por su parte, Casullo (1997; c.p.Harsch 2005) considera que la elaboración individual de un proyecto de vida está muy vinculada con la constitución en cada ser humano de la identidad ocupacional. De aquí despliega su suposición de que la construcción de un proyecto de vida forma parte del proceso de maduración afectiva e intelectual de los individuos y, además, supone un poder "aprender a crecer"; que quiere decir, a ser capaz de orientar las acciones en función de determinados valores, a actuar con responsabilidad, a desarrollar actitudes de respeto y a conformar un proyecto de vida basado en el conocimiento sobre sí mismo, sobre el núcleo familiar y sobre la realidad social.

Asimismo, Rodríguez (1999; c.p. Romero, 2004) considera que para las personas incluidas o pertenecientes a un grupo o a una sociedad en general, el proyecto de vida es un compromiso permanente entre sus aspiraciones, sus intereses, sus sistemas de valores y de representaciones a los que se refiere prolongadamente y los medios de que dispone, las organizaciones sociales de las que depende, la operación de que es objeto y las posibilidades de cambio que le permitirán modificar su realidad.

Por lo tanto, es necesario aclarar que el proyecto de vida no es algo estático sino más bien dinámico, por lo que su naturaleza es cambiar a lo largo del ciclo vital y va a depender de la edad cronológica en la que se encuentra la persona, del momento histórico que le ha tocado vivir y de las circunstancias personales en la que ha estado inmersa. Por ello, cada etapa de la vida tendrá intereses y contenidos muy distintos según la edad, y eso establece la necesidad de reubicarse ante las circunstancias actuales del contexto (Casullo, Cayssials, Fernández, Wasser, Arce y Álvarez, 1994).

En sincronía con lo anterior, Acosta y Martínez (2004) conciben que el proyecto de vida es un proceso abierto, es decir, una construcción activa a lo largo del crecimiento, esto significa que el proyecto de vida es un proceso flexible y fluido a las

nuevas experiencias y significados de la vida. La elaboración del mismo nunca debe darse como concluida, porque se van agregando los nuevos roles que los individuos pueden desempeñar en las diferentes etapas.

Yalom (1984, c.p. Francke, s.f.) coincide con los autores antes mencionados en que el proyecto de vida debe concebirse desde una representación que permita apreciar su desarrollo en el tiempo, debido a que los tipos de significados podrían cambiar a lo largo de la vida, de forma que no será lo mismo lo que anhela a conseguir un niño, a lo que posiblemente aspira un adolescente o un adulto, porque las prioridades, necesidades y valores son distintos.

Acosta y Martínez (2004) aseguran que el proyecto de vida es un proceso complejo, ya que puede abarcar áreas amplias de experiencias, por lo que debe reunir todos los aspectos significativos de la persona y no limitarse a algunos fragmentos. Debe ser coherente: debe estar en concordancia con las propias capacidades, preferencias, valores y necesidades, ya que en muchas oportunidades se pueden crear tensiones y contradicciones que pueden generar incoherencia entre lo que “se quiere ser” y lo que “se puede ser”, indudablemente debe ser auténtico, siempre y cuando este sea realista y se enfoque en alternativas “reales”, no en “ideales” sobre la persona o las situaciones. Y finalmente coincidiendo con Romero (1998) es comprometido, puesto que nace de la propia expresión de libertad y responsabilidad de la persona acerca de su vida y del sentido que quiera darle a la misma.

En este sentido, la tarea principal del proyecto de vida según Yalom (1984, c.p. Francke, s.f.) es la de conseguir una imagen de sí mismo lo más ajustada a la realidad, debido a que muchas personas tienden a comportarse en función a los valores que impone la sociedad. Donde el anhelo más importante de los seres humanos es llegar a ser el mismo; pudiendo esto ser una de las fases más grandes del crecimiento personal y la concepción de ser quien verdaderamente es y no lo que define el entorno.

Con respecto a esto, Rogers (1984) señala las discrepancias e incongruencias que se generan entre sí con respecto al “yo ideal” y el “yo real”, donde se forman los sentimientos negativos hacia el sí mismo a partir del concepto del yo distorsionado, el cual aleja a las personas de sus propias necesidades, y que podría tener como consecuencia la frustración. Por tanto, uno de los incentivos del proceso de convertirse en persona, reside en la capacidad de entender que las evaluaciones personales

dependen de sí mismo y no del resto, para tener la posibilidad de elegir la forma en que realmente se quiere vivir y expresar lo que ciertamente se quiere ser.

Esta actitud conlleva a adquirir la capacidad de mostrar sentimientos y creencias, sin la presencia de una fachada o una presión externa. A partir de esto, varios autores señalan que mientras mayor sea la aproximación a la aceptación propia, más probabilidades existirán de llegar a ser auténticos y congruentes con sí mismos, con los proyectos y con las acciones que realiza.

Vale reiterar, que los autores antes mencionados no han sido los únicos que han destacado el tema, sino que la proyección futura ha sido expuesta y/o descritas a través de desiguales conceptualizaciones y por medio de diferentes autores.

Para Cárdenas (2008), el proyecto de vida se define como la elaboración de planes a corto, mediano y largo plazo en lo personal, familiar y laboral, y para que dicha construcción sea pertinente, posible y actúe como motor del comportamiento debe hacerse sobre la base de la identificación de las propias características (intelectuales, afectivas, físicas y morales) y las condiciones del ambiente (familiar, ocupacional, profesional, etc.) en las cuales se desarrolla la persona. En otras palabras, la identidad personal es un proceso que tiene lugar a partir de los primeros años de vida de los individuos y se encuentra afectado por elementos de diversa índole, por lo que cualquier modificación que se haga en la identidad influirá en el proyecto de vida (Casares y Siliceo, 1995; c.p. Goyo y Medina, 2013).

Así que, se puede observar que los humanos se conducen por la vida en base a uno o varios motivos determinantes, bien sea: realizarse a sí mismo, progresar, triunfar, amar o ser amado. Todo ello va a depender, igualmente, de la propia motivación, de la necesidad de autotranscendencia y autorrealización que pueda tener cada individuo.

Las habilidades y actitudes implicadas en la construcción de proyectos de vida, según Pelletier y Bujold (1984; c.p. Romero, 2004) son:

Tabla 1.

Habilidades y actitudes implicadas en la construcción de proyectos de vida.

Habilidades	Actitudes
Comparar	Apreciación
Jerarquizar	Confianza
Eliminar	Responsabilidad
Elegir	Discriminación
Examinar	Sentido crítico
Evaluar	Tendencia a la reflexión
Deducir	Certeza
Prever	Eficacia
Aplicar	Determinación
Generalizar	Perspiciacia
Planificar	Sentido crítico
Elaborar	

Fuente: Pelletier y Bujold (1984; c.p. Romero, 2004).

En la tabla 1 se observan las habilidades y actitudes, que según este autor, son las necesarias para que la persona pueda dominar y crear su proyecto de vida. En relación a esto, Baltasar (2011, c.p. Goyo y Medina, 2013) señala que no todas las personas tienen la capacidad de plasmar un proyecto de vida, y al realizarlo no lo hacen del mismo modo, asumen actitudes diferentes, como tomar decisiones impulsivamente o no piensan en las consecuencias; otros postergan la toma de decisiones o simplemente dejan que los demás decidan por ellos, y también hay quienes diseñan su plan de vida después de haber realizado un proceso consciente de toma de decisiones, lo cual según la autora se considera lo más congruente.

Por otro lado, autores como Ravasco, Maia y Mancebo (2010), consideran que los proyectos, lejos de ser naturales e inherentes al tema, son elaboraciones y

construcciones que se llevan a cabo según las experiencias socioculturales y las interacciones interpretadas, deben ser por lo tanto, siempre relativizados.

Para Aisenson, Virgili, Polastri y Azzolini (2012) en la construcción de un proyecto de vida se produce un interjuego entre las experiencias pasadas y las vivencias del presente y, es en esa interrelación constante, donde las intenciones del futuro se van definiendo. Tanto en su historia personal como en su proyecto, el sujeto permanece parcialmente autónomo, parcialmente determinado; por lo tanto, es un poderoso factor para construir la identidad personal y por condición la relacional.

En esta investigación se ha elegido como autor y definición como base a D'Angelo, por sus consideraciones en cuanto a que el proyecto de vida debe incluir las posibilidades tanto internas como externas de la persona que lo construye, que el principal objetivo es que los individuos logren conseguir su yo auténtico, real, el que no se moviliza por las características de las personas que lo rodean sino que debe delimitar sus propios deseos, diseñar su estilo de vida.

Después de haber expuesto las definiciones y los factores relacionados al proyecto de vida, a continuación algunos aspectos que lo componen.

3.2.2. Componentes del proyecto de vida

D'Angelo (1994), plantea que el proyecto de vida se compone a partir de aquellas formaciones y procesos psicológicos fundamentales de los que dependen las funciones directrices de un proyecto de vida. Estos están comprendidos en cuatro categorías:

- Autoconocimiento: nivel de autodescubrimiento o conciencia de sí mismo, que se da de forma intencional. Donde se encontrara apertura a sí mismo, búsqueda de la propia identidad a partir de la interacción con los otros y la dinámica social y los niveles de realismo a partir de las valoraciones y autovaloraciones críticas o reflexivas.
- Autenticidad: nivel de autoaceptación y autoestima, incluye la sinceridad y lealtad a sí mismo, es decir, a sus valores. Viene acompañado de la congruencia entre pensamiento, sentimiento y conducta, y la originalidad en la actuación de situaciones vitales y conflictivas.

- Autodeterminación: fundamentar una elección en los propios valores y tener la disposición de realizarla. Es la persistencia en el cumplimiento de las metas propuestas y la orientación propia de la personalidad. y
- Autodesarrollo: estado en que las potencialidades personales se ejecutan en una dirección creciente de expresión, en las diversas etapas de la vida.

En el proceso de construcción de los proyectos de vida, a la persona se le presentan diferentes circunstancias de elección ante las que deben tomar decisiones personales; este proceso es la autodeterminación, que caracteriza la independencia del individuo a las presiones inmediatas del medio que lo rodea.

3.2.3. Construcción de proyecto de vida.

Para D'Angelo (2000), el proyecto de vida es la alineación psicológica integradora que posee recorridos vitales e importantes para el logro del bienestar personal y, por lo tanto, se deben tener en cuenta, por un lado las relaciones que establece las personas en todas sus actividades sociales (trabajo, estudios, profesión, familia, tiempo libre, actividad cultural, socio-política, relaciones interpersonales de amistad y amorosas, organizaciones, etc.) y, por otro lado, la expresión del funcionamiento de diferentes mecanismos y formaciones psicológicas que integran todo el campo de la experiencia personal.

Este autor menciona cuatro premisas básicas sobre las cuales se debe basar la elaboración del proyecto de vida; la primera es el desarrollo de la imaginación y la anticipación de eventos y contextos futuros; la segunda es el perfil claro de las metas y deseos, así como de sus motivaciones las cuales inspiren el desarrollo permanente de sus potencialidades y su consistencia con los valores fundamentales de la persona, siempre y cuando esta tenga conciencia de sus capacidades; la tercera consiste en la elaboración de estrategias de producción que promuevan el logro del perfil anterior y, por último, la formación de la disposición al efectuar las tareas y planes con constancia y disposición al riesgo, fracaso y a la retroalimentación y el control de la actividad personal.

Las dimensiones de situaciones vitales del individuo que constituyen el proyecto de vida, según D' Angelo (1998; c.p. D' Angelo, 2002) son:

- Orientaciones de la personalidad: incluye valores morales, estéticos, sociales y objetivos vitales;

- Programación de tareas y metas vitales, así como los planes de acción social; y
- Autodirección personal: que se refiere a las estrategias y formas de autoexpresión, unificación personal y autodesarrollo establecidos por los estilos y componentes psicológicos de regulación y acción.

Por otra parte, sería de gran utilidad realizar un análisis de las necesidades, el marco social/ laboral y el contexto demográfico, económico y ocupacional de la persona que va a construir su proyecto de vida. En este sentido Baltasar (2011; c.p. Goyo y Medina, 2013) expone algunas acciones para realizar dicho análisis, que también son útiles para la formulación del plan de vida:

- Escribir las ideas que se tienen.
- Escribir las opciones que se plantean.
- Obtener la mayor cantidad de información sobre cada opción a considerar,
- Especificar las ventajas y desventajas de cada una de ellas en el corto, mediano y largo plazo.
- Considerar los valores y preferencias personales.
- Seleccionar la mejor alternativa.
- Tomar la decisión.
- Observar los acontecimientos para cambiar de decisión en caso necesario.

De forma adicional, esta autora, señala diversas maneras de obtener información para la elaboración de proyectos, como: escribir fortalezas y debilidades, realizar historia de vida, identificar rasgos de personalidad en sus diferentes etapas y organizar e integrar la información recabada para lograr una autodescripción y a partir de ahí plantear lo que se desea lograr.

Ospina y Restrepo (2003), consideran de gran importancia la construcción del proyecto de vida porque funciona como marco de referencia que permitirá abrir espacios de reflexión sobre las situaciones futuras que enmarcan el desarrollo familiar, social, laboral y espiritual. A través de estas se podrían identificar las potencialidades y restricciones actuales para ser desarrolladas o en su defecto vencidas, y lograr plantear un futuro acorde a las aspiraciones que se quieran obtener.

En síntesis, se evidencia que para la elaboración de proyectos de vida se debe explorar la historia de vida, siendo que en ella se puede recaudar información relativa a la configuración del sí mismo y del contexto que rodea a quien desea escribir un proyecto de vida. Es decir, se debe abordar variables de índole personal y social que influyen en las personas, tomando en cuenta sus aptitudes y motivaciones ante la vida, así como sus objetivos vitales.

Lo expuesto en el presente capítulo destaca la necesidad de considerar múltiples factores para la elaboración de un proyecto de vida, el cual puede funcionar como integrador de la actividad general del individuo, en cuanto relaciona creencias, valores, intereses, objetivos tanto generales como específicos, recursos disponibles o necesarios y planes de acción, todos ellos ajustados a la ética personal. En este sentido, implica un procedimiento de toma de decisiones vitales relacionadas con el desarrollo personal, crecimiento y madurez mediante la acompasada realización y actualización de dichos objetivos. Todo esto en concordancia con el entorno en el cual la persona se desenvuelve.

3.3. Instrumentos de medida del Proyecto de Vida

En este apartado se presenta los instrumentos de medida del proyecto de vida utilizada por diferentes investigadores.

Cardinali y De Quintal, en su investigación *El proyecto de vida en el adulto mayor institucionalizado*, utilizaron las técnicas de recolección: la entrevista personal y la observación participante. La primera de ellas, fue considerada apropiada para este tipo investigación, ya que en el inventario de la misma se incluía información factual, opiniones, actitudes, y razones de los entrevistados, que permitía obtener la información necesaria para cumplir con los objetivos planteados. En la segunda se crea entre los participantes e investigadores un ambiente de apertura y de esta forma poder recolectar información real del día a día de los participantes.

Para evaluar los efectos del programa en los adolescentes y medir el proyecto de vida en los mismos, Goyo y Medina (2013) en su investigación *Efecto de un programa orientado a la creación del proyecto de vida en un grupo de adolescentes institucionalizados*, utilizaron un cuestionario construido especialmente para evaluar su investigación. El instrumento consta de 36 ítems en una escala tipo Likert, en la cual se pretende evaluar las 4 dimensiones que componen el constructo del proyecto de vida (Ver anexo). También utilizaron la entrevista semi- estructurada para explorar las

concepciones del proyecto de vida antes, durante y después de la aplicación del programa (ver guion de entrevista en anexo).

Salinas y Solorzano (2013), en su investigación *Espiritualidad y Proyecto de vida a partir de la vivencia de experiencias transformadoras*, utilizaron la entrevista basada en un guion, la cual se caracteriza por un conjunto de temas a explorar, en donde los entrevistadores poseen libertad para ordenar y formular las preguntas dependiendo de la situación que se presente (ver anexo).

Allheimen y Lucena (2013), en su investigación *Concepciones de proyecto de vida de un grupo de estudiantes de psicología*, para la revisión de las concepciones se llevaron a cabo grupos focales que serán manejados por los investigadores, para posterior análisis de contenido. Organizando la información obtenida para la elaboración de categorías para luego cotejar la información con la teoría (ver guion en anexo).

Para concluir este apartado, Acevedo y López (1988), definen la entrevista como un intercambio verbal, que permite acumular datos durante una conversación o un encuentro, de carácter privado y afable, donde dos personas participan y una o ambas cuentan su historia, da su versión de los hechos y responde a preguntas relacionadas con la situación determinada. Esto quiere decir que se da una forma de comunicación oral entre dos personas, y la misma esta destina a obtener información sobre un tema en particular. La entrevista, explican los autores, no solo incluye lenguaje verbal, también contiene el no verbal/ corporal, las reacciones emocionales, la postura del entrevistados, los gestos, etc.

Para Ramallo y Roussos (2008), la entrevista cualitativa es una herramienta que admite relevar información en forma verbal, a través de preguntas formuladas por el investigador. Por estas razones expuestas, es que la entrevista semi- estructurada será el instrumento utilizado para llevar a cabo la medición de esta investigación.

Específicamente la entrevista psicológica, definida por Casado (1995; 1996), como un proceso que supera considerablemente los límites de una simple conversación: demanda de un entrenamiento previo del entrevistador y de que tome conciencia tanto de los niveles de comunicación, en sus presentaciones verbales y no verbales, abarca mínimo a dos personas, las cuales se afectan la una a la otra.

Entre las técnicas y elementos que se utilizaran en la entrevista, se encuentran los planteados por Brammer y Shostrom (1961), entre ellos están, las de

concordancia, cuyo objetivo es crear la relación de confianza, establecer el rapport con los participantes. Las cometidas para encuadrar o estructurar, donde se define la naturaleza, los límites y metas del proceso; así como también se utilizará el reflejo tanto de sentimiento como de contenido, en donde se hace espejo de lo que dice o manifiesta sentir y las de dirección y clarificación, que consisten en conseguir mayor información y confirmar que lo que en efecto se entiende es lo que se quiere transmitir.

Hasta aquí se ha podido observar la amplitud y gran gama de acepciones del proyecto de vida. Partiendo de las distintas formas de abordar este tema hasta la importancia de éste en cada una de las áreas de los seres humanos. Lograr compactar tanta información para conseguir enfocarla en un solo factor se hace complicado, sin embargo se hace vital el trabajo de este tópico en cualquier área de la sociedad.

En torno a lo planteado en la presente investigación se tomara como base la entrevista estandarizada no programada, cuyos supuestos según Denzin (1970, c.p. Valles, 1999), implica la elaboración de las preguntas de acuerdo a un sentido común (en este caso, proyecto de vida), que permita facilitar la comprensión por parte del entrevistado, por un lado; y por el otro la flexibilidad de presentar las preguntas en la secuencia que el encuentro amerite.

3.4. Proyecto de vida y Asesoramiento Psicológico

Dentro de la filosofía humanista se enmarca el Asesoramiento Psicológico, donde el hombre es concebido como intrínsecamente bueno, entendiendo que la esencia más profunda del ser humano es positiva, en este sentido, se reconocen los rasgos esenciales de la persona, su creatividad, su desarrollo hacia la madurez y el respeto hacia su experiencia interna (Rogers, 1961 c.p. Campo, Rodríguez y Trías., 2008).

El Asesoramiento Psicológico hace hincapié en el bienestar humano y en la acción preventiva y de desarrollo, que abarque el entorno más el individuo en lugar de los individuos aislados. Se asienta en el concepto de que el hombre que aprende y se educa, constituye una totalidad y, en consecuencia, no debe ser presenciado únicamente como aprendiz o educando. Es integral, "aprende y se educa a la vez que vive y se desarrolla como ser humano, aprendiendo a aprender y aprendiendo a ser". Sus valores, actitudes, intereses, afectos y las demás variables psicosociales, están presentes e influyen en su estado de educarse (Casado, 1982., c.p. Casado, 1995).

Por lo tanto, la función del asesor, según Drapela (1983), es prestar un servicio directo individual o grupal con el objetivo de estimular el autoconocimiento, la solución de problemas y la toma de decisiones, además de promover el desarrollo emocional y social, donde, la responsabilidad dentro de dicho proceso es compartida, por lo que, tanto asesor como los asesorados son entes activos que poseen derechos y deberes dentro de la relación terapéutica para lograr el crecimiento conjuntamente.

Así se observa que la acción del asesor se centra en las necesidades y problemas más típicos, los cuales son tratados a partir de la exploración y clasificación inicial de la dificultad presentada, por lo que su objetivo no es reconstruir la personalidad, sino más bien extraer y desarrollar lo que está allí, liberarse de las máscaras que posee e incrementando su autenticidad, esto tendrá como resultado reconocer sus propios recursos y los del ambiente, además de identificar sus propias potencialidades, que es el enfoque que toma el humanismo.

Aunado a estas características es vital que el asesor psicológico se encuentre capacitado para establecer una relación sistemática con cada individuo, apoyándose en procedimientos psicológicos, educativos e interpretativos que ayuden a cada persona a comprender sus propias condiciones y potencialidades y de esa manera tomar decisiones que le favorezcan y le permitan relacionarse mejor con su realidad, aprovechando las oportunidades de su entorno social.

Okun (2001), señala que más allá de la naturaleza de la relación de ayuda, los valores o creencias personales y la orientación teórica del asesor, la habilidad que debe resaltar en cualquier relación de asesoría psicológica es la comunicación empática y efectiva, donde se busca responder en lugar de reaccionar. Para este autor la comunicación debe ser entendida como un proceso que abarca la capacidad de escuchar, prestar atención, percibir y responder verbal y no verbalmente al asesorado de una manera tal que demuestre que ha sido escuchado, entendido y percibido en forma precisa. De igual forma considera indispensable la presencia de conductas de ayuda que son aquellas que comunican empatía, ánimo, apoyo, honestidad, cuidado, respeto, interés, compartir, afecto, protección, potencia y aceptación incondicional.

De igual forma, es fundamental que el asesor psicológico posea las siguientes actitudes y sentimientos: sinceridad, autenticidad, calidez, respeto, interés genuino por el otro, independencia, aceptación incondicional, comprensión empática, tener tacto, estar libre de prejuicios de valor y evaluaciones y creer firmemente en el potencial del otro para transformarse, desarrollarse y evolucionar (Rogers, 1984).

En la presente investigación se llevó a cabo un programa basado en el asesoramiento grupal, el cual Dyer y Vriend (1980) definen como el procedimiento asistencial que se inicia con la exploración del mundo propio por parte de los miembros del grupo, con la finalidad de identificar los procesos del pensamiento, sentimientos y acciones que le resulten en alguna medida contraproducentes.

Estos autores también destacan la existencia de veinte supuestos, considerados como destacados para alcanzar los objetivos en cualquier proceso de Asesoramiento de Grupos:

- ✓ Cada individuo es más importante que el conjunto.
- ✓ El director no es miembro del grupo.
- ✓ El Asesoramiento de grupos sirve para todos.
- ✓ El grupo de Asesoramiento no tiene objetivos de grupo.
- ✓ Asesorar a individuos en grupos no solo está permitido, sino que es necesario.
- ✓ La interacción del grupo no es en sí misma un objetivo.
- ✓ El asesor no pretende fomentar las presiones naturales propias del grupo.
- ✓ El Asesoramiento de grupo no es una confesión.
- ✓ Las sesiones de quejas, hablar de personas ajenas al grupo, conversaciones y discusión de temas específicos, es inadecuado en el Asesoramiento de grupo.
- ✓ Los miembros deben hablar por sí mismos.
- ✓ No deben considerarse más importantes los sentimientos que las ideas.
- ✓ No es objetivo del Asesoramiento la cohesión del grupo.
- ✓ Es parte importante del Asesoramiento de grupo, dar continuidad de una sesión a otra.
- ✓ En cada sesión uno o más individuos deben recibir Asesoramiento concreto.
- ✓ No debe considerarse correlación positiva alguna entre el bienestar de los individuos que forman el grupo y la calidad del Asesoramiento.
- ✓ Las emociones negativas no deben ser consideradas malas ni evitarse.
- ✓ La estructura o programa debe reducirse al mínimo.
- ✓ Toda conducta es neutral, ni positiva ni negativa.

- ✓ La eficacia del Asesoramiento de grupo está dada por lo que pase fuera del grupo.

Para efectos de la investigación y del Programa de Asesoramiento Psicológico sobre Proyecto de Vida en estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015, se aplicó el asesoramiento grupal facilitando un proceso en que los participantes experimentaron el “darse cuenta” en el “aquí y el ahora” de aquellas categorías personales que guiaron sus proyectos de vida más realista, autónomo y consciente.

3.5. Fundamentos teóricos del programa de intervención

Programa: “previa declaración de lo que se piensa hacer en alguna materia u ocasión”... “proyecto ordenado de actividades”... “serie ordenada para llevar a cabo un proyecto” (Diccionario de la Lengua Española; c.p. Guevara, 2005). Según Machado y Blanco (s/f.; c.p. Guevara, 2005) un programa tiene por finalidad dar coherencia y hacer compatibles en tiempo a las metas (objetivos generales, a largo plazo) y los objetivos (resultados específicos por obtener a corto plazo).

A continuación se describen los elementos o factores que deben tomarse en cuenta para el diseño o elaboración de programas de asesoramiento según Guevara (2005):

- Basamento filosófico- teórico: responde al “por qué” y, en cierto sentido al “para qué” de la labor del asesor. Representa una toma de posición en relación con aspectos tan esenciales como:
 - Concepción de la disciplina y de su campo de acción,
 - Concepción acerca de la realidad y sobre la naturaleza del hombre
 - Concepción del rol y/o función que debe cumplir el asesor como profesional.
- Aspectos legales y normativos: de alguna manera guían o regulan las actividades de asesoramiento. Cuando se organizan servicios o se diseñan programas es indispensable tener presente las pautas que se derivan de la Ley de Ejercicio de la Psicología y del Código de Ética Profesional del Psicólogo de Venezuela vigentes, para no incurrir en acciones que entren en contradicción con la letra y el espíritu legal de los instrumentos legales realizados al iniciar una actividad o un servicio.

- Estructura administrativa de la institución: es necesario tomar en cuenta el factor de cubrir las funciones, tener claro de cuales recursos se dispone para ejecutar las actividades previstas y la forma como estas se desarrollaran.
- Necesidades de la población: el primer paso en la organización de un servicio o durante la elaboración de un programa es, precisamente, la exploración e identificación de las necesidades de la población para la cual se crea o se establece el servicio o programa en cuestión. Algunos autores sugieren que la exploración debe llevarse a cabo de la siguiente manera.
 - Identificando el problema
 - Divulgando los resultados obtenidos
 - Ordenación según la prioridad
 - Desarrollo de programas
 - Evaluación de dichos programas
- Exploración de necesidades: Postulados a considerar:
 - En todos los tiempos existen necesidades humanas, reconocidas o no.
 - Durante el proceso vital, las personas cambian y, por ello, lo mismo sucede con sus necesidades y deseos.
 - La población estudiantil de las instituciones educativas cambian periódicamente.
 - Tanto un proceso educativo como un programa de orientación efectivos logran que el cambio de necesidades se efectuó de manera más rápida.
 - El tiempo de funcionamiento de un programa de orientación es de poco valor para decidir acerca de la deseabilidad de su permanencia o cambio.
 - Deben existir pruebas de la inadecuación en la satisfacción de las necesidades, antes de proceder a efectuar modificaciones en los programas de orientación.

- Identificar necesidades a través de diversas estrategias:
 - Entrevistas
 - Proceso de asesoramiento u orientación
 - Investigaciones dirigidas especialmente a su determinación
 - Opinión de expertos
 - Formulación de hipótesis, sobre la base de experiencias con individuos o poblaciones similares
 - Cuestionarios, inventarios o lista de problemas
 - Pruebas psicométricas o sociométricas
 - Examen de expediente acumulativo de casos atendidos en el servicio
 - Análisis de las estadísticas de los motivos de consulta que presentan las personas que acuden al servicio para solicitar atención o de los resultados de pruebas aplicadas en determinada población
 - Encuestas
 - Evaluación de programas vigentes
 - Dinámica de grupo
 - Grupos nominales

- Recursos disponibles: una vez determinados los principios o bases filosóficas del servicio o programa, establecidas las políticas a seguir y las metas por lograr, es necesario prestar atención a los recursos con los cuales se cuenta para ejecutar la programación. Es evidente que dejar de lado este hecho conduciría a la elaboración de planes poco realistas.

- Capacitación profesional: los conocimientos y destrezas del personal que conforme un Servicio de Asesoramiento Psicológico o que tenga bajo su responsabilidad la realización de funciones de esta naturaleza tienen una influencia notoria sobre el tipo y calidad de las labores que se pueden llevar a cabo.

IV. Marco Metodológico

A continuación se exponen los pasos a seguir para el alcance de la investigación; incluyendo así los objetivos, el método, sus aproximaciones, la descripción de los participantes y las técnicas de recolección y análisis de datos.

4.1. Objetivos de la investigación

4.1.1. Objetivo general:

Explorar los efectos de un programa de asesoramiento psicológico en los proyectos de vida de estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015.

4.1.2. Objetivos específicos:

- △ Elaborar un programa de asesoramiento psicológico sobre proyecto de vida en estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015.
- △ Aplicar un programa de asesoramiento psicológico sobre proyecto de vida en estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015.
- △ Evaluar un programa de asesoramiento psicológico sobre el proyecto de vida de estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015.
- △ Conocer las características de los proyectos de vida de un grupo de estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015.
- △ Comparar los proyectos de vida de estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015.

4.2. Método

De acuerdo a las preguntas y objetivos de investigación, en donde se buscó explorar los efectos de un programa de asesoramiento psicológico en los proyectos de vida de estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson; se desarrolló una metodología cualitativa debido a que permitió obtener y producir conocimiento a partir del diálogo, las creencias, los prejuicios, los sentimientos, etc.; al ser éstos aceptados como elementos de análisis sobre la realidad humana (Rojas, 2007).

De igual forma Hernández, Fernández y Baptista (2010), consideran que la investigación cualitativa tiene como propósito profundizar sobre los fenómenos hasta comprenderlos y explorarlos desde el enfoque de los participantes en su ambiente natural. En otras palabras, se busca ahondar sobre las experiencias, perspectivas, opiniones y significados que manifiestan las personas sobre su realidad y la percepción que tienen sobre la misma; más que la generalización de los resultados y su representatividad.

Así mismo, desde el enfoque cualitativo se trata de ser sensible ante la complejidad y profundidad que presentan las realidades de la vida moderna; sin dejar de lado la rigurosidad y respetabilidad del proceso científico. Se busca precisar las cualidades del objeto a partir de un estudio integral que forman y constituyen a la unidad de análisis; para luego identificar la naturaleza y estructura dinámica de la realidad, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones (Martínez, 2006).

De igual forma, Martínez (2010) hace énfasis en que el objetivo de una investigación cualitativa - etnográfica, en la cual se basa esta investigación, es analizar la realidad que emerge de la interacción de las partes constituyentes y de las relaciones entre sus elementos. Del mismo modo, enfatiza que debido a la complejidad de la realidad, para alcanzar una comprensión plena de ésta, es necesario analizarla, continúa y sistemáticamente, sintetizarla e interpretarla de la forma más fidedigna posible.

El estudio etnográfico busca crear una reconstrucción vívida del fenómeno estudiado y lograr una descripción precisa y clara del objeto estudiado, ésta debe adecuarse a la naturaleza de la realidad estudiada, y debe ser global, completa, contextual, de manera que los hechos guarden relación y una unidad bien entrelazada; preservando la confidencialidad y el anonimato de las personas y lugares estudiados (Martínez, 2010).

Con base a todo lo anterior, se estableció que la manera de recolectar los datos y la información sobre el objeto de estudio; fue por medio de los protagonistas o participantes claves ya que se buscó comprender cómo los mismos viven, experimentan y sienten el fenómeno que se pretende estudiar. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010), es importante tomar en cuenta las experiencias individuales subjetivas de los participantes; así como también los análisis de discursos y temas específicos y la búsqueda de posibles significados. Es relevante mencionar

que a lo largo del proceso el investigador otorga confianza sobre la intuición, la imaginación y las estructuras universales con la finalidad de aprehender de las personas y sus experiencias. Además de contextualizar dichas experiencias en términos de espacio, temporalidad, corporalidad y el contexto relacional que se genera.

4.3. Participantes

La muestra en una investigación etnográfica, se basa en los sujetos que se estudian más a fondo, los cuales se seleccionan cuidadosamente por el investigador. Éstos deben ser representativos, miembros clave y privilegiados en cuanto a su capacidad informativa. Al mismo tiempo, los elementos que constituyen la muestra no son aleatorios ni descontextualizados sino todo lo contrario; se toma al individuo como un todo sistémico con vida propia y única. Por lo que se trabajó con una muestra voluntaria e intencional, ya que existen una serie de criterios que son necesarios para formar parte de la unidad de análisis (Martínez, 2006).

En base a lo anterior, los criterios para conformar la muestra implicaron que fuesen estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson corte 2014-2015 de la U.C.V. ubicada en la ciudad de Caracas. Posteriormente, se seleccionaron aquellos miembros que aportaran amplio sustento a la investigación partiendo de las características buscadas por las investigadoras y basándose en el método etnográfico.

El acercamiento a los participantes se estableció por medio de las pasantías institucionales de una de las investigadoras, la cual le fue asignada por el Departamento de Asesoramiento Psicológico de la Escuela de Psicología de la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad Central de Venezuela, seguidamente se eligió el grupo del área de la salud, se les explicaron los objetivos de la investigación a fin de solicitar su participación en la misma. Posteriormente, se consideró su participación en el estudio mediante la firma de un consentimiento informado; y se organizó un horario adecuado para el desarrollo del programa en sí. Para el análisis e interpretación de resultados final la muestra fue de ocho (8) participantes.

4.4. Técnica de recolección de datos

Es así como se decidió que la forma de acercamiento a la realidad a estudiar sería a partir de entrevistas abiertas, ya que según Rojas (2007), este tipo de entrevista, también conocida como entrevista estandarizada no programada, considera

que cada sujeto tiene un modo de expresar y entender su mundo de manera única y personal.

Por otro lado, las entrevistas abiertas se fundamentan en un guión de entrevista (ver anexo C), que a pesar de tener su orden en relación a las preguntas, las mismas estaban determinadas por el desenvolvimiento de la conversación. Al mismo tiempo, se menciona que el entrevistador manejaba la libertad de adicionar o introducir preguntas que no estaban predeterminadas, con la finalidad de obtener mayor información y/o precisar conceptos sobre los temas deseados (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

4.5. Análisis de Datos

Por el uso de la metodología cualitativa, se establece que el análisis de las entrevistas abiertas fue a través de las siguientes técnicas que expone Martínez (2006):

- **Categorización:** se basa en revisar tanto los materiales escritos y auditivos obtenidos en la recolección de datos, con el propósito de separar la información en unidades de análisis para su posterior organización en categorías o clases significativas. A su vez, lo anterior implica conceptualizar o codificar la idea o contenido central de cada tema por medio de expresiones breves y condensando en párrafos a modo descriptivo.

- **Estructuración:** se busca integrar las categorías más específicas y menores con aquellas más generales, reflejando como resultado la estructura de una categoría más detallada, amplia y compleja.

- **Contrastación:** consiste en buscar diferencias entre las unidades de análisis, y a su vez contrastar la información recolectada con aquella expuesta en el marco teórico; a fin de validar y sumar aportes al tema en general.

- **Teorización:** se busca integrar de forma coherente y lógica los resultados que arroje la investigación con la información obtenida de la contrastación con el marco teórico-referencial. Estableciendo al mismo tiempo el descubrimiento y manipulación de las categorías, y las relaciones entre ellas.

4.6. Procedimiento

Como todo inicio de investigación, se procede a la elección del tema a través de diversas revisiones bibliográficas, que a su vez permitieron formular y delimitar el

problema de investigación. Seguidamente se trabajó sobre el marco teórico y metodológico, en éste último se establecieron y se detallaron los pasos que conllevan el desarrollo y la realización de todo el estudio; indicando desde el método de investigación, participantes y estrategias de recolección, procesamiento y análisis de datos.

Se elaboró el programa destinado a la construcción de proyectos de vida en adolescentes (ver anexo A), tomando en cuenta la formulación general del plan y el manual del facilitador (ver anexo B). Este programa, consta de seis sesiones, basado fundamentalmente en herramientas de tipo humanista. En la guía de observación se detalla cada paso que se realizó durante cada sesión y la duración de cada actividad.

4.7. Recursos

4.7.1. Humanos

- △ Dos facilitadores, los cuales estuvieron encargados de diseñar y dictar el programa y hacer todo lo indicado en el manual del facilitador, en definitiva encargados de que todo lo relativo al programa se cumpliera a cabalidad.

4.7.2. Materiales

- △ Universidad Central de Venezuela, Galpón #7: espacio físico global en el cual se llevaría a cabo la facilitación del programa, específicamente en el anexo del Servicio de Asesoramiento Psicológico (SAP).
- △ Hojas en blanco: hojas que serán utilizadas para realizar distintas de las actividades contempladas en el programa.
- △ Folios de Papel Bond y cartulinas: folios grandes que serán utilizados para plasmar los contenidos dictados en el programa.
- △ Reproductor de Música: aparato electrónico para reproducir música en las sesiones del programa en las que sea necesario este recurso.
- △ Lápices, bolígrafos, marcadores: utilizados para rellenar bien sea los cuestionarios, hojas en blanco o folios, según sea el caso correspondiente.
- △ Revistas: recurso que fue utilizado para extraer imágenes que permitieran elaborar un collage.

- ⤴ Tijeras y pega: instrumentos necesarios para hacer recortes de revista y posteriormente pegarlos en cartulinas de colores.
- ⤴ Formato de entrevista semi-estructurado: herramienta necesaria para orientar el desarrollo de la entrevista que se realizó a los participantes, con el fin de recabar datos de tipo cualitativo después de aplicado el programa.
- ⤴ Grabador de audio: instrumento utilizado para grabar las entrevistas realizadas y hacer posible de esa forma la posterior transcripción y análisis de contenido.
- ⤴ Laptop y Video Beam: instrumentos utilizados para exponer a los participantes breve teoría sobre el Proyecto de vida.

V. Análisis de Resultados

Posterior a la recolección de la información a través de las entrevistas abiertas, se procedió a la reproducción de las mismas para iniciar con el análisis de resultados. Las entrevistas iniciales que se presentarán a continuación, las cuales representan el “Antes” se realizaron previas a comenzar la aplicación del programa, se hizo una exploración básica de las consideraciones y descripciones de los participantes; el análisis de las actividades que se realizaron dentro del programa, las que muestran el “Durante” donde se trabajaron y evaluaron las categorías del Proyecto de Vida (PV) según D’Angelo (Autoconocimiento, Autenticidad, Autodeterminación y Autodesarrollo) se presentarán en una tabla descriptiva. Así mismo, con la finalidad de hacer más didáctico el proceso, los Verbatim resaltantes de las entrevistas que completan el transcurso de los resultados, son el “Después”. Estos se encuentran en las tablas de categorización, las cuales están divididas en unidades de análisis que engloban la idea central de cada una. A su vez, dichas unidades se categorizan en dos tipos de Unidades: Temáticas y de Sentido. Sucesivamente, se busca contrastarlas con el marco teórico referencial y realizar la teorización y el análisis respectivo de los aprendizajes reportados por los estudiantes del PSR-UCV que participaron en la investigación.

5.1. Entrevista inicial (Antes)

Participante 1

Explica que aunque todos la ven como una persona muy seria es muy extrovertida y ha logrado hacer muchos amigos en el Programa durante la fase anterior y lo que va de esta. Sus notas le favorecieron ya que fueron muy positivas y logro pasar sin estar condicionada. Se ha sentido muy a gusto en el programa y hasta ahora ha conseguido los objetivos que se ha propuesto.

Manifiesta que su principal problema en este momento es que no está segura de qué carrera quiere estudiar y aunque sabe que le gusta el área de la salud no sabe cuál es la carrera más adecuada para ella. Le cuesta mucho tomar una decisión pues, no sabe si le ira bien o mal en lo que decida y si sea lo que realmente quiere hacer en su vida.

Es notoria que esta indecisión es por el poco conocimiento de sí misma, además la forma en que toma las decisiones depende mucho de lo que dicen los

demás. Por lo que es necesario comenzar el trabajo a nivel personal y a nivel vocacional.

Participante 2

Es una joven con un carácter fuerte, manifiesta molestarse con facilidad y no poderlo manejar. Durante la primera fase le costó mucho adaptarse a las formas de evaluación y a la cantidad de nuevas personas que estaba conociendo, en lo que va de esta segunda fase explica que le ha sido más fácil relacionarse con sus compañeros debido a que a algunos la conocen de la fase anterior y al resto se les ha podido acercar por gustos en común por ejemplo, que optan por la misma carrera.

Esta fase se siente más a gusto con sus compañeros lo que ha influido en sus notas, las cuales han mejorado notoriamente y la encaminan a la consecución de su meta. Con respecto a sus opciones de carrera quiere estudiar medicina pero no tiene más opciones lo cual es un punto que es necesario que trabaje pues, es importante que tenga claro los rumbos de acción en su vida. Asegura que su proceso de toma de decisiones en todos los ámbitos de su vida no son los más adecuados, por lo que es uno de los puntos que se trabajarán más adelante.

Participante 3

Es una estudiante la cual no le gusta llamar la atención, se mantiene unida a sus amigos y comparte con estos sus dudas e inquietudes. Manifiesta ser muy colaboradora e inteligente y su mayor defecto según ella es el miedo al fracaso, pues no sabe cómo manejar las situaciones que no resultan como ella esperaba.

Durante su permanencia en el Programa no se ha hecho notar, sin embargo sus notas han hecho que estas dos fases demuestre que tiene potencial para estudiar medicina la opción de carrera por la que está optando. Su desenvolvimiento ha sido bueno y los profesores exponen que casi no sienten la presencia de ella en el aula lo cual hace que pase desapercibida.

Al preguntarle por qué su actitud es tan introvertida manifiesta que no le gusta llamar la atención, se siente más cómoda pasando desapercibida. Por lo que aunque no participó siempre prestó atención a las clases y está al día con las actividades. Sin embargo, afirma que desea trabajar esta área ya que esto puede traerle problemas a largo plazo.

Participante 4

Es una estudiante que ha tenido un muy buen desenvolvimiento a lo largo de las dos fases, los profesores manifestaron que ha sido una de las estudiantes con mayor calificación. Sin embargo, su actitud es un factor que podría estar causándole algunos inconvenientes en clase, pues parece despreocupada y no entregada a cada una de las actividades que se le imparten en el programa. Al preguntarle acerca de esta situación manifiesta que el proceso de adaptación a la vida universitaria no ha sido fácil para ella pues venía de un colegio en el que conocía a todos y ellos la conocían tal cual era y el encontrarse con realidades tan distintas ha sido un choque.

Luego de manifestar todo esto se le invita, a que se dé la oportunidad de mostrarse frente al grupo tal cual es y acercarse a aquellos con los que sienta más afinidad, esto le dará herramientas para continuar con éxito, tanto en el programa como en la carrera de llegar a quedar. También se le sugiere que una buena forma de comenzar a llegar a sus metas es pedir ayuda cuando sienta que la necesita.

Participante 5

Manifiesta que quiere estudiar medicina porque siempre ha sentido que podría ayudar a los demás, pues afirma que tiene un gran sentido humanitario. Afirma que cree tener las capacidades y habilidades suficientes para estudiar esta carrera. Explica que le ha ido muy bien a lo largo de la primera y lo que va de segunda fase, sin embargo sus profesores manifiestan que tiene problemas de actitud. Ella explica que es quizás por el choque que le ha causado entrar a la universidad y los cambios que esto le ha traído a nivel personal.

Se considera una persona inmadura y dependiente, sin embargo estas características no le han sido un impedimento para que logre las metas que se ha planteado. Con respecto a la pregunta de cuáles son sus otras opciones de carrera o planes de acción si no queda en el Samuel responde con mucha confusión que no tiene idea de qué haría con su vida ni hacia donde iría. Por todo esto se le invita a en primer lugar, plantearse por lo menos dos opciones más de carrera, y finalmente que se plantee otras formas de acción para llegar a su meta que es estudiar medicina de no conseguir el cupo a través del Programa Samuel Robinson.

Participante 6

Manifiesta que proviene de una familia muy unida, fueron damnificados por el deslave de Vargas lo que según afirma, los unió mucho más como familia y aunque ella estaba muy pequeña recuerda que esta situación es la que hizo que estén tan unidos hoy en día. Estudió en el CEAPUCV desde que llegó a Caracas con los mismos compañeros hasta quinto año por lo que considera que se le ha hecho muy difícil el ingreso a la universidad sobre todo por los grupos nuevos y el hacer nuevos amigos se le ha hecho cuesta arriba.

Su desempeño en el Samuel ha sido bueno y aunque ha tenido problemas con dos materias en específico ha logrado pasarlas buscando ayuda por sus medios. Además del Samuel realiza un curso de inglés el cual está considerando dejar para rendir al cien por ciento en el programa.

Aparenta ser una joven muy segura y madura. A pesar de que le ha costado adaptarse a sus compañeros muestra mucha disposición a acercarse y manifiesta querer trabajar esta parte para lograr una mejor experiencia además de que esto la ayudara a lo largo de su vida.

Participante 7

Manifiesta que quiere estudiar medicina porque desde que tiene memoria es lo que la apasiona. Durante su estadía en el colegio explica que las materias en las que mejor se desarrolló fueron las relacionadas con la física, biología y química las cuales son indispensables en la carrera que quiere. Durante la primera fase explica que hizo muchos amigos y la desestructuró mucho despedirse de los amigos que abandonaron en el programa y aunque repercutió en la primera semana de la segunda fase ya se ha adaptado a su nuevo grupo.

Sus notas son sobresalientes dentro del programa lo que la encamina a conseguir su meta de estudiar medicina en la UCV, a nivel familiar manifiesta tener mucho apoyo y contar con todas las personas que la rodean. A nivel personal explica conocer las características que la ayudaran a culminar el Samuel con éxito sin embargo no sabe cómo manejar sus defectos y es algo que desea trabajar por lo que buscará forma de modificarlo.

Participante 8

Es una de las estudiantes con mayor promedio de notas en la fase uno además de ser la delegada de su sección en la fase dos y haber comenzado con buena notas en cada una de las materias. Manifiesta que se considera una persona muy colaboradora, estudiosa y con muchos amigos a pesar de ser algo introvertida. Manifiesta tener una situación familiar muy positiva pues la apoya y la ayudan.

Todas sus opciones se encuentran dentro del área de ciencias de la salud, quiere estudiar medicina y tiene dos opciones más y aunque todas son dentro de la UCV manifiesta que de no quedar a través del Programa lo intentaría por otros medios. Aparenta ser una joven muy decidida y enfocada en las actividades que realiza. Demuestra ser muy madura a la hora de tomar decisiones pues considera todas sus posibles consecuencias.

5.2. Análisis de las actividades del Programa de Proyecto de Vida (Durante)

Tabla 2.

Análisis de las actividades realizadas durante la aplicación del Programa de Proyecto de Vida de los 8 participantes.

DURANTE:	ACTIVIDAD			
	<i>Historia De Vida</i>	<i>Autorretrato</i>	<i>Ventana De Johari</i>	<i>Bazar Mágico</i>
Participante 1	Se narra de forma lineal y continua los principales acontecimientos de la vida del participante (nacimiento, infancia, adolescencia) haciendo énfasis en las situaciones y características consideradas como más relevantes VB: “crecí junto a dos padres amorosos...” “nuestros papas nos criaron de la misma forma...”	Las características personales expuestas fueron las siguientes, en la cabeza: alegre, transmito seriedad y poco conflictiva. Emocionalmente: cariñosa, tolerante y preocupada por los demás. Finalmente en las características que desea cambiar se encuentran; desordenada, regañona, perezosa.	En las distintas áreas expuestas en la actividad se muestra concordancia entre lo que la participante reportó y lo que le manifestaron sus compañeros. Sobresalen los comentarios positivos y las sugerencias a continuar con su forma de ser.	La característica expuesta para adquirir es “Perseverante” y la que el participante quiere cambiar es Estricta con los demás.

Efectos de un programa informativo formativo de proyecto de vida en estudiantes del Programa Samuel Robinson UCV cohorte 2014- 2015
 Muñoz y Simoza
 Universidad Central de Venezuela

<p align="center">Participante 2</p>	<p>Se observa una narración temporal, donde se resaltan situaciones a nivel emocional y las relaciones con su pares e iguales. Además se expone la forma en que se tomaron decisiones y las características de personalidad más resaltantes.</p>	<p>Entre las características que rigen su vida señala: Seguridad, social, generosa, fuerte, organizada. En el área de los sentimientos que prevalecen expone miedo, confundida y amorosa. Finalmente entre las características que quiere desechar o cambiar se encuentra miedo, rabia, inseguridad y el mal manejo de las emociones.</p>	<p>En esta actividad se muestra congruencia entre las cosas que el participante reporta y la que agregan sus compañeros, sin embargo en algunos casos se observa discrepancia entre los que se muestra y los sentimientos que transmite.</p>	<p>El participante expone querer adquirir ser “positiva” y la característica que quiere dejar o cambiar es ser “grosera”.</p>
<p align="center">Participante 3</p>	<p>En el relato se resaltan características de personalidad y acontecimientos que han marcado significativamente la vida el participante. De igual forma se muestran</p>	<p>La participante señala como las características importantes en su vida la paciencia, seguridad, tranquilidad, confianza y diversión. Entre las características que</p>	<p>La mayoría de las características reflejadas por el resto de los participantes son positivas, enfocándose en características beneficiosas. De igual</p>	<p>La características que ésta participante desea dejar o cambiar es el miedo y le gustaría adquirir mayor confianza.</p>

	metas y planes planteados a futuro, aunque sin mucha claridad.	prevalecen se tienen el cariño, la fe y la esperanza. Finalmente las características que desea cambiar son el miedo, la desconfianza, tristeza y conflictos.	forma, se observa que el participante mostro de forma amplia características que el resto del grupo no conocía de este.	
Participante 4	Se relata de forma amplia y detallada los acontecimientos y características del participante, se resaltan las relaciones con sus pares e iguales al igual que los logros académicos y las características de personalidad que prevalecen en su día a día. Finalmente son notorios los rasgos emocionales y el proceso de toma de	Entre las actividades que prevalecen en su vida manifiesta positiva, claridad, relajación, seguridad, confianza. Emocionalmente son significativas para éste la confusión, angustia y alegría. Y entre las características que desea desechar se encontraron la angustia, el estrés, la inseguridad y confusión.	Existe discrepancia entre lo que el participante plantea y el resto de comentarios que recibió durante la actividad. Lo cual es reflejado por cada uno de sus compañeros, esto muestra que quizás no existe congruencia entre lo que aparenta y quien realmente es. Cabe destacar que la mayoría de las características que el resto refiere son positivas.	El participante refiere que le gustaría adquirir confianza y desechar de esta forma la desconfianza.

	decisiones.			
Participante 5	El relato que se observa es autobiográfico, enfocado sobre todo hacia el área académica, específicamente los logros y aciertos a lo largo de su vida. De igual forma se observa el planteamiento de metas a corto, mediano y largo plazo sin estructuración.	El participante expone como las principales características de vida la tolerancia, seguridad y decisión. De igual forma expone que los sentimientos que prevalecen en su vida son el amor, la alegría, la felicidad y la frustración. Finalmente, las características que desea cambiar o desechar son la indecisión, flojera y dejar las cosas para última hora.	Se observa que existe concordancia entre las características con las que se auto describe y las que refieren el resto de sus compañeros. Sin embargo en algunos casos se observa mayores objetivos positivos de los que se expresa a sí misma.	La característica que se desea adquirir o fortalecer es la valentía. De igual forma se desea dejar de lado la indecisión.
Participante 6	Es un relato que se narra de forma lineal, donde se muestran los hechos de forma temporal. Es resaltable que los eventos	En el autorretrato del participante se observa que las características más importantes para este son la valentía, confianza,	Se expone de forma amplia características personales que poco muestra frente al mundo (solo con personas íntimas), lo que se ve	El participante refiere que quiere dejar la inseguridad y recibir mayor aventura.

	que se muestran con mayor énfasis son los referentes a distintas experiencias familiares que han marcado de forma significativa su vida.	empatía, social y amorosa. A su vez, las emociones predominantes son la ansiedad, positivismo y alegría. Entre las cosas que desea modificar se encuentra la inseguridad, la apatía, el miedo, el mal manejo de las emociones y dejar la grosería.	reflejado en los comentarios de sus comentarios. La mayoría de los comentarios son positivos y se fundamentan en sus relaciones diarias en los distintos ámbitos.	
Participante 7	Se muestra de forma muy concreta cada una de las etapas de la vida del participante, observando prevalencia de los aspectos negativos y en algunos casos determinantes de las decisiones tomadas en distintos ámbitos. El relato es cronológico y los	Ser organizada, audaz, disciplinada, social y analítica son las características más importantes en la vida de este participante. En el área emocional prevalece la alegría, el cansancio y la preocupación. Finalmente le gustaría dejar de lado o cambiar el mal manejo de	En esta actividad se ven reflejadas mayor cantidad de características personales, expone de forma amplia mayores rasgos de su personalidad y gustos. Existe congruencia entre lo que muestra a los demás y como se define.	La participante expone que desea adquirir mayor disciplina y desechar o disminuir la preocupación.

	aspectos reflejados a nivel familiar son los que se habla con mayor énfasis.	las emociones, ser desprevenida, desorganizada, impaciente, tímida, preocupada, miedo y cansancio.		
Participante 8	Se puede observar un relato autobiográfico donde el discurso se divide en etapas de vida y eventos significativos que consecutivamente fueron creando las características de su vida actual. De igual forma, es observable el establecimiento de metas a largo plazo.	Entre las características que rigen la vida del participante expone la confianza, aceptación, seguridad y valentía. De igual forma sentimentalmente prevalecen la ansiedad, el positivismo y la timidez. Finalmente las características que desea desechar son la mala actitud, el pesimismo, la desestabilidad y la desconfianza.	Se observa que existe concordancia entre las características con las que se auto describe y las que refieren el resto de sus compañeros. Se nota un amplio reconocimiento de características tanto positivas como negativas de las cuales sus compañeros resaltan las positivas.	La característica que se desea adquirir o fortalecer es la confianza. De igual forma se desea dejar de lado la inseguridad.

En la tabla número 2 se muestran los resultados reflejados en las actividades realizadas por las 8 participantes durante el programa Proyecto De Vida dirigido a los estudiantes del área de la salud de la cohorte 2014 – 2015. En los resultados obtenidos se pueden observar la evolución en la exploración de las distintas áreas concernientes al proyecto de vida y a los objetivos propuestos para esta investigación. El autoconocimiento, el autodesarrollo, la autenticidad y la autoeficacia son las categorías que se buscaron explorar a través de cada una de las técnicas, descritas en el programa y en aras de una construcción eficaz de un proyecto de vida congruente con las necesidades, gustos, creencias y sobre todo las metas de cada uno de los adolescentes que participaron.

Para la creación del proyecto de vida es importante establecer y explorar todas las características de la vida desde el nacimiento hasta la actualidad. A través de la historia de vida se exploraron distintos ámbitos y se observaron muchas semejanzas entre los participantes, una de ellas es el énfasis que realizaron hacia el área familiar o académica aludiendo a logros en caso de los estudios y a nivel familiar la pérdida de algún miembro o las rupturas de las relaciones. Con todo esto es notorio que cada acontecimiento ha dejado huellas en la forma en que se desenvuelven en la actualidad y han forjado mucha de las características distintivas de su personalidad.

Respectivamente en la actividad del autorretrato se siguen explorando esas características distintivas de la personalidad de cada participante. Realizaron una introspección de alguna de los condicionantes de su desempeño diario lo que corresponde a los valores y creencias orientado a su autenticidad. Un factor importante de esta dinámica es detectar aquellas cosas de si mismo que se quieren mejorar o desechar y como se observa en este cuadro cada uno logro canalizar entre tres y cinco fomentando de esta forma el crecimiento personal en cada participante.

En este orden de ideas, la actividad del bazar mágico se orienta en continuar con la exploración de características deseadas y a mejorar por cada participante, el orden de las actividades fomentó un crecimiento ascendente del autoconocimiento de los participantes y por ende, se pudo hacer un acercamiento a la definición clara de los rasgos distintivos de cada uno para la creación de su proyecto de vida.

Finalmente se realizó la actividad “Ventana de Johari”, donde se compararon criterios acerca de cómo se veía cada participante a sí mismo y como lo estaban percibiendo los demás. Se observó un gran impacto en esta actividad y como se evidencia en la tabla los resultados reportados fueron efectivos.

5.3. Análisis de la entrevista final (después)

Tabla 3.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 1.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Proyecto de vida.	“Solo a corto plazo. Poder entrar a la carrera”.
2	Consideraciones P.V.	Esfuerzo para alcanzar metas.	“Ingresar a la universidad y así tener listo un tramo de mi vida”
3	Autoconocimiento	Antes de iniciar P.V.	“Conocía muy poco de mí”
4	Autoconocimiento	Después de realizar PV	“Conozco más cosas de mí como el comportamiento o características que he adquirido y de las que he despojado ”
5	Metas	Tiempo establecido	“Solo a corto plazo. Eran generales: terminar la carrera, casarme y tener dos hijos”
6	Cambio en las metas	Es más difícil establecerlas	“Sé que hay otras cosas que tengo que tomar en cuenta, basadas en los aspectos personales, sociales y económicos”.
7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Papel fundamental	“No basta solamente con conocernos, sino que es necesario saber lo que queremos, al establecer las metas estamos poniendo un reto para poder llevarlo a cabo”.
8	Plan de acción para cumplir las metas	Métodos para llevar a cabo lo planteado	“Primero para la carrera estudiar y mejorar los métodos de estudio; seguir aprendiendo más de mi misma y de lo que soy o no capaz de hacer”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	Conocimiento de si mismo	“No las conocía, sé que necesito muchas habilidades y que tengo que desarrollarlas para

			llevar a cabo mis metas”
10	Áreas del P.V.	Académica, espiritual, económica y social	“Mi proyecto académico siempre va a estar acompañado de la parte espiritual que sé que van a ser mis bases, luego la económica y social en cuanto a independizarme y formar una familia”
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“Soy positiva, me gusta estar acorde en el grupo; tengo oportunidades para estudiar, tengo el apoyo de mi familia; soy una persona capaz de lograr lo que me propongo”.
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	Tener más claro el P.V. Que quiero establecer	“Sé que hay cosas que debo mejorar, debo aprender a fortalecer mis capacidades y lo que quiero hacer”.
13	Fidelidad al proyecto inicial	Oportunidades universitarias	“Mi meta por ahora es estudiar y tener una profesión y siento que si estoy trabajando en eso”
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	Mayor autoconocimiento	“Como me desenvuelvo en un grupo, conocer que saben otras personas de mí. Establecer metas, tiempo, espacio y lugar en mi P.V. me da bases porque ya está plasmado”.

En la tabla 3 se observan las unidades que describe la participante 1 (M.V.) sobre todo el contenido del *Programa de Proyecto de Vida*, ella consideraba que el PV era solo académico y espiritual (lo cual es un factor importante para M.V.) o si acaso planificar casarse y tener hijos, no sabía que estaba relacionado con todas las áreas de la vida, como la familia, sociedad, amistad, etc., Expone que su autoconocimiento se expandió durante esta experiencia, tuvo la oportunidad de conocer sus cualidades, fortalezas y debilidades; finalmente mantiene su PV orientado hacia lo académico siempre acompañado de lo espiritual.

Tabla 4.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 2.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Proyecto de vida.	“no, no tenía ningún proyecto de vida”
2	Consideraciones P.V.	No lo había pensado	“Era algo como muy al aire, en realidad no estaba segura de que iba a hacer y como lo iba a hacer”
3	Autoconocimiento	“Siempre he estado consciente del carácter que tengo”	“Estaba predispuesta a tratar con diferentes tipos de personas, yo soy muy reservada y experimentar esos cambios me da como ansiedad, me pone nerviosa”
4	Autoconocimiento	No hubo cambio pero si un mejor manejo	“Entiendo que por más fuerte que sea mi carácter no puedo estar pasando por encima de los demás y atropellarlos. Quiero pensar más antes de hablar porque me di cuenta que se puede herir con las palabras. Me di la oportunidad de compartir con personas de diferentes personalidades”
5	Metas	No había pensado en esto	“Yo no había puesto mi vida personal aparte de la carrera, solo era graduarme de medico”
6	Cambio en las metas	Creación de metas	“He pensado más en la parte personal, que cosas quiero hacer, como viajar, aprender nuevos idiomas. He pensado en esa otra parte de lo que es el ámbito académico y profesional”

7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Conciencia de que el tiempo va a cambiar	“No se puede basar en un solo punto, hay que tener los ideales claros y definidos y tomar en cuentas los factores que no dependen de ti”
8	Plan de acción para cumplir las metas	Distintas vías para llegar	“Hacer el plan B, plan C sino funciona el plan B, tienes como una especie de tres P.V. Pero que todos sean uno, sino funciona uno, algún camino que te conecte con el otro”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	Conocimiento de sí mismo	“Sabía cuáles eran mis cualidades pero no sabía cómo trabajarlas para lograr mi P.V.”
10	Áreas del P.V.	Académica	“Ahorita el ámbito académico sin dejar de lado el personal y e familiar”
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“Yo soy una persona independiente, decidida, siempre evalúo los pro y los contra de las opciones”
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	Mantener lo establecido	“Ya sabes cuales herramientas tienes y cuales tienes que trabajar, yo creo que ya sería cuestión de mantenerte”
13	Fidelidad al proyecto inicial	Sigo mi ideal de estudiar medicina	“Sigue siendo mi P.V. Pero tiene como más detalles, más ramificaciones, más vías”
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	Para todo hay tiempo y eso es importante	“Me llevo los amigos que conocí aquí, los aprendizajes, y que se trata de ser sincero contigo mismo, saber lo que quieres y como lo vas a lograr”

En la tabla 4 se exponen las unidades de la participante 2 (G.M.) quien menciona no haber tenido proyecto de vida y haberlo creado por primera vez durante el *Programa de Proyecto de Vida*, continua con que no hubo cambio en su autoconocimiento pero que las actividades le

servieron para tener un mejor manejo de su carácter, a desenvolverse mejor en grupo, a atreverse a relacionarse debido a que por el carácter que ella considera que tiene le cuesta hacer amigos, no suele hacer grupos ni nada relacionado. Que durante las sesiones aprendió el valor de tener otras opciones, otras vías para llegar a tus metas.

Tabla 5.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 3.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Mayor enfoque	“Tenía mis metas, pero ya tengo más claro lo que quiero y sobretodo como lo quiero lograr”
2	Consideraciones P.V.	Lugar de estudio	“Mi meta es graduarme de la UCV, eso va a ser un logro para mí, yo luchar por lo que quiero como lo quiero”
3	Autoconocimiento	Tenía claro en cierta parte lo que quería	“conocerme más a mí misma, sé reflexionar”
4	Autoconocimiento	Mecanismos obtenidos	“Tengo un mejor autoconcepto de mi misma, que soy una persona que soy capaz, que si puedo lograrlo”
5	Metas	Solo académicas	“Solo en cuanto a la carrera ”
6	Cambio en las metas	Aclarar metas	“Ya tengo otras metas aparte”
7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Importante, funciona de autoevaluación	“Evaluar al si mismo, de acuerdo a sus capacidades, lo que puede y quiere hacer”

8	Plan de acción para cumplir las metas	Trazar objetivos	“Lo que tenemos que hacer, fijar un tiempo límite para hacerlo, como lo queremos y lo que somos capaces de hacer”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	Mejoras	“Ahora sé cosas que no sabía de mí, puedo tener más confianza en mí misma”
10	Áreas del P.V.	Académica	“También he considerado lo del afecto familiar, porque pienso que la familia es muy importante”
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“Perseverancia, soy decidida y eso me puede ayudar a tener claro que es lo que quiero”
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	Mantener lo establecido	“Mi meta es ingresar a la carrera de medicina”
13	Fidelidad al proyecto inicial	Permanencia	“He agregado cosas pero si le sigo siendo fiel”
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	Mayor autoconcepto	“Ahora sé evaluarme, como persona puedo seguir creciendo viendo mis errores, debilidades, y cambiarlas para seguir creciendo y madurando”

En la tabla 5 se describen las consideraciones de la participante 3 (S.P.) a través de sus unidades, S.P. solo se había planteado metas a nivel académico, luego de estar en el *Programa de PV* está considerando que su familia es importante y que merece prestarle atención, dice que hay que plantearse una meta con tiempo y estrategias para lograrlas, no solo es escribirlas. Tuvo la oportunidad a través de las diferentes actividades reforzar o conocer sus cualidades y de este modo ahora puede evaluarse a sí misma y plantearse hasta donde es capaz de llegar.

Tabla 6.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 4.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Proyecto de vida.	“No”
2	Consideraciones P.V.	No aplica	-----
3	Autoconocimiento	Poco conocimiento	“Era una persona tímida que me costaba expresarme, que quería estudiar la carrera de medicina”
4	Autoconocimiento	Mayor conocimiento de sí misma	“Aprendí muchas cosas de mí”
5	Metas	No tenía	-----
6	Cambio en las metas	Elaboración de las metas	“Ya no quiero estudiar medicina y ahora las carreras que quiero hacer son de humanidades, creo que hubo un gran cambio de lo científico a lo humanista”
7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Punto de partida	“Si no tienes las metas, como vas a llegar, en cuanto tiempo y con qué herramientas”
8	Plan de acción para cumplir las metas	No tengo claridad	“Si sé cómo quiero actualmente llegar pero pienso que eso puede cambiar por cualquier cosa externa o personal que me suceda”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	No tenía conocimiento	“Ahora sí, es responsabilidad y constancia”

10	Áreas del P.V.	Personal y Académica	(no describe por área)
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“Responsabilidad, constancia, esmero”
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	Mantener lo establecido	“Académico y aparte lo personal”
13	Fidelidad al proyecto inicial	No aplica	-----
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	Mayor autoconcepto	“Me llevo las metas que realmente quiero, como lograrlas”

La participante 4 (L.G.) describe en la tabla 6 que no se había planteado un PV, de hecho menciona que era muy reservada y que el Programa de PV le permitió obtener mayor autoconocimiento y además a expresarse en público, en un grupo, a través de toda esta experiencia siendo estudiante del área de la salud en el PSR- UCV, descubrió que realmente no quiere estudiar medicina sino carreras del campo humanista.

Tabla 7.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 5.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Proyecto vago	“Proyecto académico”.
2	Consideraciones P.V.	Habilidades y oportunidades	“Tiempo y que tenía para lograrlo”
3	Autoconocimiento	Búsqueda de organización y habilidades	“Conocía que era terca, puedo crear habilidades que me ayuden a lograr ciertos objetivos”
4	Autoconocimiento	Expansión	“También sé que soy buena en muchas cosas, que puedo lograr cualquier cosa que me proponga. Necesito cumplir todo a tiempo, ahora estoy trabajando en eso. He expandido más mi conocimiento personal”.
5	Metas	Única meta	“mi única meta era estudiar medicina”
6	Cambio en las metas	Expansión	“no abarco solo lo académico en mi PV sino todas las áreas que involucran mi vida, porque la vida no es solo estudiar”.
7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Es algo que necesito, quiero y puedo alcanzar	“A medida que vaya pasando el tiempo para lograr esa meta yo me voy autoconociendo y autodesarrollando”.
8	Plan de acción para cumplir las metas	Si quiero, ¿qué tengo que hacer?	“Ahora sé que tengo que dedicarle tiempo a lo que quiero aprender, estudiar, practicar; buscar la herramienta que necesito y que métodos voy a utilizar”.
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	Conocimiento y descubrimiento	“El análisis y la buena redacción, juntas me han ayudado a llegar a donde estoy ahora y me

			ayudaran para lograr mis próximas metas”
10	Áreas del P.V.	Mantener un equilibrio	“lo dirijo hacia las áreas académica, familiar y social. Cualquier área me parece acertado”.
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“He ido soltando mi timidez, tengo la habilidad de crear buenas relaciones, considero que tengo la capacidad de entender rápido las cosas, y si es necesario ayudar a otros”.
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	De lo micro a lo macro	“estoy a punto de terminar el PSR, en pro de progresar para ingresar a mi carrera, también estoy haciendo otras cosas a nivel muy micro, yo creo que ahorita estoy respondiendo más a mi PV que antes”.
13	Fidelidad al proyecto inicial	Extensión	“Se mantuvo la meta pero agregue otras cosas”
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	El PV es mucho más que planificar en corto, mediano y largo plazo	“El PV es un proceso personal que cada uno debe desarrollar por su propia cuenta, que si está orientado por personas como ustedes es mucho mejor. Pero cada persona debería tomarse el tiempo para autoconocerse y autodesarrollarse. Es muy importante este trabajo que hemos hecho, que otras personas deberían hacer y que me ha dejado cosas buenas e interesantes”.

En la tabla 7, la participante 5 (M.G.) describe lo que consideraba como PV antes del programa y después, además de los aprendizajes que este le dejó, su único objetivo era estudiar medicina y a través del Programa de PV ahora quiere mantener un equilibrio entre distintas áreas, no solo la académica. Expone que el tener claro de cómo hacer las cosas, de cuál es el plan de acción a seguir para llevar a cabo sus

metas le servirá para buscar las herramientas que necesita y de este modo conseguir lo que realmente quiere. Opina que a través de todo lo trabajado durante las sesiones se dio cuenta que la vida no está arreglada con dos o tres cosas, es mucho más que eso y el poder proyectarlo y planificarlo es una forma muy organizada de saber cómo vas avanzando en cada área y darte cuenta de que forma lo estás haciendo y si necesitas ayuda. M.G. en toda su descripción dejó claro que le sirvió en varios aspectos el haber participado en el Programa.

Tabla 8.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 6.

PREGUNTA	UNIDAD TEMÁTICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Comenzar y terminar la carrera	“siempre he querido especializarme en la parte física- deportiva, me gustaría hacerlo en otro país, eso es lo que siempre tuve en mi mente”.
2	Consideraciones P.V.	Crecimiento personal	“Para crecer en el área, siempre me ha gustado viajar a otros países, conocer otras culturas, lo cree para mí misma”.
3	Autoconocimiento	Cualidades orientadas a lo negativo	“Persona insegura, que le cuesta confrontar, suelo decir las cosas y que suenen mal para los demás, y eso antes no me importaba, solo si me sentía lastimada lo decía y ya. Soy indecisa y me cuesta tomar decisiones porque siempre mi mamá me ha guiado y apoyado en todo”
4	Autoconocimiento	Reflexionar, pensar y no juzgar	“Me siento más independiente, que puedo hacer cosas, que las decisiones yo sé que las voy a evaluar y que van a ser por mi bien, no tengo que preguntarle a mi mamá. Tengo que reflexionar en como digo las cosas. También

			aprendí que muchas cosas que no me gustan de los demás son cosas que no me gustan de mi misma”.
5	Metas	Eran ideas	“Terminar el programa, hacer la carrera, y durante la carrera aprender inglés y francés para adquirir mayores conocimientos y capacidades para estar preparada cuando me fuera (del país)”
6	Cambio en las metas	Proyectarme más allá	“cuando ya todo este establecido y yo esté trabajando, y haya finalizado el postgrado, me di cuenta que puedo hacer cosas que antes no pude, como estudiar repostería y abrir una tienda de repostería, ya cuando no pueda seguir ejerciendo hacer algo que a mí me guste, y en estos momentos seria eso”.
7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Nunca limitarte	“Siempre es bueno plantearte metas, tratar de superarte a ti mismo e ir creciendo cada día más. Seguir siempre en movimiento para no sentirte estático sin una meta”.
8	Plan de acción para cumplir las metas	He estado investigando	“Después de culminar la carrera plantearme la situación financiera y económica. No he pensado en estrategias, yo me imagino que mi familia me ayudara cuando me vaya del país pero buscaría mi propio empleo. Y las cosas mientras vengan las voy pensando”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	Persona muy dedicada	“me gusta esforzarme en todo lo que hago, yo sé que si eso es mi sueño tengo que trabajar y ser la mejor para llegar a donde quiero”
10	Áreas del P.V.	Académico y de trabajo	“En cuanto a lo social y lo familiar no, yo

			tengo un hermano y él tiene diferentes metas”.
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“soy una persona que tiene perseverancia y trabajadora. Puedo adquirir otras cualidades como ser más carismática, y tengo que aprender a ponerme en los zapatos de los demás”.
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	Incluir otras áreas	“Debería comenzar a enfocar más mi PV en el área personal, porque la he obviado y es importante. También en lo social y en la familia porque siempre me han apoyado y yo los he excluido, tengo que considerarlos”.
13	Fidelidad al proyecto inicial	Mientras vaya creciendo puede cambiar	“Siempre he tenido el mismo proyecto, a medida que vaya creciendo personal y académicamente puede que hayan otras cosas que me motiven a alcanzarlas”
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	No juzgar, valorar el esfuerzo de los demás	“Me ha enseñado a ser mucho más consciente, a conocer a las personas, a abrirme más en los grupos, me ha dado la oportunidad de conocer nueva gente que me puede nutrir y ayudar a crecer. También a ser más independiente, a sentirme más segura de mi misma”.

La participante 6 (A.L.) en la tabla 8 describe que si tenía establecido su PV antes de formar parte del Programa de PV, aunque solo había considerado las metas académicas, durante las actividades de autoconocimiento y cuando el grupo expresaba que reflejaba A.L., esta se dio cuenta en primera instancia de sus debilidades, como la dependencia a su madre y por ello no se consideraba capaz de tomar decisiones, además se dio cuenta de su incongruencia diciendo que es poco confrontativa pero que cuando le dice lo que le molesta a las

demás personas no es respetuosa y solía juzgar antes de detenerse a pensar que le pasara al otro, esto lo adquirió como herramienta durante el programa, el valor de la empatía, de darse la oportunidad de conocer a las personas. Al finalizar las sesiones, A.L. se siente más segura de sí misma, por lo tanto independiente, según todo lo que ha mostrado.

Tabla 9.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 7.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Proyecto de vida.	“Desde que quede en el PSR fue como que cambio toda mi vida y ya comencé a mentalizarme que es lo que quiero”.
2	Consideraciones P.V.	Las que aprendí durante el Programa de PV	“Ahora puedo decir que abarca muchas más cosas”
3	Autoconocimiento	Superficial	“Lo que yo pensaba que no era así como lo pensaba, ahora me conozco más a mí misma”.
4	Autoconocimiento	Son muchas cosas que he cambiado y ahora sé de mi	“pensaba que era muy sociable, pero me di cuenta que tengo solo un grupo de amigos con los que hablo, pensé que era estudiosa pero me di cuenta que debo estudiar todos los días y esforzarme por sacar una buena nota. Antes pensaba que las cosas se me daban fáciles, ahora sé que soy muy perseverante. He valorado más a mi familia”
5	Metas	Era entrar en medicina	“Ahora sé cómo lograrlo, y abarco más cosas”

			que quiero”
6	Cambio en las metas	Añadir otras	“la principal no cambio, añadí como la voy a lograr y otras metas que también quiero a futuro”.
7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Punto de partida	“papel muy importante porque van a ser mi punto de cómo voy a llevar las cosas”.
8	Plan de acción para cumplir las metas	Gracias al Programa PV lo sé	“tengo los tics y herramientas, lo que me toca es llevarlo a cabo”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	Eran superficiales	“Ahora sé cuáles son mis debilidades y fortalezas”
10	Áreas del P.V.	Familiar, académico y personal	“Haría como un equilibrio porque quiero llevar un PV así como todo en un margen, todo calmado, que todas las áreas vayan a un mismo paso”
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“Ahora sé que soy perseverante, que soy firme con mis decisiones, estudiosa y responsable; esas cualidades me ayudaran a llevar a cabo mis metas”.
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	Las metas a corto plazo las cambiaria, las de largo plazo se mantienen	“tener una familia y una carrera no las cambiaria. Ahora quiero hacer un curso aparte, hacer ejercicio”.
13	Fidelidad al proyecto inicial	Inicie con uno y lo cambie	“Ahorita es como que abarca todo y es más específico con las cosas, sé cómo lograrlas, entonces lo he cambiado”
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	Cambio personal	“Me llevo las experiencias de cada actividad y el plan de como dirigirme hacia mis metas”.

La participante 7 (A.H.) describe, como se puede observar en la tabla 9, desde que ingresó al PSR considera que comenzó a cambiar su vida, sin embargo tenía un PV establecido el cual sea modificado a través de los aprendizajes adquiridos en el Programa de PV. Además de otorgar al Programa que ahora valora más a su familia y tiene un mayor autoconocimiento. Expone que el plantearse las metas es el punto de partida para llevar todas sus cosas, por ello ha creado un PV equilibrado en cuanto a las áreas que tomará en cuenta de ahora en adelante. Para finalizar relata que se lleva experiencias positivas de su participación en el Programa.

Tabla 10.

Entrevista: unidades temáticas, de sentido y Verbatim de la Participante 8.

PREGUNTA	UNIDAD TEMATICA	UNIDAD DE SENTIDO	VERBATUM PARTICIPANTE
1	Programa Samuel Robinson	Proyecto de vida.	“Nunca lo había pensado”.
2	Consideraciones P.V.	No aplica	-----
3	Autoconocimiento	Lo básico	“Lo que tú ves porque siempre has sido o dicen que siempre has sido así desde pequeña, no es algo a fondo sino dejándote llevar por la experiencia”
4	Autoconocimiento	Lo he adquirido por mí y por lo que me dicen los demás	“Las actividades hacen que te explores a ti mismo, y vayas viendo que cosas tienes y que defectos, tanto por ti como lo que piensan los demás ”
5	Metas	Si no las tienes no tienes frutos	“siento que cuando entras al Samuel (PSR) tienes que tenerlas”
6	Cambio en las metas	En como las voy a llevar a cabo	“si te conoces tienes mejor definido en cómo vas a lograr tus metas, las metas siguen siendo las mismas pero tienes otra perspectiva de como las vas a lograr”.

7	Planteamiento de las metas en el P.V.	Te da el rumbo	“Te trazas las metas, que es lo que quieres tener a futuro y viéndote a futuro trazas tu PV”.
8	Plan de acción para cumplir las metas	Todo está abierto al cambio	“puedes tener una idea de cómo lo quieres lograr, sin embargo, a medida que transcurre el tiempo tu puedes ir cambiando las cosas e incluso las metas. Se puede tener la idea y la motivación pero hay que estar abierto al cambio porque de un momento a otro puede ser diferente”
9	Cualidades/ Habilidades para alcanzar metas	En parte pero no todo	“el programa (de PV) te sirve para explorar que cualidades tienes y cuales te pueden ayudar aparte de las que tu conocías”
10	Áreas del P.V.	Académica, familiar y amistad	“Tengo metas en el área académica, pero no puedo dejar de lado a mi familia y amigos. Si quieres ser exitoso tienes que tener de todo un poco, no puedes ser una persona con una meta académica y ya, tú tienes otras cosas y tienes como que abrir tus horizontes y ver que hay otras cosas que puedes cumplir”
11	DOFA	Cualidades, oportunidades, fortalezas	“Soy una persona organizada, no me canso, siempre que tengo una meta busco la manera cómo lograrla, todos tenemos inteligencia, yo tengo inteligencia pero si no la utilizo o si no la desarrollo de la mejor manera no puedo lograr mi meta. Pienso que con esfuerzo y esmero puedo desarrollar más cualidades”.
12	Cumplimiento o cambio del P.V. inicial	No dejar que la flojera nos invada	“Cambiaría la flojera, todos en algún momento sentimos flojera, sin embargo no

			podemos dejar que nos impida en cumplir esas cosas que queremos, pienso que hay que tener un equilibrio”.
13	Fidelidad al proyecto inicial	No aplica	No tenía PV inicial
14	Aprendizajes del Programa de P.V.	Mayor e importancia del autoconocimiento	“Pienso que la idea que tengo de mi es diferente ahora, me he podido conocer a través de mí y de lo que dicen los demás, porque los demás ven cosas que tú no ves y puedes reflexionar en cuanto a eso. También me llevo que para lograr algo tiene que partir por conocerte a ti mismo, conocer tus cualidades y como te enfrentas a los problemas”.

La participante 8 (M.G.) en la tabla 10, expone no haber tenido un PV y que solo se conocía a través de lo que le van inculcando desde pequeña, que no es un conocimiento profundo sino repetir desde la experiencia. Por medio de las actividades pudo explorarse a sí misma y descubrir o redescubrir habilidades y debilidades que la conforman. Aprendió del programa que son las metas las que te dan el rumbo de lo que quieres lograr a futuro, y tener un PV es trazarte esas metas para lograrlas, teniendo en cuenta la apertura al cambio ya que también considera que la planificación está sujeta al contexto o ambiente. El PV que creo está dirigido a diferentes áreas, para ella las más importantes son la académica, familiar y amistad, las tres deberían estar en el mismo plano. A M.G. el programa le dejó la importancia del autoconocimiento, ahora lo establece como lo primordial antes de trazar cualquier objetivo de vida, “porque al conocerte eres sabes de que eres capaz”.

VI. Discusión de Resultados

Esta investigación se nutre de instrumentos de recolección de datos de tipo cualitativo, que permitieron cumplir con los objetivos planteados y comprender los resultados obtenidos, ayudando así a dar una respuesta holística a la pregunta de investigación. Fue fundamental para el desarrollo de esta investigación la técnica de la entrevista psicológica que fue utilizada en dos etapas distintas del proceso. En un primer momento fue utilizada para recabar la mayor cantidad de datos posibles de la población con la cual se trabajó, siendo que se obtuvo información valiosa referente a las características, condiciones e información de los participantes.

De manera que en esta primera etapa, la técnica de la entrevista aportó datos valiosos para la construcción del programa de intervención a la medida de estos participantes y permitió tomar en cuenta elementos fundamentales para el proceso de investigación.

Posteriormente, la entrevista fue utilizada como un instrumento para efectuar la evaluación del programa y el proyecto de vida de los participantes, razón por la cual, se elaboró un guion de entrevista semi-estructurado cuya finalidad era indagar o buscar elementos alternativos que permitieran explicar los efectos que tuvo el programa de intervención; es decir, utilizar la entrevista como instrumento principal para obtener información del programa, logrando como producto final un abordaje integral de la variable en cuestión.

En cuanto a nuestro objetivo general, se busca explorar los efectos de un programa de asesoramiento psicológico en los proyectos de vida de estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson de la UCV cohorte 2014- 2015. Para responder al objetivo propuesto, se describieron cualitativamente los resultados encontrados, utilizando para ello técnicas de recolección de datos como la entrevista. El grupo seleccionado estuvo compuesto por seis adolescentes en edades comprendidas entre 17 y 21 años.

Como señalan los autores citados en marco referencial de este trabajo, el proyecto es un ente multifactorial que involucra diversas áreas o esferas de la vida de una persona y que van desde lo espiritual hasta lo recreativo y profesional. En este sentido, las divergencias existentes en cada uno de los casos, pueden entenderse a partir de diversos elementos que constituyen la totalidad del ser humano. Entre ellos, a modo más específico de entender lo relatado por las personas, juegan un conjunto de

valores y creencias que determinan la posible direccionalidad que una persona pueda tomar con respecto a su vida.

Por otra parte, en el desarrollo de la historia de vida de cada uno de los entrevistados, se construyeron diferentes referentes que, en conjunto, formaron la personalidad del individuo y la forma como este se orienta en roles, ideas y emociones ante las etapas del ciclo vital, involucrando aspectos tales como: el concepto de sí mismo, las respuestas innovadoras a conceptos tradicionales de la cultura, la capacidad de adaptación a situaciones nuevas, las experiencias vividas, las herramientas adquiridas para superar conflictos, la responsabilidad ante la toma de decisiones, el momento histórico que se ha tenido que vivir, las actitudes asumidas y los posibles argumentos de vida que pueden, en su mayoría, ser factores determinantes en la forma como las personas se posicionan ante la misma. Por tanto, el análisis de cada uno de los casos debe darse de manera holística, ya que involucra una gama de factores que pueden ser determinantes en la construcción o no de un proyecto de vida y en los tipos de proyectos que puedan establecerse.

A continuación se abordan las categorías propuestas por D'Angelo en comparación a lo que reportaron los participantes con respecto al aprendizaje adquirido durante la aplicación del programa:

Autoconocimiento: el 100% de los participantes reportaron a través de las preguntas 3 y 4 de la entrevista final, haber visto un cambio en su autoconocimiento al finalizar el programa, ya sea que hayan cambiado características, cualidades o gustos que no habían identificado o porque se expandió lo que ya conocían. Se podría concluir que las dinámicas/actividades que se realizaron durante las 6 sesiones, los 8 participantes que fueron analizados están de acuerdo en que funcionaron de forma productiva y que esparcieron el área de conocimiento de ellos mismos.

Autodeterminación: el 100% de los participantes cuyas entrevistas fueron analizadas, exponen ver un cambio en su determinación a la hora de tomar decisiones, plantearse metas, agregaron nuevas a su PV después del programa e incluso una de las participantes se replanteó sus metas debido a que no sabía cuál carrera quería estudiar, y al adquirir o trabajar su autoconocimiento durante la intervención del programa, logró visualizar o tomar la decisión de qué realmente era lo que le gustaba como carrera a estudiar en la universidad, además de resaltar la importancia de que las participantes relataron el plantearse metas y las estrategias o plan de acción a seguir para llevarlas a cabo.

Autodesarrollo: el 100% de los participantes relataron un cambio en sus consideraciones como PV y los que se lo plantearon por primera vez, coincidieron en desarrollarlo en diferentes áreas, aunque todos coincidieron en que lo académico es lo principal. Después de la intervención del programa fue que algunos consideraron la importancia del área espiritual y la mayoría tomó en cuenta a la familia, y por el trabajo realizado en cuanto el autoconocimiento, 3 de los 8 participantes planificaron aventurarse en el área personal, resaltando que es sumamente importante conocer sus habilidades y debilidades antes de trazar una meta. De este modo estarían más orientados al éxito, de manera que estarían las características personales conjugadas con los objetivos de vida y habría menos posibilidades de fallar.

Autenticidad: La mayoría de los participantes expresaron que habían realizado algún cambio en su proyecto de vida después de la intervención del programa. Solo una de las participantes reportó no haber cambiado nada. Las siete restantes informaron haber cambiado o al menos expandido sus PV.

Para finalizar con la interpretación de los resultados, se realizó una pregunta final en cuanto al aprendizaje obtenido del Programa de Proyecto de Vida, de forma de evaluación del mismo; el 100% de las participantes reportaron haber aprendido al menos un valor como la empatía y el respeto por el otro; la mayoría estuvo de acuerdo con la importancia de autoconocerse y que el primer objetivo a plantearse debería ser el conocerse a sí mismo; y tres de las ocho participantes agradecieron haberlas tomado en cuenta para la intervención del programa, debido a que les parece importante la orientación de las personas, en este caso, de los adolescentes hacia el trazar metas a futuro ya sea a corto, mediano o largo plazo. La mayoría de las participantes concibieron el proyecto de vida como estructura global de su desarrollo como seres humanos. Solo una participante lo vio como estructura exclusivamente académica, sin embargo se llevó información relevante sobre las cualidades que no conocía de ella misma y la duda de trabajar y tomar en cuenta su desarrollo personal dentro del proyecto.

VII. Conclusiones

Según los objetivos planteados y teniendo como consecuencia la aplicación del programa y sus resultados, se puede inferir que se logró trabajar sobre los proyectos de vida de los estudiantes del área de la salud del Programa Samuel Robinson cohorte 2014 – 2015. Es posible observar resultados realmente efectivos partiendo del análisis cualitativo y se describe la experiencia como productiva, autoreveladora, visionaria y catártica.

Se logró diseñar y aplicar el programa a cabalidad partiendo del enfoque humanista, donde de forma exhaustiva se acataron cada uno de los requerimientos exigidos para lograr un trabajo de calidad y su máxima efectividad en la aplicación. Se realizó un acercamiento al autoconocimiento de cada uno de los participantes, lo cual potenció su autodesarrollo, autenticidad y autoeficacia y de esta forma lograron crear proyectos de vida en concordancia con quienes son y qué es lo que realmente quieren para su vida.

En este orden de ideas, es importante denotar la efectividad de la realización de programas para la consecución de objetivos en el área psicológica. Es resaltable que en los adolescentes las actividades realizadas fueron muy efectivas y apropiadas, lo que facilitó la efectividad de estas para lograr los objetivos planteados.

Los objetivos de esta investigación se ven cumplidos en cada una de las actividades realizadas por las participantes y en forma concreta en el producto final, los proyectos de vida, donde se observa una evolución entre el antes y el después de la aplicación del programa y la significación para cada uno de los participantes.

De forma general, se reconoce tanto por las facilitadoras como por las mismas participantes que conformaron la muestra, la importancia y el valor personal que este tipo de actividades genera, sirviendo como un proceso de reflexión y análisis de los procesos internos como sujeto e individuo en constante desarrollo.

De igual forma, fue gratificante trabajar con jóvenes en busca de concretar sus sueños y servir como guías para hacer tangibles las metas que se han propuesto, brindándoles herramientas que le serán de utilidad para el resto de sus vidas, lo que nos muestra la relevancia de esta investigación y la importancia de fomentar la investigación de esta área en los jóvenes de nuestra sociedad, ampliando de esta forma la posibilidad del desarrollo de sus potencialidades de forma integral.

Finalmente, es resaltable la aplicabilidad de este tipo de programas en adolescentes debido a su efectividad y lo resaltable del método etnográfico para abordar el objeto de estudio desde su realidad lo cual permite obtener información de primera mano y lograr los objetivos de forma positiva asumiendo el ser humano como un ente con características únicas.

VIII. Limitaciones y Recomendaciones

En este apartado del presente trabajo, será posible ver identificadas las principales limitaciones que fueron detectadas por las investigadoras, a lo largo de todas las etapas del proceso investigativo, con la finalidad de plantear las recomendaciones para futuras investigaciones que utilicen las variables abordadas en este trabajo o temas de investigación similares.

Entre las limitaciones encontradas una vez aplicado el programa de asesoramiento psicológico tenemos la logística necesaria para atender de forma eficiente al grupo. En distintas actividades no se estipularon los costos de los materiales necesarios, lo que influyó en que algunas de las actividades se hicieran con materiales recolectados de forma improvisada. Es por esto, que se recomienda para próximas investigaciones realizar un presupuesto de costos y tener cada uno de los materiales necesarios al alcance de los investigadores.

De igual forma, el espacio físico donde se realizaron las actividades fue una limitante. Debido a que no se contaba con un salón establecido y dependía del horario y el espacio que estuviera disponible en el momento, lo cual dispersaba a los participantes. Se recomienda entonces, que para futuras aplicaciones de programas establecer un espacio físico fijo para cada una de las sesiones lo cual brinda mayor comodidad para el participante.

Del mismo modo, una limitación que logro observarse es que en los resultados y análisis final solo se encuentran participantes del sexo femenino y aunque en el método etnográfico, en el cual se basa esta investigación, esto no es una limitante. Se sugiere para próximas investigaciones realizar el análisis exhaustivo con participantes de ambos sexos esto permitirá realizar una observación más global.

También podría sugerirse la posibilidad de darle continuidad a la presente
Efectos de un programa informativo formativo de proyecto de vida en estudiantes del Programa Samuel
Robinson UCV cohorte 2014- 2015
Muñoz y Simoza
Universidad Central de Venezuela

investigación o una similar, explorando más a fondo la estructura y realización del proyecto de vida, denotando paso por paso las estructuras en cada una de las áreas de la vida y la importancia de la unificación de cada una de estas para visualizarse a futuro de forma integral.

Finalmente, se recomienda a futuras investigaciones trabajar el Proyecto de Vida en cualquier grupo de adolescentes observando sus características pero siempre evidenciando la importancia de este tema en todas las áreas de la vida. De igual modo, es un tema con la capacidad de facilitarse en cualquiera de las etapas del desarrollo humano.

IX. Referencias

- Acevedo, A. y López, A. (1988). *El proceso de la entrevista: conceptos y métodos* [versión electrónica]. D.F., México: Limusa.
- Acosta, F. y Martínez, C. (2004). *Programa Proyecto de Vida para Favorecer la Elección Vocacional*. Tesis de grado no publicada, Universidad Central de Venezuela, Caracas.
- Aguirre, J. (1994). Génesis y evolución de la identidad Latinoamericana. En Mato, D. (Coord.), *Teoría y política de la construcción de identidades y diferencias en América Latina* Caracas, Venezuela: UNESCO-Editorial Nueva Sociedad.
- Aisenson, D.; Virgili, N.; Polastri, G.; & Azzolini, S. (2012). *La noción de proyecto en jóvenes que consultaron en servicio de orientación. Abordaje desde la teoría de las representaciones sociales*. Facultad De Psicología - UBA / Secretaría de Investigaciones / Anuario de Investigaciones / Volumen XIX, pp. 297- 304.
- Allheimen, H. y Lucena, Y. (2013). *Concepciones De Proyecto De Vida De Un Grupo De Estudiantes De Psicología, Un Abordaje Fenomenológico*. Tesis de grado no publicada de la Escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela, Caracas.
- Baltasae, M. (2011). *Madurez vocacional, proyecto de vida y toma de decisiones*. Trabajo de ascenso no publicado, Universidad Central De Venezuela, Caracas.
- Brammer, L. y Shostrom, E. (1961). *Psicología Terapéutica: Fundamentos de la consulta y la psicoterapia*. México: Herrero Hermanos.
- Bordignon, N. (2005). *El Desarrollo Psicosocial De Eric Erikson. El Diagrama Epigenético Del Adulto*. Revista Lasallista de Investigación, Vol. 2, N.2, pp. 50-63
- Cardinalli, D. y De Quintal, C. (2012). *El Proyecto De Vida En El Adulto Mayor Institucionalizado: Una Mirada Alternativa A La Construcción Psico-Social De La Vejez*. Tesis de grado no publicada de la Escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela, Caracas.
- Casado, E. (1995). *De la Orientación al Asesoramiento Psicológico: una selección de lecturas*. Segunda edición corregida y aumentada. Caracas: CDCH, UCV.
- Castro, A. y Díaz, J. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos. *Psicothema*, 14(1), 112-117.
- Casullo, M. (1994). *Proyecto de vida y decisión vocacional*. Buenos Aires: Paidós.

- Casullo, M.; Cayssials, A.; Fernandez, M.; Wasser, L.; Arce, J.; & Alvarez, L. (1999). *Proyecto De Vida Y Decisión Vocacional*. Barcelona: Paidós.
- D'Angelo, O. (1982). *El proyecto de vida como una categoría integrativa de la personalidad*. La Habana: manuscrito inédito.
- D'Angelo, O. (1994). *Proyectos de vida y autorrealización de la persona* [versión electrónica]. La Habana, Cuba: Editorial Academia.
- D'Angelo, O. (2000). Proyecto de vida como categoría básica de la interpretación de la identidad individual y social [versión electrónica], *Revista Cubana*, 17 (3), 270-275.
- D'Angelo, O. (2002). Proyecto de vida y Desarrollo Integral Humano [versión electrónica], *Revista Internacional Creemos*, 6 (1), 1- 31.
- Drapela, J.V. (1983). Counseling, Consultation and Supervision: A Visual Clarification of relationships. *The personnel and Guidance Journal*. 62, 158-162.
- Dyer, W. y Vriend, J. (1980). *Técnicas efectivas de Asesoramiento Psicológico*. Barcelona, España: Grijalbo.
- Francke, M. (s.f.). *El sentido de la vida y el adulto mayor en el área metropolitana de Monterrey*. Recuperado el 16 de febrero De 2015, de <http://amaytrasciende.org/docs/publicos/El%20Sentido%20de%20la%20Vida%20y%20el%20Adulto%20Mayor.pdf>
- Goyo, B. y Medina, M. (2013). *Efectos De Un Programa Orientado A La Creación Del Proyecto De Vida En Un Grupo De Adolescentes Institucionalizados En La Casa Don Bosco- Sarría*. Tesis no publicada de la Escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela.
- Guevara, M. (2005). *Gerencia de Servicios Psicológicos: una estrategia para la formulación de Programas*. Caracas: CDCH.
- Harsch, C. (2005). *Identidad del psicólogo*. México: Pearson Educación.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. (3oed.). México, DF: McGraw- Hill.
- Hoffman, G. (2009). *Abraham Maslow: vida y enseñanza del creador de la psicología humanista*. Barcelona, España: Kairos.
- Horna, M. (2005). Plan de vida. Un programa de vida para proyectarse al futuro. *Revista de Psicología*, Vol. 23 N.2 pp. 341-343.
- Instituto Nacional de Estadística (2011). *Boletín De Indicadores De Género*. Núm. 1.
- Maslow, A. (1979). *El hombre autorrealizado*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Martínez, M. (2006). La Investigación Cualitativa. *Revista de Investigación en Psicología* XIX(1), 123-146.

- Martínez, M. (2000). *La Investigación Cualitativa Etnográfica En Educación. Manual Teórico-Práctico*. México, D.F.: Trillas.
- Morris, Ch. y Maisto, A. (2001). *Introducción a la psicología*. México, D.F.: Prentice Hall.
- Noguera, C y Escalona E. (1989), *El adolescente caraqueño*, caracas fondo Editorial, de Humanidades y Educación UCV.
- Papalia, D. y Wendkos S. (1997). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia* (5a. ed.). D.F., México: McGraw-Hill. ISBN: 958-600-090-7.
- Piaget, J. (1972). *Problemas de psicología genética*. México: Aries
- Ospina, W. y Restrepo, L. (2003). La planeación estratégica un medio eficaz para elaborar y alcanzar un proyecto de vida. *Scientia et technica*. Vol. 13 núm. 23.
- Quiroz, E. & Jiménez, X. (2013). La actitud hacia la docencia, la formación integral en la educación secundaria y a su proyecto de vida: Una visión desde los estudiantes de colegios en áreas rurales. Vol. 17, N° 2, [91-109], ISSN: 1409-42-58.
- Ramallo, M. y Roussos, A. (2008). *Lo cualitativo, un modelo para la comprensión de los métodos de investigación*. Documento de trabajo N° 216 [versión electrónica]. Recuperado el 2 de febrero de 2015, de http://www.ub.edu.ar/investigaciones/dt_nuevos/216_ramallo.pdf
- Ravasco, A., Maia, M. y Mancebo, D. (2010). Juventude, Trabalho e Projetos de Vida: Ninguém Pode Ficar Parado. *Psicologiaciência e profissão*, 30 (2), 376- 389.
- Rogers, C. (1984). *El proceso de convertirse persona* (4ª ed.). España: Paidós.
- Rojas, B. (2007). *Investigación Cualitativa: fundamentos y praxis*. Caracas: Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador.
- Romero, S. (2004). Aprender a construir proyectos profesionales y vitales. *REOP*. Vol. 15, N° 2, 2º semestre, pp. 337- 354.
- Romero, S. (1999). *Orientación para la transición de la escuela a la vida activa*. Barcelona, España: Laertes.
- Romero, S. (1998). Una metodología de orientación como proceso de desarrollo personal y social: hacia una orientación desde la diferencia sexual. In Instituto Navarro de la Mujer (ed.), *Hacia una orientación profesional no sexista*. (pp. 89-113). Pamplona: Publicaciones del Gobierno de Navarra.
- Romero, S. (2009). El proyecto vital y profesional. En A. Cortés y L. Orientación profesional. Nuevos escenarios y perspectivas. *Revista Educação Skepsis*. Vol. 2. N. 2. pp.119-142.

- Ruiz, R. (2011). Proyecto de vida, relatos autobiográficos y toma de decisiones. *Revista teoría y praxis investigativa*. Vol. 6 N. 1
- Rodríguez, M. (1999). *Enseñar a explorar el mundo del trabajo, diagnósticos de las destrezas exploratorias y propuesta de intervención*. Málaga, España: Aljibe
- Salinas, J. y Solorzano, V. (2013). *Espiritualidad y proyecto de vida a partir de la vivencia de experiencias transformadoras: una exploración fenomenológica*. Tesis no publicada de la escuela de Psicología, Universidad Central de Venezuela, Caracas.
- Shertzer, B. y Stone, S. (1972). *Manual para el Asesoramiento Psicológico*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Woolfolk, A. (2010). *Psicología educativa* (11a. edición). D.F., México: Pearson Educación. ISBN: 978-607-442-503-1.

ANEXOS

ANEXO A

PROGRAMA DE PROYECTO DE VIDA

PROYECTO DE VIDA

Sesión 1: ¿Quién creo que soy? y ¿Cómo creen los demás que soy?

Objetivo General:

Que los participantes tengan un contacto inicial con la facilitadora, conozcan las características del programa en el cual van a participar y tengan un primer contacto con su autoconocimiento y autenticidad.

Objetivos específicos	Contenidos	Estrategias	Recursos	Evaluación
<p style="text-align: center;">INICIO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes recuerden sus relaciones previas para fortalecer los lazos. - Que los participantes puedan conocerse mejor. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rememorar experiencias previas con el grupo. 	<p style="text-align: center;">“yo –tu , tu- yo”</p>	<p style="text-align: center;">1. Humanos: Participantes y Facilitadores. Tiempo: 30 min</p>	<p style="text-align: center;">Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

<p>DESARROLLO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que el participante realice valoraciones y autovaloraciones hacia sí mismo y hacia el grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento 	<p>“Telaraña”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: Estambre o pabilo.</p> <p>Tiempo: 30 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes identifiquen que conocen como proyecto de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> • .Proyecto de Vida 	<p>“Lluvia de Ideas”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: papel bond, marcadores.</p> <p>Tiempo: 60 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>
<p>CIERRE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes expongan las expectativas que 	<ul style="list-style-type: none"> • Percepción de los participantes acerca del programa. • Aclarar dudas. 	<p>“Chequeo de expectativas”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

tienen con el programa en general y/o el tema de trabajo.			Tiempo: 30 min	
---	--	--	----------------	--

Sesión 2: Invitación al autoconocimiento

Objetivo General:

Que los participantes se aproximen al conocimiento de sí mismo así como de su autenticidad para obtener una mayor comprensión de sus relaciones para la realización del proyecto de vida.

Objetivos específicos	Contenidos	Estrategias	Recursos	Evaluación
<p>INICIO</p> <p>-Movilizar la energía de los participantes a través de un ejercicio dinámico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Caldeamiento: Movilización de la energía 	<p>“Director”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>Tiempo: 20 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>
<p>DESARROLLO</p> <p>-Que el participante realice valoraciones y autovaloraciones críticas o reflexivas</p>	<ul style="list-style-type: none"> Autoconocimiento 	<p>“El bazar mágico”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: cartulinas, marcadores.</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

			Tiempo: 60 min	
<p>CIERRE</p> <p>-Que los participantes a través de las percepciones de sus compañeros aprecien características propias y comparaciones con la apreciación que tiene de sí mismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento 	<p>“¿quién soy yo?”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: hojas de papel y lápices.</p> <p>Tiempo: 60 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

Sesión 3: ¿Cómo me veo y como me ven los demás?

Objetivo general:

Que los participantes realicen una exploración profunda sobre el autoconocimiento y autoeficacia de sus relaciones y su importancia para la realización del proyecto de vida.

Objetivos específicos	Contenidos	Estrategias	Recursos	Evaluación
<ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes profundicen en los conocimientos mediante un análisis crítico de los temas y estimular la comunicación interpersonal, la tolerancia y el trabajo en equipo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Chequear emociones. 	<p>“Discusión dirigida”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>Tiempo: 30 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes concienticen las características de sí 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento. 	<p>“Análisis de Características”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

mismos.			Facilitadores. 2. Materiales: hojas de papel y lápices. Tiempo: 60 min	
- Que los participantes expresen lo que piensan de cada uno de los otros miembros.	<ul style="list-style-type: none"> • Autenticidad 	“La ventana de Johari”	1. Humanos: Participantes y Facilitadores. 2. Materiales: hojas de papel y lápices. Tiempo: 90 min	Que el 100% de los participantes participe en la actividad.

Sesión 4: ¿Quién soy?

Objetivo general:

Que los participantes efectúen la autodirección de los mecanismos de cohesión y consistencia personal a través de los proyectos de vida.

Objetivos específicos	Contenidos	Estrategias	Recursos	Evaluación
<p>INICIO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Movilización de energías. 	<p>Caldeamiento</p>	<p>“Películas”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>Tiempo: 30 min</p>	
<p>DESARROLLO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que el participante refleje cómo se siente consigo mismo. - Que el participante 	<ul style="list-style-type: none"> • Autenticidad 	<p>“Persona, palabra, lugar”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: hojas de papel</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

<p>observe la relación de este tema con la realización del proyecto de vida.</p>			<p>y lápices.</p> <p>Tiempo: 45 min</p>	
<p>CIERRE</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes reconozcan cuál es su nivel de autoaceptación, reflejando la congruencia entre lo que piensa y las acciones que realizan día a día. - Que el participante observe la relación de este tema con la realización del proyecto de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> • Audeterminación 	<p>“Autorretrato”</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Humanos: Participantes y Facilitadores. 2. Materiales: hojas de papel y lápices. <p>Tiempo: 60 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

Sesión 5: ¿Dónde estuve, donde estoy y a dónde voy?

Objetivo general:

Que los participantes conozcan sus competencias (habilidades, conocimientos, disposición) de manera que orienten la construcción de su proyecto de vida.

Objetivos específicos	Contenidos	Estrategias	Recursos	Evaluación
<ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes concienticen en qué etapa están, y como quieren estar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento • Autodesarrollo 	<p>“¿Dónde estamos?”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>Tiempo: 30 min</p>	<p>Que el 80% de los participantes participe en la actividad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes reconozcan su pasado y presente para plantearse lo que quieren a futuro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento • Autenticidad • Autodeterminación • Autodesarrollo 	<p>“Historia de vida”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: hojas blancas y lápices.</p> <p>Tiempo: 60 min</p>	<p>Que el 70% de los participantes participe en la actividad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Que los participantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Autodesarrollo 	<p>“DOFA”</p>	<p>1. Humanos:</p>	<p>Que el 100% de los</p>

<p>conozcan sus capacidades, habilidades, disposiciones y las de sus compañeros.</p>			<p>Participantes y Facilitadores. 2. Materiales: hojas blancas y lápices. Tiempo: 60 min</p>	<p>participantes participe en la actividad.</p>
--	--	--	---	---

Sesión 6: Darse cuenta

Objetivo General:

Que los participantes enlacen todos los conocimientos obtenidos a lo largo del programa y su importancia para la realización del proyecto de vida.

Objetivos específicos	Contenidos	Estrategias	Recursos	Evaluación
- Que los participantes movilicen sus energías.	<ul style="list-style-type: none"> Caldeamiento 	“Resumen por vocales”	1. Humanos: Participantes y Facilitadores. Tiempo: 20 min	Que el 30% de los participantes participe en la actividad.
- Que los participantes se relacionen con los conceptos teóricos y pasos para la construcción del proyecto de vida.	<ul style="list-style-type: none"> Aprendizaje 	“Teoría del Proyecto de vida”	1. Humanos: Participantes y Facilitadores. 2. Materiales: Diapositivas,	Que el 70% de los participantes participe en la actividad.

<p>- Que los participantes expongan sus conocimientos relacionado al tema.</p>			<p>Video Beam y laptop.</p> <p>Tiempo: 40 min</p>	
<p>- Que los participantes realicen un reencuentro de las actividades realizadas durante todo el programa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Memoria y aprendizaje 	<p>“Recordando”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>Tiempo: 30 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>
<p>- Que los participantes dejen por escrito los conocimientos adquiridos durante el programa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento • Autenticidad • Autodeterminación • Autodesarrollo 	<p>“Cuestionario”</p>	<p>1. Humanos: Participantes y Facilitadores.</p> <p>2. Materiales: cuestionarios y lápices.</p> <p>Tiempo: 20 min</p>	<p>Que el 100% de los participantes participe en la actividad.</p>

ANEXO B
MANUAL DEL FACILITADOR

MANUAL DEL FACILITADOR

SESION 1: ¿Quién creo que soy? y ¿Cómo creen los demás que soy?

Objetivo General de la Sesión:

- Que los participantes tengan un contacto inicial con las facilitadoras, conozcan las características del programa en el cual van a participar y tengan un primer contacto con su autoconocimiento.

Preparación del ambiente:

Previo a la llegada de los participantes las facilitadoras organizaran el salón colocando los asientos formando en un círculo, donde cada uno de los participantes logre observar al resto de sus compañeros.

INICIO

“Yo –tu, tu-yo”

Objetivos específicos:

- Que los participantes recuerden sus relaciones previas para fortalecer los lazos.
- Que los participantes puedan conocerse mejor.

Descripción: Cada uno de los participantes deberá presentarse con uno de compañeros, para esto el grupo será previamente dividido en grupos de dos. La instrucción será: *“Para comenzar con nuestras actividades y con la finalidad de conocernos un poco mejor comenzaremos por presentarnos de una forma novedosa. A continuación, nos dividiremos por parejas, por favor colóquense con el compañero que tienen a su derecha, comenzando por aquí (se señala uno de los participantes), ahora uno de ustedes es A y otro B. Ahora cada pareja deberá presentarse entre sí, para esto tendrán 10 minutos. Finalmente cada pareja se presentara frente al grupo pero con la variable de que a partir de la información compartida entre cada pareja “A” presentara a “B” y “B” presentara a “A”. ¿Tienen alguna duda?”*

Procesamiento:

Durante de la presentación de cada una de las parejas hacer énfasis en que cada uno tome las posturas, tono de voz y características más resaltantes del compañero que está presentando. Resaltar todas aquellas características que el grupo no conocía de la persona.

Tiempo: 15 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no se sientan en confianza con el compañero que les corresponde presentarse.
- Que mientras los dos voluntarios se presentan, los demás participantes se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad

DESARROLLO

“La Telaraña”

Objetivo específico:

- Que el participante realice valoraciones y autovaloraciones hacia sí mismo y hacia el grupo.

Descripción:

Los participantes deberán organizarse de pie en un círculo, en el medio del salón, uno de las facilitadoras tendrá una bola de estambre o pabilo con la cual se dirigirá la actividad. La instrucción será: *“A continuación, nos gustaría que se colocarán de pie y formen un círculo donde todos podamos vernos. Ahora, ¿ven esta bola de estambre? (se le entrega a uno de los participantes). Nos gustaría que tomes la punta del estambre y le pases a uno de tus compañeros, pero antes de pasarlo debes hacerle una pregunta que puede ser del grupo que comparten o una pregunta personal. La otra persona al recibir el estambre debe responder a la pregunta y realizarle otra a cualquiera de sus compañeros y así sucesivamente hasta que todos hayan participado”*.

Procesamiento:

Después del ejercicio, los facilitadores se podrán sentar en círculo con los participantes a discutir el ejercicio, algunas preguntas posibles para la discusión podrían incluir:

1. ¿Conocieron características nuevas de sus compañeros?
2. ¿Consideran que todos fueron sinceros en sus respuestas?
3. ¿Creen que es importante el conocerse más como grupo y como persona?

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que se les dificulte realizar alguna pregunta a sus compañeros.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

“Lluvia de ideas”

Objetivo específico:

- Que los participantes identifiquen que conocen como proyecto de vida.

Descripción:

Con los participantes ubicados en las sillas en forma de círculo se comenzará la actividad, donde se les pedirá a uno de los participantes que plasme en la pizarra las palabras claves de los comentarios que emitan sus compañeros acerca de que es el proyecto de vida para lograr construir un concepto de este término para el grupo. La instrucción será: *“A continuación, partiendo de la información que ustedes nos brinden construiremos nuestro concepto del proyecto de vida. Para comenzar nos gustaría tener un voluntario que haga las anotaciones en la pizarra de la información aportada por cada uno de ustedes. Ahora, nos gustaría que de forma voluntaria cada uno nos diga ¿Que conocen como proyecto de vida?, ¿cuáles son sus características?, ¿Cómo creen que deben ser realizados?, y cualquier otra información que ustedes consideren pertinentes para la realización de nuestro concepto grupal de proyecto de vida”.*

Procesamiento:

Durante la actividad, las facilitadoras se podrán sentar en el círculo con los participantes e ir discutiendo cada una de las opiniones emitidas y contrastar lo dicho con la teoría y las opiniones del resto de los participantes. Finalmente, se las facilitadoras con toda la información recopilada y a la luz de la teoría construirán un concepto de proyecto de vida con el que se trabajará a lo largo de las sesiones.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que no tengan ningún tipo de conocimiento del término proyecto de vida.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

CIERRE**“Chequeo de expectativas”****Objetivo específico:**

- Que los participantes expongan las expectativas que tienen con el programa en general y/o el tema de trabajo.

Descripción:

Para la realización de esta actividad es fundamental que todos los participantes emitan su opinión y responder de forma asertiva a cada una de sus inquietudes. La instrucción será: *“Hasta este momento hemos realizado algunas actividades y explicado como iremos conformando nuestro proyecto de vida. Ahora, nos gustaría que nos dijeran que esperan de este programa es decir, cuáles son sus expectativas. Además es también importante que nos digan cómo se van de esta sesión. Lo haremos todos (incluyendo las facilitadoras), comenzaremos por mí y sucesivamente la persona que tienen a su derecha.*

Procesamiento:

Durante las intervenciones de cada uno de los participantes las facilitadoras podrán emitir comentarios, aclarar inquietudes y explicar algún punto del programa que no haya quedado claro para los participantes.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

SESIÓN 2: “Invitación al autoconocimiento”

Objetivo General:

- Que los participantes se aproximen al conocimiento de sí mismo así como de su autenticidad para obtener una mayor comprensión de sus relaciones para la realización del proyecto de vida.

Preparación del ambiente:

Previo a la llegada de los participantes las facilitadoras organizaran el salón colocando los asientos formando en un círculo, donde cada uno de los participantes logre observar al resto de sus compañeros.

INICIO

“El director”

Objetivo específico:

- Movilizar la energía de los participantes a través de un ejercicio dinámico.

Descripción: Al entrar al salón se conformará con todo el grupo un círculo en el centro del salón, luego de darles la bienvenida al grupo se pedirá un voluntario y este deberá salir del aula. La instrucción será: *“A continuación, un voluntario saldrá del salón de clases, mientras elegimos al director de orquesta, después volverá a entrar y deberá descubrir quien es el director elegido (sale el participante voluntario). Ahora decidiremos al director y este deberá hacer gestos o movimientos que el resto de la clase tiene que imitar, la persona que ha salido al principio se ubicará en el centro y tiene que intentar descubrir quién es el director de orquesta. La idea es que como equipo eviten ser descubiertos”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deben enfocarse en que el director cambie de movimientos para dinamizar el ejercicio.

Tiempo: 15 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no comprenda la instrucción
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad

DESARROLLO

“El bazar mágico”

Objetivo específico:

- Que el participante realice valoraciones y autovaloraciones críticas o reflexivas.

Descripción:

Se ubica a los participantes en sus asientos formando un gran círculo en el medio del salón donde todos logren verse las caras. La instrucción será: *“A partir de este momento imagínense que nos encontramos en un gran bazar donde hay de todo. Este bazar es mágico y especial: cada cual puede tomar la característica que más desearía tener y en cambio puede dejar lo que menos le gusta de sí mismo. Solo se puede entrar una vez para dejar y coger otra cosa. Cada uno debe escribir en los papeles que se les facilitaran a continuación, lo que dejaría y en otro lo que tomaría, una vez que todos tengan escritos sus papeles van entrando en el bazar y colocaran lo que desean dejar en el piso y llevaran a sus asientos con lo que se quieren quedar”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán ir haciendo referencia a distintas áreas del bazar e ir invitando a los participantes a dejar esas características que ya no desean en el lugar que se sientan más a gusto. Al finalizar todos deben participar y algunas preguntas que se pueden hacer son las siguientes:

1. ¿Por qué deseas dejar esa característica?

2. ¿Por qué deseas adquirir esas características?

3. ¿Qué te hace falta para adquirir o dejar esas características?

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que se les dificulte encontrar características de sí mismo.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

CIERRE

“Quien soy”

Objetivo específico:

- Que los participantes a través de las percepciones de sus compañeros aprecien características propias y realice comparaciones con la apreciación que tiene de sí mismo.

Descripción:

Para la realización de esta actividad se tomara como punto de partida la actividad anterior. La instrucción será: *“Hasta este momento hemos conocido algunas características de nosotros mismos, unas mas presentes que otras en nuestro día a día. Ahora, los invitamos a hacer una lista con tres características propias tanto positivas como negativas y que se encuentran presente sobre todo en este grupo (pueden incluirse las dos expuestas en el ejercicio anterior) luego, de forma voluntaria nos gustaría que las expongan al grupo y los demás diremos que tanto percibimos en la persona esa característica dentro de este grupo. Es importante que cada comentario que hagamos parta desde el respeto y la tolerancia”*

Procesamiento:

Durante las intervenciones de cada uno de los participantes las facilitadoras podrán emitir comentarios, dar el derecho de palabra y dirigir la discusión buscando que los participantes obtengan la mayor de información posible acerca de como los

percibe el grupo. Al finalizar se les pedirá a los participantes que para la siguiente sesión amplíen a por lo menos 20 características esta actividad.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

SESIÓN 3: “¿Cómo me veo y como me ven los demás?”

Objetivo General:

- Que los participantes realicen una exploración profunda sobre el autoconocimiento y autoeficacia de sus relaciones y su importancia para la realización del proyecto de vida.

Preparación del ambiente:

Previo a la llegada de los participantes las facilitadoras organizaran el salón colocando los asientos formando en un círculo, donde cada uno de los participantes logre observar al resto de sus compañeros.

INICIO

“Discusión dirigida”

Objetivo específico:

- Que los participantes profundicen en los conocimientos mediante un análisis crítico de los temas y estimular la comunicación interpersonal, la tolerancia y el trabajo en equipo.

Descripción:

Al entrar al salón se conformará con todo el grupo un círculo en el centro del salón sentados en sus asientos, se les dará la bienvenida y luego se les indicara la siguiente instrucción: *“en este momento nos gustaría saber como estuvo su semana, cuales son sus inquietudes con respecto a lo que hemos hecho hasta hoy y cualquier otra cosa de la cual les guste hablar con respecto a este grupo”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deben enfocarse en que la conversación fluya, creando un ambiente cálido y donde se les de respuesta a cada una de las inquietudes y planteamientos de los participantes.

Tiempo: 15 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no traigan ningún tema a la discusión.

DESARROLLO**““Análisis de Características””****Objetivo específico:**

- Que los participantes concienticen algunas de las características de sí mismos fomentando así su autoconocimiento.

Descripción:

Se ubica a los participantes en sus asientos formando un gran círculo en el medio del salón donde todos logren verse las caras, es importante que cada participante tenga la actividad asignada la sesión anterior de las 20 características personales. La instrucción será: *“A continuación, nos gustaría que voluntariamente expongan las características que colocaron en sus hojas y sobre todo nos mencionen como se sintieron durante el transcurso ésta. Es muy importante que sean sinceros y resalten sobre todo aquellas emociones y sentimientos que afloraron durante la actividad”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán ir dirigiendo la actividad, asignando el derecho de palabra y haciendo las siguientes preguntas según sea el caso:

1. ¿Cómo les fue realizando la actividad?

2. ¿les costó encontrar sus características?
3. ¿Cuáles fueron mas sencillas las positivas o las negativas?
4. ¿en algún momento de sus vidas se habían sentado a revisar sus propias características?

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que se les dificulte encontrar características de si mismo.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

CIERRE

“Ventana de Johari”

Objetivo específico:

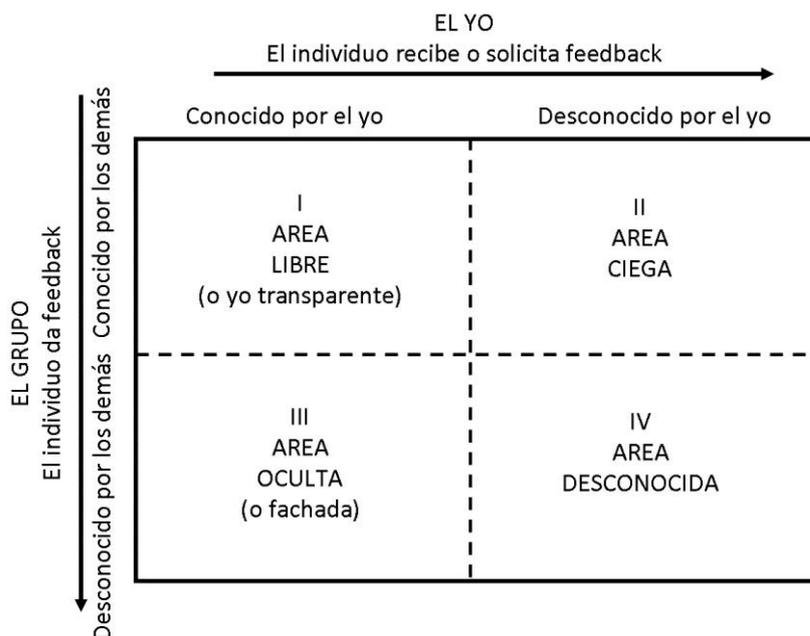
- Que los participantes expresen lo que piensan de cada uno de los otros miembros.

Descripción:

Se ubica a los participantes en sus asientos, de forma circular de manera que puedan ir rotando cada quien su hoja. La instrucción será: “a continuación, van a delimitar con un lápiz (color, bolígrafo, etc.) cuatro espacios en la hoja blanca que tiene cada uno, esta actividad es llamada la ventana de Johari, donde cada espacio delimitado es una ventana, la primera es llamada el área publica o libre, que es la parte de nosotros mismos que los demás también ven. Son comportamientos que dejamos al descubierto, ya sean buenos o malos. La segunda es el área ciega, es la parte que los otros perciben pero nosotros no, es decir, lo que los demás saben de nosotros y no nos cuentan. Lo que comunicamos sin saberlo. La tercera es el área oculta, es el espacio personal privado. Lo que sabemos de nosotros mismos pero que no queremos compartir. Y por último el área desconocida, es la parte más misteriosa del subconsciente que ni uno mismo ni los demás logran percibir”.

Procesamiento:

Los facilitadores dibujaran la ventana de Johari en el pizarrón para explicar a cada uno de los participantes:



Los participantes podrán recibir o solicitar feedback al resto de los compañeros con respecto a lo que escribieron en su hoja.

Las facilitadoras, preguntaran a cada uno de los participantes:

- ¿Cómo se sintieron con la actividad?
- ¿De qué se dieron cuenta?

Tiempo: 90 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes no deseen escribirle a sus compañeros lo que piensan y/o ven de ellos.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

SESIÓN 4: “¿Cómo estoy conmigo?”

Objetivo General:

- Que los participantes efectúen la autodirección de los mecanismos de cohesión y consistencia personal a través de los proyectos de vida.

Preparación del ambiente:

Previo a la llegada de los participantes las facilitadoras organizaran el salón colocando los asientos formando en un círculo, donde cada uno de los participantes logre observar al resto de sus compañeros.

INICIO

“Películas”

Objetivo específico:

- Movilizar la energía de los participantes a través de un ejercicio dinámico.

Descripción: Al entrar al salón se dividirá a los participantes en tres grupos enumerándolos del 1 al 3, una vez enumerados se colocaran en distintos puntos del salón donde se pueda diferenciar los grupos. La instrucción será la siguiente: *“A continuación, cada equipo deberá elegir un voluntario, este representará mediante mímica alguna película que previamente le diremos las facilitadoras, su equipo deberá adivinar lo mas rápido posible de que película se trata. Es importante que recuerden que no pueden hablar ni emitir ningún sonido. Cada grupo tendrá dos oportunidades”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán decir películas que sean de fácil reconocimiento y canalizar las energías del grupo.

Tiempo: 15 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no conozcan las películas.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

DESARROLLO

“Persona, palabra, lugar”

Objetivo específico:

- Que el participante refleje cómo se siente consigo mismo.

Descripción:

Se ubica a los participantes en sus asientos formando un gran círculo en el medio del salón donde todos logren verse las caras. El ejercicio consta de varias partes, para la primera la instrucción será: *“A continuación nos gustaría que cada uno de ustedes piensen en una persona, una palabra y un lugar que sea representativo e importante para cada uno”* se les da 10 minutos para esto y luego, se les pide al grupo que se enumeren del 1 al 3, de manera que las personas enumeradas con el 1, sean un grupo, con el 2, otro grupo y lo mismo las personas con el número 3. Una vez conformados los grupos, la instrucción es la siguiente *“Ahora es necesario que discutan entre ustedes acerca de la persona, la palabra y el lugar que cada uno considera importante, para luego en consenso elegir una sola persona, una única palabra y un solo lugar que les parezca representativo a su grupo”*. Finalmente, luego de que los grupos escogen su persona, su palabra y su lugar más representativo, se vuelve a reunir el grupo completo y se exponen los acuerdos a los que llegó cada pequeño grupo; para que finalmente se llegue a un consenso de general y se logre escoger una persona, una palabra y un lugar que en común les parezca importante y significativo a todo el grupo.

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán ir haciendo referencia el porqué de las elecciones personales, en los pequeños grupos y en finalmente en todo el grupo. Resaltando el ¿Por qué? y ¿para que? De cada una de las personas, palabras y lugar elegidas.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que se les dificulte encontrar alguna de las palabras solicitadas.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

CIERRE**“Autorretrato”**

Objetivo específico:

- Que los participantes reconozcan cuál es su nivel de autoaceptación, reflejando la congruencia entre lo que piensa y las acciones que realizan día a día.

Descripción:

Para la realización de esta actividad se les facilitará a los participantes una hoja de papel y lápices o colores. La instrucción será: *“A continuación le entregaremos una hoja donde nos gustaría que dibujen la silueta de su cuerpo, resaltando sus características y que sea lo mas parecidos a ustedes. Ahora necesitamos que indiquen en su dibujo lo siguiente:*

- *Frente a la cabeza: 3 ideas que no se dejará quitar por ningún motivo.*
- *Frente a la boca: 3 expresiones de las que ha tenido que arrepentirse.*
- *Frente a los ojos: 1 cosa que vio que le impresionó.*
- *Frente al corazón: 3 amores que nadie le arrancará.*
- *Frente a las manos: 2 acciones imborrables.*
- *Frente a los pies: 1 metida de pata.*

Finalmente, cuando cada uno de ustedes termine su dibujo, nos gustaría que de forma voluntaria muestren sus dibujos”

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán ir dirigiendo la actividad, asignando el derecho de palabra y haciendo las siguientes preguntas según sea el caso:

1. ¿Cómo les fue realizando la actividad?
2. ¿les costó encontrar sus características?
3. ¿Cuáles fueron mas sencillas?

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.

- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

***ASIGNACIÓN DE HISTORIA DE VIDA**

SESIÓN 5:

“¿Dónde estuve, donde estoy y a dónde voy?”

Objetivo General:

- Que los participantes conozcan sus competencias (habilidades, conocimientos, disposición) de manera que orienten la construcción de su proyecto de vida.

Preparación del ambiente:

Previo a la llegada de los participantes las facilitadoras organizaran el salón colocando los asientos formando en un círculo, donde cada uno de los participantes logre observar al resto de sus compañeros.

INICIO

““¿Dónde estamos?””

Objetivo específico:

- Que los participantes concienticen los conocimientos obtenidos en las sesiones previas y en qué etapa se encuentran en el proceso de formación de su proyecto de vida.

Descripción: Al entrar al salón se conformará con todo el grupo un círculo en el centro del salón, es importante que todos los participantes tengan una visión clara del pizarrón. La instrucción será: *“A continuación, exploraremos cada una de los contenidos tratados hasta este punto en las 4 sesiones anteriores. Los invito a que emitan su opinión acerca de que han aprendido hasta este punto, ¿Qué han aprendido? ¿De que le han servido las sesiones? ¿Qué se han llevado?”* Una vez finalizada esta lluvia de ideas y colocadas las ideas principales en la pizarra se da la siguiente instrucción: *“ahora, hablaremos acerca de las 4 dimensiones personales trabajadas hasta aquí Autoconocimiento, autenticidad y autodesarrollo”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán orientar la discusión a obtener la mayor cantidad de información posible, haciendo preguntas como:

1. ¿Qué significa este concepto para ti?
2. ¿Cómo lo definirías tú?
3. ¿Para que es importante en la conformación de tu proyecto de vida?
4. ¿Crees que las actividades han tenido relación con estos términos?

Tiempo: 15 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no intervengan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad

DESARROLLO

“Historia de vida”

Objetivo específico:

- Que los participantes reconozcan su pasado y presente para plantearse lo que quieren a futuro.

Descripción:

Se ubica a los participantes en sus asientos formando un gran círculo en el medio del salón donde todos logren verse las caras. La instrucción será: *“A partir de este momento nos gustaría que de forma voluntaria nos digan como se sintieron realizando sus historias de vida, ¿cuanto tiempo les llevo?, ¿les gustó la actividad?, ¿para que les sirvió?, ¿de que se dieron cuenta?”*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán ir orientando la discusión hacia el contacto con emociones y enlaces que sean útiles para que los participantes

observen la relación que tiene el pasado con el lugar donde se encuentran ahora y su visualización a futuro.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no traigan su historia de vida a la sesión.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad

CIERRE

“DOFA”

Objetivo específico:

- Que los participantes intercambien sus apreciaciones acerca de si mismo y sus compañeros explorando sus debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas.

Descripción:

Para la realización de esta actividad se dividirá al grupo en parejas, de ser un número impar se formara un trio. La instrucción será: *“Hasta este momento hemos conocido algunas características de nosotros mismos, unas mas presentes que otras en nuestro día a día. Ahora, los invitamos a hacer una lista con tres características propias tanto positivas como negativas y que se encuentran presente sobre todo en este grupo (pueden incluirse las dos expuestas en el ejercicio anterior) luego, de forma voluntaria nos gustaría que las expongan al grupo y los demás diremos que tanto percibimos en la persona esa característica dentro de este grupo. Es importante que cada comentario que hagamos parta desde el respeto y la tolerancia”*

Procesamiento:

Durante las intervenciones de cada uno de los participantes las facilitadoras podrán emitir comentarios, dar el derecho de palabra y dirigir la discusión buscando que los participantes obtengan la mayor de información posible acerca de como los

percibe el grupo. Al finalizar se les pedirá a los participantes que para la siguiente sesión amplíen a por lo menos 20 características esta actividad.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes no sientan confianza con las parejas que se conformen.
- Que mientras un participante interviene, los demás se distraigan.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

SESIÓN 6: “Darse cuenta”

Objetivo General:

- Que los participantes enlacen todos los conocimientos obtenidos a lo largo del programa y su importancia para la realización del proyecto de vida.

Preparación del ambiente:

Previo a la llegada de los participantes las facilitadoras organizaran el salón colocando los asientos formando un círculo, donde cada uno de los participantes logre observar al resto de sus compañeros.

INICIO

“Resumen por vocales”

Objetivo específico:

- Que los participantes movilicen sus energías.
- Que los participantes concienticen los conocimientos obtenidos en las sesiones previas.

Descripción: Al entrar al salón se conformará con todo el grupo un círculo en el centro del salón, todos deberán estar de pie y se les dará la siguiente instrucción: “A

continuación, escogeremos 3 voluntarios los cuales usando solo una vocal deberá decir un resumen de todo lo trabajado hasta este momento en las 5 sesiones previas”

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán realizar preguntas que dinamicen la actividad con el fin de movilizar el grupo.

Tiempo: 15 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes pierdan el interés por la actividad

DESARROLLO

“Teoría del Proyecto de vida”

Objetivo específico:

- Que los participantes se relacionen con los conceptos teóricos y pasos para la construcción del proyecto de vida.

Descripción:

Se ubica a los participantes de forma tal que todos logren observar con claridad la zona donde se proyectara la imagen del video beam. La instrucción será: *“A partir de este momento comenzaremos una exposición acerca de la teoría del proyecto de vida y se brindaran los paso para la conformación de este, además de un video que nos orientara mejor en esta conformación de nuestro proyecto de vida, es fundamental su intervención a lo largo de la exposición además de que estaremos a su total disposición para responder sus dudas”.*

Procesamiento:

Durante la actividad las facilitadoras deberán corroborar que los participantes estén comprendiendo la información, además de fomentar la participación.

Tiempo: 20-25 minutos

Riesgos de la aplicación:

- Que los participantes se distraigan durante la exposición.
- Que los participantes pierdan el interés por la actividad.

CIERRE

Objetivo específico:

- Que los participantes dejen por escrito los conocimientos adquiridos durante el programa.

Descripción:

Se hace entrega a cada participante del cuestionario donde deberá responder 4 preguntas que se muestran a continuación por cada sesión recibida del programa

Cuestionario:

SESIÓN 1, 2, 3, 4, 5 y 6:

¿Cómo llegaste a la sesión?

¿Qué aprendiste durante la sesión?

¿Cuál es el mayor aporte que te llevaste de la sesión?

¿Cómo te fuiste de la sesión?

Tiempo: 20 minutos

ANEXO C
GUIÓN DE ENTREVISTA FINAL

GUIÓN DE ENTREVISTA

- ¿Al ingresar en el Programa Samuel Robinson, tenías planteado un proyecto de vida? _____
- Si es afirmativa la pregunta anterior, ¿Qué consideraste? ¿Para qué lo consideraste?

AUTOCONOCIMIENTO:

¿Qué conocías de ti mismo antes de iniciar el Programa de PV?

Al finalizar el programa ¿Consideras que tu autoconocimiento, ha cambiado?

AUTODETERMINACION:

¿Antes de comenzar el programa de PV tenías metas claramente definidas?

Al finalizar el programa de PV ¿Consideras que hubo algún cambio en tus metas?

En tu opinión ¿qué papel juega el planteamiento de metas dentro del proyecto de vida?

Una vez establecidas las metas, ¿hay claridad en cuanto a cursos de acción a seguir?

(¿Cómo, cuándo, dónde?)

AUTODESARROLLO:

Antes de iniciar el programa de PV ¿Conocías tus cualidades, habilidades, etc. que posees para alcanzar esas metas propuestas?

¿Hacia qué áreas diriges tu proyecto de vida en este momento? (personal, profesional, familiar, social, académico, etc.)

¿Qué cualidades posees que te ayudaran a alcanzar tus metas?

AUTENTICIDAD:

Teniendo en cuenta lo que han compartido, ¿qué medida crees que lo que están haciendo responde a los proyectos de vida que comentaron al principio?, ¿hay algún elemento que cambiarías?

¿Consideras que has permanecido fiel a tu proyecto inicial? (en caso de tenerlo)

EVALUACIÓN DEL PROGRAMA:

Para finalizar ¿Qué te llevas del Programa de PV?