



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.

**ESTUDIOS INCORPORADOS A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

NÚMERO Y FECHA DE ACUERDO DE VALIDEZ OFICIAL 8931-25

TESINA PROFESIONAL

**CONFORMACIÓN DE PROYECTO DE VIDA PARA
MOTIVAR ADOLESCENTES**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

JUAN ALEJANDRO ROMERO TORRES

ASESOR:

PSIC. ANABEL VILLAFAÑA GARCIA

ORIZABA, VER.

2021



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos

A mi madre: Que con tu alma le llevaste luz a cientos de personas desamparadas sin pedir nada a cambio. Retumbe el cielo con tu llegada y se alcen las guirnaldas, no dejaste tristeza sino un inmenso legado que con alegría estoy dispuesto a continuar y a compartir con todo aquel que lo necesite. Estuviste conmigo desde el principio y yo te acompañé en el final de tu vida terrenal, pero tu recuerdo vivirá por siempre.

A mi padre: Eres la viva imagen de que no importa cómo comienzan las historias, eres tú quien define el cómo finalizan. Sabes cómo apoyarme y brindarme un consejo oportuno cuando me siento oportuno brindándome de tu vasta experiencia. Espero estar contigo muchísimo tiempo más.

A mis maestros: Cada uno de ustedes fue impregnando un toque de su esencia para formar lo que soy ahora. Seguro que tienen diversos recuerdos de mí, y espero que alguno de ellos les saque una sonrisa.

A todas las personas que han sido parte de mi integración como profesionalista y como ser humano: Gracias, amigos míos.

Eres fuego en invierno ♥

ÍNDICE

Resumen.....	4
Introducción.....	5
Capítulo I. Proyecto de vida	
1.1 Proyecto de vida	8
1.2 Conocimiento e identificación de las preferencias vocacionales en adolescentes para desarrollar un proyecto de vida	15
1.3 Estudios sobre proyecto de vida	21
Capítulo II. Motivación	
2.1 Motivación y Modelos	28
2.2 Motivación escolar	35
2.3 El papel del psicólogo en el proceso de Orientación Vocacional	39
Capítulo III. Modelo y área psicológica.	
3.1 Modelo psicológico: Humanista.	43
3.2 Área de la psicología: Psicología Educativa	58
CONCLUSIONES	62
REFERENCIAS	65

Resumen

A lo largo de este trabajo se realizará una investigación teórica sobre el Proyecto de Vida en adolescentes en correlación con la motivación que se tiene a través del trayecto escolar, además de diversos modelos de motivación. Se analizaron conceptos que tienen que ver con el tema en cuestión, tales como actitudes, aptitudes, el concepto de adolescente, cómo van desarrollando su personalidad, así como los cambios que conlleva la transición de la niñez a la pubertad; los aspectos a tener en cuenta en cuanto a la elección de una carrera profesional y lo que conlleva una decisión de tal magnitud, así como la función que ejerce el psicólogo en una institución educativa con los estudiantes, profesores, padres de familia y personal administrativo. Así mismo, se da una revisión de estudios pasados en una población de estudiantes de ambos sexos en un rango de edad de entre 12 a 20 años, lo que corresponde a la secundaria, preparatoria e inicios de la universidad para determinar las razones que los motivan a seguir estudiando. Igualmente ahondamos de una manera resumida en la historia del Humanismo y a sus principales exponentes, así como las técnicas mayormente empleadas en esta llamada “Tercera Fuerza” de la Psicología enfocadas a que el adolescente tenga una decisión consciente sobre lo que quiere hacer a lo largo de su vida personal y profesional.

Introducción

Resulta cada vez más difícil hablar de educación en México, donde la pobreza y la tasa de desempleo van en aumento, entre otras consecuencias, puesto que diversas situaciones adversas a los seres humanos se desprenden de no contar con una idea clara de ¿a dónde se quiere llegar en la vida? Llevándolo a deambular sin rumbo. Hablamos de embarazos no deseados a una corta edad, deserción escolar, fuerza de trabajo no capacitada, empleo informal, nivel socio-económico precario, analfabetismo, delincuencia, violencia intrafamiliar, y baja estima. Estas son solo algunas de las consecuencias que trae consigo la deserción escolar, algo que es verdaderamente preocupante.

En nuestro país, la SEP estima que durante el ciclo escolar 2018-2019 un 12.9% de estudiantes de Educación Media Superior se dio de baja de la escuela. En cuanto a la Educación Superior se estima que se sufrió aproximadamente un 8% de deserción escolar, lo equivalente a 305 mil 89 universitarios.

Es determinante conocer los motivos que orillan a los estudiantes a tomar la decisión de abandonar la escuela en índole de evitar este fenómeno que frena el crecimiento en nuestra sociedad, sea a nivel grupal o personal. Varias instituciones nacionales e internacionales se encargan de combatir la deserción escolar implementando

programas de ayuda económica, sin embargo, el dinero no es el único determinante para dejar de estudiar cómo se explicará a continuación.

Estos son tiempos de intensa competencia, donde cada vez es más difícil conseguir un empleo que cubra nuestras necesidades, y más aún si no sé tiene claro lo que se quiere obtener. Es aquí donde recae la importancia de tener psicólogos capacitados y en constante actualización en instituciones educativas, puesto que son los encargados de dar una orientación adecuada a los adolescentes sobre tomar una elección racional de una profesión y lo que quieren llegar a ser en la vida.

Es por ello que el objetivo de este trabajo es analizar la etapa adolescente y su elección de carrera profesional, en cómo la conformación de Proyecto de Vida puede motivarlos a seguir estudiando mediante la revisión teórica y análisis de libros, artículos y textos informativos acerca de los temas en cuestión.

El Capítulo I, se encarga de conceptualizar el Proyecto de Vida y palabras conceptos propios, tales como vocación y actitudes, además de ofrecernos una visión de manera general sobre el desarrollo de una persona desde su infancia y las diferentes etapas que conlleva y el desarrollo de la personalidad, además de analizar algunos estudios realizados sobre Proyecto de Vida.

El Capítulo II, se enfoca en el significado de la motivación y la explica de acuerdo a diversos autores creadores de diferentes modelos que nos ayudan a comprenderla de mejor manera. Así mismo y de manera más concisa nos habla en específico de la motivación escolar y cómo se logra crear y mantenerla en los estudiantes, además de revisar cuál es el papel que desempeña un psicólogo en las escuelas.

Por último, el Capítulo III da un contexto psicológico al Humanismo y a sus principales autores, además de abordar las técnicas utilizadas por este enfoque, para finalizar con una revisión de la función que tiene la Psicología en el ámbito de específico de la educación.

CAPÍTULO I

PROYECTO DE VIDA

1.1. Proyecto de Vida.

Llega cierto momento en la vida de todo ser humano en que le es necesario dar respuesta a muchas de las incógnitas que se les han ido presentando a lo largo de su existencia y surgen otras nuevas, por ejemplo, ¿A qué me quiero dedicar realmente?, ¿Qué será de mí en veinte años?, ¿Qué es lo que de verdad me apasiona hacer?. Es por ello que es importante que las personas se tracen un rumbo, cada uno diferente del resto y que depende de múltiples factores de acuerdo a su contexto, para ello se requiere de una guía personal que le ayudará al adolescente a enfocarse en las cuestiones que le ayuden a desarrollarse de una manera en la que ellos se conviertan en adultos plenos y funcionales en la sociedad, lo que se conoce como: Proyecto de Vida.

Conforme al paso de los años, el concepto de “Proyecto de Vida” ha tenido diferentes connotaciones y significados, siendo uno de ellos “la salida del hogar parental mediante la independencia económica lograda a través de un empleo o profesión, y la formación de una familia propia” (Medan, 2012, p. 82). Sin embargo, este concepto es demasiado reduccionista para todas las variables que afectan la vida de una persona, por lo cual es descartado fácilmente por ser univalente.

En un sentido de mayor amplitud, el Proyecto de Vida “se comprende, entonces, como un sistema principal de la persona en su dimensionalidad esencial en 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, 2000, p. 270).

Y por último, de manera más concisa se abordará un último concepto que abarca diferentes áreas psicosociales del individuo, pues entiende al Proyecto de vida como “la elaboración de planes a corto, mediano y largo plazo en lo personal, familiar y/o 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” (Cárdenas, 2008, p.57).

Habiendo definido concretamente el concepto, D’Angelo (1986) señala que las instituciones encargadas de impartir la educación a las personas también tienen la responsabilidad de forjar una visión amplia del mundo que otorgue a los jóvenes la capacidad de direccionar sus vidas hacia el rumbo que más les agrade de acuerdo a sus preferencias y aptitudes, ya que el Proyecto de Vida está conformado por todas las esferas sociales e individuales o psicológicas del adolescente y que no todas desembocan a un solo camino únicamente, ya que la motivación de cada quien es

distinta y lo que para uno pueda llevarle a la autorrealización a otro lo puede dejar insatisfecho (pp. 31-39).

Se define a las preferencias como una serie de elecciones que toman los seres humanos influenciados por su personalidad y el ambiente donde se maneja el individuo partiendo de experiencias previas y del conocimiento que se tiene sobre los gustos propios. Es importante tener en cuenta las aptitudes que posee el individuo, una aptitud es toda capacidad que se define en términos de algún tipo de desempeño o potencial de desempeño (el cual es una tarea) y de una clase de tareas muy similares. La aptitud es un término que se refiere a variaciones en los potenciales de los individuos para el desempeño actual en una clase de tareas definida (Uribe, 2009, pp. 254-262).

Se diferencian de las preferencias ya que éstas se refieren a una elección que toman las personas, independientemente si se han desarrollado de manera óptima en las actividades en las que claramente son hábiles, aptos. Ésta disyuntiva es de suma relevancia debido a que en lo que refiere a las aptitudes no hay una prueba en el ámbito psicológico que pueda identificarlas de manera precisa. Mientras que la palabra Vocación proviene del latín *Vocare* que en un sentido literal significa: Acción de llamar y se define como “inclinación natural que se tiene para dedicarse a cualquier actividad profesional con entusiasmo, compromiso y confianza” (Larrosa, 2010, p. 49).

Se considera que no solo es una elección consciente debido a cuestiones reales, hay motivos existenciales que van más allá de todo ello, pues existe en nosotros un deseo de trascendencia.

Para la mayoría de los profesionales que se dedican a estudiar la psique de las personas es de mucho interés el saber qué es lo que mueve a cada individuo, pues les resulta curiosa la cantidad infinita de razones de porqué una persona está en constante desarrollo y el cómo busca salir de su zona de confort para poder cubrir las necesidades que nuestra etapa de desarrollo exige.

Viktor Frankl (2004) decía en su libro *El hombre en busca de sentido* que el sentido de la vida está en encontrar algo que nos mueva, en hallar un propósito sin importar cuanto sufrimiento se haya pasado, ya que no se trata de busca una razón del porqué, sino un motivo del para qué que nos impulse a seguir adelante por cuenta propia, y que estos motivos pueden ser cosas que se encuentren en el presente o la esperanza de un futuro mejor (pp.105-107), pues cuando somos infantes estamos a merced de los cuidados y la educación de los padres, por lo tanto, cuando somos adolescentes y por ende más independientes de nosotros mismos queremos descubrir el mundo que nos rodea.

Éste sentido de vida puede ser descubierto al realizar valores de tres dimensiones:

1. Valores de creación, lo que un ser humano da en forma de trabajo, de transformación.

2. Valores de experiencia, o lo que un ser humano recibe gratuitamente del mundo en forma de vivencia estética, el encuentro humano amoroso.

3. Valores de actitud o la postura que el ser humano toma ante aquellas situaciones tipificadas por su irrepabilidad, irreversibilidad y fatalidad, por ejemplo, culpa, sufrimiento, dolor y muerte.

Así mismo, somos seres con capacidades cognitivas superiores a otras formas de vida, por lo que sería un error asegurar que lo que nos mueve a conseguir un empleo son únicamente aspectos económicos, hay infinidad de variables las que pueden influir en una elección de profesión y son varias las dimensiones en las que se desenvuelve el ser humano.

La personalidad es un cumulo de rasgos importantes, un factor determinante a la hora de encontrar una razón de vivir, pues de esta dependen muchas de nuestras acciones y comportamientos, así como las decisiones que vayamos tomando. Locke aseguraba que tanto la experiencia como la educación son fundamentales en la conformación de su desarrollo, puesto que al momento de nacer lo hacemos en un blanco total, absortos a una serie de estímulos y experiencias sensoriales que van llenando poco a poco nuestro interior.

El desarrollo de la personalidad es un proceso que dura varios años en el cual ocurren cambios significativos de acuerdo a la etapa por la que esté pasando el individuo, puesto que las vivencias adquiridas dependen del estilo de vida propio de la edad. Los cambios son de índole biológica, social y psicológica, siendo estos últimos los de mayor relevancia para la toma de decisiones óptimas y maduras, ya que cuando llegamos a la adultez es cuando por fin llegamos a la cúspide del desarrollo fisiológico que abarca hasta el momento de la muerte. A todo que se acaba de describir se le conoce como: desarrollo. (Hoffman et al, 1995, p. 334).

Los cambios que son de mayor significancia en la vida de un sujeto se dan en la adolescencia, esta etapa es ambivalente, porque por una parte se tienen mayores responsabilidades que un niño, pero no se tiene la madurez ni la libertad de un adulto. Es definida como una “transición del desarrollo entre la infancia y la adultez que implica cambios físicos, cognitivos y psicosociales importantes” (Papalia et al, 2009, p.461).

Es un proceso que llega con la pubertad, cuando los órganos sexuales alcanzan la capacidad de reproducción (madurez sexual), regularmente entre los 11 y 13 años, aunque esto se puede dar a una edad más temprana o retrasar un poco sin que realmente haya una alteración del crecimiento ya que todo esto depende de la cultura y la sociedad específica donde la persona se desarrolle. La pubertad se manifiesta de diferentes maneras en ambos sexos. Mientras que en las mujeres comienza con la menarquia (inicio de la menstruación) en los hombres se da con el engrosamiento de la voz y el comienzo de los sueños húmedos.

Una vez entendido el aspecto orgánico y nato de la personalidad, hay que saber que el primer contexto donde los seres humanos se desarrollan es la familia, que de acuerdo a sus usos y costumbres es como se van formando ciertas características que son propias del bagaje cultural en donde se desarrolla el sistema, sabemos que las sociedades cambian de acuerdo a la ubicación geográfica en la que nos encontremos, las tradiciones, nivel socioeconómico, esperanza de vida, gobierno y oportunidades laborales, todos estos aspectos configuran y tienen relevancia de cierto modo en nuestra personalidad.

Dar a conocer los conceptos básicos acerca del funcionamiento interno de los seres humanos es de suma importancia ya que en temas posteriores se abordará de lleno la conformación de la personalidad, las diferentes fases que conllevan el forjar una persona funcional en la sociedad actual desde la etapa escolar hasta el desarrollo de una carrera profesional con la preparación adecuada y la ayuda de la orientación vocacional que también de pie a la creación de un adecuado proyecto de vida.

“El individuo como actor de su desarrollo y como poseedor de potencialidades es un ser único, con una fuerza individual que logra su armonía en la pluralidad, porque es semejante a los demás seres humanos y porque la forma como se vincula con su entorno social le permite una articulación para poder reafirmarse en su identidad como miembro de la sociedad respetando normas, posibilidades, con ejercicios que, desde la convivencia, permiten reconocer lo individual en lo social” (Ruiz, 2011, p. 29).

1.2. Conocimiento e identificación de las preferencias vocacionales en adolescentes para desarrollar un Proyecto de Vida.

Una de las primeras tareas a las cuales se dedica un adolescente es la de encontrar una identidad personal desarrollando habilidades y realizando actividades sociales asimilando modelos y valores propuestos anteriormente en su vida, obtener vínculos óptimos con adultos y con otros adolescentes con el fin de que el alumno se plantee proyectos y metas a corto, mediano y largo plazo.

En primer término, el cambio de carácter se da de manera paulatina en la adolescencia. Si bien, cuando niños nos llaman la atención ciertas cosas los gustos cambian de una manera radical e inesperada, contrastando con el pensamiento común sobre de que las actividades en las se desempeña un niño van a seguir provocando interés cuando se conviertan en jóvenes; Como segundo postulado, los cambios anteriormente mencionados vienen acompañados de un sentido de despersonalización, donde el adolescente en ocasiones tiene sentimientos de perder su identidad, cuando en realidad es que recién comienzan a formarla.

Otra gran dificultad en la educación de los alumnos es su inherente naturaleza desafiante, durante los 12 y los 23 años el ser humano desarrolla cierto sentido de resistencia ante los adultos, manifestado en terquedad, groserías, negativismo, aislamiento, introversión y rebeldía hacia los adultos, ya que ellos representan opresión

y rigidez con respecto a ciertas normas que los adolescentes consideran estrictas (Petrovsky, 1980, pp. 119-120).

La Orientación Vocacional es el preámbulo a la decisión de una carrera universitaria, y es necesario que se le dé un seguimiento a lo largo de la preparatoria para tomar la opción adecuada de según las capacidades que hasta el momento haya demostrado el alumno.

“El orientador tiene como objetivo fundamental facilitar las elecciones y decisiones prudentes, así como promover la salud mental” (Tyler, 2005, p. 28). El alumno muchas veces viene sin conocimiento alguno sobre alguna carrera, otras veces tiene una en mente, pero encuentra más aspectos negativos que positivos y es necesario que se le dé respuesta más allá de un simple sí o no, se debe de reformular una idea de una manera concisa y clara. No se trata simplemente de brindar un acompañamiento emocional, se pretende que el alumno conozca tanto sus fortalezas como sus debilidades, analice sus logros. Si el alumno no es capaz de identificarlas, el orientador cuenta con diferentes instrumentos psicométricos en los que se puede basar para poder continuar con el trabajo.

La demanda y el tipo de labor que exige la sociedad va cambiando constantemente, las necesidades de hoy en día no son las mismas que en el siglo pasado o en el siguiente. “Algo fundamental en la filosofía de la educación de Sócrates fue su postura de que la verdad no puede ser definida por una autoridad absoluta, sino

que descansa escondida en cada mente. El papel del maestro es descubrir esa verdad aletargada” (Hothersall, 1997, p. 24).

Si bien el orientador es un profesional meramente enfocado en la clarificación de la toma de decisiones, para que esto se pueda ser posible es necesario que, aunque no sea un experto en diferentes ámbitos, se recomienda que sepa el campo laboral de distintas profesiones, deben adquirir algunos conceptos básicos sobre el trabajo. Los orientadores hacen un papel importante en la difícil tarea social de identificar el talento humano.

Una de las técnicas empleadas hoy en día para la Orientación Vocacional es la realización de la entrevista, en la cual el estudiante confronta sus capacidades y debilidades de acuerdo a la carrera que sea de su elección, esto con el fin de explorar diferentes alternativas que se adapten más a su perfil. Sin embargo, una limitante para la entrevista es la población que se tiene en las preparatorias, es por ello que se opta por el uso de las pruebas psicométricas con las cuales se espera obtener una medida cuantificable y de mayor precisión de las actitudes y debilidades mencionadas anteriormente para sortearle al adolescente las opciones en las cuales de acuerdo a la prueba se desempeñe de manera óptima (Fuentes, 2010, pp. 238-239).

Ante todo, surge una pregunta ¿Qué es lo que realmente impulsa a las personas? Para James los motivos son puramente instintivos, Freud decía que la conducta está regulada por los instintos de supervivencia mientras que Adler sugiere que adquirimos un sentimiento de inferioridad que hace que tengamos como motivo la compensación (Díaz, 2002, pp. 177-178)

Hoy en día la vida es un mundo en busca reconocimiento académico donde si realmente el alumno no se prepara de manera adecuada en su vida estudiantil no se podrá desarrollar plenamente en su vida laboral, se necesita una educación más especializada. Un error común de los estudiantes es que se dejan llevar por un plan educativo más que por la profesión en sí, además de que son seducidos por una carrera de un mayor prestigio porque eso le puede dar mayor estabilidad económica en lugar de darse el tiempo de conocerse y desarrollar habilidades hasta que llegue el momento de la elección.

Igualmente, la presión ejercida por los padres para que los hijos sigan la “tradicción” familiar de dedicarse a lo que ellos en su época lo hicieron, heredar una plaza o continuar haciendo crecer la compañía de sus progenitores hace que los estudiantes tomen una elección en contra de su voluntad. En cuanto a su crítica y cantidad de control ejercido por parte de los adultos al adolescente puede ser percibida por este como una especie de amor obsesivo que quita la propia libertad de elección. Sin embargo, si la presión es adecuada y no demasiado angosta y los jóvenes no

ponen en discusión excesiva los argumentos de sus padres es señal de que la relación entre ellos es bastante sana y da hincapié a una elección correcta de carrera profesional (Bartolomeis, 1983, p. 220-223).

Otro factor que afecta en la decisión es la influencia de las amistades y las parejas de los alumnos, se ha visto, sobre todo en preparatoria, que los jóvenes a la hora de tomar un área propedéutica, actividad paraescolar, formación para el trabajo, taller, club, etc., se dejan llevar por lo que digan los demás o para no quedarse en solitario a pesar de que no sea de su agrado.

El mundo se encuentra regido por una sociedad capitalista, esto hace que la mayoría de las personas tengan la idea errónea de que la adquisición de bienes costosos o de prestigio es igual a ser humanos auto realizados, por lo que los jóvenes más que buscar algo que les apasione buscan lo que les deje mayores ganancias, un alto estatus social y beneficios, sin realmente importarles si van a realizar un trabajo que verdaderamente les agrade. Esto causa un gravísimo problema, ya que a la larga se convertirán en profesionales poco comprometidos con su carrera y que la desempeñen de manera incorrecta o poco ético.

Para sintetizar lo visto en el párrafo anterior se puede resumir que la toma de una decisión para una vida profesional es todo un proceso que parte de antecedentes personales hasta la Orientación Vocacional que a su vez modifican su carácter y elecciones que como consecuencia llevará a los jóvenes por diferentes rumbos de

acuerdo a la individualidad, contexto e identidad de cada uno de ellos, por medio de la realización de tareas y de revisiones de la oferta tanto educativa como laboral (Ureña y Parrales, 2015, pp. 3-4).

Cabe destacar que, a pesar de contar con las herramientas necesarias para la decisión de una carrera, hay posibilidad de que el universitario durante sus estudios caiga en cuenta de que quizá la elección no fue la mejor, sea por la razón que sea. Además de todo esto, sabemos en la actualidad muchas veces no basta con una licenciatura debido a que la competencia laboral es demasiada y que los seres humanos nos encontramos en constante cambio. Con esto se hace énfasis en el sentido inherente del individuo en conseguir la autorrealización, además del deseo de no estancarse, de actualizarse constantemente por medio de realizar un Diplomado, Especialidad, maestría, Doctorado, etc. (Fuentes, 2010, p. 237).

Es imperante hacer hincapié en este hecho ya que no es posible decir que el Proyecto de Vida se mantiene estable. La única constante verdadera que hay es el cambio y las personas no estamos exentas de ello, siempre estamos pasando por transformaciones dependiendo de diferentes factores circunstanciales, personales, laborales, familiares, etc.; que modifican nuestras emociones y nuestra manera de pensar y ver las cosas, por lo tanto, es moldeable y se puede adaptar a las necesidades del individuo, sin embargo, es necesario que si haya un acompañamiento para que se

parta de una base sólida que sea el cimiento de un futuro prometedor y que lo haga llegar a la cúspide de la autorrealización.

1.3. Estudios sobre Proyecto de Vida

Son infinidad de cosas las que se relacionan con la conformación del Proyecto de Vida, desde la conformación de la personalidad hasta los valores, metas y objetivos que se planteen los adolescentes. El trabajo como orientador no se centra únicamente en reconocer los gustos del estudiante, es un proceso complejo que pone en duda si esas metas a las que se quieren llegar realmente tienen una posibilidad de realización de acuerdo al contexto del individuo y de la experiencia adquirida por este a lo largo de su vida familiar y escolar, pues se educa al hombre para la vida.

Todo lo anterior no significa que se le quite al joven la capacidad de elección debido a sus limitaciones actuales, que se abandone la capacidad de imaginación de una vida mejor, sino de que haya un enfoque hacia el camino que quiere seguir y que lo argumente y sostenga, todo esto gracias a la adquisición de una habilidad reflexiva crítica en torno a las capacidades actuales y la manera en desarrollar nuevas.

La realización de un Proyecto de Vida eficiente requiere que la persona quien lo realiza sea consciente de la complejidad de la vida misma y los riesgos a los que se

atiene como ser independiente y que al mismo tiempo sea funcional en grupo, que sea potencialmente sociable y que entable relaciones con las personas que le rodean.

Sin embargo, hay factores que entorpecen el Proyecto de Vida, como las crisis sociales que se vivan actualmente en el panorama social del individuo, las frustraciones personales con respecto a las limitaciones individuales o colectivas de su entorno familiar, el deterioro de las condiciones de vida, falsas expectativas o la falta de una personalidad bien cimentada que sea frágil y susceptible ante un mundo que por el momento le es desconocido.

Es por ello mismo que es de suma importancia que en la adolescencia se hayan desarrollado correctamente un sentido reflexivo-creativo, valores y estrategias que, en momentos de crisis o frustración, lo ayuden a superar las mismas y buscar soluciones ante cualquier conflicto u obstáculo (D'Angelo, 2004, pp. 3-17).

Dicho esto, el propio Doctor D'Angelo crea el Proyecto del Desarrollo Profesional Creador (DCP) para conseguir en el alumno las habilidades anteriormente descritas en su arduo trabajo. Asimismo, diferentes personas han replicado y contribuido a sus investigaciones por medio de artículos y trabajos científicos con el fin de contribuir a la población estudiantil al desarrollo de un proyecto de vida abordando conceptos tales

como la motivación, visión, aptitudes, actitud frente a la vida y contexto sociocultural del adolescente en cuestión a calidad de vida (Betancourth y Cerón, 2017, pp. 24-28).

Después de reconocer estos aspectos, ahora recae una tarea importante para el adolescente, que es la formación de un autoconcepto bien establecido, las investigaciones hechas por la Universidad de Aguascalientes señalan que si el alumno no es capaz de poder conocer su “Yo” será susceptible a la influencia de lo que los demás digan de él, y aunque esto sea parte de la formación misma del autoconcepto, como también lo son el cómo nos vemos frente a los otros y la perspectiva que tenemos de nuestros propios logros, con lo cual hay algunas cualidades que propician y potencian el desarrollo del mismo, tales como una actitud realista, una actitud flexible, actitud responsable y respetuosa, actitud positiva, actitud de satisfacción, actitud personal, actitud crítica, actitud de autocompasión y actitud de decisión (Ambriz, 2009, pp. 8-10).

Ante las posibles dificultades con las que se puede encontrar el orientador vocacional o el terapeuta es que debe de hacerle frente a todas aquellas faltas de adaptación a los problemas y las facultades anteriormente mencionadas, a todas aquellas necesidades que no ha suplido el adolescente, al sentimiento de desesperanza y de frustración ante un futuro que no le es certero y que le resulta, en cierta forma, completamente nuevo.

Para que el terapeuta pueda lograr superar todas estas necesidades, si bien es necesario tener en cuenta las mismas fallas y errores pasados, en primera instancia es importante utilizar los aspectos positivos con los que ya se cuentan, recursos que ayuden a establecer una correcta relación alumno-orientador para que se logre una correcta conexión entre ambos para que se realice un alentador proyecto de vida utilizando los recursos, virtudes y fortalezas con los que ya se cuenta para la creación de unos nuevos que ayuden a lograr los objetivos que se tienen contemplados por ambas partes (Daset, 2013, pp. 280-281).

La investigación realizada por Gualtero para la Universidad de Tolima, Colombia nos proporciona datos de un sondeo realizado a una población conformada por 48 mujeres y 50 hombres, siendo un total de 98 sujetos entre una edad de 10 y 20 años, poniendo mayor énfasis en los alumnos que cursan el bachillerato, ya que para ella son los que tienen un mayor interés en la realización de un Proyecto de Vida debido a su próximo ingreso a los estudios universitarios, pero también contempla egresados.

Las encuestas realizadas por la investigadora arrojaron datos de sumo interés para conocer aspectos personales de la muestra que fue encuestada, tales como que el 69.01% aún son solteros, el 28,17% tiene una relación estable a través de unión libre y el 2,82% restante se han casado, sin embargo, el 38% de ellos ya tienen entre 1 a 3 hijos. De igual manera, la mayoría de los encuestados mencionan que de alguna forma les hizo falta apoyo económico por parte de la familia, en contraste, también hay

algunos alumnos que mencionan que debido a su falta de interés por la escuela es el factor desmotivador para continuar con sus estudios universitarios, sin embargo, un dato curioso y contrastante señala que a pesar de todos los motivadores, casi absolutamente todos los participantes del análisis señalan la importancia de la Orientación Vocacional en los últimos grados de bachillerato para incentivar en los adolescentes el seguimiento de sus estudios (Gualtero, 2016, pp. 61-66).

Con todo lo anterior se encuentra que los estudiantes tienen diferentes motivaciones (o falta de ellas) tanto como para seguir estudiando como para dejar de hacerlo, y esto es más susceptible si no se cuenta con la debida orientación, y que, muy a pesar de que los mismos alumnos hagan énfasis en su importancia, esto en un contexto económico de clase media.

Otro estudio realizado por la Escuela de Educación de la Universidad Austral usando a una población total de 80 estudiantes divididos entre dos rangos de edad, el primero representando la adolescencia inicial que es de 12-13 años de edad y el segundo la adolescencia final de 18-19 años de edad. En el estudio se utilizó “Test de actitud de vida revisado versión en español adaptada a Argentina” el cual consta de 40 items y mide dimensiones como propósito, coherencia, responsabilidad, vacío existencial y búsqueda de objetivos.

Contrario a la investigación de la Universidad de Tolima, no hubo resultados ni estadísticas considerablemente significativas a pesar de que ambas muestras fueron de edades diferentes y acorde a todas las variables medidas. Sin embargo, algo interesante es que, a pesar de encontrarse en un rango de edad mucho menor, se logra apreciar que los participantes de entre 12 y 13 años de edad son los que se encuentran más preocupados por la realización de un Proyecto de Vida (Durand et al, 2016, pp. 232-234).

Lo demostrado en los estudios de la Universidad Austral refuerza el supuesto de que a pesar de que los individuos recién ingresados a esa etapa, ya saben tomar las cosas con más calma a comparación de sus contrapartes menores, esto debido a que no es una transición tan drástica ya que desde la juventud se tiene responsabilidades mucho mayores que de infantes, por lo que los adolescentes se toman la realización de un Proyecto de Vida como una presión agobiante ante un futuro incierto para ellos, dado la naturaleza de su inexperiencia en varios campos.

Diversas investigaciones se han realizado para conocer todo aspecto involucrado tanto en la Orientación Vocacional como en el concepto de Proyecto de Vida, es complicado llegar verdaderamente a una conclusión con el tema dado la condición del mismo. Intervienen una infinidad de factores que sería imposible contarlos todos, hablamos de situaciones donde intervienen cuestiones físicas, como el contexto sociocultural donde se desarrolla el individuo, el tipo de formación (plan educativo), las

amistades del alumno, su familia, el nivel económico del mismo, las instalaciones del campus donde se lleva a cabo la educación del alumno, etc; y psíquicas, tales como la conformación de la personalidad, la madurez del individuo, las preferencias, motivaciones, actitudes y capacidades del estudiante, por nombrar algunas cuantas.

Un estudio de nuestro país realizado en la Universidad Nacional Autónoma de México realizado a 12 jóvenes de entre una edad de 20 y 29 años para conocer su concepto de proyecto de vida con respecto a la perspectiva de desempleo que se tenía en el año 2013 basándose en cinco transiciones: la transición de la conclusión de los estudios formales, la transición hacia la inclusión al mercado laboral, la transición hacia la independencia familiar, la transición hacia el matrimonio y la transición de la maternidad o paternidad. El estudio concluyó que los jóvenes no tenían una concepción clara sobre su concepto de vida, siendo difuso y demasiado vago, tomando más en cuenta factores acerca de mejorar su empleo por sobre las otras transiciones, y que aquellos jóvenes que tenían más claro lo que querían con su vida se habían desenvuelto de mejor manera emocional y económica hasta ese momento, contrastando con quienes no tenían planes a largo plazo (Galindo et al, 2013, pp. 12-19).

A pesar de ser un tema difícil de concluir, el interés dado al mismo no es minimizado debido a la importancia de educar a los jóvenes para su futuro, ya que de ello depende su estabilidad y a que contribuya a la sociedad como un individuo realizado que sea competente para los nuevos retos que el mundo le exige.

CAPÍTULO II

MOTIVACIÓN

2.1. Motivación y Modelos.

El capítulo anterior abordó el concepto de Proyecto de Vida como principal foco a tratar, a lo largo de este apartado se tomará otro aspecto de suma importancia en la vida del estudiante, y más aún, de las personas en sí, ya que la motivación es el motor principal del por qué los individuos canalizan cierta parte de su energía con el fin de conseguir ciertos objetivos, y, que a lo largo de la existencia del ser humano esta se va modificando conforme al desarrollo debido a que sus necesidades van cambiando volviéndose más complejas y difíciles de conseguir hasta cierto punto.

La motivación es un “término general que identifica necesidades, cogniciones y emociones, las cuales son un proceso interno que dirige la conducta. La diferencia entre motivo y necesidad radica simplemente en el nivel de análisis, pues las necesidades, las cogniciones y las emociones son tipos específicos de motivación” (Reeve, 2010, p. 6).

Por la misma complejidad del tema, es entendible que la motivación haya sido abordada a lo largo de la historia por las diferentes personas que la han estudiado,

creando distintas teorías y modelos que tratan de explicar cuál es su proceso, ya sean pedagogos, psicólogos, antropólogos, etc.

Antes de hablar de un modelo como tal debemos de tener en cuenta que no siempre se tomó a la motivación como un proceso interno y complejo. Anteriormente se creía que, al igual que los animales y los seres humanos nos movíamos únicamente por instintos, que se definen como un “esquema de comportamiento heredado, propio de una especie animal, que varía poco de uno a otro individuo, se desarrolla según una secuencia temporal poco susceptible de perturbarse y que parece responder a una finalidad” (Laplanche, Pontalis, 2004, p. 198).

Por ende, a la educación únicamente se le veía como un medio para conseguir un empleo que te provea y te cubra tus necesidades fisiológicas, así que era un proceso mucho más mecanizado que hoy en día que no se preocupaba por situaciones como la realización personal y cualquier alternativa era mal vista y como un grito de rebeldía.

Luego de la primera guerra mundial se buscaba una explicación más creíble a las conductas del ser humano. La primera teoría es la de reducción de la pulsión, la cual narra que las necesidades corporales tales como el hambre y la sed generan un estado de insatisfacción que buscamos eliminar mediante la realización de acciones

que nos vuelvan a un estado homeostático o de equilibrio reduciendo la sensación desagradable inicial. Existen dos tipos de pulsiones: las primarias, que son aquellas que no son aprendidas y buscan la sobrevivencia de la persona, algunos ejemplos de ellas son el sueño, la alimentación y el sexo; las secundarias son aquellas que vamos desarrollando con el tiempo y acorde a nuestro aprendizaje, e incluyen, por ejemplo, la adquisición de riquezas, ya sea monetaria o en forma de bienes (Morris, Maisto, 2005, p. 290).

David McClelland desarrolló una teoría llamada motivación de logro, en la cual señala que lo que mueve al individuo es su necesidad de éxito, innovación en cosas donde los demás no hayan sobresalido, donde ese sentimiento de querer ser mejor que otros impere y no se queden estables y sigan consiguiendo superar sus metas. En las personas con esta necesidad controla la emoción de estar en movimiento continuo con afán de conseguir un mejor empleo, mejor salario, mejores condiciones de vida, objetos materiales de alta gama, una mejor posición social, etc. A pesar de lo anterior y sorpresivamente, este modelo señala que más que las personas quieren conseguir todo esto para superar a los demás en realidad debería ser para sí mismos, sin que el logro dependa de saber que tengo más que los demás, ya que la motivación debe de ser interna para que el individuo se pueda sentir verdaderamente pleno (Moran y Menezes, 2016, pp. 32-33).

Hay dos grandes vertientes principales por las cuales el ser humano está en busca de estatus social y poder: bien si el individuo que convalece de todo privilegio y lujo desde su nacimiento y debido a sus adversidades y carencias se siente atraído por la idea de obtener lo anterior por los medios que estén a su alcance, o si la persona se desenvuelve en un ambiente rodeado de personas con gran importancia e influencia con los demás y ellos mismos tratan de superar ese poder.

El modelo de Motivación Intrínseca señala lo contrario, que las actividades que realizamos en sí mismas deben de ser suficientes para satisfacernos, contrastando con la Motivación Extrínseca, que es cualquier acción en la que el motivo de realizarla tiene como consecuencia cumplir con una necesidad externa a nosotros mismos. Para que se dé la Motivación Intrínseca, el individuo debe de poseer ciertos puntos personales y contextuales, como el apoyo a la autonomía, la cual debe de ser reforzada por las personas a su alrededor. La Motivación Intrínseca tiene ciertas ventajas sobre su contraparte: la activación de ciertos procesos mentales, un aprendizaje profundo, ayuda a la creatividad y flexibilidad cognitiva, y el inicio de actividades exploratorias (González, 2007, pp. 2-4)

Una vez que se adquiere suficiente confianza en uno mismo para reforzar nuestros deseos internos y se han adquirido ciertas destrezas es muy difícil que se pierda la motivación, tanto por cuestiones interiores como de fuera, ya que esta ya se

encuentra arraigada en los pensamientos como una meta y ello hace que enfoquemos gran parte de nuestro tiempo, esfuerzo y recursos en hacerla posible.

En 1986, Bernard Weiner crea un modelo basado en el interés del psicólogo en estudiar la motivación de logro en los estudiantes. Se le conoce como la teoría de atribuciones causales del rendimiento escolar, que explica que las personas atribuyen sus logros en base a acontecimientos pasados que pueden desembocar en la consecuencia a la que se llega, sea positiva o negativa. Sin embargo, la naturaleza humana en sí misma se presta a que haya sesgos en estas atribuciones, ya que a veces se les da mayor importancia a cuestiones personales que ambientales, debido a ciertos factores socioculturales de los que depende nuestra personalidad, es por ello que debemos saber diferencia de una atribución hecha por los demás de una que hacemos nosotros mismo, evitando correr el riesgo de que se mezclen y generen conclusiones destructivas.

Esta teoría tiene tres principales dimensiones, siendo la primera de ellas la localización o lugar de causalidad relacionada con el autoconcepto que da una atribución de fracaso o de éxito que nos puede generar emociones tanto saludables como dañinas respecto a nuestro resultado, la dimensión de atribuciones Estables, las cuales meramente no pertenecen al sujeto que las piensa o cree, que están directamente sujetas a las creencias externas y que son completamente dogmáticas y la dimensión de la Controlabilidad que establece que el sujeto o estudiante es capaz de discernir entre las

causas que puede controlar y las que no, pudiendo cambiar los hechos futuros en base a la modificación de acontecimientos pasados que sabe que no son de utilidad para lograr sus objetivos y puedan dañar su autoestima (Manassero y Vazquez, 1997, pp. 126-128).

La perspectiva que se tiene de un acontecimiento varía en sentido de a quien le sucede, puesto que los puntos de vista difieren de acuerdo a las experiencias vividas con anterioridad y que determinan la manera de actuar y el cómo alguien reacciona ante cierto conflicto, además de poder atribuírsele a diferentes factores que pueden modificar la realidad neta de lo que objetivamente está pasando, pudiendo alterar de manera significativa la percepción de lo que es verdad y lo que no, imposibilitando y entorpeciendo el proceso de motivación.

Maslow en su teoría de la motivación abarca las necesidades que él considera son las que todo ser humano debe de obtener para poder trascender a un estado realización (Anaya, 2010, pp.9-10). Las necesidades las engloba en una pirámide en el que cada nivel representa una serie de necesidades y que es necesario cumplir todas ellas para poder ascender al siguiente escalón de la pirámide:

1. Necesidades Fisiológicas: alimentación, salud, abrigo, sueño, etc.

2. Necesidades de Seguridad: protección ante cualquier situación que nos genere miedo y pueda ponernos en peligro.
3. Necesidades de Afiliación o de pertenencia: de amor, de intimación sexual, de sentirse parte de algo y ser apreciado.
4. Necesidades de Reconocimiento: la confianza, respeto, éxito, aprobación y prestigio.
5. Necesidades de Autorealización: falta de prejuicios, autoaceptación, resolución optima de problemas.

Su teoría de jerarquización de necesidades ha sido ampliamente usada para explicar la motivación del ser humano ya que tiene un amplio rango de alcance al de cierta forma ser ecléctica, puesto que no se centra ni en cuestiones internas ni externas, toda de ambas lo más relevante en la vida del ser humano y las necesidades que estos requieren de forma universal, puesto que se pueden aplicar a cualquier contexto por lo general de los conceptos.

Para que la gente pueda realmente centrarse en lo que realmente quiere se les tiene que proporcionar ciertos estímulos que motiven al cumplimiento de objetivos, ya que, en un comienzo, la motivación debe de estar inspirada en cuestiones externas a nuestras personas para que posterior a ello se puedan interiorizar y quedar arraigadas dentro de nuestro ser.

Con base a lo anterior y al contrario a Maslow, Ryan y Deci en su teoría denominada autodeterminación, solo se habla de tres necesidades: Competencia, relación y autonomía. En primer término, la necesidad de competencia refiere que la motivación aumenta cuando se tiene cierto sentido de querer ser más productivo que otros con el objetivo de obtener una mayor competencia fruto de su esfuerzo, siempre y cuando sea una competencia sana y proactiva. La necesidad de relación cae en cuenta que las personas por el mero hecho de ser humanos somos entes sociales que requerimos de la compañía de otros y por ende de sus cariño y aprecio, sea dado de cualquier forma que sea sana. Y, por último, la necesidad de autonomía habla de que las personas se sienten mucho más cómodas en un ambiente donde no se les demanden tareas que vayan más allá de sus capacidades debido a que es contraproducente a la hora de motivar (Balaguer et al, 2008, pp. 124-127).

2.2. Motivación escolar.

Para que cualquier persona pueda adquirir nuevos conocimientos y habilidades es necesario que cuente con capacidades previas y un bagaje cognitivo y cognoscitivo lo suficiente para aprender nuevas cosas, por ello el alumno que esta previo a la toma de elección de una carrera profesional es imperante que sepa lo que conlleva esta decisión, sin embargo, para que todo esto se dé, hay una serie de factores y variables que intervienen en ello y que son interesantes de conocer.

Para Pintrich y De Groot (Nuñez, 2009, pp. 43-44), estos factores se dividían en tres componentes académicos: Componente de valor, componente de expectativa y componente afectivo.

a) El primero tiene que ver con los motivos, propósitos o razones para implicarse en la realización de una actividad. Estos aspectos están englobados dentro de lo que es el componente motivacional de valor, ya que la mayor o menor importancia y relevancia que una persona le asigna a la realización de una actividad es lo que determina, en este caso, que la lleve a cabo o no.

b) Una segunda dimensión de la motivación académica, denominada componente de expectativa, engloba las percepciones y creencias individuales sobre la capacidad para realizar una tarea. En este caso, tanto las autopercepciones y creencias sobre uno mismo (generales y específicas) como las referidas a la propia capacidad y competencia se convierten en pilares fundamentales de la motivación académica.

c) La dimensión afectiva y emocional que engloba los sentimientos, emociones y, en general, las reacciones afectivas que produce la realización de una actividad constituye otro de los pilares fundamentales de la motivación que da sentido y significado a nuestras acciones y moviliza nuestra conducta hacia la consecución de metas emocionalmente deseables y adaptativas.

Los tres componentes hacen referencia puramente a logros escolares y académicos, puesto que para que se sienta motivado a continuar sus estudios es necesario que sienta un reto de acuerdo a su nivel que le genere interés sin ser una presión agobiante que vaya más allá de sus capacidades, de allí que se vaya planteando nuevos objetivos aún más complejos, creándose expectativas en base a su realidad de acuerdo a un tiempo determinado, ya sea corto, mediano o a largo plazo; es también importante que se sienta querido y apoyado por su familia, que obtenga reconocimiento por parte de la institución y su profesor y que cuente con un ambiente de amistad sano donde los mismos estudiantes se motiven entre ellos para continuar el viaje juntos.

También es importante tener al estudiante supervisado constantemente en su vida escolar, ya que al ser tan variado el estilo de vida de cada individuo, serán igual de variadas sus técnicas de aprendizaje, el empeño que le dan al estudio, si es que aplazan alguna tarea encargada debido a factores familiares, personales o externos, la manera en cómo creen que son percibidos cada uno de ellos por el profesor, los hábitos para estudiar cuando este en época de evaluaciones, la postura y apertura interna hacia el estudio y con qué frecuencia revisan sus apuntes por cuenta propia y no por imposición.

Por ser las personas más cercanas al adolescente, los padres deben ser aquellos que potencien las habilidades y aptitudes del joven por los medios que estén a su

disposición, además de promover la motivación necesaria, incentivando las actitudes deseables mediante incentivos que ayuden a reforzar la moral de los estudiantes, por medio de un reforzador.

Hablando de cuestiones de Conductismo, el Condicionamiento Operante percibe al aprendizaje en sí mismo como un cambio que afecta en mayor o menor medida en la respuesta, según la Ley de efecto de Thorndike, que dicta que si luego de realizar una acción inmediatamente después ocurren consecuencias percibidas como satisfactorias es probable que dicha acción sea repetida. Por el contrario, si una acción es seguida de una consecuencia desagradable, es posible que la repetición de dicha acción disminuya. Cabe destacar que el Condicionamiento Operante concibe que la enseñanza debe de estar consolidada en la utilización de reforzadores positivos optando por la disminución de los castigos sin necesariamente eliminarlos de la vida estudiantil, ya que, como se sabe, estos han demostrado ser eficaces en práctica, mientras tanto, la tarea del maestro es planear los aprendizajes que van a ser adquiridos por el alumnado que hagan que en ellos emitan una respuesta deseada a través de diferentes estímulos, por mencionar algunos, una beca, una buena calificación, palabras de ánimo, reconocimiento estudiantil, etc., con el fin de que los estudiantes hayan alcanzado el mejor resultado y a la vez se sientan recompensados por haber logrado su o sus objetivos (Mejia, 2011, pp. 52-53).

2.3. El papel del psicólogo en el proceso de Orientación vocacional

La psicología es una disciplina que abarca todos los factores de la mente de las personas, y esta misma al ser tan amplia le permite al psicólogo estar inmiscuido en los diferentes ámbitos de la vida del ser humano desde su nacimiento hasta su vejez, así como en diversas instituciones tales como hospitales, el departamento de recursos humanos en una empresa, clínicas, y lo que nos atiende ahora, en escuelas. La guía de un profesional de la salud mental es imperante a lo largo del proceso educativo de los individuos para que puedan desarrollarse holísticamente y que puedan potenciar cada una de sus habilidades al máximo, sean de la índole que sean.

No solo es necesario que el alumno haya desarrollado una personalidad y tenga pleno conocimiento de sí mismo, es necesario que el psicólogo domine el proceso de orientación vocacional, teniendo en claro que cada estudiante es un consultante y que hay que desarrollar un plan al igual que con los demás pacientes, pues es un proceso paulatino en los que se verán avances de acuerdo a la eficacia del profesional y a la facilidad de trabajo que nos dé el estudiante.

De igual manera, se espera que el orientador sea experto en el Ciclo Vital, que sepa las problemáticas e inquietudes físicas y psíquicas del adolescente, pues en el desarrollo humano se habla de que hay diferentes vertientes y factores del estudiante y

que no pueden ser estudiados de forma apartada, sino en conjunto. Una de ellas es el sistema primario donde se ha desarrollado a lo largo de su existencia, la familia y la influencia que ha tenido en él, puesto que las tradiciones y cuestiones que ellos realizan son impregnados en la personalidad del joven y de forma directa, además de cuestiones heredadas de forma genética, como el carácter y cuestiones meramente fisiológicas que modifican su propia imagen y la idea que tiene del cómo lo percibe la gente que lo rodea, véase amigos, maestros, pareja, etc. (Castañeda y Niño, 2005, pp. 149-151).

Como se habló en el primer capítulo, cuando somos niños estamos en cierta parte más controlados por nuestros padres que en otra etapa, pues a pesar de que en la adolescencia todavía no nos valemos por nosotros mismos es verdad que se dan grandes cambios en nuestros gustos y preferencias y es por ello que los jóvenes desarrollan cierto rechazo a antiguas imposiciones impuestas por sus progenitores y les llaman la atención cosas nuevas para ellos hasta ese momento. Sin embargo, con todo lo anterior vienen grandes riesgos, ya que esos mismos cambios de interés puede ser enfocados en situaciones dañinas para los estudiantes, sin una orientación adecuada tanto de los padres como de un profesional el adolescente podría ser merced del uso y abuso de sustancias dañinas para su cuerpo y mente, relaciones tóxicas, conductas autolesivas, delincuencia juvenil, etc.

Es de vital importancia que la psicología se encuentre dentro de una institución educativa, ya que tiene funciones de gran valor para la correcta orientación del adolescente. Entre estas funciones se encuentran ayudar a los docentes con estrategias para solucionar problemáticas de los jóvenes, la aplicación de instrumentos para una mejor valoración de los alumnos y darles seguimiento, implementar talleres y programas de acuerdo a las problemáticas de la población, entregar los informes pertinentes a sus superiores o a quienes lo soliciten, entre muchas otras (Departamento de Desarrollo Académico, 2019, p.20).

De los adolescentes que se enfrentan a un proceso de orientación, no todos se encuentran igual de seguros y preparados a la hora de confrontarse consigo mismos. La influencia que ejercen externamente sobre ellos a veces puede ser agobiante, otros se dejan llevar por lo que dicen los demás y en menor cantidad otros ya tienen clarificada su elección.

Tanto pedagogos como psicólogos concuerdan con que la Orientación Vocacional debe de ser continua, una cuestión activa en la que tanto el estudiante como el profesional participen de igual forma, donde el encargado del Departamento de Psicología escolar sepa encaminar al joven para que encuentre su vocación sin tomar elecciones que no le corresponden, llevándole de la mano hasta que se encuentre listo y motivado para continuar su camino por sí mismo, que tenga la convicción para lograr sus metas, mediante una serie de pasos, un proceso sistemático con el fin de aprender

a desarrollar conductas que lo ayuden en su vida adulta, que lo preparen para una carrera profesional por medio de una intervención oportuna donde se utilicen técnicas, actividades e intervenciones a nivel educativo, pero sin encasillarse únicamente al contexto de la institución, dado que pasa mayor parte de su vida fuera de ella (Sánchez, Pena, Rocha, Costa, 2014, pp. 269-271).

CAPÍTULO III

MODELO Y ÁREA PSICOLÓGICA

3.1 . Modelo psicológico: Humanista.

a) Antecedentes de la Psicología Humanista.

La sociedad actual se basa en los sistemas políticos y civilizados establecidos por Grecia y Roma, retomando algunos pensamientos de los filósofos más importantes de esa época. Por ello, la gran mayoría de las ciencias que se siguen estudiando hoy en día tuvieron su origen en la antigüedad, puesto que el ser humano al ser inherentemente curioso siempre se interesó por la manera en cómo funcionaba el mundo. La Psicología no fue la excepción a la regla, puesto que, a pesar de no ser estudiada de forma meramente separada del ámbito filosófico, si fue el precursor que lo inicio todo.

A principios del siglo XV, con la llegada del Renacimiento, el mundo dió un giro radical con respecto al pensamiento y la conciencia colectiva, pues la religión perdió auge, lo que permitió que, sobre todo en Italia, se dieran avances de diversa índole. De esta época se desprenden grandes filósofos que pasaron a la historia gracias a sus revolucionarias ideas con respecto a la conducta humana, que ya no se enfocaba meramente en el ámbito eclesiástico.

Giordano Bruno fue uno de los pensadores de esa época que criticó fuertemente a las ideas que se tenían en la Edad Media. Señalaba que el alma es la parte inteligente que manda sobre los organismos del cuerpo, además de señalar la diferencia entre lo que una persona cree ser y lo que realmente es mediante el uso de la comedia. Montaigne y Bacon fueron otros filósofos de suma importancia en el Renacimiento, siendo Montaigne reconocido por sus trabajos acerca de la formación de una conciencia humanista y considerarse uno de los padres de la introspección, además de comenzar a nombrar al “Yo” para realizar reflexiones en las que se refiere a él mismo. Por su parte, Bacon hace distinción entre dos tipos de “Almas”: el Alma espiritual y el Alma animal. Finalmente se encuentra Rene Descartes y su Dualismo Cartesiano, que hace una separación entre el cuerpo y alma, señalando que el hombre no es un ser mecánico y que puede elegir libremente sus acciones, constituyendo la dualidad materia-espíritu (Agular, 2010, pp. 758-760).

Descartes, Locke, Hobbes, Hume y Kant fueron filósofos que estudiaron el comportamiento como algo que únicamente puede ser estudiado mediante un proceso empirista, lo que quiere decir que se basa solamente en la observación y que es comprobable mediante hechos, dejando de lado los aspectos internos de la personalidad y el carácter de cada individuo, siendo demasiado simplista y dejando de lado las emociones y los sentimientos, alegando también que su naturaleza ya está

predispuesta desde el momento de su nacimiento, ya sea como un ente de bondad, maldad o totalmente en blanco. (Hothersall, 1997, pp. 35-37).

Otras personas que pasaron a la historia retomaron ideas de filósofos de décadas pasadas, por mencionar algunos Einstein, Heisenberg, Planck y Bohr que retomaron el Subjetivismo epistemológico de Emanuel Kant para fundamentar su visión del mundo material (Martínez, 1999, pp. 39-45).

A comienzos del siglo XX hubo una crisis en la comunidad científica debido a un rechazo de lo que antes se conocía como causalidad universal, las “leyes” que, en ese entonces, por ejemplo, en el ámbito de la Física, personajes que refutaron teorías que se creían como ciertas, por lo que, de alguna manera, demostraron la fragilidad con la que algo que se pensaba como verdadero puede ser incorrecto.

Todo esto sigue con el marcado desplazamiento de lo que se conoce como Psicología Sistemática. En un principio, el objeto de estudio no cambió, sino que fue todo un proceso en el cual el devenir de nuevas teorías mayormente centradas en el ser humano hizo que se abordaran nuevos conceptos relacionados al hombre de una manera metafísica, tales como el alma, “self”, “el sentido de la vida”, etc. Lo cual por ende devino en mayores estudios psicológicos que con el tiempo fueron avalando los

nuevos postulados de la posteriormente llamada “Tercera fuerza” (Kantor, 1990, pp. 142-143).

Ya en la década de los 50, surge la necesidad de estudiar al ser humano más allá de lo que se había hecho hasta ese entonces, así nace la llamada “Tercera fuerza”. Se le conoce de esta manera ya que en ese entonces tan solo existían dos grandes escuelas en lo que se refiere a psicología: el Psicoanálisis y Conductismo, las cuales explicaban el comportamiento de los individuos de una manera deshumanizada y reduccionista debido a su naturaleza mecanicista. Como contexto, nace luego de los acontecimientos bélicos más grandes de la historia de la humanidad hasta este momento, por lo que luego de tanta pérdida humana y económica era necesario un enfoque diferente a lo antes visto que no fueran demasiado cerrados a los sentimientos de los pacientes, que verdaderamente se interesen por sanar todas las áreas del individuo tanto externa como internamente, dejando de lado la parte inconsciente y el pensamiento de que la conducta es únicamente instintiva (Riveros, 2014, pp. 135-137).

Hay un debate en el año de nacimiento de la Psicología Humanista como tal, ya que en el año 1962 se dio el primer encuentro nacional de la American Association for Humanistic Psychology. Sin embargo, ya se había consolidado desde el año pasado, en 1961, también sale el primer número del Journal of Humanistic Psychology. En el comité estaba conformado por Abraham Maslow, Anthony Sutich, Joe Adams, Dorothy

Lee y el propio Clark Moustakas, por lo tanto, se puede decir que ante el público en general la Psicología Humanista nace oficialmente en 1961 (Villegas, 1986, p. 10).

En 1967, James BURGENTAL señaló algunas diferencias que hay entre la Psicología Conductista con respecto al Humanismo: no se puede entender a los humanos únicamente basándose en los hallazgos hechos con animales, que los objetos de estudio de la psicología debían ser relativos a la existencia y no solamente en investigaciones de laboratorio, que debe de basarse en la experiencia de las personas y no tanto en las conductas en sí mismas, que debía de ser una psicología más personal y que debía de buscar el enriquecimiento de la experiencia humana. Por su parte, algunos psicólogos humanistas hacían saber su punto de vista con respecto al Psicoanálisis, tachándolo de irracional y determinista, ya que ignora el sentir de los consultantes y opta por relacionar los problemas a motivos oscuros e inconscientes (Carpintero et al, 1990, p. 73).

La Psicología Humanista es una alternativa al Psicoanálisis y al Conductismo, las cuales encasillan a los individuos y sus motivaciones en un sentido mecanicista y que demerita los demás aspectos de la persona. No surge de la noche a la mañana, nace del contexto, ya que las necesidades de la humanidad van cambiando de acuerdo a la historia que se viva en el momento, era necesario preocuparse por el Ser en sí mismo, abarcando y dando importancia a cuestiones que anteriormente eran ignoradas en

índole de una cura inmediata y poco duradera, además de no ser muy bien sustentada científicamente, en lo que refiere al Psicoanálisis.

El ser humano, como el de aquella y cualquier época, tiende a realizar catarsis por medio de diferentes formas de recreación, sobre todo en la actualidad gracias a las posibilidades que se tienen, ya sean tecnológicas o culturales. Con el fenómeno de la globalización y la interculturalidad se han ampliado mucho los horizontes de lo que apreciamos, puesto que ahora somos capaces de apreciar obras de arte de oriente a pese a todo el contexto bélico-histórico. Por todo ello, el humanista actual no se puede basar únicamente en la filosofía clásica, tenemos que estar abiertos a las nuevas costumbres de las personas, debido a esto es importante que las formas de trabajo que utiliza el terapeuta humanista cambien constantemente y de acuerdo a las necesidades del paciente, saber que no todos adquieren conocimiento de la misma forma, es imperante revolucionar la forma en que vemos al mundo y de encontrar métodos y técnicas que le sean de utilidad al hombre actual y al que le prosiga, ya que todo en la vida es un constante cambio, por lo tanto el Humanismo se tiene que actualizar constantemente para seguir siendo una escuela vigente y a la vanguardia (Delval, 2002, 79-81).

b) Principales exponentes del humanismo

- **Carl Rogers.**

Fue uno de los fundadores del Humanismo. Rogers centra su trabajo en la personalidad de los individuos y como estos pueden llegar a conformarla, puesto que una persona no solo se forma de características físicas, sino que se encuentra dotada de consciencia y pensamiento individual que distingue a cada uno de los demás. El conocimiento del Sí mismo hace que se adquiera un valor del concepto del Yo, ya que es el cúmulo de percepciones que se tienen ya estructuradas las que configuran nuestra personalidad, independientemente de cómo nos ven los otros. Rogers afirma que existe algo llamado Self, que no es más que la toma de consciencia de nosotros mismos, aquellas experiencias significativas que tomamos y seleccionamos utilizando nuestros canales perceptivos para la conformación de nuestra personalidad y que nos hace únicos de otras formas de vida (Casanova, 1993, pp. 178-180).

- **Fritz Perls.**

Nace el 8 de julio de 1893 en Berlín, en el seno de una familia judía disfuncional. Iniciando su carrera como psicoanalista, en 1929 de casa con Laura Perls, con quien con el tiempo desarrollaría la Psicología Gestalt, la cual para Perls ve al hombre como un todo constituido por polaridades que se complementan, de un hombre que no se encuentra estático, sino que sigue en un proceso continuo de desarrollo, que trasciende y alcanza sus metas por sí mismo, con la capacidad de saber escoger lo que le

conviene y tener libre albedrío. La terapia Gestalt básicamente tiene principios existencialistas, puesto que no se trata de únicamente de atacar al síntoma y carácter del paciente, sino que se ocupa de toda la existencia del individuo en sí de una manera holística (Velázquez, 2007, pp. 2-7).

- **Abraham Maslow.**

Nacido el 1 de abril de 1908 en Nueva York. Abraham Maslow en su teoría más conocida crea una pirámide que consta de cinco niveles los cuales abarcan diversas necesidades del ser humano que son una explicación de lo que motiva a las personas en este constante deseo de superarse, las cuales son necesidades fisiológicas, necesidades de protección, necesidades de afiliación, necesidades de reconocimiento y necesidades de autorrealización. Llegó a desarrollar esta teoría luego de su trabajo temprano con monos, contrastándolo con las necesidades humanas. Cuando nos encontramos hambrientos y sedientos, atendemos esas necesidades de manera prioritaria e inmediata. Así mismo, si a pesar de estar sedientos de nos bloquean las vías respiratorias, lo principal sería volver a tomar aire, dejando de lado otras necesidades menos importantes en el momento como el sexo, ya que afecta directamente con nuestra supervivencia (Boeree, 2006, pp. 3-4).

- **Gordon Allport.**

Nacido de Indiana, en 1897, decidió dedicarse de lleno a la psicología, pero a diferencia de sus colegas optó por distanciarse del psicoanálisis y el conductismo y que, por sus trabajos y estudios en el ámbito de la personalidad, el prejuicio y la dinámica de los grupos se le asocia mucho a la sociología. La razón por la cual decidió dedicarse a la Psicología Humanista la relata él mismo. En una ocasión tuvo la oportunidad de conocer a Freud, sin embargo, al llegar Freud únicamente tomó asiento y esperó a que Allport comenzara a hablar. Luego de un tiempo, Allport finalmente realizó una observación acerca de un niño, observación de la cual Freud profundizó mucho acerca de este comentario, por lo cual Gordon Allport cayó en cuenta de que la psicología del momento ahondaba demasiado profundo, quizá más de lo que debería. Finalmente fallece en el año de 1967, en Cambridge, luego de una larga lucha contra el cáncer (Scribano, 2017, p. 89).

- **Viktor Emil Frankl.**

Nació el 26 de marzo en 1906, en Viena como parte de una familia judía. Desde muy temprana edad y debido a su padre, se interesó profundamente en el estudio de la medicina. Posteriormente puso sus ojos sobre el Psicoanálisis, puesto que al terminar su bachillerato envió cartas a Freud para obtener su formación como psicoanalista, quien lo mandó con su discípulo Paul Federn, lo cual hizo que declinara estudiar Psicoanálisis y logró que se decantara por estudiar con Alfred Adler. En el año de 1926 Frankl habla por primera vez de su teoría conocida como Logoterapia donde durante

tres años formuló tres tipos de valores que según él existían: los valores de creación, de experiencia y de actitud, con los cuales comenta que el hombre debe de encontrar el sentido de su existencia. Finalmente, en 1930 se logra graduar como médico donde se dedicó a ser neurólogo.

En 1941 contrae matrimonio con Tilly Grosser, a la par que obtiene una visa para escapar a Estados Unidos, sin embargo, él decide quedarse con su familia. En 1942 fue trasladado al campo de concentración de Theresienstadt y unos años después a Auschwitz, donde estuvo hasta que lo liberaron en 1945, que fue en el momento en el que se enteró de la muerte de sus padres, su hermano y su esposa. Después de recuperarse de ese duro golpe, publica una serie de libros donde plasma su teoría, el más conocido de todos, El hombre en busca de sentido, en el cual plasma lo vivido en su tiempo como prisionero, además de que consigue graduarse en filosofía. Muere el 2 de septiembre de 1997 debido a un paro cardíaco (Velázquez, 2007, pp. 315-319).

c) Técnicas humanistas

- **Diálogo socrático.**

Se trata de realizar una serie de preguntas hechas para hacer cuestionar al paciente sus interpretaciones, hacerlo reflexionar y redireccionar su atención para que no le preste atención al síntoma y que por medio del uso del humor se conforta y se anima al paciente a reforzar el síntoma para crear un nuevo contexto de su aparición (Feixas y

Miró, 1997, pp. 140-141). En este caso, la utilización de preguntas y frases cortas sirve para hacer énfasis en que el estudiante logre discernir las opciones de una carrera profesional realista y de acuerdo a su contexto de las que no lo son, además de encaminarlo a una conclusión fija de lo que quiere llegar a conseguir en la vida, claro está, de manera flexible que permita cierto margen de diferencia con el fin de no caer en frustración con respecto a sus objetivos. se sugieren preguntas tales como: ¿De qué manera conseguirías tus objetivos? ¿Los objetivos que planeas son a corto, mediano o a largo plazo? ¿Qué necesitas para el cumplimiento de tus objetivos profesionales? ¿Con qué cuentas en este momento para conseguir tales objetivos? Y una vez cumpliéndolos, ¿Qué sigue en tu vida?

- **Silla vacía.**

Esta es una técnica derivada de la “Silla Cliente del Psicodrama de Jacob Levy Moreno y que Perls emplea para trabajar polaridades. Usada principalmente como una técnica de la terapia Gestalt, como recurso para indagar sobre las propias proyecciones que tiene el paciente. Se utiliza para lograr diversos objetivos y por algunas razones, por ejemplo, la representación de un acontecimiento que le haya causado dolor y por ende bloquearse evitando su crecimiento personal. Con una persona que por diversas razones no se encuentra disponible y se tiene algún pendiente con ella y no hay manera de tener contacto, sea por distancia o fallecimiento. También se emplea para clarificar una parte de la propia personalidad, alguna incapacidad, necesidad, sentimiento, ya que expresarlo permite liberar todas estas tensiones (Pretel, 2007, pp.

1-2). La silla vacía es una técnica utilizada para establecer un contacto mayor en el interior de las personas, regularmente porque cuesta mucho más trabajo hacerlo de manera directa, se trata de una integración de las partes de un individuo en el cual el paciente solo funge como acompañante y está pendiente de todas las gesticulaciones, forma de hablar y actitud del paciente mientras se esté haciendo uso de la técnica.

- **Juego de roles.**

El juego de roles consiste en el uso de diversos recursos para ponerse en la piel de otra persona con el fin de que se adquiera una mayor consciencia sobre lo que significa tener responsabilidades de a quien se está simulando, por medio de esta actividad lúdica los aprendizajes que se adquieran tendrán una mayor significancia para quien está siendo parte de esta técnica (Gaete, 2011, pp. 292-293). El adolescente por medio de esta técnica asume en un ambiente controlado el rol de una persona cuya profesión sea una opción de carrera profesional a considerar del estudiante para que tome idea de las situaciones que debe de afrontar en caso de desempeñarse de ella y de todo el cargo de responsabilidades que conlleva a forma de práctica y sin que haya consecuencias reales.

- **Encuentro intrapersonal.**

El terapeuta intenta poner en contacto todos los Yo del paciente al solicitarle que haga hablar a sus distintos caracteres, apoyándose de otras técnicas como la silla vacía o la silla caliente, en las cuales se sienta a la persona en una silla frente a otra vacía y él toma el rol de la persona que se encuentra ausente, en este caso, cambiando de papel de acuerdo al carácter utilizado en ese momento. Se espera el encuentro entre las dualidades “*Yo debería*” y “*Yo quiero*”, y se debe de dar una integración en ambas, claro está, una vez que se tenga control sobre ambas fuerzas (González, 1999, p. 100).

El adolescente se encuentra en una etapa crítica, sobre todo al final de su preparatoria y a punto de escoger cuál será el rumbo a seguir en su vida. Por ello muchas veces se dejan influenciar por referentes psicológicos, sin embargo, pueden llegar a interiorizarse y a formarse debeísmos, aquellos son sujetos a juicios y a seguir lo que nos han hecho creer que es correcto. Esta técnica se utiliza para conciliar y llegar a un punto entre lo que debería hacer el adolescente y lo que quiere para que haya un equilibrio homeostático entre ambas.

- **Relación dialogal.**

Gary Yontef, en 1995, afirma que la principal función en la terapia Gestalt es la tarea del darse cuenta, proceso necesario para que se regule el organismo por sí mismo, mediante la relación paciente-terapeuta y ayudándose de la fenomenología. Durante esta técnica, el paciente se permite verse claramente afectado por lo que dice el

terapeuta, habla con él siendo iguales, sin tomar el control, centrándose más en la experiencia que en el concepto (Álvarez et al, 2016, p. 91).

Mediante el uso del diálogo se trata de conseguir que el adolescente reflexione sobre el lugar en el que se encuentra con respecto a sus capacidades de todo tipo, de sus actitudes y aptitudes, hacer una valoración realista que aquello con lo que se cuenta en relación a lo que se quiere conseguir y si le será posible generar los medios para el cumplimiento de sus objetivos.

- **Rituales terapéuticos.**

Se refieren a la realización de una actividad o actividades con un objetivo en la intervención, que debe de ir de la mano de un acompañamiento hablado y que tiene mayor relevancia en el significado que en la misma acción, se trata de ir más allá de la vida diaria para dotarla de un contenido verdaderamente significativo.

- **Máscaras.**

Le permiten a la persona expresarse de una manera diferente a como coloquialmente lo haría o inclusive como otra persona ajena a sí mismo, además de darle la oportunidad al paciente de que no le sea tan doloroso hablar sus pesares debido a que no se dirige directamente al otro individuo, sino a su máscara. Puede incrementar el sentido dramático de la terapia debido a que con una máscara uno

representa el cómo percibe a otra persona con una mayor fuerza e impacto (Olarte, citado de Ortiz, 2019, p. 7).

Es una técnica muy útil y de gran importancia, ya que dota al joven paciente la oportunidad de ponerse en los zapatos de alguien diferente que se esté preparando o ya desempeñe la carrera que el adolescente considere de su agrado, utilizando expresiones y dialogando de la manera en cómo percibe que actúa el profesionalista en cuestión.

Rueda de la vida.

Técnica creada por Paul Meyer que consiste en realizar un círculo y dividirlo en partes iguales de acuerdo a aspectos de tu vida que consideres importantes y colocar un punto del 1 al 10 de acuerdo al nivel de satisfacción en el que crees encontrarte. Es una técnica de autoanálisis de las diversas áreas que componen nuestra vida, favoreciendo una toma de conciencia acerca del momento vital en el que nos encontramos y los aspectos en los que debemos trabajar y mejorar para alcanzar una mayor satisfacción.

3.2. Área de la Psicología: Psicología educativa.

Como es bien sabido, la psicología es la ciencia que se encarga del estudio de la mente y el comportamiento humano en general. Sin embargo, hay una gran infinidad de aplicaciones de la misma, pues prácticamente donde haya vida (sin importar si esta es racional, ya que también se examina el comportamiento animal) se puede hablar de psicología. Lo que se trata de explicar es que, a pesar de la definición inicial, esta se amplía dependiendo del lugar donde se lleven a cabo los estudios, no es lo mismo la psicología clínica de la psicología laboral, y a su vez ambas difieren mucho de la psicología educativa.

Por si misma, la educación tiene la finalidad de acoplar a los estudiantes como individuos funcionales en la sociedad, contexto y cultura en el que se encuentran de manera exitosa, para ello, se apoyan de la individualización, que no es más que reconocer que los alumnos llevan su proceso educativo a su ritmo único, puesto que a pesar de que un psicólogo cuenta con estándares ya establecidos tales como técnicas y procedimientos, cada individuo reacciona de manera diferente debido a diferentes factores, todo esto debido a que se trabaja con seres humanos, cada uno con una personalidad que difiere de la de los demás y es impar a cualquier otra. Este ejemplo aplicado en un consultorio puede ser llevado a las escuelas, ya que a pesar de que el plan educativo es igual en todo el país o estado, la educación es asimilada de manera diferente para cada uno de los jóvenes (Villalpando, 2007, pp. 94-97).

A lo largo del tiempo, se ha intentado dar un concepto a la psicología educativa. Para Wittrock, la psicología educativa es “el estudio psicológico de los problemas cotidianos de la educación, de lo que derivan principios, modelos y teorías, procedimientos de enseñanza y métodos prácticos de instrucción y evaluación, así como métodos de investigación, análisis estadísticos y procedimientos de medición y valoración para el estudio de los procesos afectivos y de pensamiento de los estudiantes y los complejos procesos sociales y culturales de las escuelas” (Woolfok, citado de Wittrock, 1999, p.11).

Debido a lo amplio de la definición, esta es la que se usará a partir de este momento, puesto que abarca tanto a los estudiantes, a los profesores, a los psicólogos y los planes educativos que se lleguen a desarrollar a lo largo de la vida estudiantil del adolescente.

El proceso de enseñanza directamente aplicado a los estudiantes está basado en la experiencia que adquiere en la escuela. Los adolescentes aprenden una serie de habilidades que les resultan útiles a lo largo de su vida en las instituciones educativas. Hay una serie de pasos consecutivos los cuales tienen que ver en el proceso del aprendizaje en las escuelas y en su contexto en general:

1. La situación: que consiste en todos los elementos del estudiante.
2. Características personales: incluye la respuesta individual con la que reaccione el estudiante, depende de su personalidad.
3. Meta: Se refiere al fin al cual quiere llegar el estudiante, puede ser tanto material como de autorrealización.
4. Interpretación: se refiere al hecho de atribuir significado a las acciones pasadas dándoles una relación entre sí de acuerdo a una determinada situación que haya sucedido en el pasado.
5. Acción: son aquellos movimientos que realiza un estudiante en base a sus cogniciones, descartando aquellas que no le favorecen y escogiendo las que más le convengan realizar. Cuando esa decisión no le favorece del todo o no está seguro de si el resultado será favorecedor el estudiante realiza una especie de ensayo donde la decisión no es del todo permanente, sino que es fácilmente modificable y por lo tanto sin consecuencias negativas.
6. Consecuencia: es aquello que confirma que la acción del estudiante fue positiva o negativa. El psicólogo o encargado de orientar vocacionalmente al adolescente debe asegurarse de que en él nazca la reflexión y que analice por sí mismo sus decisiones antes de tomarlas, reforzando el sentido de responsabilidad, ya que es el propio alumno quien se hará cargo de las consecuencias, sean positivas o negativas.
7. Reacción a la frustración: se da cuando la persona no logra o se da por vencido en lograr su meta, su objetivo. Es posible que el alumno ante situaciones adversas logre adaptarse, reinterpreta su fracaso y decide reinterpretar su respuesta, re direccionando sus esfuerzos haciendo otras acciones que si los

hagan conseguir su meta o cambiándola por otra que le resulte más fácil de conseguir. Sin embargo, la adaptación no siempre se logra, pues puede que el adolescente actúe de manera irracional y no cambie su comportamiento, provocando que definitivamente abandone su meta, ya que no pudo adaptarse a la frustración (Cronbach, 1987, pp. 89-90).

El psicólogo educativo se distingue de los demás debido a que es un profesional centrado en los problemas que se puedan suscitar en las instituciones educativas, haciendo énfasis en tres funciones específicas: en primera instancia, la evaluación (diagnóstica), que tiene como propósito la detección de problemas psicológicos del alumnado y personal. Posterior a la evaluación, viene la orientación, que, en el caso de los alumnos, se les ayuda a desarrollar sus capacidades lo mejor posible, a los padres se les asesora para que colaboren en la realización de programas escolares diseñados por el psicólogo educativo para las necesidades específicas de su hijo. Para los maestros la orientación está destinada a apoyarlos con la satisfacción de las necesidades de los estudiantes, y la orientación dirigida a autoridades académicas, que ayuda a tomar decisiones complejas que tienen que ver con la vida del alumno, como considerar si es adecuado que un estudiante repita un año escolar o explorar diferentes alternativas. En tercera y última instancia, se encuentra la intervención, que jamás deberá de ser de forma individual, y a su vez se divide en intervención correctiva, que se refiere a cuando ya está cometido el acto inadecuado o no esperado y la intervención preventiva, que sirve para evitar los mismos actos (Fernández, 2011, pp. 250-251).

CONCLUSIONES

Luego de haber realizado esta investigación, se puede llegar a concluir que los seres humanos pasamos por diferentes cambios tanto físicos como emocionales a lo largo de nuestra vida y que muchas veces estos cambios están condicionados a nuestro ambiente y las personas que nos rodean, siendo uno de los cambios más importantes, la transición de la adolescencia a la adultez, y uno de los aspectos que indican el inicio de este cambio es la elección de una carrera profesional.

Para esto, es imperante que el adolescente haya descubierto para qué es bueno, sus aptitudes, así como de lo que carece, que tome consciencia de la realidad y las herramientas con que cuenta. Esto se logra mediante la metacognición, la cual se recomienda se haga de la mano de un psicólogo para que lo oriente de una forma más profesional y que logre encaminar al estudiante por el mejor camino posible, y puede ser de manera personal o grupal.

A la par de los pedagogos, los psicólogos (encargados del departamento psicopedagógico) utilizan diferentes recursos para una adecuada Orientación vocacional, tales como test psicométricos y técnicas introspectivas que los ayudan a conocer las capacidades de los estudiantes, cosa que es de suma importancia para la creación de jóvenes motivados a continuar su desarrollo personal y por ende que sean funcionales para la sociedad.

Diversos autores han dado explicación al fenómeno conocido como motivación, teniendo puntos de vista encontrados, alguno entiende que lo que nos mueve es únicamente un impulso de supervivencia, otros jerarquizan las necesidades, siendo las de menor rango y por ende, mayor urgencia, aquellas de aspectos fisiológicos para finalizar con la auto realización, además tomando en cuenta que es un proceso tanto interno (porque tiene relación con sus pensamientos y emociones) como externo (que varía dependiendo del contexto y de las personas que lo rodean).

La cuestión no es simplemente saber las razones que impiden el proceso motivador en los adolescentes, es necesario comprenderlas y saber cómo amplificarlas en índole de evitar la deserción escolar. Los estudiantes están en un punto de inflexión en el cuál es fácil desilusionarse debido a que el futuro les puede parecer incierto y en ocasiones las responsabilidades figuran abrumadoras.

Los estudios revisados en el Capítulo 1.3 de este trabajo de investigación señalan que quienes tienen claras sus metas en la vida son más propensos a cumplirlas. Sin embargo, si estas metas son exageradas o irreales, generarán en el adolescente sentimientos de frustración y desesperanza, los cuales, si son demasiado fuertes, frenarán el crecimiento personal hasta un punto de rendirse inevitablemente, generando muchos de los problemas que aquejan a nuestra sociedad, anteriormente mencionadas en la introducción.

En la Educación Media Superior ingresan en la formación académica adolescentes, desde el momento que finalizan la Educación Preparatoria ingresan a la sociedad como ciudadanos que tienen conocimiento de sus derechos, identifican sus obligaciones y se espera que hayan descubierto quienes son.

Desafortunadamente, en la actualidad se subestima la elaboración de un Proyecto de Vida coherente, únicamente centrándose en el ámbito educativo, dejando de lado cosas como la familia, vivienda, estilo de vida, etc. Las escuelas, debido a sus limitaciones, están lejos de formar jóvenes con un pensamiento holístico que lleven al máximo sus capacidades, ocupados en ellos mismos y por mejorar el entorno que los rodea; jóvenes felices.

REFERENCIAS

- Aguilar, M. 2010. Descartes y el cuerpo-máquina. Universidad Castilla-La Mancha. Recuperado el día 29 de marzo de 2021 de <https://revistas.comillas.edu/index.php/pensamiento/article/view/2491/2192>
- Álvarez, S. Escoffié, E. Rosado, M. y Sosa, M. (2016) Terapia en contexto. México: Manual moderno
- Ambirz, M. 2009. Autoconocimiento. Universidad autónoma de Aguascalientes. Recuperado el día 23 de septiembre de 2019 de <https://www.uaa.mx/portal/wp-content/uploads/2018/02/33-1.pdf>
- Anaya, A. 2010. ¿Motivar para aprobar o para aprender? Estrategias de motivación del aprendizaje para los estudiantes. Instituto Mexicano de Ingenieros Químicos A.C Recuperado el día 09 de diciembre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/482/48215094002.pdf>
- Balaguer, I. Castillo, I. y Duda, J. 2008. Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. Universitat de les Illes Balears. Recuperado el día 16 de diciembre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119246002.pdf>
- Bartolomeis, F. (1983) La psicología del adolescente y la educación. México: Ediciones Roca
- Betancourth, S. y Cerón, J. 2017. Adolescentes creando su proyecto de vida profesional desde el modelo DPC. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 50, 21-41. Recuperado el día 19 de septiembre de 2019 <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/811/1329>
- Boeree, C. Personality Theories: Abraham Maslow. Psychology Department Shippensburg University. Recuperado el día 21 de enero de 2020 de

<http://capacity-resource.middletonautism.com/wp-content/uploads/sites/6/2017/03/abraham-maslow.pdf>

Cárdenas, F. (2008) Proyecto de vida. Colombia: UNIMINUTO

Carpintero, H. Mayor, L. y Zalbidea, M. 1990. Condiciones del surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista. Universidad de Valencia. Recuperado el día 14 de septiembre de 2020 de https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:-V6wsTq1c88J:scholar.google.com/+antecedentes+de+la+psicologia+humanista&hl=es&as_sdt=0,5

Casanova, E. 1993. El desarrollo del concepto de sí mismo en la teoría fenomenológica de la personalidad de Carl Rogers. Universidad pública de Navarra. Recuperado el día 23 de enero de 2020 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2383842>

Castañeda, A. y Niño, J. 2005. Procesos y procedimientos de orientación vocacional / profesional / laboral desde una perspectiva sistémica. Universidad Santo Tomás Bogotá, Colombia. Recuperado el día 19 de octubre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835163013.pdf>

Cronbach, L. 1987. Psicología educativa. México: Pax-México

Daset, L. (2013). Proyecto de vida: una propuesta terapéutica que se enmarca en la Psicología positiva. Revista Estudios contemporáneos de subjetividad, 3 (2) pp. 276-290

D'Angelo, O. (1986) La formación de los proyectos de vida en un individuo. Una necesidad social. Revista cubana de psicología, 3 (2) pp. 31-39

D'Angelo, O. 2000. Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Revista cubana de psicología. Recuperado el día 17 de septiembre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/773/77323982003.pdf>

D'Angelo, O. 2004. Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social Red de Bibliotecas Virtuales de CLACSO: La Habana, Cuba. Recuperado el día 17 de septiembre de 2019 de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf>

Delvan, J. (2002) Los fines de la educación. México: Siglo xxi editores

Departamento de desarrollo académico. 2019. Programa de orientación psicológica. Instituto tecnológico de Oaxaca. Recuperado el día 09 de diciembre de 2019 de <http://www.oaxaca.tecnm.mx/web/wp-content/uploads/2019/08/PIOP-ITOX2019.pdf>

Díaz, R. (2002) La educación: Teorías educativas. Estrategias de enseñanza-aprendizaje. México: Trillas

Durand, J. Corengia, A. Daura, F. y Urrutia M. 2016. Aprender a enseñar: el desafío de la formación docente inicial y continua, Pilar, Buenos Aires. Recuperado el día 10 de octubre de 2019 de <https://www.teseopress.com/formaciondocente/>

Fernández, J. 2011. Papeles del psicólogo. El psicólogo educativo: su historia, profesionalización y calidad educativa. Recuperado el día 7 de enero de 2021 de <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/172/3/La%20especificidad%20del%20psic%C3%B3logo%20educativo.pdf>

Feixas, G. y Miró Ma. Teresa(1993) Aproximaciones a la psicoterapia. Barcelona: Paidós

Frankl, V. (2004). El hombre en busca de sentido. España: Herder

Fuentes, M. 2010. La orientación profesional para elegir fundamentadamente una ocupación: Propuesta alternativa. Sociedad Mexicana de Psicología A.C. Recuperado el día 29 de marzo de 2021 de <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243016324012.pdf>

Gaete, R. 2011. El juego de roles como estrategia de evaluación de aprendizajes universitarios. Universidad de La Sabana. Recuperado el día 29 de enero de 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/834/83421404005.pdf>

Galindo, E. Zarza, S. Argüello, F. Robles, E. y Villafaña, G. 2013. Proyecto de vida y transiciones juveniles. Situación actual en un grupo de jóvenes solteros de la ciudad de Toluca, México. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado el día 22 de octubre de 2020 de

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol16num3/Vol16No3Art2.pdf>

González, A. 2007. Modelos de motivación académica: una visión panorámica. Universidad de Vigo, Ourense. Recuperado el día 22 de octubre de 2019 de https://www.researchgate.net/profile/Antonio_Gonzalez40/publication/28212475_Modelos_de_motivacion_academica_una_vision_panoramica/links/576bb19608aef2a864d38956/Modelos-de-motivacion-academica-una-vision-panoramica.pdf

González, N. (1999) Psicoterapia de grupos: teoría y técnica a partir de diferentes escuelas psicológicas. México: Manual moderno

Gualtero, M. 2016. Importancia del proyecto de vida como eje motivacional para el ingreso a estudios superiores en los estudiantes en los grados 10° Y 11° de la institución educativa técnica La Chamba, del Guamo-Tolima Repositorio Institucional de la Universidad de Tolima. Recuperado el día 25 de septiembre de 2019 de <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1668/1/IMPORTANCIA%20DEL%20PROYECTO%20DE%20VIDA.pdf>

Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, M. (2014) Metodología de la investigación. . México: McGrawHill Interamericana

Hoffman, L. Paris, S. y Hall, E. (1995) Psicología del desarrollo hoy. México: McGrawHill Interamericana

Hothersall, D. (1997) Historia de la psicología México: McGrawHill Interamericana

Kantor, J. (1990) La evolución científica de la psicología. México: Trillas

Laplanche, J. y Pontalis, J. 2004. Diccionario de psicoanálisis. Recuperado el día 22 de octubre de 2020 de <https://teoriaspsicologicas2.files.wordpress.com/2013/02/diccionario-laplanche-pontalis.pdf>

Larrosa, F. 2010. Vocación docente versus profesión docente en las organizaciones educativas. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado.

Recuperado el día 9 de septiembre de 2019 de http://m.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1291992517.pdf

Manassero, M. y Vazquez, A. 1997. Atribuciones causales de alumnado y profesorado sobre el rendimiento escolar: consecuencias para la conducta educativa. Revista Universitaria de Formación del Profesorado. Recuperado el día 6 de noviembre de 2019 de https://www.researchgate.net/profile/Maria_Antonia_Manassero_Mas/publication/28254904_Atribuciones_causales_de_alumnado_y_profesorado_sobre_el_rendimiento_escolar_consecuencias_para_la_practica_educativa/links/0912f508ae5d8095cc000000/Atribuciones-causales-de-alumnado-y-profesorado-sobre-el-rendimiento-escolar-consecuencias-para-la-practica-educativa.pdf

Martínez, M. (1999) La psicología humanista: Un nuevo paradigma psicológico. México: Trillas

Medan, M. 2012. ¿"Proyecto de vida"? Tensiones en un programa de prevención del delito juvenil. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Recuperado el día 9 de septiembre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/773/77323982003.pdf>

Mejía, A. 2011. El condicionamiento operante y su influencia en el ámbito educativo. Universidad Tecnológica de la Mixteca. Recuperado el día 6 de noviembre de 2019 de http://www.utm.mx/edi_anteriores/temas43/2NOTAS_43_4.pdf

Morán, C. y Menezes E. 2016. La motivación de logro como impulso creador de bienestar: su relación con los cinco grandes factores de la personalidad. International Journal of Developmental and Educational Psychology. Recuperado el día 22 de octubre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851777004.pdf>

Morris, C. y Maisto, A. 2005. Introducción a la psicología. Recuperado el 22 de octubre de 2020 de <https://cucionline.com/biblioteca/files/original/86ac7ac5dc9cd7757787b9aaad6cad57.pdf>

Navarro, M. 2010. La orientación profesional para elegir fundamentadamente una ocupación: Propuesta alternativa. Sociedad Mexicana de Psicología A.C. Recuperado el día 01 de agosto de 2020 de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016324012>

Nuñez, C. 2009. Motivación, aprendizaje y rendimiento académico. Universidad de Oviedo. Recuperado el día 21 de octubre de 2019 de <http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/Xcongreso/pdfs/cc/cc3.pdf>

Olarte, S. 2019. Psicoterapia breve mediante la aplicación de técnicas humanistas y sistémicas con adolescente de 16 años que presenta problemas psicosociales acusados a sentimientos de rechazo. Universidad Cooperativa de Colombia Bucaramanga. Recuperado el día 30 de noviembre de 2020 de https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/15386/1/2019_psicoterapia_breve_rechazo.pdf

Papalia, D. Wendkos, S. Duskin, F. (2009) Psicología del desarrollo. México: McGrawHill Interamericana

Petrovsky, A. (1980) Psicología educativa y pedagógica. URSS: Editorial Progreso

Pretel, O. 2007. Técnica de la silla vacía. Centro de orientación de desarrollo humano. Recuperado el día 28 de enero de 2020 de [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/56819852/La-silla-vacia.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DTecnica de la Silla Vacia.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20200128%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20200128T213954Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=e1a5c678104a17d544d911dbedf0c4e895f4f7e78bccb2b7b53a9c351bbe9ea0](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/56819852/La-silla-vacia.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DTecnica%20de%20la%20Silla%20Vac%C3%ADa.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20200128%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20200128T213954Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=e1a5c678104a17d544d911dbedf0c4e895f4f7e78bccb2b7b53a9c351bbe9ea0)

Reeve, J. (2010) Motivación y emoción. México: McGrawHill Interamericana

- Riveros, E. 2014. La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. Universidad Adolfo Ibáñez. Recuperado el día 21 de enero de 2020 de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v12n2/v12n2a1.pdf>
- Ruiz, J. 2011. Proyecto de vida, relatos autobiográficos y toma de decisiones. Fundación Universitaria del Área Andina. Recuperado el día 11 de enero de 2021 de https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:B_jpgUUSbP4J:scholar.google.com/+Proyecto+de+Vida&hl=es&as_sdt=0,5
- Sánchez, B. Pena, V. Rocha, M. Costa, M. 2014. Orientación y formación vocacional hacia la carrera de Medicina. Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos. Recuperado el día 19 de diciembre de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/1800/180032233015.pdf>
- Scribano, A. 2017. ¡Es la biografía, estúpido! Gordon Allport y la importancia de los documentos personales en la investigación social. Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social. Recuperado el día 30 de noviembre de 2020 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5694542>
- Tyler, L. (1990) La función del orientador. México: Trillas
- Ureña, V. Parrales, S. 2015. Aporte de la actualización en la práctica profesional de orientadoras y orientadores. Universidad de Costa Rica. Recuperado el día 01 de agosto de 2020 de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44733027038>
- Uribe, C. (2009) Modelo para el análisis de una aptitud cognitiva para el aprendizaje, Ciencia Ergo Sum, 16 (3), pp. 254-262
- Velázquez, F. 2007. Terapia gestáltica de Friedrich Solomon Perls fundamentación fenomenológica-existencial. Universidad Pontificia Bolivariana. Recuperado el día 23 de enero de 2020 de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/781/9441>

Velázquez, L. 2007. Viktor Emil Frankl: el médico y el pensador de una vida con sentido. Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia Recuperado el día 30 de noviembre de 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/1805/180513858009.pdf>

Villalpando, J. (2007) Filosofía de la educación. México: Editorial Porrúa

Villegas, M. 1986. La psicología humanista: historia, concepto y método. Universidad de Barcelona. Recuperado el día 21 de enero de 2020 de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:8jHv1TXc6JAJ:https://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/61321/88955+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=mx>

Woolfok, A. (1999) Psicología educativa. México: Prentice Hall