

Proyecto de vida y género en profesorado joven de Educación Física

Life Project and Gender in Young Physical Education Teachers

Jorge García Villanueva
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL,
MÉXICO
jvillanueva@upn.mx

<https://orcid.org/0000-0003-4994-6756>

Ana Belén Canseco López
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL,
MÉXICO
cansecobelen89@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9870-9275>

Claudia Ivonne Hernández Ramírez
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL,
MÉXICO
cihernandez@upn.mx

<https://orcid.org/0000-0002-9207-2460>

RESUMEN

En la actualidad, las investigaciones sobre proyecto de vida recaen, sobre todo, en las etapas de la adolescencia y la adultez mayor, dejando un vacío en la adultez joven. La presente investigación tiene un enfoque cualitativo, se trabajó con 13 personas que se dedican a la docencia e impartición de la asignatura de educación física en programas públicos de la Ciudad de México y en diferentes niveles educativos. La técnica fue una entrevista semiestructurada y el instrumento que se aplicó fue una guía de entrevista con base en las categorías: proyecto de vida, relaciones y desarrollo socioafectivo, metas y éxito. En los hallazgos, se identificó que las orientaciones de los proyectos de vida de las personas entrevistadas han sido instauradas y configuradas por las circunstancias vivenciales y por su contexto social, el cual ha permeado su estructura psicológica, pensamientos e ideales, sin embargo, no tienen estructurado ni escrito un proyecto de vida con objetivos concretos. El proyecto de vida no es un fin o medio para llegar a una meta, sino constituye una parte vital del ser humano.

Palabras clave: plan, identidad, interacción social, educación, metas

ABSTRACT

Currently, research on life projects mainly focuses on the stages of adolescence and older adulthood, leaving a void in young adulthood. The present study has a qualitative approach, we worked with 13 people dedicated to teaching Physical Education in public programs in Mexico City and at different educational levels. The technique was a semi-structured interview and the instrument applied was an interview guide based on the categories: life project, relationships, and socio-affective development, goals, and success. In the findings, it was identified that the orientations of the life projects of the people interviewed have been established and configured by their life circumstances and by their social context, which has permeated their psychological structure, thoughts, and ideals; however, they do not have a structured and written life project with concrete objectives. The life project is not an end or a means to reach a goal but constitutes a vital part of the human being.

Keywords: plan, identity, social interaction, education, goals



INTRODUCCIÓN

El proyecto de vida (PV) ha sido estudiado por la pedagogía, la psicología y la antropología desde las diversas escuelas y enfoques que las componen –entre ellas, la psicología del desarrollo y la educativa–, donde destacan estudios latinoamericanos y europeos, puesto que existen investigaciones en Argentina, Bolivia, Brasil, Colombia, Cuba, Perú, México y España, y se ha conceptualizado al proyecto de vida en la perspectiva de la elaboración de un plan a futuro, así como desde un análisis integrativo que ha abordado distintos componentes tales como el factor personal, académico y profesional (Lomelí, López y Valenzuela, 2016; Canle y Vallejos, 2015; Ruiz, 2011; D’Angelo, 1999; Zuazua, 2007).

El PV se ha estudiado ampliamente en etapas del desarrollo humano, como son la adolescencia y la adultez mayor. En el primer caso, se parte de la necesidad de recibir orientación vocacional y definir un plan de vida a largo plazo, en el que se considere la elección de carrera profesional. En el segundo, la investigación también ha sido planteada desde el concepto de proyecto de vida, debido a la reelaboración del sentido de vida, así como de las metas (Medan, 2012; Garcés, Santana y Feliciano, 2020; Betancourth y Cerrón, 2017; Jiménez, 2008; Rodríguez, 2006; Hernández, 2006).

Estas aproximaciones dejan un hueco en investigaciones centradas en la etapa de la adultez joven, por lo cual esta investigación se enfoca en analizar si existe la elaboración, la planeación y el desarrollo de un proyecto de vida en personas que se encuentran en la juventud, en específico, en un grupo de profesores de educación física.

ANTECEDENTES DEL ESTUDIO DE PROYECTO DE VIDA

Para abordar el tema de PV fue necesario hacer un breve recorrido en investigaciones vinculadas al tópico. En un primer acercamiento, se detectó que los estudios están enfocados en personas que están en la adolescencia en edades que oscilan entre los 15 y 25 años; así como en la adultez mayor, a partir de los 60 años (Jiménez, 2012).

Pineau y Jobert (1986)¹ abordan el concepto proyecto en el texto *Historia y Proyecto* y realizan una reflexión en torno a la naturaleza y necesidad de los seres humanos para generar un proyecto, así como la interrelación que supone realizar actividades que expresen la tendencia vital y la presencia permanente de la certeza de muerte. Señalan la necesidad de crear algo para dar sentido al existir del ser humano y cómo el proyecto precisa un inicio para que, posteriormente, dé sentido a la vida. El PV puede ser mutable, desde la particularidad y los objetivos de vida que generen las condiciones de cada ser humano, tomando como punto de partida la vida familiar, las características socioculturales y económicas de su contexto, así como la dinámica intrapsíquica de la persona en cuestión.

En otro sentido, la esperanza en la creación del PV es un elemento que permanece latente, impulsando al ser humano a mantener su esfuerzo en pos de lograr los objetivos que se planteó. Retomando a Pineau y Jobert (1986), *esperanza* puede representar una nueva red de significaciones; se podría decir que es lo que se necesita: crear y vincular un nuevo sentido en su vivir. Se considera que la formación o creación de un proyecto de vida es necesaria para la orientación personal de cada ser humano en sus diferentes esferas o ámbitos sociales —como pueden ser el personal, académico y profesional—, el cual es necesario ubicar en su contexto y temporalidad actual.

Medan (2012) indica que la elaboración de un PV es uno de los objetivos probablemente explícitos de programas sociales para la juventud y la adolescencia, con lo que se busca su regulación social. En su artículo *¿Proyecto de vida? tensiones en un programa de prevención del delito juvenil*, indica la necesidad de estos programas para gestionar en la juventud proyectos de vida que los direccionen a prácticas diferentes que no sean delinquir o comportamientos agresivos que amenacen el tejido social; la edad es una de las dimensiones que se presenta en la investigación y está relacionada por la transición de la juventud a la adultez. El interés en investigaciones sobre PV en la adolescencia y la juventud se debe a la intención de orientar, crear

1 El documento es una traducción por María Cristina Tenorio. Material para uso exclusivo de la materia Comunicación Oral y Escrita I y II de la Universidad ICESI. Profesora: Andrea Rodríguez Mancera. Tomado de Pineau y Jobert (1986).

objetivos y metas en la vida de los sujetos para dirigirse hacia la construcción de una vida de calidad, siguiendo los parámetros sociales que señalan la importancia de contar con las condiciones vitales básicas, como alimentación, salud, vivienda, educación y esparcimiento.

Lo que se observa en las investigaciones citadas es que la transición o culminación de una etapa del ciclo vital es lo que genera la necesidad de elaborar, reestructurar, modificar o moldear un PV. Esto se podría explicar debido al cambio de intereses, prioridades, recursos, necesidades y herramientas que van cambiando durante el desarrollo humano y al experimentar nuevas etapas familiares o sociales. El PV genera expectativas positivas, así como la visión de un *yo* mejorado a futuro. Sin embargo, para cumplir con lo que cada sujeto establece en su PV, se requiere partir de la situación concreta que determina lo posible en su realidad, como pueden ser las herramientas y habilidades que les permitan generar estrategias que garanticen su realización (Jiménez, 2008; Rodríguez, 2006; Hernández, 2006). Al respecto, Medan (2012) menciona que, aunque la juventud busque un ideal de proyecto, hay obstáculos para su realización, lo cual está relacionado con las condiciones actuales de cada sujeto, así como con su contexto social (Betancourth y Cerón, 2017; Garcés, Santana y Feliciano, 2020).

Jiménez (2008) indica que la abstracción de PV está vinculada con la personalidad y la situación real, social y económica. Señala que la adultez mayor, al cumplir con un proyecto de vida, se revitaliza, experimenta mayor energía y entusiasmo, da sentido a su existencia y muestra un mejoramiento, que puede estar relacionado con un mayor interés y motivación para cuidar su salud física, lo cual puede retrasar el término de su vida.

Es bien sabido que cada etapa de la vida implica cumplir con ciertos roles en diferentes esferas sociales y familiares, por lo que podría suponerse que la adultez mayor, en su mayoría, tendría que estar en la etapa de jubilación, cumpliendo el rol de abuela o abuelo, así como estar en una etapa caracterizada por uno o varios malestares físicos, problemas de salud, de sus capacidades corporales (debilidad visual, dificultad motriz, olvidos, debilidad auditiva, entre otros), éstos han sido algunos factores por los que las investigaciones sobre

proyecto de vida se centran en la adultez mayor. Por ejemplo, Rodríguez (2006) en su artículo *¿Cuál es el proyecto de vida de los adultos jubilados? Un estudio descriptivo*, tiene por objetivo identificar el proyecto de vida en adultez mayor (personas de 60 años o más) que se encuentran en la etapa de jubilación, buscando gestionar asesorías con la intención de generar nuevas motivaciones de vida. En dicha investigación, para llevar a cabo asesorías que orientarán a un PV, tomaron en cuenta la propia realidad, motivaciones y habilidades de la adultez mayor. Considero que éstas son características esenciales que no pueden quedar de lado al momento de visualizar y crear los objetivos y metas del PV de cada individuo; todo parte de un deseo y anhelo creado desde lo posible.

Para Hernández (2006), el envejecimiento es una etapa del ciclo vital que está caracterizado por cambios psicológicos, sociales y biológicos. El autor señala que el comportamiento de las personas de la tercera edad es resultado de su educación y del PV que se plantearon en etapas anteriores. En este sentido, el autor se cuestiona si en esta etapa es posible construir un proyecto de vida o si para la persona que está en la vejez es importante tenerlo para mejorar su calidad de vida. Es evidente que, en la etapa final del ciclo vital, las personas experimentan los efectos de no haber tenido una planeación adecuada de su proyecto de vida, por ello las investigaciones en torno al tema ponen su atención en la etapa de la vejez.

Sin embargo, se considera que si hubiese una educación y seguimiento sobre proyecto de vida en etapas del desarrollo anteriores a la vejez, las investigaciones tendrían que estar centradas en la adultez joven, momento del desarrollo personal desde el cual se podrían identificar herramientas y estrategias para la elaboración y realización de proyectos que generen una vida satisfactoria, de modo que en la etapa de la vejez puedan gozar de tranquilidad y estabilidad económica y emocional, así como de una salud óptima, considerando el desgaste natural aceptable del cuerpo. Los aportes hasta ahora vertidos resultan importantes para conocer los rasgos generales del PV en la actualidad, sin embargo, es pertinente apuntar a la discusión de una visión más amplia que se focalice en el proyecto de vida en la adultez joven.

PROYECTO DE VIDA

Entre los trabajos que abordan el estudio del PV, algunos se enfocan en la definición de los elementos que lo integran y, por otra parte, en el proceso de ejecución que dirige a las personas a lograr las metas establecidas. El proyecto de vida según Lomelí, López y Valenzuela (2016) es un proceso de trabajo diario (quehacer continuo), el cual identifican como una tarea humana para cuya realización se necesita disciplina, constancia y determinación para no desistir en sus metas y objetivos. Además de lo anterior, se precisa de una serie de características del sujeto, tales como: las actitudes, habilidades, construcción de conceptos y aspectos importantes como pueden ser la autoestima, la motivación y la inteligencia. Dichas características son necesarias para planear e idear objetivos y metas (corto, mediano y largo plazo), las cuales podrán ser mutables de acuerdo con los intereses de cada persona.

El PV enlaza todas las áreas sociales y vitales del ser humano, engloba la programación de tareas, objetivos, planes y acción social, asimismo, valores estéticos, sociales y morales. Esto requiere de forma precisa autoexpresión, autodirección y autodesarrollo, creando así un proyecto de vida integral (Canle y Vallejos, 2015). Por otro lado, es necesario señalar que, si bien el desarrollo personal puede ser un logro que se geste a través de la elaboración y ejecución de un PV, no se puede aseverar que sea inherente al desarrollo personal, puesto que la obtención del pleno autodesarrollo puede lograrse por otras vías o precondiciones que no necesariamente impliquen la elaboración de dicho PV.

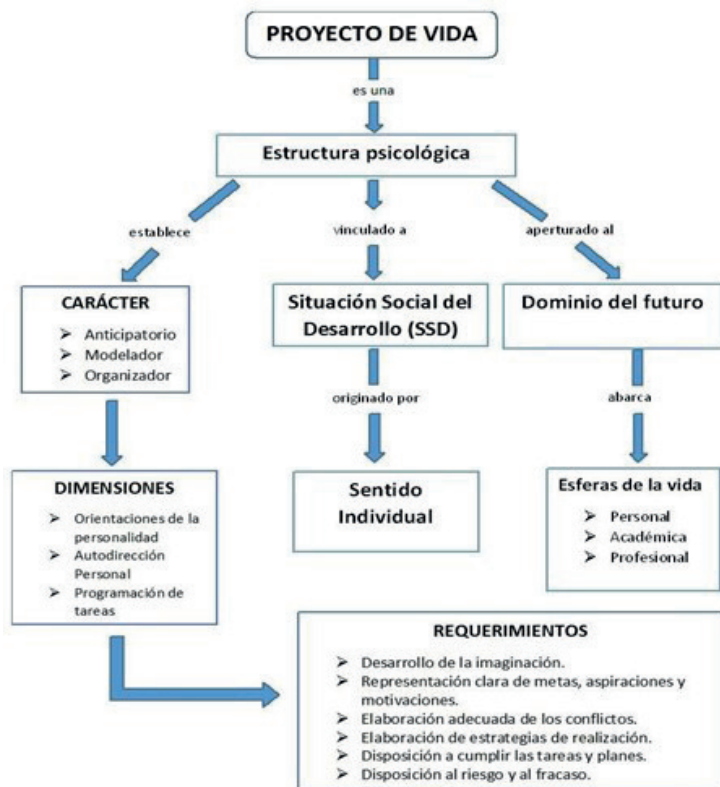
Sin embargo, se considera que el PV es un proceso que, en efecto, está dirigido al crecimiento personal, apuntando a la realización del ser humano, su empoderamiento, obtención de logros, éxito (en función de la medida en que es capaz de cumplir sus objetivos). Ruiz (2011) manifiesta que para la construcción del PV se tienen que reconocer las condiciones del contexto, así como las relaciones culturales, sociales y familiares, aspectos desde los cuales las personas podrían identificar sus necesidades individuales. Dicho PV se materializa por expectativas a futuro (objetivos) y por ser un ejercicio racional. Son dos puntos en un mismo eje; el primero, la realidad

actual como punto de partida y el segundo, la realidad que se desea, a lo que se quiere llegar, por lo cual se necesita dar un seguimiento a lo que se planeó.

Para D'Angelo (1999) el PV es una estructura psicológica, la cual engloba lineamientos esenciales de la persona en las diferentes esferas de la vida (sentimental-amorosa, sociopolítica, cultural-recreativa y profesional), establece decisiones vitales para la vida futura del individuo (ser integral), en la que la configuración, contenido y dirección del PV está estrechamente relacionado con su situación y contexto social actual y pasado (Situación Social de desarrollo "SSD").² Además, menciona que cuando no existe congruencia en los aspectos del PV relacionados con las distintas esferas personales, se podría generar disonancia cognitiva en la interacción de estos aspectos del PV. Por tal razón, es importante que haya congruencia en las diferentes esferas de la vida social porque, de lo contrario, se podrían manifestar situaciones generadoras de conflicto, lo que repercutiría en aspectos motivacionales y los objetivos establecidos para la realización del PV (D'Angelo, 2000). En síntesis, el PV está relacionado con la situación social de desarrollo de cada persona, con lo que ha interiorizado en el transcurso de su vida, partiendo de sus capacidades y habilidades con las que cuenta para autorregularse y direccionarse con el fin de lograr su meta. El PV es un trabajo que debe estar bien estructurado, esto quiere decir que tiene que contar con estrategias autorregulatorias que le ayuden a lograr las metas, así como el compromiso de adecuarlas, modificarlas y ejecutarlas cuando le sea necesario con el único fin de satisfacer su PV. En la figura 1 se puede observar la estructura del PV y sus principales características.

² La situación social de desarrollo (SSD) es el vínculo que hay entre la posición externa y posición interna del sujeto, comprendido en las relaciones sociales. La posición externa se caracteriza por las interacciones con los demás sujetos y las exigencias del contexto; la posición interna se caracteriza por lo interiorizado por el individuo en el transcurso de su vida, esto tiene que ver con su historicidad, con su contexto y las instituciones sociales donde se desarrolló (forjando su personalidad por medio de un proceso de aprendizaje social). La importancia de la noción de SSD tiene que ver con realizar una caracterización detallada y suficiente sobre la relación sociedad-individuo, lo cual explica su desarrollo psicológico a lo largo de su vida, atravesando las etapas vitales, lo cual es importante en la construcción de sus proyectos de vida (D'Angelo, 1999).

■ Figura 1. Proyecto de vida y sus características.



Fuente: adaptado de D' Angelo, 2003, en Tintaya y Portugal, 2009.

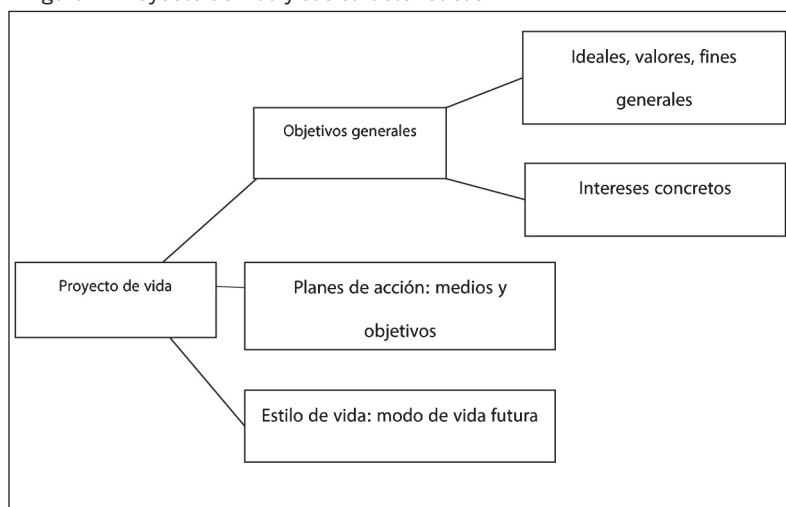
El PV representa la perspectiva del sentido de vida de cada sujeto (visualización a futuro); asimismo, señalan que dicho proyecto se caracteriza por los siguientes elementos:

- Visión (qué se quiere ser, hacer y vivir).
- Objetivos (qué se quiere alcanzar).
- Actividades (que se necesita hacer).

Desde la postura de estas autorías, el PV es una estrategia de aprendizaje y un proceso que implica tiempo, dedicación, reflexión y, primordialmente, compromiso para su elaboración y desarrollo, el cual tiene que ser plasmado y estructurado desde sus conocimientos

previos, y mostrar y argumentar de forma explícita los anhelos a futuro para dar sentido al aprendizaje. Al respecto, Zuazua (2007) sostiene que el PV debe estar definido de manera individual, debido a que plantea la visualización de la persona, partiendo de su sistema de valores, ideales, así como expectativas establecidas como metas. Por tanto, precisa de un plan de acción que señale la secuencia y estrategias a seguir para el cumplimiento de lo establecido de acuerdo con el estilo de vida de cada ser humano, así como se visualiza en la figura 2.

■ Figura 2. Proyecto de vida y sus características.



Fuente: adaptado de Zuazua, 2007.

Es importante señalar que la construcción del PV parte de un bosquejo que se genera de manera consciente e intencional (reflexiva). Diseñarlo lleva consigo el compromiso y la acción creativa de plasmar objetivos, los cuales devienen de la historia del individuo, se explican desde el contexto cultural, social, educativo y familiar desde etapas muy tempranas de su desarrollo humano (Zuazua, 2007). En el PV se debe explicitar ¿qué quiere para la vida futura en los ámbitos personal, académico y profesional?, ¿cuáles son las metas que se desean cumplir?, ¿qué disposición se tiene para la realización de tareas? y ¿cuál es el tiempo que se determinará para el cumplimiento

de los objetivos? (Meléndez, 2016; Goncalves y Segovia, 2018; Da Silva, Pereira y De Lima, 2019). El PV es una estructura psicológica que establece intereses con enfoque de proyección a futuro, los cuales son instituidos por la situación social del desarrollo y configurados desde la situación actual de una persona. Se caracteriza por objetivos específicos, metas de corto, mediano y largo plazo, plan de acción y planeaciones. Para su ejecución el sujeto precisa de ciertas habilidades, destrezas, actitud positiva, proactiva, así como determinación. El sujeto es el actor principal, es creador y partidario de dicho proyecto en busca de autorrealización en todas las esferas de su vida (Moreira y Mancebo, 2010).

MÉTODO

La perspectiva de investigación fue cualitativa con un enfoque interpretativo. El tipo de estudio fue descriptivo, porque se buscó pormenorizar y detallar acontecimientos que se suscitan en la práctica diaria, así como situaciones en el contexto real o natural. Este tipo de estudios no implica aprobar hipótesis ni comprobar explicaciones dadas, no deriva predicciones; al contrario, define las características a describir que permiten la categorización de la información recabada (Monje, 2011). La técnica fue una entrevista semiestructurada y el instrumento una guía de entrevista (Quecedo y Castaño, 2003; Hernández, 2014) con el propósito de comprender las realidades de cada sujeto y analizar sus experiencias y prácticas.

En la presente investigación participaron 13 personas, siete pertenecen al género femenino y seis al género masculino. Los criterios para la selección de las personas participantes fueron: el rango de edad, ejercer la docencia en el área de educación física en cualquier nivel educativo o programas públicos de la Ciudad de México, interés y disposición por participar en el estudio.

■ Cuadro 1. Datos sociodemográficos del profesorado participante.

Participantes	Edad (años)	Estado civil	Género	Grado máximo de escolaridad	¿Dónde estudió?	Cargo laboral actual
P1	24	Soltera	Femenino	Maestría en educación física	Maestría en la Universidad Interamericana Licenciatura en la Escuela Superior de Educación Física	En la Secretaría de Educación Pública ejerce la docencia como profesora de Educación Física. Encargada del área de gimnasia de un programa público de la Ciudad de México.
P2	40	Casada	Femenino	Técnica en natación (nivel III)	CICET (capacitaciones)	Profesora de natación de un programa público de la Ciudad de México y los deportivos Iztapalapa y Francisco I. Madero.
P3	37	Casado	Masculino	Nivel medio superior	Vocacional, en el Instituto Politécnico (físico-matemático) Técnico en natación	Profesor de natación de un programa público de la Ciudad de México y en el Velódromo Olímpico de la alcaldía Venustiano Carranza.
P4	40	Casado	Masculino	Licenciatura en educación física	Escuela Nacional Preparatoria N°6 Facultad de Contabilidad y Administración de la Universidad Nacional Autónoma de México	Profesor en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios N°2, impartiendo la asignatura de matemáticas en diferentes semestres: 1° semestre: Álgebra 2° semestre: Geometría y trigonometría 5° semestre: Estudio de costos y presupuesto del Diseño Arquitectónico de Diseño Industrial y Diseño Decorativo. Profesor de voleibol de un programa público de la Ciudad de México.
P5	24	Soltera	Femenino	Preparatoria, Licenciatura trunca en educación física	Producción animal en la Universidad Autónoma Metropolitana, Iztapalapa	Profesora de natación y básquetbol de un programa público de la Ciudad de México.
P6	40	Divorciado	Masculino	Licenciatura en educación física	Escuela Nacional de Educación Física	Profesor de natación de un programa público de la Ciudad de México.
P7	29	Casada	Femenino	Licenciatura en educación primaria con la especialidad de formación cívica y ética y nivel II en fútbol Certificación en la Escuela Superior de educación física	Profesora de Educación Cívica en la Normal Superior	Profesora e instructora de un programa público de la Ciudad de México.

Participantes	Edad (años)	Estado civil	Género	Grado máximo de escolaridad	¿Dónde estudió?	Cargo laboral actual
P8	36	Casado	Masculino	Licenciatura en economía Curso de educación física	Universidad Nacional Autónoma de México Escuela Superior de Educación Física	Profesor de deportes, especialidad en fútbol en un programa público de la Ciudad de México. Instructor en el Deportivo del Sindicato de Telefonistas de Telmex.
P9	36	Casado	Masculino	Preparatoria trunca Cursos y capacitaciones en el Instituto Politécnico Nacional, en Casa Blanca, en Nelson Vargas, Instituto Nacional del Deporte, en la Conade Cursos internacionales de guardavidas, salvamento acuático, rescate acuático, RSP	Instituto Politécnico Nacional	Profesor de Educación Física en un programa público de la Ciudad de México Profesor de natación en deportivos.
P10	29	Soltera	Femenino	Licenciatura en educación física	Universidad Autónoma del Estado de México	Profesora de educación física en un programa público de la Ciudad de México. Profesora y entrenadora de alto rendimiento en fútbol
P11	32	Unión libre	Masculino	Licenciatura en entrenamiento deportivo	Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos	Profesor de fútbol en un programa público de la Ciudad de México. En Ciudad Deportiva, tiene un equipo representativo de la alcaldía Iztacalco.
P12	28	Divorciada	Femenino	Licenciatura en educación física	Escuela Superior de Educación Física	Profesora de educación física en la Secretaría de Educación Pública. Profesora y entrenadora de fútbol y basquetbol en un programa público de la Ciudad de México.
P13	24	Soltera	Femenino	Licenciatura en psicología educativa	Universidad Pedagógica Nacional	Profesora de Educación Física en un programa público de la Ciudad de México.

Fuente: elaboración propia.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los principales hallazgos se analizaron con base en las categorías: proyecto de vida (personal, académico y profesional); relaciones y desarrollo socioafectivo (interacciones y socialización); metas (precisas, claras y concisas en un tiempo y espacio), y éxito (autorrealización).

Proyecto de vida

En un primer momento, es menester exponer las particularidades encontradas a la luz del concepto central proyecto de vida considerando los aspectos personal, académico y profesional. En este primer acercamiento con el profesorado de educación física, se encontró que no existe un PV, puesto que ninguna de las personas entrevistadas mostró que contara con una planeación estructurada y explícita de manera escrita. Se han limitado a realizar ideas de sus aspiraciones a futuro sin que haya nada planeado. Por ejemplo, se encontró que la P2, refleja no tener claridad de la orientación de su PV, al preguntarle, ella mencionó: “pues he hecho lo que se me ha presentado hasta ahorita... ganas de hacer otras cosas, pues sí tienes, ¿no?, como todos”. En esta afirmación, se identifica que no hay claridad de lo que es un PV, por lo tanto, sus elecciones obedecen a factores circunstanciales. Asimismo, el entrevistado P3 reafirma que no tiene un PV, “¿Hacia dónde me dirigía?, [hacia] todo el deporte, no tenía así, algo específico, hasta que realmente conocí el agua, la alberca, la natación... fue donde me especialicé”. Se infiere que no tenía objetivos, planes, ni metas, es un claro ejemplo de que las circunstancias han direccionado hasta cierto punto su vida.

Las personas entrevistadas aluden a deseos de un ideal que tienen para el futuro, lo plantean en esos términos y no trasciende a una planeación específica, es decir, no hay un PV configurado ni estructurado. Y así lo ejemplificó el P8 “[planeo] seguirme preparando, seguir impactando con los niños y seguir mejorando, tanto en mi ser y en el ser de los niños; ser alguien que impacte para que los niños sean mejores”, y agregó: “bueno, en mi caso muy personal, veo que, si no funciona ahí, busco mejor por otro lado”.

Lo que se puede apreciar en los testimonios de las personas entrevistadas, es que refieren contar con un proyecto por el hecho de tener anhelos e ideas para una vida futura, sin embargo, no han estructurado un PV integral ni han canalizado los objetivos y metas en acciones para la realización y cumplimiento de un PV con miras a largo plazo.

Proyecto de vida personal

En el PV personal, los sujetos otorgan prioridad a la conformación, fortalecimiento y unión de una familia. El P8 comentó “[en la] cuestión... personal: tener una familia, tener algo que... hijos, me gustaría tener hijos, de hecho, ya lo platiqué con mi esposa... tener dos hijos, ésa es la planeación a futuro como familia”. Al respecto, el P9 afirmó que su PV personal se inclina en la conformación de una familia:

hablando de mi vida personal, siempre ha sido y está marcada, por mis tres hijas... siempre busco la manera de estar en comunicación con ellas; buscando el por qué están inquietas, el por qué tienen dudas y acercarme con ellas, no como un padre, sino como una persona adulta, madura, que les puede compartir una experiencia y las puede orientar mucho más.

Otro ejemplo es el de la entrevistada P12 quien sostiene lo siguiente sobre el aspecto personal “como mamá, hasta ahora los he cumplido... soy feliz con mis hijas, vivo para mis hijas, para mi mamá y para mí”.

La entrevistada P13 también inclina su expectativa de PV personal hacia la familia, y en ese sentido, se cuestiona la decisión de procrear o no. Menciona, con respecto a lo personal “pues ya ir formando yo mis propias cosas, mi patrimonio... no sé si quiera tener hijos, la verdad no me gustaría por lo menos de aquí a diez años”. De acuerdo con lo expuesto por las personas entrevistadas, se identificó que en ambos géneros prevalece la constitución de una familia, la decisión de la crianza, tratar de favorecer un acercamiento afectivo y entablar comunicación asertiva.

Proyecto de vida académico

El PV académico ha sido identificado en las entrevistas a través de las referencias a la orientación vocacional, las personas entrevistadas mantuvieron en su discurso el interés por seguir preparándose académicamente, además, reflejaron un vínculo entre el aspecto académico y profesional, lo cual es un elemento importante a considerar en la elaboración del PV académico.

El entrevistado P9 refirió:

quiero continuar estudiando, y trabajando también. Si, digamos, si voy retomar mis estudios, me gustaría ver la manera de que, hoy en día, de lo que tengo experiencia laboral, en el programa que estoy me den la oportunidad de subir de puesto... Entonces, sí hay mucho más, más expectativas para mí, hay más metas, hay más sueños, como todos los tenemos.

De forma semejante, la entrevistada P12 mostró interés académico y altas expectativas de seguir preparándose a futuro:

¡Claro, en agosto ingresaré a la maestría! Me voy para la escuela de educación especial, por la maestría... estaba pensando que hay una escuela, pero es carrera y me parece que ahí hay maestría, entonces, irme a hacer a esa escuela la maestría, o buscarla en la UNAM, o en el Estado de México. Cualquiera de las tres, pero quiero aventarme esa maestría, nada más que tengo que ser muy cuidadosa por la cuestión ésta de que no tienen la calidad educativa para el doctorado.

Al respecto, la entrevistada P13 refirió lo siguiente “terminar las materias de octavo y ya empezar a hacer mis prácticas, la verdad sí me urge... y (hacer el) servicio social también. No sé, tengo, así como que varias visiones de dónde hacer mi servicio social; [y también deseo] titularme: yo pienso hacer tesis”. Se identificó que las personas entrevistadas sostienen que su PV académico cubre su interés intelectual, visto desde sus saberes y conocimiento en su materia, además de que, en la mayoría de los casos, lo relacionan intrínsecamente con el rol profesional.

Proyecto de vida profesional

El PV profesional desde la perspectiva de las personas participantes se inclina por el crecimiento y desarrollo laboral, así como el desempeño de una función o rol más elevado. La P5 refirió:

quiero permanecer en el programa que auspicia el gobierno federal, porque me gusta trabajar más con los niños. Como te menciono, trabajo de 7:00 de la mañana a 7:00 de la noche, entonces, dejaría mi trabajo de la mañana y ese tiempo lo ocuparía para la escolaridad y en el otro tiempo, pues, para seguir en el programa, que es el que más me interesa.

En ese sentido, la entrevistada P12 indicó “ahorita [deseo] seguir trabajando en lo que estoy, en el programa y en la SEP. Me acaban de ofrecer trabajo en una escuela particular; si funciona, me quedo con los tres (risas). Necesito comprarme un terreno y de ahí abrir una escuela donde haya niños con necesidades educativas especiales”.

La entrevistada P13 no tiene claridad sobre la elección profesional a futuro, sin embargo, sí precisa aspectos en el cumplimiento de un rol laboral. “[En el] área profesional yo pienso muchas cosas, pero de que se me hagan realidad, pues es muy difícil... he pensado [que] tengo un tío que trabaja en la PGR y él me dice: ‘no, pues, cuando termines, pues te vienes para acá y yo te ayudo’.” Las personas que participaron en las entrevistas para dicha investigación en la actualidad, tienen un empleo y están activas, puesto que prestan sus servicios como profesorado de educación física en programas por parte del gobierno federal y en escuelas del sector público en diferentes niveles educativos, sin embargo, se infiere que, en su mayoría, piensan que no crecerán profesionalmente porque, a veces, se torna difícil el ascenso a diferentes puestos; por tal razón, su PV profesional no cambia y tratan de permanecer en el mismo empleo y sólo si se presenta una oportunidad laboral, se mueven al siguiente puesto.

Relaciones y desarrollo socioafectivo en el proyecto de vida

El profesorado participante ha configurado su PV por circunstancias de su día a día, por su historicidad y por la interacción con las prin-

principales instancias en las que se desenvuelve, como son la familia y la escuela. Un ejemplo de ello, se visualiza en la respuesta de la entrevistada P1, ella identificó cómo la familia puede influir en la conformación de un PV:

pensé en ser maestra de primaria, algo en lo que podamos hacer el cambio; ya en los adultos es muy difícil; entonces, debemos influir desde la base, que son los pequeños, en donde todavía son maleables. Entonces pensé en ser maestra de grupo, pero la verdad, a mí me aburre mucho; toda mi familia es docente, todos son maestros de primaria o secundaria.

Este ejemplo muestra cómo el papel de la familia puede incidir en la toma de decisiones de distintos aspectos de la vida de una persona, en este caso el profesional y laboral, porque depende de seguir una tradición o legado docente.

La P1 también comentó:

cuando era pequeña, me la pasé en escuelas: ahí comía, dormía —me dormía entre las bancas—, fui creciendo en un ambiente escolar, pero no era tanto porque me gustara. Pero, a fin de cuentas, la vida me fue orientando hacia eso; dije “a lo mejor medicina porque puedo ayudar a los enfermos”, pero no, mejor hay que prevenir para no tener que utilizarla, y pues me decidí a estudiar educación física... Entonces me fui enfocando más en la anatomía, los niños y todo esto; también mi hermano es licenciado en educación física, va por ese camino... él es mayor que yo, y me dijo: “pues pruébalo por un año”, a lo que yo respondí: bueno. Y me metí a una escuela particular en Morelos; así comprobé que esto es lo que me gusta.

Como se puede observar, la elección de carrera de la participante estuvo permeada de la influencia familiar.

La P7 refirió:

siempre quise ser maestra; desde que era yo niña jugaba lo típico: la mamá, el papá y a la maestra, entonces, era lo que yo siempre hacía. Cuando fui estudiando los diferentes niveles me di cuenta de que yo quería ser maestra, me gustaba ver a mis maestros, los admiraba,

para mí eran admirables, entonces, fue así que decidí ser maestra. Después del nivel bachillerato dije: “yo me voy a la Escuela Normal Superior”. De hecho, lo que yo quería era entrar a Escuela Superior de Educación Física. Hice el examen, no me quedé y entonces me fui a la Normal.

La historia de vida de ambas participantes da cuenta de cómo fueron construyendo parte de su identidad, sus elecciones personales, profesionales, las interacciones que establecieron y la función de las instancias de socialización y aprendizaje que permitieron que construyeran la estructura del planteamiento y elaboración de sus PV.

La P2 mencionó:

yo empecé como nadadora y de allí partió una invitación a trabajar... Llevaba a mis hijas a nadar y un día me dije: “qué hago afuera, qué hago perdiendo el tiempo”, si yo no sabía nadar. Yo quería nada más nadar, era así como: quiero nadar en la mañana, en la tarde, fin de semana, entonces era lo que me gustaba. De ahí se me invitó a un equipo y empezamos a ir a las competencias; tendría ya unos cuatro o cinco años en el equipo cuando el profesor me hizo una invitación a entrar a trabajar.

De acuerdo con la información proporcionada por la entrevistada se puede mencionar que los PV pueden ser reconfigurados, replanteados y adaptados en función de las circunstancias, vivencias o posibilidades actuales, de tal forma que el desarrollo socioafectivo es importante para la toma de decisiones asertivas, el buen manejo de las emociones y los sentimientos, porque pueden permitir que las personas se enfoquen en la realización de los proyectos y mantengan la motivación para el cumplimiento de los objetivos y metas.

La entrevistada P5 mencionó:

toda mi vida he nadado. Recuerdo que desde el kínder yo estaba en natación y ya llevaba todo un proceso; lo dejé, como a los 15 años, mi mamá no sabía nadar y ella empezó a meterse a clases de natación. Después de tiempo de ser alumna la invitan a trabajar y a realizar cursos, yo ya estudiando producción animal en UAM Izta-

palapa –que es totalmente otro campo–, ella me invita a mí a trabajar en el mismo programa que ella, que es en donde ahora laboro.

Lo destacable es la conformación de redes de apoyo, afectivas y de seguridad (familias, amistades) porque a través de la interacción social, pueden estructurar el pensamiento, decidir y orientar cada proyecto para la vida futura.

Al respecto el P6 indicó:

[decidí ser profesor de educación física] porque tenía un primo que era presidente, en ese entonces, de la Federación Mexicana de Atletismo, por cierto, amigo personal de Vázquez Raña; hablamos de los setenta. Duró 12 años, entonces, ese primo de mi papá tenía hijos que ya eran maestros de educación física... y respecto a cómo él vivía y cómo vivíamos nosotros, se notaba que ellos vivían muy bien: tenían carro, trabajaba en clubes, en escuelas. Él era presidente de la Federación Mexicana de Atletismo, como ya te lo mencioné; viajaba a los Juegos Olímpicos, centroamericanos, entonces, mi papá por eso me decía “entra, hijo, yo creo que a ti te gusta el deporte”. Y fue eso a lo que me indujo a él; yo la verdad no le tomaba importancia a las clases de educación física, además, las tenía, pero no admiraba a mi maestro, o sea, era normal, un maestro; a mí quien sí me motivó al deporte y ser parte de esta profesión, fue mi papá.

Lo que se puede resaltar en este testimonio es la historia del sujeto de cómo decidió ser profesor, las relaciones sociales y el desarrollo socioafectivo en la configuración del PV.

Metas

En esta categoría de análisis las personas entrevistadas aludieron a las expectativas, los sueños e intereses personales, sin embargo, no consiguen establecerlas en el plano de lo explícito, planificado y, menos aún, plasmado de manera escrita, ya sea como frase u oración que establezca el punto al que se desea llegar y objetivos a cumplir con esas metas; tampoco han construido una planeación para la eje-

cución de actividades que las aproximen al cumplimiento de dichas metas. La P1 sostuvo “[tengo] intereses deportivos... pasa que yo practicaba *handball* y dije: bueno, si yo tengo una meta trato de luchar por ella y hasta que la consiga, tal vez no en un cien por ciento, pero sí que se acerque y que yo me sienta con la satisfacción de haberlo hecho”. Se infiere que su referente de *meta* es tener presente lo que quiere conseguir, lo que desea cumplir, no importando la ruta a seguir, puesto que mediará para lograrla.

Otro ejemplo, es lo que mencionó la P7 quien al preguntarle sobre sus metas indicó “mi sueño siempre ha sido meterme a la ESEF; no pude a su tiempo, pero ahora lo haré”. La participante vincula la meta con su sueño, poniendo énfasis en el punto al cual desea llegar, lo que desea o quiere cumplir, para ese propósito requiere poner en marcha una serie de acciones: seguir pasos con base en estrategias, actividades y tareas concisas que la direccionen a la meta. De tal manera que esto requiere compromiso y responsabilidad. La entrevistada no menciona las acciones a seguir, ni el plan a ejecutar para la realización de su meta, lo cual lleva a reflexionar sobre la falta de claridad en ella, considerando que sólo queda en el plano de lo idealizado, por ello, es pertinente sostener que probablemente no trascienda a un resultado satisfactorio, porque la meta está configurada únicamente en su pensamiento.

Este hecho se repite en otros casos, porque las personas entrevistadas no han trascendido de la articulación mental de sus metas a una planificación sistemática. El propósito de establecer metas es trabajar en ellas para llegar a su cumplimiento; éstas deben estar plasmadas de manera precisa y clara y se configuran desde lo que se desea tener o la posición social a la cual se desea pertenecer en términos de estatus, clase, ingresos, roles o reconocimiento.

En la entrevista realizada a la P2 se encontró que en la descripción de acciones para el cumplimiento de sus metas están enfocadas en el PV profesional:

pues, seguir trabajando con los chicos, conseguir campeonatos; tengo a mi cargo, así como... –no es [propiamente] a mi cargo, porque realmente, lo estamos haciendo en conjunto, y yo lo hago con mucho gusto aquí, y con autorización de mis jefes– un grupo de

niños que tienen las habilidades, o les ves las cualidades, que dices a este niño yo lo quiero. Entonces a estos niños los llamo –estoy de martes a viernes–, yo los llamo dos horas los cuatro días y con ellos estamos trabajando para que sean excelentes deportistas.

Y está comprometida con el aprendizaje de su alumnado, el tiempo que dedica a su trabajo y con el desarrollo de sus habilidades para desempeñarse de la mejor manera en el campo laboral.

Éxito

La categoría de análisis busca indagar de qué manera las personas entrevistadas interpretan la vivencia del éxito en sus PV. En sus respuestas se detectó que vinculan el éxito con satisfacción personal, por tanto, se infiere que la representación social que tienen del éxito es la autorrealización, es decir, el cumplimiento satisfactorio de objetivos y metas que se plantearon. Por ejemplo, la entrevistada P1 sostuvo:

[me siento] satisfecha porque, pues ... he logrado cosas que me he propuesto, me va bien, ahorita voy empezado este periodo laboral, logré dar más horas de clases, pero... me falta hacer muchas cosas más; ya estoy viendo cursos, yo soy muy ambiciosa en cuanto al conocimiento, siempre me gusta estar leyendo, me gusta estar actualizándome, preguntando e investigando de todo.

Se puede apreciar que la entrevistada considera y reconoce el éxito con el hecho de sentirse satisfecha y realizada por los logros obtenidos hasta esta etapa en su vida, sin embargo, desea que este éxito perdure o trascienda porque plantea nuevos horizontes a futuro, los cuales podrán configurarse en nuevos PV.

El entrevistado P6 señaló:

yo creo que el éxito en mi vida es la aportación de haber dejado sembrada esa semilla [gusto por una vida sana], porque a mis alumnas y alumnos yo les decía: “a mí me gustaría que ustedes consideraran esto que es tan bueno”; mi satisfacción es enseñarles que, si siguen

un camino del deporte, de esta manera siempre van a obtener cosas padres y que ojalá lo pudieran reciclar con sus hijos. Yo dije que cumpliendo ese propósito estaría recompensado en mi vida... el hecho de que esa gente me hablara con cariño y todo eso. Bueno, quiere decir que fui bueno con ellos, que algo obtuvieron de mí, entonces, creo que hasta la fecha es lo que quiero seguir, ese granito de arena para mejorar a la sociedad, el ayudar a esos niños a que crezcan sanos a través de la práctica. Si yo soy ordenado en el deporte y sistematizado, ellos desarrollarán hábitos de disciplina y trabajo en equipo, así como en sociedad.

El éxito es el resultado de un trabajo constante, de perseverancia, disciplina, enfoque y dirección; asimismo el éxito también es valorado por el reconocimiento social. Por tanto, el logro obtenido de lo planteado y construido al crear un PV llevado a la acción, es lo que permitió la autorrealización y se configuró como éxito personal, en ciertas esferas de la vida.

La entrevistada P10 afirmó lo siguiente:

[me encuentro] satisfecha, porque he superado muchas expectativas; tal vez de otras personas que decían de mí tú no vas a hacer esto ¡Y he superado esas expectativas! Al momento te encasillan ahí, vas a jugar futbol; el futbol es para los hombres, y no, o sea, hacemos lo mismo, utilizamos dos piernas y tenemos un cuerpo para usarlo. Yo pensaba no me encasilles en eso, ¡ah!, es que me comentaban “solamente vas a estar todo el tiempo en una escuela trabajando con niños” y demás. Sin embargo, gracias al futbol conozco toda la República mexicana, conozco varios países y yo no he puesto un peso para todos esos viajes que he hecho porque el futbol me los ha dado. Y muchos chicos me pueden decir “ah, es que tú no juegas futbol”... pues, bueno, he estado en una Selección Mexicana, he pisado un Estadio Azteca, he pisado un MS10, he pisado el Estudiantes, un Tecnológico de Monterrey, cosas que muchos hombres quisieran hacer y yo lo he logrado, he conseguido lo que me he propuesto. Entonces, en eso sí me siento realizada y satisfecha con lo que he hecho.

Este discurso reafirma que el éxito va más allá de los logros y la autorrealización, el éxito implica el reconocimiento social, el reconocimiento del otro, de los contextos en los que el sujeto se desenvuelve. De esta manera, el éxito en la persona genera una sensación de satisfacción, confort y en cierto punto plenitud.

Partiendo de las aportaciones y las voces de las personas entrevistadas, se identificó que las orientaciones de los PV han sido instauradas y configuradas por las circunstancias vivenciales de cada docente, asimismo, por su contexto social, el cual ha permeado su estructura psicológica, pensamientos e ideales (Redondo y Madruga, 2010). De igual forma, se identificó que sus PV carecen de objetivos concretos. Según D'Angelo (1986) los PV se configuran mediante planes de acción, los cuales se constituyen por metas u objetivos concretos, orientándolos a futuro, de manera activa y creativa. Dichas orientaciones, han sido condicionadas por el aspecto sociohistórico de su vida, que suele posicionar un ideal de una vida futura.

Análogamente, Zuazua (2007) sustenta que los PV van a dar forma a dichas orientaciones, intenciones o propósitos a futuro de los sujetos, las cuales permitirán activar, animar y dirigir un plan de acción, para construir un ideal futuro que los direcciona a realizar una vida auténtica y de satisfacción; este plan y estructura no se percibe en los PV de las personas participantes, pues se encuentra que sus orientaciones están sólo en el plano de los deseos, de aquello que quieren conseguir, pero sin generar acciones u objetivos concretos para llegar a su consecución. De acuerdo con Calderón y Villeda (2019), aspectos como la autoestima, la elección de la carrera, la prevención de situaciones de vida difíciles y la planificación familiar son fundamentales al momento de la elaboración de los PV, puesto que en la construcción de PV encuentra la ausencia de éstos, lo cual sustenta lo antes descrito, porque muchas personas no saben cómo construir, configurar y ejecutar sus PV ya que su proyección a futuro se queda en el plano de lo idealizado, sin colocar las bases o aspectos claves que los potencialicen a resultados favorables y satisfactorios (Martínez *et al.*, 2012).

De igual manera, indican que es relevante plantearse y reflexionar al llevar a cabo el PV, preguntándose, ¿qué quiero ser en la vida?, ¿qué debo hacer para lograr lo que me propongo? En esta investiga-

ción se abordaron las interacciones porque son importantes para el desarrollo del ser humano; por medio de ellas el sujeto va forjando su identidad, motivo por lo cual se puede sostener que el sujeto ya es alguien en la vida, sin embargo, carece de herramientas y conocimientos que le apoyen en la dirección de sus objetivos y PV que quiere materializar, de ahí se puede partir para establecer preguntas que generen ese impacto de proyección a futuro. Por ello, resulta necesario mencionar que hay poca información u orientación sobre los PV, puesto que el profesorado participante caracteriza sus PV como lo que quiere alcanzar, sin embargo, no tiene las bases necesarias para elaborar y ejecutar un plan de acción que estructure sus anhelos y que los focalice en metas a corto, mediano y largo plazo, aproximándolo a los resultados que desee obtener (Martínez, 1999; D'Angelo, 2003, 2004, 2015).

Pero, ¿quién debería orientar, asesorar e instruir en todo el proceso? Al no encontrar que las personas participantes cuenten con un PV estructurado, se considera que este hecho refleja un problema en la concepción que se tiene de dichos proyectos. Es necesario poner el foco de atención en estos temas que deberían ser prioridad y aludir a la importancia de contar con sistemas educativos y profesionales que apoyen a los sujetos a formar PV bien estructurados y sostenibles para su vida (Furlan 2005; García, 2017). Debería existir un asesoramiento integral, en el cual se brinde apoyo psicológico, que sume a la motivación y claridad en sus orientaciones, puesto que las emociones y sentimientos son aspectos importantes para trabajar favorablemente en los PV personal, académico y profesional. Molina (2000) señala que la motivación es lo que dirige al cumplimiento de metas y pone énfasis en que tiene relación con la emoción, dirección, intensidad y persistencia, y es la base de aproximación al éxito personal. Asimismo, define que las metas comprenden el rol de satisfacer necesidades, por lo que cabe mencionar que, en el caso de los PV, se podría afirmar que son personales y fundamentales porque configuran pensamientos de deseo del cumplimiento para satisfacer los objetivos relacionados con la autorrealización, el éxito y la satisfacción personal.

CONCLUSIONES

De acuerdo con los hallazgos, un PV no es haber conseguido lo que en algún momento de la vida se planea con ciertos ideales, como lo señalaron los participantes, porque no corresponde a la caracterización de los elementos sustanciales que debe poseer un PV, como son objetivos, metas, actividades y tareas establecidas por medio de una planeación; estos elementos permitirán el acercamiento y cumplimiento satisfactorio de PV. Este hecho abre un panorama de la situación actual de la elaboración de PV en la población adulta joven del país, aspecto que es importante continuar estudiando porque es una realidad que impacta en el grado de desarrollo personal y profesional, el cual tiene un eco a un nivel macrosocial (Zamora y Cervera, 2016).

Es relevante señalar, además, que en la actualidad la crisis de salud producida por la pandemia ha impactado tremendamente en el desarrollo de los PV de las personas y el ámbito educativo no es la excepción. Este tipo de circunstancias abre la posibilidad de construir una cultura de considerar la elaboración de PV como base para un óptimo desarrollo humano. En ese sentido, se considera importante que desde el sector educativo se trabaje en la orientación y enseñanza de la configuración adecuada de PV en los diferentes aspectos que son abordados en esta investigación, a saber: el personal, académico y profesional (Uriarte, 2005). Es menester señalar que el hecho de no pensar los PV de forma integral, abordando todas las esferas de la vida, puede generar conflictos cognitivos y sociales, pues las consecuencias de no cumplir los objetivos establecidos o de no llegar a cumplir las metas planteadas que ubiquen a los sujetos en el estilo de vida deseado, supondría malestares personales como frustración, ira y hasta problemas de salud física derivados del estrés.

Pensar en la teorización sobre el PV en la adultez joven implica pensar en las realidades contextuales de los grupos implicados, lo cual requiere un intento integrador multidisciplinario por parte de estos estudios para incorporar las aportaciones que emanan de las ciencias sociales y las humanidades, entre otras. Con esto, se quiere sentar la posición de que la reflexión sobre el PV requiere herramientas, no sólo psicológicas, sino también educativas y sociales. La

necesidad de la elaboración de PV es una práctica que tendría que gestarse en edades tempranas del desarrollo a través de estrategias adaptadas a cada etapa escolar, comenzando por la sensibilización de la niñez y la reflexión sobre los deseos personales, porque el ejercicio se encuentra poco estimulado en los contextos sociales (D'Angelo y Arzuaga, 2008). La voluntad de elaboración de un proyecto de vida no puede entenderse como un acto espontáneo, que surja aleatoriamente en un ser humano, sino que implica una serie de habilidades desarrolladas previamente, tal como la inteligencia emocional para poder discernir los deseos personales de los patrones impuestos familiar o socialmente, o para asumir las herramientas con las que se cuenta para lograr un objetivo, por ejemplo, tener claras las aptitudes personales (Fodra y Nogueira, 2017).

El PV da sentido al proceso escolar del estudiantado en las escuelas, porque pueden vincular el proceso académico con su realización personal por medio de las actividades y los aprendizajes; además, pueden potencializar sus sueños y percibirse capaces de cumplirlos y ejecutarlos con base en planes de acción que se dirigen a consolidar sus objetivos, lo cual coincide con la importancia de ejecutar acciones concretas (Silva y Ferreira, 2020). Contar con un PV apunta a estructurar una forma de vida, su realización precisa, ser consciente, porque implica compromiso, responsabilidad y acción (Bernal, 2002; Suárez, Alarcón y Reyes, 2018). El PV va de lo social a lo individual, de lo intra a lo intersubjetivo; al igual, se considera la historicidad y el contexto del ser humano e implica la configuración estratégica –objetivos y metas– de sus ideales a futuro. El PV no se centra como fin o medio para llegar a una meta, sino va más allá de cumplir objetivos y lo proyectan como parte vital del ser humano. Quizás deberíamos tener una cultura de elaboración y seguimiento al PV en todas las etapas de nuestro ciclo vital.

REFERENCIAS

- Bernal, A. (2002). El concepto de autorrealización como identidad personal: una revisión crítica. *Cuestiones Pedagógicas, Revista de Ciencias de la Educación*, 16, 11-24. https://www.researchgate.net/publication/244484750_El_concepto_de_autorrealizacion_como_identidad_personal_Una_revision_critica

- 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.
- Calderón, K. S., y Villeda, M. A. (2019). Taller de proyecto de vida en adolescentes que cursan el 3er año de bachillerato. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22(4), <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/72367>
- Canle, L., y Vallejos, L. (2015). Instrumento para evaluación de proyecto de vida y expectativas de inserción laboral en jóvenes sin experiencia laboral. *VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. <https://www.academica.org/000-015/347>
- Da Silva, C., Pereira, M., y De Lima, E. (2019). Vivências nas medidas socio-educativas: Possibilidades para o projeto de vida dos jovens. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 39, 1-16. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932019000100149&lang=en%0Ahttp://www.scielo.br/pdf/pcp/v39/1982-3703-pcp-39-e186311.pdf
- D'Angelo, O. (2015). Formación para el desarrollo de proyectos de vida reflexiones y creativos en los campo social y profesional. *Revista Creemos Internacional*, 5(2), 1–25. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/05072425D042.pdf>
- D'Angelo, O. (2004). *Autorrealización personal y espiritualidad en las condiciones complejas de la sociedad contemporánea*. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Cuba/cips/20120822020001/ovidio5.pdf>
- D'Angelo, O. (2003). Proyecto de vida y desarrollo integral humano. *Revista Internacional Creemos*, 1 y 2(6), 1-31. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/07D050.pdf>
- D'Angelo, O. (2000). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. *Revista Cubana de Psicología*, 17(3), 270-275. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v17n3/08.pdf>
- D'Angelo, O. (1999). *El proyecto de vida y la situación social de desarrollo en las etapas de su formación*. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Cuba/cips/20120823101925/angelo4.pdf>

- D'Angelo, O. (1986). La formación de los proyectos de vida del individuo. Una necesidad social. *Revista Cubana de Psicología*, 3(2), 31-39. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v3n2/05.pdf>
- D'Angelo, O., y Arzuaga, M. (2008). Los proyectos de vida en la formación humana y profesional. El desarrollo integral complejo en aplicaciones al campo educativo. *Revista Creceemos. Revista Hispanoamericana de Educación y Pensamiento*, 1(1), 1-18.
- Fodra, S. M., y Nogueira, M. E. (2017). O projeto de vida nas escolas do Programa Ensino Integral. *Revista@ambienteeducação*, 10(2), 251-261.
- Furlan, A. (2005). La labor educativa de los profesores de educación física. *Revista Iberoamericana de Educación*, 39, 107-125. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie39a05.pdf>
- Garcés, M., Santana, L., y Feliciano, L. (2020). Proyectos de vida en adolescentes en riesgo de exclusión social. *Revista de Investigación Educativa*, 38(1), 149-165. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.332231>
- García, K. (2017). Construcción de Proyectos de Vida Alternativos (PVA) en Urabá, Colombia: papel del sistema educativo en contextos vulnerables. *Estudios Pedagógicos*, 43(3), 173-153. <https://www.redalyc.org/pdf/1735/173554750009.pdf>
- Goncalves, L. M., y Segovia, S. (2018). La generación de proyectos de vida en adultos mayores. Autopercepción sobre competencias desarrolladas, posibilidades de aprendizaje y motivaciones. *Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación*, 9(1), 53-76. <https://doi.org/10.18175/vys9.1.2018.04>
- Hernández, R. M. (2014). La investigación cualitativa a través de entrevistas: su análisis mediante la teoría fundamentada. *Cuestiones Pedagógicas. Revista de Ciencias de la Educación*, 23, 187-210. http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/23/Mis_5.pdf
- Hernández, Z. (2006). Estudio exploratorio sobre el proyecto de vida en el adulto mayor. *Psicología y Salud*, 16(1), 103-110. <https://www.redalyc.org/pdf/291/29116112.pdf>
- Jiménez, E. (2008). El proyecto de vida en el adulto mayor. *Medisan*, 12(2), 1-5. <https://www.redalyc.org/pdf/3684/368445247009.pdf>
- Jiménez, G. (2012). *Teorías del desarrollo III (Eduardo Du)*. Red Tercer Milenio.
- Lomelí, A., López, M., y Valenzuela, J. (2016). Autoestima, motivación e inteligencia emocional: tres factores influyentes en el diseño exitoso de

- un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), 1–22. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194144435005>
- Martínez, M. Á. (1999). El enfoque sociocultural en el estudio del desarrollo y la educación. *REDIE. Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 1(1), 16-37. <http://redie.uabc.mx/vol1no1/contenido-mtzrod.html>
- Martínez, M., Mijares, B., Prieto, M., Ramos, L., y Díaz, B. (2012). Percepciones ante el éxito profesional: una filosofía de vida en estudiantes universitarios. *Negotium*, 21(7), 58-75. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78223430004>
- Medan, M. (2012). “¿Proyecto de vida?” tensiones en un programa de prevención del delito juvenil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(1), 79-91. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Columbia/alianza-cinde-umz/20140408013905/art.MarinaMedan.pdf>
- Meléndez, R. (2016). El proyecto de vida como categoría de interpretación en la formación profesional. *Mendive*, 14(2), 174-180.
- Molina, H. (2000). Establecimiento de metas, comportamiento y desempeño. *Estudios Gerenciales*, 16(75), 23-33. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21207502>
- Monje, C. A. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*. Universidad Surcolombiana. <https://www.studocu.com/latam/document/universidad-latina-de-costa-rica/sociologia/otros/monje-carlos-arturo-guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion/4621585/view>
- Moreira, A., y Mancebo, D. (2010). Juventude, trabalho e projetos de vida: Ninguém Pode Ficar Parado. *Psicologia Ciência E Profissão*, 30(2), 376-389. https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932010000200012&script=sci_abstract&tlng=pt
- Pineau, G., y Jobert, G. (1986). Les histoires de vie en formation. En M. Suemoto, M. Morioka y H. Breton (dirs.), *Histoires de vie en formation et clinique narrative au Japon* (pp. 157-172). París: L'Harmattan. <https://www.icesi.edu.co/blogs/lenguajevirtual/files/2009/02/historia-y-proyecto-jp-boutinet.PDF>
- Quecedo, R., y Castaño, C. (2003). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, 14, 5-40. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17501402>

- Redondo, A., y Madruga, I. (2010). *Desarrollo socioafectivo. Grado superior*. McGraw-Hill.
- Rodríguez, R. (2006). *¿Cuál es el proyecto de vida de los adultos jubilados? Un estudio descriptivo*. Holding Cencosud.
- Ruiz, J. (2011). Proyecto de vida, relatos autobiográficos y toma de decisiones. *Revista Teoría y Praxis Investigativa*, 6(1), 27-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3725825>
- Silva, K., y Ferreira, S. (2020). Ensino médio e projeto de vida: possibilidades e desafios. *Revista Nova Paideia - Revista Interdisciplinar Em Educação E Pesquisa*, 2(1), 19-34. <https://doi.org/10.36732/riep.v2i1.52>
- Suárez, A. S., Alarcón, Y., y Reyes, L. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5), 505-513.
- Tintaya, P., y Portugal, P. (2009). Proyecto de vida como estrategia de aprendizaje. *Revista de Investigación Psicológica*, 5, 13-26.
- Uriarte, J. de D. (2005). En la transición a la edad adulta. Los adultos emergentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 145-160. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832310013>
- Zamora, G., y Cervera, C. (2016). Orientación vocacional y proyecto de vida: encrucijadas y respuestas en el nivel medio superior. *Jóvenes en la Ciencia, Revista de Divulgación Científica*, 2(1), 939-943. <http://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/1252/877>
- Zuazua, A. (2007). *El proyecto de autorrealización: Cambio, curación y desarrollo*. Club Universitario.