



Ra Ximhai  
ISSN: 1665-0441  
raximhai@uaim.edu.mx  
Universidad Autónoma Indígena de México  
México

# DESARROLLO DEL SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR: UN ENFOQUE HUMANISTA

Patiño-Armenta, Gloria; Beltrán-Meza, María Candelaria; García-Hernández, Alejandrina; Urías-Pérez, Yesenia Guadalupe

DESARROLLO DEL SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR: UN ENFOQUE HUMANISTA

Ra Ximhai, vol. 14, núm. Esp.3, 2018

Universidad Autónoma Indígena de México, México

**Disponible en:** <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46158064010>

# DESARROLLO DEL SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR: UN ENFOQUE HUMANISTA

Gloria Patiño-Armenta SÍNTESIS CURRICULAR  
gloriapatino@hotmail.com

*Tecnológico Nacional de México, México*

María Candelaria Beltrán-Meza María Candelaria Beltrán  
Meza candybeltran04@gmail.com

*Tecnológico Nacional de México, México*

Alejandrina García-Hernández SÍNTESIS CURRICULAR  
alejandrinaitlm@hotmail.com

*Tecnológico Nacional de México, México*

Yesenia Guadalupe Urías-Pérez SÍNTESIS CURRICULAR  
*Tecnológico Nacional de México, México*

Ra Ximhai, vol. 14, núm. Esp.3, 2018

Universidad Autónoma Indígena de  
México, México

Recepción: 02 Marzo 2018  
Aprobación: 01 Junio 2018

Redalyc: [https://www.redalyc.org/  
articulo.oa?id=46158064010](https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46158064010)

**Resumen:** El trabajo que a continuación se presenta, se realizó con la intención de contribuir en la formación integral de los estudiantes de una Institución de Educación Superior. El estudio tuvo como objetivo, promover el desarrollo del sentido de vida en los alumnos del Instituto Tecnológico de Los Mochis (ITLM), a través de un programa de intervención con enfoque humanista. Se llevó a cabo con estudiantes del segundo semestre de las Licenciaturas en Administración y Contaduría, a partir del diseño e implementación de un curso taller de “Desarrollo Humano y Sentido de Vida”, en el periodo agosto-diciembre de 2017. Para este trabajo se manejó una metodología cualitativa, a través del método investigación-acción; se utilizó como instrumento el diario de trabajo de los participantes en el curso-taller, además de complementarlo con la entrevista semiestructurada. Los resultados indican que a partir de las vivencias experimentadas durante la implementación de las actividades del curso- taller, se manifestaron cambios favorables en el desarrollo del sentido de vida de los participantes, lo que a la vez incidió de manera positiva en su desarrollo personal y académico. Lo anterior indica que el diseño cuidadoso de este tipo de actividades puede tener resultados importantes en el ámbito académico y personal; se considera necesario dar seguimiento al programa y continuar en forma permanente con este tipo de acciones que sirven de apoyo a la formación integral de a los alumnos en las Instituciones de Educación Superior.

**Palabras clave:** formación integral, humanismo, proyecto de vida.

**Abstract:** The following work was made with the intention of contributing to the essential formation of Higher Education students. The objective of this study was to promote the development of the sense of life in the students of the Technological Institute of Los Mochis ITLM, through an intervention program with a humanist approach. We carried it out with students of the second semester of the Degrees in Administration and Accounting, starting from the design and implementation of a workshop course "Human Development and Sense of Life" in the period August-December 2017. We used a qualitative methodology, through the research-action method; The work diary of the participants in the course-workshop was used as an instrument, in addition to complementing it with semi-structured interviews. The results indicate that from the experience performed during the implementation of the workshop-course activities, favorable changes were manifested in the development of the participants' sense of life, which at the same time had a positive impact on their

personal and academic development. The results indicate that the careful design of this type of activities can have important results personally and academically. It is necessary to monitor the program and continue permanently with this type of actions, which serve as support for the comprehensive training of students in Higher Education Institutions. **Keywords:** integral education, humanism, life project.

## INTRODUCCIÓN

Desde hace tiempo, se escucha el discurso acerca de la necesidad de transformar la educación en México a través de la implementación de una educación formativa; una educación que no incluya solamente conocimientos, sino que además sea promotora de una formación integral; es por ello que, se hace necesario rescatar el rol que desempeñan actualmente las Instituciones de Educación Superior, para lograr el nuevo tipo de educación que se demanda.

Por otra parte, se observa en la sociedad actual, especialmente en los jóvenes, la carencia de ideales y propósitos definidos. Autores como Viktor Frankl y Carl Rogers, que han trabajado el tema del sentido de vida, tanto en terapia como en educación, coinciden en señalar la importancia que éste tiene en las acciones y comportamientos de la persona; explican que, cuando se tiene claridad en el significado y los propósitos de la existencia, es mucho más fácil mostrar un genuino interés y esforzarse para el logro de dichos propósitos, sin perder de vista el rumbo o la dirección que se han fijado.

Viktor Frankl (1999), afirma que, en los tiempos actuales, existe a nivel mundial un gran número de personas frustradas y obsesionadas por un sentimiento de falta de sentido muchas veces relacionado con un vacío existencial. Este vacío puede manifestarse en actitudes de aburrimiento y falta de interés, así como en una falta de control de su propia vida, carencia de metas vitales y falta de iniciativa para hacer algo o cambiar algo de su entorno.

Se observa también que a pesar de que la sociedad actual, concede gran valor al hecho de que el individuo satisfaga sus necesidades, a la necesidad de sentido se le ha dado escasa importancia. Este autor manifiesta que existen muchas evidencias empíricas de que la juventud es la más afectada por la falta de sentido; concretamente “fenómenos como la adicción, la agresión, y la depresión son debidos en último término a la sensación de futilidad” (Frankl, 1999, p. 187).

Frankl, relaciona el sentido de vida con valores tales como la libertad, la responsabilidad y la conciencia. Es por ello que se puede afirmar que cada ser humano es el encargado de buscar en la vida su propio significado o propósito, es decir, cada persona tiene la responsabilidad y la libertad de descubrir dentro de sí mismo el significado o propósito de su existencia. Para Frankl, “la primera fuerza motivante del hombre es la lucha por encontrarle un sentido a su propia vida”, (Frankl, 1997, p. 121).

Por su parte Rogers (1964), afirma que no es fácil trabajar con los propósitos de la existencia o encontrar un sentido de vida, si la persona no puede explorar y reconocer en sí misma todo su potencial. Es decir,

en primer lugar la persona debe apreciar con claridad la forma en que se percibe y se valora a sí misma, para posteriormente buscar su sentido de vida.

Para efectos de este trabajo se tomó en cuenta la propuesta de Viktor Frankl, acerca del sentido de vida, como una construcción individual, permanente, es decir, algo que solamente puede desarrollarse desde la misma persona. De la misma manera la tendencia del programa de intervención, al estar estructurado desde un enfoque humanista, va en el sentido de favorecer en los alumnos el desarrollo de sus potencialidades. Es decir, se pretende orientar a los alumnos a la toma de decisiones libres y responsables, que les permitan elaborar por ellos mismos sus proyectos y metas con un significado e intencionalidad personal. Todo ello con el fin de propiciar un desarrollo armónico e integral del ser humano, reconociendo que los alumnos cuentan con el potencial necesario para llegar a ser personas autorrealizadas, conscientes de sí mismos y de su existencia.

En el Instituto Tecnológico de Los Mochis, de acuerdo con datos proporcionados por la Coordinación de Tutorías del Departamento de Desarrollo Académico; a través de las observaciones hechas por el profesorado, así como en nuestra experiencia a través del trato permanente y acercamiento con los alumnos de las Licenciaturas en Administración y Contaduría, en los últimos semestres se han detectado una variedad de problemas presentados por los alumnos. Muchos de estos problemas se relacionan con falta de objetivos claros y metas en la vida, problemas afectivos y de autovaloración, inconsistencia de valores, toma de decisiones en forma inconsciente, entre otros.

Lo anterior a su vez, ha ocasionado en dichos alumnos consecuencias importantes en el ámbito académico, ya que han provocado problemas de reprobación, deserción, aislamiento, poca participación y falta de integración. Esta situación ocurre especialmente en los alumnos que cursan los primeros semestres de su carrera; desde esta perspectiva, se considera necesario que las instituciones educativas, lleven a cabo programas que favorezcan en los jóvenes estudiantes la autorreflexión, motiven el desarrollo de su potencial y promuevan la búsqueda de sentido y la autorrealización.

De igual manera, la implementación de este tipo de programas, además de contribuir en la formación integral de los estudiantes, puede convertirse en un apoyo muy importante para que los alumnos logren un mejor desempeño académico, profesional y personal, en las Instituciones de Educación Superior.

Con base a lo anterior, el objetivo general que se plantea para este estudio es promover el desarrollo del sentido de vida a través de un programa de intervención con enfoque humanista, para alumnos de las Licenciaturas de Administración y Contaduría en el Instituto Tecnológico de Los Mochis (ITLM). Para ello, se diseñó un curso taller con una duración de 30 horas, el cual se llevó a cabo durante el periodo de febrero a junio de 2017. Este programa inició con 15 estudiantes del segundo semestre de las Licenciaturas en Administración

y Contaduría, quedando finalmente como sujetos de estudios un total de 10 alumnos. Para el diseño e instrumentación de este curso- taller, fueron de suma importancia las aportaciones de Carl Rogers (1964) y Ana María González (2006 y 2008), quienes proponen una metodología para estructurar programas educativos con enfoque humanista.

Los objetivos específicos que se buscaron fueron:

- Analizar de qué manera el autoconocimiento y la valoración personal, influyen en el desarrollo del sentido de vida en alumnos de las Licenciaturas de Administración y Contaduría del ITLM.
- Identificar de qué manera el sentido de vida contribuye en la formulación de un proyecto de vida personal y profesional en alumnos de las Licenciaturas de Administración y Contaduría del ITLM.

Para el logro de dichos objetivos, el sentido de vida se encauzó a la búsqueda de un significado que sirva de guía, orientación o dirección, en los propósitos y proyectos de vida de los alumnos. Un sentido de vida que los conduzca a encontrar motivos para los cuales vale la pena vivir y realizar dichos proyectos. Aun cuando queda claro que el proyecto de vida puede sufrir muchos cambios a lo largo de la existencia del ser humano, se pretende que a partir de las estrategias y herramientas que provee el enfoque humanista se generen actitudes o habilidades para afrontar o generar dichos cambios.

## MÉTODOS Y TÉCNICAS

El enfoque metodológico para la realización del presente trabajo consistió en la utilización de una metodología cualitativa. Para Martínez (2004), la metodología cualitativa es aquella que trata de identificar “la naturaleza profunda de las realidades, su estructura dinámica, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones” (p. 67). Taylor y Bogdan (1987), por su parte, explican que la metodología cualitativa es inductiva, es decir considera las experiencias individuales para llegar a generalidades a través de un diseño flexible; el investigador ve a las personas o los grupos, así como los diferentes escenarios en forma holística, es decir como un todo. Este estudio, se considera al mismo tiempo de naturaleza descriptiva, ya que como lo señalan Taylor y Bogdan (1987), al utilizar metodología cualitativa se producen datos descriptivos, es decir, se trata de describir las actividades y procesos a través de las propias palabras escritas o habladas de las personas, así como sus conductas observables. Es por ello que esta naturaleza inductiva y descriptiva estuvo integrada en el enfoque metodológico cualitativo del presente trabajo.

El método de investigación que se consideró pertinente para la realización del presente trabajo fue el de investigación- acción, ya que según Elliot (1991), el objetivo de la investigación acción es proporcionar elementos que faciliten su aplicación práctica en situaciones concretas. Es decir, la investigación acción, sirve para mejorar la práctica en lugar de generar conocimiento. De manera similar, Hernández et al. (2006), explican que el objetivo al utilizar este tipo de método es la transformación de la realidad, orientándose a la resolución de problemas, así como

estudiar la práctica educativa tal y como ocurre en su escenario natural. Todo ello con el fin de ofrecer respuestas prácticas a situaciones reales a partir del punto de vista de quienes actúan en dichas situaciones.

Por su parte, Álvarez-Gayou (2003) expresan que “el propósito de la investigación-acción es resolver problemas cotidianos e inmediatos; ha tratado de hacer comprensible el mundo social y busca mejorar la calidad de vida de las personas” (p. 159). De acuerdo con lo que explican los autores antes mencionados, se consideró este método como el más adecuado para la realización de este estudio. Ello, debido a los objetivos que se persiguen, ya que se busca implementar acciones con el fin de buscar que los alumnos identifiquen y transformen por sí mismos algunos aspectos relacionados con el desarrollo de su sentido de vida. Es decir, transformar o modificar una realidad educativa, propiciando que los estudiantes, a través de las experiencias o vivencias promovidas con las actividades del programa de intervención, pudieran lograr por sí mismos, dicha transformación.

Respecto a las técnicas de recolección de datos, Martínez (2002), indica que, en las investigaciones con enfoque cualitativo, el primer paso es la elección de la técnica o procedimiento apropiado. Esto puede llevarse a cabo mediante la observación directa o participativa, la entrevista coloquial o dialógica con los sujetos de estudio, la encuesta o el cuestionario parcialmente estructurados, abiertos y flexibles y el autorreportaje a partir de una guía, pudiendo incluir uno o varios de estos procedimientos.

A continuación, se describen aquellos instrumentos y técnicas que fueron utilizadas para la realización de este trabajo de investigación, por considerarlas las más apropiadas, de acuerdo con el enfoque metodológico que se utilizó.

#### Diario de trabajo

Como un primer instrumento para recolectar información, se consideró adecuado utilizar un diario de trabajo o autorreporte, en el cual los participantes expresaban, su experiencia respecto a las actividades realizadas. Este instrumento tuvo dos finalidades importantes: por una parte, conocer de manera directa y natural las vivencias de los participantes en el programa de intervención; y por otro, utilizarse como base para la estructuración de la entrevista.

#### Entrevista semiestructurada

Esta entrevista se realizó en forma individual con los sujetos de la investigación, con el fin de entender y describir de una mejor manera la experiencia vivida por los participantes en el curso taller de Desarrollo Humano y Sentido de Vida.

#### Programa de intervención con enfoque humanista

Tomando en cuenta la necesidad de propiciar la formación integral y fomentar en los alumnos el desarrollo de todas sus potencialidades se diseñó como herramienta para la intervención un curso-taller con enfoque humanista, cuyo objetivo principal fue promover en los participantes el fortalecimiento del sentido de vida, a partir del planteamiento de diversas estrategias.

Para ello, se estructuraron las actividades encaminadas a propiciar la toma de decisiones para el logro de sus objetivos, a través del conocimiento de sí mismo y, en general para propiciar el reconocimiento de sus potencialidades como seres humanos. Este curso taller se implementó durante el curso académico de febrero a junio de 2017.

El contenido del programa de intervención incluyó los temas: Desarrollo humano, conocimiento y autovaloración personal, valores, proyecto de vida y sentido de vida. De la misma forma, en el diseño e implementación de este programa se tomaron como base los principios de la educación humanista del enfoque centrado en la persona, el cual señala que la meta principal de la educación humanista es “la promoción y facilitación del proceso de desarrollo integral de los dinamismos humanos fundamentales” (González, 2008, p. 51).

## RESULTADOS Y DISCUSIONES

Para obtener los resultados de este trabajo se llevó a cabo un análisis cualitativo a partir de la información generada en cada uno de los instrumentos utilizados.

Diario de trabajo. Para realizar el análisis de este instrumento se estructuraron los datos y se describieron las experiencias de las personas estudiadas tomando como base el diario de trabajo elaborado por ellos mismos durante la vivencia del programa de intervención. Para lo anterior se tomaron en cuenta los pasos descritos por Martínez (2002), como se menciona a continuación:

Se llevó a cabo la lectura general de la descripción de cada protocolo, que tiene como objetivo realizar una visión de conjunto para lograr una idea general del contenido. Se delimitaron las unidades temáticas naturales, que consiste en pensar, -meditando- sobre el posible significado que pudiera tener una parte en el todo. Se determinó el tema central que domina cada unidad temática, eliminando las repeticiones y redundancias. Se expresó el tema central de cada unidad en lenguaje científico, es decir reflexionando sobre los temas descritos y expresándolos en un lenguaje técnico o científico apropiado. Se integraron todos los temas centrales en una estructura descriptiva incluyendo también la identificación de sus principales propiedades o atributos. Se unieron todas las estructuras particulares en una estructura general, con la finalidad de incluir en una sola descripción la riqueza de contenido de las estructuras identificadas en los diferentes protocolos.

Al llevar a cabo el análisis de la información obtenida de los diarios de trabajo, de acuerdo con la información vertida por los propios participantes en el programa de intervención, se obtuvieron los resultados que a continuación se describen.

Se identificaron las siguientes categorías de análisis:

- Autoconocimiento.
- Valoración personal.
- Proyecto de vida
- Sentido de vida.

Entrevista semiestructurada. Para llevar a cabo la entrevista, se realizó una guía con preguntas abiertas, con el fin de que los alumnos comentaran su experiencia en el curso- taller desarrollo humano y sentido de vida. En dicha entrevista se incluyeron de manera general los temas abordados en el programa con el fin de llevar a cabo su análisis y discusión a partir de lo planteado en los objetivos de este estudio. De la misma manera se integró una pregunta final, acerca de los cambios percibidos por los participantes en el aspecto académico, después de la vivencia del programa de intervención.

Enseguida se detallan los resultados generales obtenidos de los diferentes instrumentos, en cada una de las diferentes categorías de análisis:

#### Autoconocimiento

Para Rodríguez (1988), el autoconocimiento se refiere a conocer las partes que componen el yo- biosicosocial- sus manifestaciones, necesidades, habilidades, los papeles que vive el individuo, conocer por qué y cómo actúa y siente.

Diario de trabajo: En el diario de trabajo, los participantes en el programa, manifiestan haber identificado sus fortalezas y sus debilidades. Además, consideran que esto les ayudará en su vida personal, ya que también descubren que hay algunos aspectos de sí mismos que es necesario cambiar, por ejemplo, el participante No. 1 comentó: “Con este taller, me doy cuenta de todas las cosas que tengo que son buenas y en las que puedo mejorar; este tipo de ejercicios sirve para hacer una autoevaluación para saber si vamos en buen camino o si vamos mal”. También expresó: “Me sirvió bastante y así me doy cuenta de que tengo muchos aspectos que mejorar”.

Por su parte el participante No. 2 manifestó: “al identificar cuáles son mis debilidades, me di cuenta que muchas de ellas las puedo convertir en fortalezas, ponerlas en acción y repetir este procedimiento hasta cambiarlas”. El Participante No. 6, comentó: “Descubrí mis valores, fortalezas y las metas que deseo alcanzar. También me di cuenta de mis debilidades”.

Como se puede observar los participantes en el programa de intervención, tuvieron la oportunidad de contactar con sus fortalezas y sus debilidades, realizando una autoevaluación que les permitió reflexionar acerca de aquellos aspectos de sí mismos que pueden mejorar.

Entrevista: Durante la entrevista se preguntó a los participantes acerca del conocimiento de sí mismos antes y después de la experiencia del programa de intervención y las diferencias que encuentran después de dicha experiencia.

Los participantes reconocen en ellos actitudes tales como inseguridad, timidez, negatividad, y conductas de irresponsabilidad por lo que empiezan a realizar cambios significativos de actitud. Todo esto, los encamina a tener una mayor confianza en sí mismos, mayor seguridad. Empiezan a valorarse de manera más positiva y a percibirse como personas con mayor responsabilidad en la toma de decisiones.

#### Valoración personal

Rogers (1964), concibe la valoración personal o autoestima como la parte afectiva o el valor que le concedemos a nuestro yo, lo cual para este autor es el núcleo básico de la personalidad.

En este aspecto se pudo observar que, al conocerse a sí mismos, y darse cuenta de la importancia de lo que piensan acerca de sus capacidades y fortalezas, los participantes empiezan a valorarse de manera diferente. Por ejemplo, el participante No. 2 manifestó en su diario de trabajo: “Ahora sé que yo soy quien decido mi autoestima. Si permito que lo que digan o hagan los demás me hagan sentir que no puedo, que no valgo o que no merezco, eso provoca dependencia y es negativo para mí. Para lograr mis objetivos debo tener una autoestima sana. Esto puede ser la clave del éxito o del fracaso”.

Al mismo tiempo, los participantes empiezan a darse cuenta de la importancia de tomar sus propias decisiones y la responsabilidad que esto implica, la participante No. 3 expresó: “Me di cuenta que es importante no depender de lo que los demás dicen, si alguien dice algo bueno nos lo podemos guardar, pero si es algo malo se puede desechar. Me acuerdo que yo lloraba en mi cumpleaños porque mi papá me decía que me veía mal..., ahora entiendo que es su opinión, no la mía. Ahora sé que mi autoestima depende de lo que yo creo y siento, no de lo que los demás piensan de mí”.

De la misma forma, Branden (1995), menciona como una de las prácticas para aumentar la autoestima el hecho de asumir la responsabilidad de uno mismo, de nuestras actitudes y comportamientos. Al respecto la participante No. 8 comentó: “ya no quiero responsabilizar a las personas de lo que me pasa, me pasa porque yo así quise y eso lo he aprendido en el taller, yo soy la responsable de lo que pasa en mi vida”.

Las conductas en las cuales los participantes manifestaron haber logrado cambios relacionados respecto a la percepción y valoración de sí mismos, fueron: responsabilidad, confianza, capacidad, seguridad, decisión, entre otras. También es posible darse cuenta que ya empiezan a percibirse con mayor disposición para realizar sus proyectos y mejorar su rendimiento académico. Con estos comentarios se puede apreciar, que los participantes ya reconocen la importancia de valorarse a sí mismos y a no depender de la valoración que hagan los demás. Este reconocimiento comienza a tener efectos positivos, provocando a la vez, que empiecen a responsabilizarse de sus propias decisiones y propósitos.

Esto coincide con lo que al respecto afirma Rogers (1986), cuando explica que antes de trabajar con los propósitos de la existencia o buscar un sentido de vida, la persona debe explorar y reconocer en sí misma todo el potencial con el que cuenta. Es decir, en primer lugar, la persona debe tener claro la forma en que se percibe a sí misma, así como reconocer su propio valor, para, posteriormente buscar su sentido de vida.

Como consecuencia del análisis que se efectuó de los resultados de los comentarios en los diarios de trabajo, así como de la entrevista realizada, se puede concluir, que una persona que se conoce mejor y aprende a valorarse tiene mayores posibilidades de desarrollar su sentido de vida y como resultado, busca obtener un mejor desarrollo académico y profesional.

Proyecto de vida

Del Pino, J. et al (2011), sostienen que la juventud es la etapa en que los proyectos empiezan a materializarse, lo que requiere, responsabilidad, determinación, decisión y confianza en sí mismo.

Diario de trabajo: en este tema, el participante No.1 comentó: “elaboré un contrato a través del cual me fijé metas, me comprometí a cambiar mis debilidades a habilidades, ser más seguro al momento de tomar mis decisiones y acciones, ser consistente en mis metas, ser más organizado en mis actividades y tiempos. Elaboré en diferentes ámbitos las metas prioritarias, eso me ayudó a saber que realmente debo enfocarme en ellas y realizarlas para sentirme bien conmigo”.

Por otra parte, la participante No.4 expresó: “Me veo en un futuro como psicóloga y no como administradora, pienso que después mi carrera de administración, podré hacer lo que me gusta”.

De la misma manera el participante No. 7 planteó que “Este taller me ayudo a decidir lo que no debo hacer y lo que debo aprender a hacer, los cambios que debo hacer y esforzarme más para realizar mis planes y proyectos”.

Frank (1997), afirma que, además de un propósito de significado la persona tiene un sentido personal de responsabilidad, para este autor, la responsabilidad es la verdadera esencia de la existencia humana; con relación a esta afirmación, la participante No. 9 expresó “con este taller he aprendido a fijarme mis metas, quiero alcanzar mis propósitos a través de nuevos valores, como el de responsabilidad...Para cumplir mis metas trato de ser una persona más fuerte en todos los sentidos, en la escuela, casa, vida, familia, etc”.

De igual forma, el participante No. 2 comentó: “Observo que cuando me siento totalmente vivo es cuando estoy con mis seres queridos, lo que a mí me da ganas de vivir es terminar mis metas, ser un hombre exitoso con su familia y sus seres queridos y llegar a lograr la persona que quiero ser”.

Al respecto, la participante No. 4 expresó “En la sesión del día de hoy profundicé en lo que quiero lograr en mi vida, lo que me falta y lo que llevo hasta el día de hoy, me di cuenta que soy una persona que quiere lograr muchas cosas en mi vida, sé que a veces es muy difícil, pero tengo claro lo que necesito para sobrevivir en este mundo”. En otra parte de su diario, esta participante, se refiere a su sentido de vida diciendo: Sólo por hoy intentaré buscar en mi persona el alivio que necesito para llenar el vacío, no me detendré ni pensaré en los obstáculos, pensaré que una vida sin ellos, no es vida...”.

Rogers afirma que los seres humanos son activos y proactivos por su propia naturaleza y si consideran que algo merece la pena, le pondrán toda su voluntad y su energía. Es por ello que afirma, que la persona podrá desarrollar todo su potencial cuando encuentre condiciones propicias para su crecimiento. Con relación a estos aspectos, la participante No.5 comentó: “Hoy puedo decir que soy más feliz, inteligente, segura de mi misma y tengo muchas metas y logros por cumplir. Todos los días desde que me levanto comienzo a trabajar para lograr mis metas, yo sé que no puedo cambiar el mundo, pero si puedo empezar por cambiarme a mí misma”.

Asimismo, el participante No. 7 expresó: “Al describir mi vida familiar escolar y el uso de mi tiempo, me di cuenta que algunas decisiones que he tomado en el transcurso de mi vida, me han marcado y ayudado a ser mejor persona, además que me han servido de experiencia para mejorar”. Termina diciendo: “Con las actividades para encontrar el sentido de mi vida, pude ver con más facilidad cuales son las cosas, acontecimientos y actividades que me hacen sentir que realmente vale la pena vivir”.

De esta manera se puede ver que, en los comentarios expuestos tanto en los diarios de trabajo como en la entrevista, los jóvenes empiezan a interesarse por su desarrollo personal, a encontrarle un significado a lo que están haciendo y comienzan a definir con mayor claridad sus proyectos de vida personal y profesional, asumiendo que solamente ellos son los responsables de tomar las decisiones al respecto.

El proyecto de vida “expresa la medida en que asumimos conscientemente nuestros ideales y planificamos nuestro camino personal para llegar a ellos” (Del Pino, et al. 2011, p. 8). Estos autores plantean que a partir de los valores que se promuevan a través del sistema educativo, las instituciones pueden orientar a los alumnos a la conformación del proyecto de vida. Para ello, es necesario que la persona: se conozca a sí mismo, descubra sus potencialidades y elabore cierta jerarquía de metas a alcanzar.

A partir de las actividades realizadas con este objetivo, así como las actitudes que autogeneraron, todos los alumnos participantes en el programa consiguieron aclarar sus expectativas y lograron elaborar un proyecto de vida personal y profesional. Se dieron cuenta también de la importancia que tiene el tener claridad en sus metas y objetivos, el realizar sus proyectos por sí mismos y hacerse responsables de su cumplimiento. Lo anterior se relaciona con el cumplimiento del segundo objetivo particular de este estudio que consistió en identificar de qué manera el sentido de vida contribuye en la formulación de un proyecto de vida personal y profesional en alumnos del segundo semestre de las Licenciaturas en Administración y Contaduría del ITLM.

Cambios percibidos por los participantes en el aspecto académico

Los resultados de la entrevista expresan los principales cambios percibidos por los sujetos de estudio respecto al aspecto académico después de su participación en el programa de intervención, algunos de los cuales se comentan a continuación.

Al respecto el participante No. 1 comentó “Lo que percibo es que mi rendimiento académico mejoró, he cambiado los aspectos que tenía que cambiar para ser mejor persona y he logrado mejorar también en el aspecto académico”.

Participante No. 2 “Antes no le tomaba mucha importancia al reprobar una materia o salir mal, ahora todo lo contrario, me preocupo y quiero salir bien, es la manera de lograr lo que quiero y lo estoy logrando”.

Participante No. 7 “Ahora soy una persona más responsable, trato de mantenerme al corriente con todos los trabajos y sacar adelante mis materias, me siento mejor”.

Participante No. 9 “como ya comentaba, la responsabilidad era uno de mis problemas, pero ahora ya ha mejorado, he hecho cambios y me he mejorado mucho en la escuela”.

García, F. y Domenech, F. (1997) consideran que el aprendizaje escolar, no puede reducirse únicamente al plano cognitivo, sino que hay que tomar en cuenta también los aspectos motivacionales como las intenciones, las metas, las percepciones y creencias que tiene el sujeto que aprende. De acuerdo a los comentarios derivados de la entrevista, se puede observar que los alumnos expresan que, a partir de realizar cambios personales, así como de hacerse responsable de sus proyectos y tomar sus propias decisiones, empiezan a mejorar también en el aspecto académico. En este sentido, cobra importancia el enfoque humanista bajo el cual se llevó a cabo el programa de intervención tutorial. Las actividades implementadas estuvieron enfocadas en promover en los alumnos el descubrimiento de sus recursos internos, su valoración personal y en general fomentar el desarrollo de sus potencialidades.

#### Sentido de vida

Las respuestas respecto a la percepción del sentido de vida de los sujetos de estudio, antes y después de su experiencia en el programa, se encuentran de manera resumida en las siguientes afirmaciones.

“Este programa me ayudó mucho para mejorar como persona, para descubrir mi sentido de vida, fijar mis metas y planear que voy a hacer en el futuro”. “Antes no estaba totalmente seguro de lo que quería, ahora sé lo que quiero, primero terminar mi carrera y seguir adelante con todos mis planes”. “Ahora he aprendido a disfrutar las cosas pequeñas, aceptar los momentos difíciles y ser más feliz. Tengo muchos proyectos, me siento más motivado”. “Hubo cambios en todo, cambio mi forma de ver la vida, en lo personal, en lo académico, profesional y familiar, hubo una gran mejoría en mi sentido de la vida después de este proyecto” “Mi sentido de vida ahora lo veo más positivo, veía la vida muy negativa, no sabía el propósito de mi vida, me siento feliz de haber hecho cambios que necesitaba hacer para estar más tranquila, veo la vida diferente, me sirvió mucho este taller”. “Distinta, porque antes no le hallaba sentido a lo que estaba haciendo, ni para que servía tener una carrera, ahora eso me queda más claro, ahora sé porque hago las cosas y me siento mucho mejor”. “Antes mi sentido de vida no estaba bien definido, era una persona insegura y ahora no, ahora ya sé lo que quiero sin importar las consecuencias, entendí que si no sé hacia donde me dirijo no llegaré nunca a mi destino”: “Ahora sé que todo puede ser mejor, gracias a este curso ahora puedo decir lo que pienso y siento. Ahora sé lo que quiero y para que lo quiero. Todo está bien, Sigo trabajando en mis debilidades y sé que cumpliré mis propósitos”. “Antes me enojaba todo, casi no sonreía, me creía incapaz, creía que no lograría mejorar, ni tener metas. Ahora conocí mi sentido de vida, después del taller lo logré. Ahora me enfoco en aprender todo que pueda y lo que necesito para la vida, todo lo que hago lo relaciono con algo que me importe en la vida y eso me hace ver todo diferente” “Con este programa me di cuenta de lo que quiero y lo que no quiero, después de esta carrera, quiero estudiar otra, pero antes voy

a terminar lo que empecé, ahora le encuentro más sentido a todo lo que hago”.

Con estos comentarios, se percibe que los participantes empiezan a tomar decisiones por sí mismos, a tener mayor seguridad, aprecian lo que tienen y se dan cuenta que a pesar de las dificultades que puedan encontrar, ellos son los responsables de elegir lo que consideren mejor para ellos mismos. Señalan algunos cambios que han venido realizando y se proponen nuevas metas que dan sentido a sus vidas. A partir de este análisis, es posible darse cuenta que la información que se recupera corresponde a los cambios que manifiestan los sujetos de estudio.

A partir de contrastar los resultados descritos con la teoría sobre el enfoque humanista, utilizada del enfoque humanista, lleva a confirmar que, como lo afirma Rogers (1987), la tendencia hacia la realización del ser humano es una presencia que lo empuja a desarrollar todas sus potencialidades. Cuando a la persona se le proporcionan las condiciones necesarias, ésta tiende de manera natural hacia dicho desarrollo.

El trabajo realizado anteriormente indica que, al cumplir con cada uno de los objetivos particulares, se llegó a la consecución del objetivo general de este estudio que consistió en promover el desarrollo del sentido de vida a través de un programa de intervención con enfoque humanista, para alumnos del Instituto Tecnológico de Los Mochis.

## CONCLUSIONES

A partir del análisis de los instrumentos utilizados como son los diarios de trabajo de los participantes en el programa de intervención en los cuales cada uno de ellos describen sus vivencias en el mismo, así como en las respuestas que éstos dieron en las entrevistas realizadas, es posible evidenciar la forma en que fueron presentándose los cambios de acuerdo a las propias necesidades y experiencias de los participantes.

Es por ello que se puede concluir que se cumplió el objetivo principal de esta investigación que consistió en promover el desarrollo del sentido de vida a través de un programa de intervención con enfoque humanista, para alumnos de las Licenciaturas en Administración y Contaduría en el Instituto Tecnológico de Los Mochis (ITLM). Cabe aclarar que tanto las bases teóricas que proporcionaron sustento al presente trabajo de investigación, así como la metodología utilizada, fueron de suma importancia para el desarrollo del mismo, así como para el cumplimiento de los objetivos de estudio.

El estudio de la perspectiva de Viktor Frankl y los autores que le han dado seguimiento a sus teorías acerca del sentido de vida, lo mismo que la propuesta del Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers, junto con las importantes aportaciones que, a partir de la psicología humanista proponen los principales promotores del desarrollo humano, constituyeron una valiosa guía a seguir. Esto se vio reflejado tanto en el diseño e instrumentación del programa de intervención, así como en el proceso de análisis de los resultados.

Como se puede ver, los resultados de este estudio indican que cuando este tipo de programas se realizan de manera cuidadosa y profesional, con la metodología, los instrumentos y el apoyo necesario tanto en su instrumentación como en su aplicación, se pueden obtener resultados importantes en los procesos para promover el desarrollo integral del ser humano.

En el enfoque formativo de carácter humanista, que se incluye en el Modelo Educativo actual, se requiere que las instituciones educativas, con la participación de los docentes, instrumenten programas y generen acciones encaminadas a favorecer la formación integral de los jóvenes universitarios. Para ello, se sugiere extender esta experiencia hacia otros grupos de las distintas carreras que se ofrecen en el Instituto Tecnológico de Los Mochis, a partir de un programa de formación integral, que puede extenderse a las diversas Instituciones de educación Superior en el país.

## LITERATURA CITADA

- Álvarez-Gayou, J. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología*. México: Paidós.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. México: Paidós.
- Del Pino, J., García, A., Pérez, R., y Arzuaga, M., (2011). *Orientación Educativa y proyectos de vida: Hacia una formación personalizada del profesional de la educación*. La Habana, Cuba: Editorial Educación Cubana.
- Elliot, J. (1991). *El cambio educativo desde la investigación acción*. Madrid: Morata.
- Frankl, V. (1997). *El Hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1999). *El hombre en búsqueda del sentido último*. México: Paidós.
- García, F. y Domenech, F. (1997). Motivación, aprendizaje y rendimiento escolar. *Revista electrónica de motivación y emoción*. ISSN- 1138-493X. Vol. 1. Recuperado el 10 de septiembre de 2016 de: <http://reme.uji.es/articulos/pa0001/texto.html>
- González, A. M. (2006). *El niño y la Educación*. México: Trillas.
- González, A. M. (2008). *El enfoque centrado en la persona. Aplicaciones a la educación*. México: Trillas.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Martínez, M. (2002). *Comportamiento Humano. Nuevos métodos de investigación*. México: Trillas.
- Rodríguez, M. (1988). *Autoestima: Clave del éxito personal*. México: El Manual moderno.
- Rogers, C. (1964). *El proceso de convertirse en persona*. Buenos Aires: Paidós.
- Rogers, C. (1986). *Psicoterapia centrada en el cliente. Práctica, Implicaciones y teoría*. Buenos Aires: Paidós.
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. México: Paidós.

## Notas de autor

SÍNTESIS Gloria Patiño Armenta

**CURRÍCULO VITAL** Doctora en Desarrollo Humano y Educación, Maestría en Desarrollo Humano, Licenciatura en Derecho. Docente de tiempo completo del Tecnológico Nacional de México-Instituto Tecnológico de los Mochis (ITLM). Ha impartido cursos y diplomados a docentes. Participación como ponente y publicación de artículos en Congresos Nacionales e Internacionales. Correo electrónico: gloriapatino@hotmail.com

SÍNTESIS María María Candelaria Beltrán Meza

**CURRÍCULO VITAL** Doctorante en Administración e Innovación de las Organizaciones. Maestría en Sistemas Financieros y Licenciada en Contaduría, Docente del Tecnológico Nacional de México-Instituto Tecnológico de Los Mochis. Asesora y jurado en concursos académicos locales, regionales. Ha impartido cursos y diplomados a docentes, así como ha participado como ponente en Congresos y Universidades. Correo electrónico candybeltran04@gmail.com

SÍNTESIS Alejandrina García Hernández

**CURRÍCULO VITAL** Doctora en Administración e Innovación de las Organizaciones. Maestría en Administración y Licenciada en Informática Administrativa, Docente del Tecnológico Nacional de México- Instituto Tecnológico de Los Mochis. Ha participado como ponente en Congresos Nacionales e Internacionales. Ha fungido como jurado en concursos de Creatividad y emprendimiento e impartido cursos a docentes. Correo electrónico: alejandrinaitlm@hotmail.com

SÍNTESIS Sonia Guadalupe Urías Pérez

**CURRÍCULO VITAL** Alumno del 4º semestre de la Licenciatura en Administración de Empresas del Tecnológico Nacional de México-Instituto Tecnológico de Los Mochis, con número de control 16440499.