

[Número publicado el 01 de mayo del 2016]

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media

Self-esteem, Motivation, and Emotional Intelligence: Three Factors that influence the Successful Design of a Life Project of Middle-school Young Students



*Andrea Magdalena Lomelí-Parga*<sup>1</sup>

Tecnológico de Monterrey

Irapuato, México

correo: [alomeli@alex bain.edu.mx](mailto:alomeli@alex bain.edu.mx)

orcid: <http://orcid.org/0000-0002-6098-2179>

*María Guadalupe López-Padilla*<sup>2</sup>

Tecnológico de Monterrey

Monterrey, México

correo: [mglopez@hotmail.com](mailto:mglopez@hotmail.com)

*Jaime Ricardo Valenzuela-González*<sup>3</sup>

Tecnológico de Monterrey

Nuevo León, México

correo: [jrv@itesm.mx](mailto:jrv@itesm.mx)

orcid: <http://orcid.org/0000-0003-3999-501X>

<sup>1</sup> Maestría en Educación en el Tecnológico de Monterrey (México). Licenciada en Derecho en la Facultad Autónoma de Derecho de San Luis Potosí (México). Su experiencia de trabajo ha girado, principalmente, alrededor del campo del derecho y de la educación, específicamente en el área de docencia desde hace 18 años. Actualmente funge como docente a nivel universitario en la Carrera de Derecho, como docente frente a grupo en la Escuela Normal Oficial de Irapuato, Guanajuato y como coordinadora de servicio social en el nivel de preparatoria y como docente frente a grupo y tutor en secundaria.

<sup>2</sup> Maestría en Administración de Instituciones Educativas y Licenciada en Administración de Recursos Humanos en el Tecnológico de Monterrey. Con experiencia profesional de más de 15 años en el ámbito educativo. Fue jefa del Área de Evaluación y Efectividad Institucional en la Universidad Regiomontana. Ha sido responsable del cambio de plataforma tecnológica en dicha institución y ha estado a cargo de capacitar a más de 500 alumnos en el diseño de cursos y uso adecuado de Blackboard. En el Tecnológico de Monterrey ha sido profesora tutora en cursos relacionados con planeación estratégica, liderazgo y evaluación en el ámbito educativo.

<sup>3</sup> Doctor en Psicología Educativa en la Universidad de Texas de Austin (EE.UU.). Maestro en Enseñanza Superior e Ingeniero Civil en la Universidad La Salle (México). Su experiencia de trabajo en educación data del año 1978. A la fecha, es profesor-investigador de tiempo completo en la Escuela de Educación, Humanidades y Ciencias Sociales del Tecnológico de Monterrey. Es miembro del Sistema Nacional de Investigadores del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT), del Consejo Mexicano de Investigación Educativa (COMIE), de la American Educational Research Association (AERA) y de la American Psychological Association (APA).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Recibido 5 de mayo de 2014 • Corregido 12 de enero de 2016 • Aceptado 12 de abril de 2016

*Resumen.* El objetivo de este estudio es evidenciar los factores que permiten a las generaciones jóvenes llevar a cabo, de manera efectiva, sus proyectos de vida, planteándose metas a corto, mediano y largo plazo. La muestra con la que se trabajó fue un grupo de estudiantes de nivel secundaria y preparatoria. Esta investigación se realizó usando métodos mixtos con el fin de identificar aquellos factores que fueron determinantes en jóvenes que consideran tener éxito al enfrentar los retos de la vida diaria y las demandas de la sociedad actual, a través de una construcción sólida de su visión personal a futuro. Los resultados de este proyecto de investigación indican que las características que permiten la conclusión de los proyectos de vida están íntimamente relacionadas con una alta autoestima y motivación, así como con cierta inteligencia emocional, condiciones que permiten idealizar un futuro exitoso, tanto personal, como profesional.

*Palabras claves.* Competencias transversales, proyecto de vida, educación secundaria, autoestima, motivación, inteligencia emocional, métodos mixtos.

*Abstract.* The purpose of this research study is to depict the factors that allow young people to effectively carry out their life projects by planning short, mid, and long term goals. The population sample participating in this study was comprised of middle and high school students. This research was executed using mixed methods in order to identify the determining factors for young people who plan to have success in facing the daily life challenges, as well as today's society demands, through a solid construction of their private vision of the future. The results of this project determine that the features which allow the conclusion of students' life projects are closely related with a high self-esteem and motivation, as well as some emotional intelligence that allow students to visualize a successful personal and professional future.

*Keywords.* Cross-curriculum competencies, life project, middle school, self-esteem, motivation, emotional intelligence, mixed methods.

## Introducción

El objetivo principal de este estudio fue evidenciar los factores que permiten a las generaciones de jóvenes consolidar, de manera efectiva, sus proyectos de vida, de manera que puedan enfrentar los retos diarios relacionados con el fortalecimiento de su desarrollo integral.

Sobre la importancia de formar personas competentes en este siglo XXI, [Monereo y Pozo \(2007\)](#) hablan de un nuevo escenario educativo donde, no solo habría que educar para preparar al alumnado para un mundo laboral o para realizar múltiples tareas; sino que hay que procurar el desarrollo de competencias imprescindibles para que puedan enfrentar los retos que les esperan; requerirán ser competentes al fijarse deliberadamente metas y retos. La [Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico \(OCDE, 2003\)](#) también habla de cómo las sociedades actuales demandan que los individuos se enfrenten a la complejidad de muchas áreas de su vida, de tal forma que requieren de competencias que les ayuden a enfrentar los retos que se presenten.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

¿Existe alguna relevancia en estudiar la competencia desarrollo de un plan de vida personal o proyecto de vida? La educación es un factor determinante en la consolidación de aprendizajes que favorezcan la formación integral de estudiantes, tanto en el aprender hacer como en el aprender a ser. El proyecto de vida de una persona es un quehacer que se realiza de manera constante, día con día, por lo que se requieren de habilidades y conductas positivas tendientes a su cristalización. [D'Angelo \(1986\)](#) menciona que en la adolescencia el proyecto de vida de jóvenes tiene especial importancia, debido a que se encuentra en estado de elaboración casi total, de tal manera que los sistemas de educación deberán contribuir al aprendizaje de las diferentes ciencias y al desarrollo integral de los individuos de acuerdo con sus características personales.

En el informe de la UNESCO, [Delors \(1996\)](#) menciona que aprender a hacer está relacionado estrechamente con la formación profesional y con la forma como se enseña al alumno a poner en práctica sus conocimientos. En el caso de aprender a ser abarca el despliegue completo del ser humano; además, en relación con el desarrollo personal, [Delors \(1996\)](#) nuevamente menciona que "este desarrollo del ser humano, que va del nacimiento al fin de la vida, es un proceso dialéctico que comienza por el conocimiento de sí mismo y se abre después a las relaciones con los demás" (p. 10).

¿Qué factores distinguen al alumnado de nivel secundario y preparatorio considerado como competente en la realización de su proyecto de vida personal? Surge como pregunta que guía este proyecto de investigación.

En la actualidad, para que las personas puedan enfrentar situaciones de complejidad en muchos ámbitos de su vida demandan la adquisición de competencias clave. "Una competencia es más que conocimientos y destrezas. Involucra la habilidad de enfrentar demandas complejas, apoyándose en y [sic] movilizándolo recursos psicosociales (incluyendo destrezas y actitudes) en un contexto particular" ([OCDE 2003, p. 3](#)). Educar es una tarea que no solo corresponde a la escuela, sino que se comparte con la familia y sociedad; dichas instituciones no deben operar aisladamente sino, por el contrario, deben coordinar esfuerzos para tener mejores resultados. Las familias deben de responsabilizarse, del aprendizaje de algunos "valores, creencias, actitudes, ... de modo que los individuos no se hallen 'desarmados', sin criterio propio, frente a la diversidad de información y estilos de conducta que ofrece de continuo el medio social" ([Torío, 2004, p. 43](#)).

Una competencia es definida por [Perrenoud \(2002, p. 6\)](#) como:

Una capacidad de actuar de manera eficaz en un tipo definido de situación, capacidad que se apoya en conocimientos pero no se reduce a ellos. Para enfrentar una situación de la mejor manera posible, generalmente debemos hacer uso y asociar varios recursos cognitivo complementarios, entre los cuales se encuentran los conocimientos.

Mantener la motivación es un proceso que "involucra variables tanto cognitivas como afectivas: cognitivas, en cuanto a habilidades de pensamiento y conductas instrumentales para

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

alcanzar las metas propuestas; afectivas, en tanto comprende elementos como la autovaloración, auto concepto, etc.", mencionan [Alcalay y Antonijevic \(1987, citados por Navarro, 2003, p. 5\)](#). La motivación es un factor importante en la realización de cualquier tarea o proyecto, las personas pueden verse motivadas por diferentes cosas o eventos que les permitan alcanzar sus metas.

¿Con qué tipos de obstáculos mayormente tropiezan las generaciones jóvenes, y de qué forma influye como determinante en sus logros? ¿Qué factores en la realización o fijación de metas son o pueden ser referentes a la persona y cuáles son los factores externos, principalmente relacionados con familia o escuela? ¿Cómo se motivan y de qué manera influyen sus valores y la autoestima para superar obstáculos y seguir adelante con la realización de un proyecto de vida con éxito? Estas son interrogantes que se pueden llegar a plantear tanto en el ámbito educativo como en el familiar.

[Castañeda \(2011\)](#) menciona la necesidad de tener un plan que nos lleve al máximo de explotar nuestras potencialidades. Es importante que la juventud vea la trascendencia de tener un proyecto para su vida, de concientizarla acerca de que ese plan implica trabajo y esfuerzo, pero también es importante enfatizar el papel del personal docente, familia y escuela en la formación del alumnado en la ayuda y motivación para lograrlo.

Un proyecto de vida, por lo tanto, es una competencia transversal, multidimensional, ya que incluye saberes que abarcan todas las áreas de la vida, actitudes, construcción de conceptos fundamentales y competencias metodológicas generales.

## Marco teórico

Para [Perrenoud \(2002\)](#), las potencialidades de un individuo solo se transforman en competencias efectivas según los aprendizajes. Agrega que: "Sólo existen competencias estables si la movilización de los conocimientos va más allá de la reflexión que cada cual es capaz de realizar y pone en acción los esquemas creados" (p. 16).

"Poseer competencias para algo convierte a los sujetos en *competentes*", según [Gimeno \(2009, p. 36\)](#), para quien la palabra competencia:

Tiene sinónimos o conceptos con los que comparte significados... como los de aptitud (dotación de cualidades), *capacidad o poder para...* (talento, calidad que dispone a alguien para el buen ejercicio de algo) o el de *habilidad* (capacidad o disposición para algo, gracia para ejecutar algo que sirve de adorno a la persona, como montar, pasear a caballo, etc.), que tiene que ver con la *destreza* (pericia para hacer cosas o resolver problemas prácticos). Apareta ser una especie de *conocimiento práctico*, para hacer cosas y resolver situaciones. Y sugiere *efectividad, acción* que surte efectos. Cada una de las cosas que una persona ejecuta con gracia y destreza.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

El proyecto de definición y selección de competencias (DeSeCo) define a largo plazo el marco que puede guiar la extensión de evaluaciones del dominio de una competencia; según la OCDE (2003, p. 3), "una competencia es más que conocimientos y destrezas involucra la habilidad de enfrentar demandas complejas, apoyándose en y movilizándolo recursos psicosociales (incluyendo destrezas y actitudes) en un contexto en particular".

Por último, la *Guía didáctica del maestro, 1° de secundaria. Formación ciudadana para adolescentes de Guanajuato* (Secretaría de Educación de Guanajuato, SEG, 2012) plantea la importancia de crear alumnos y alumnas competentes, es decir, que realicen con buenos resultados y de manera eficaz todas aquellas actividades que les corresponde hacer.

En relación con la transversalidad y competencia, Perrenoud (2002) observa que en las competencias transversales existen saberes que confluyen en diferentes disciplinas y que engloban los diferentes ámbitos o aspectos donde se puede desarrollar una persona. Por otro lado, Gutiérrez (2000) señala que las "competencias 'transversales', las cuales adquiridas en una situación o en una variedad de ellas, pudieran transferirse a situaciones totalmente diferentes y nuevas" (p. 147). Badillo (2012) define a las competencias transversales también como: "Competencias Transversales o Genéricas son aquellas comunes a varias ocupaciones o profesiones. Emprendimiento, gestión de recursos, trabajo en equipo, gestión de información, comprensión sistémica, resolución de problemas, planificación del trabajo" (pp. 5-6).

Tobón (2006) señala que las competencias genéricas o transversales "se refieren a las competencias que son comunes a una rama profesional (por ejemplo, salud, ingeniería, educación) o a todas las profesiones" (p. 12).

Se ha entendido la transversalidad de diferentes formas: una sería como competencias que tienen que ver con las actitudes, construcción de conceptos fundamentales y competencias metodológicas generales. La transversalidad resalta aquellos elementos que se pueden considerar como condiciones básicas de todo aprendizaje, también como un conjunto de contenidos valiosos y con relevancia para el desarrollo de la sociedad y, por último, desde el punto de vista didáctico (Acosta, 2002).

Por último, Velásquez (1995) menciona que los temas transversales no se refieren a nuevos cursos, sino a aquellas enseñanzas que permean en todo el currículo.

De todo lo expuesto se observa que la transversalidad son aquellos conocimientos, enseñanzas, habilidades que se requieren o son afines en todas las materias o áreas de aprendizaje.

Dentro de las competencias transversales se encuentra el plan o proyecto de vida, el cual se integra en las metas que cada persona quiere lograr, para esto hay preguntas sobre las cuales se debe reflexionar como: ¿qué quiero ser en la vida? y ¿qué debo hacer para lograr lo que me propongo? De acuerdo con Conde (2008), la mayoría de las personas planeamos el futuro a partir

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

de una idea personal y de lo que cada individuo piensa es lo mejor para sí mismo, así como de la idea o el significado personal de felicidad, de cómo triunfar o tener una buena vida y, en general, proyectamos nuestra vida en los diferentes ámbitos donde nos desenvolvemos o participamos.

Un proyecto puede definirse como “poner en relación, de modo significativo, el pasado, el presente y el futuro, quedando privilegiada la última decisión” (Guichard, 1995 citado por Romero, 2004, p. 338). La palabra proyecto está relacionado con hacer algo, con trazarse metas u objetivos por una persona a futuro; pero, a su vez, demanda realizar o llevar a cabo una tarea del presente, es decir, del hacer constantemente algo para alcanzar esos objetivos o metas planteadas.

En la *Guía didáctica del maestro, 1° de secundaria. Formación ciudadana para los adolescentes de Guanajuato* (SEG, 2012), se menciona en el tema proyecto de vida que las habilidades y los conocimientos son una parte visible en las competencias; en cambio el rol social, la autoimagen, los rasgos y los motivos son la parte interior de una persona y, aunque no se ven, sí influyen en el desempeño responsable y efectivo de sus actividades. Además, la autoimagen permite a las personas aceptarse y obtener mejores resultados de tal manera que es de suma importancia que cada estudiante logre un mayor conocimiento de esta temática, para que la definan con claridad y trabajarla para su beneficio; asimismo de que en la realización del proyecto de vida es un hecho que la motivación, orientación y todo el apoyo que reciban por parte de docentes y familia pueden ser la clave para el éxito.

Por otro lado, para Castañeda (2011), trazar un plan de vida ayudaría a los grupos de jóvenes a visualizar un futuro de manera más objetiva y a hacer un compromiso con ellos mismos, además clarificar los pasos que deben seguir para llegar a sus metas. Un proyecto de vida puede irse modificando de acuerdo con las necesidades de cada persona, no es algo estático, ya que a lo largo de la vida las personas adquieren conocimientos y experiencias que les permitan valorar metas y hacer cambios con la finalidad de una realización personal, así que también las metas deberán estar de acuerdo con lo que se persigue.

En su plan de vida para jóvenes, Castañeda (2011) menciona aspectos importantes para su realización, como serían: el potencial, autoestima, conocimiento de sí, valores, misión, metas, también aspectos como el espiritual, el emocional/afectivo, familiar, recreativo, social, corporal, ocupacional y económico. El aspecto de autoestima es considerado por este autor como necesario para poder triunfar en la vida, pues menciona que no se puede concebir una persona exitosa si no se cuida y se quiere; además, destaca que el conocimiento de sí es el punto de partida para iniciar la planeación e importante como una capacidad para poder proyectar la vida; también habla de que la práctica de los valores es como una guía de la conducta humana; en lo emocional destaca el papel que juegan los sentimientos en la vida de las personas, aspecto también sustancial en un plan de vida. En cuanto a los valores en la realización de un proyecto de vida, Herrera (2007) plantea que estos están relacionados con la conducta o influenciados por un valor; y que toda conducta es una expresión de valores.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Para reforzar la relación que tiene el aspecto inteligencia emocional en el desarrollo del plan de vida o proyecto de vida personal, [Goleman \(2001\)](#) menciona que nuestras emociones son una guía al actuar, resalta la importancia de identificar y educar las emociones. Además, señala el autoconocimiento emocional, manejo de las emociones, aprovechamiento productivo de las emociones, empatía: interpretación de nuestras propias emociones y manejo de las relaciones interpersonales como importantes en el tema de la alfabetización emocional, mejora la capacidad en la escuela y ayuda a cumplir de manera más eficaz los roles que nos tocan desempeñar en la vida.

Para llevar a cabo un proyecto o plan de vida con éxito, las personas deberán poseer características específicas que las lleven a concretarlos, es decir, a ser competentes en la realización de su proyecto de vida: ¿Cómo desarrollar la competencia proyecto de vida? [Covey \(2012\)](#) expone en su obra que el hábito te hace o te deshace, define los hábitos como algo que uno hace repetidamente, sin embargo, señala que el ser humano es más fuerte que los hábitos, por lo que cabe la posibilidad de cambiar aquellos malos hábitos por la práctica de los buenos, entre los que destacan: el autocontrol, hacer más cosas en menos tiempo, ser una persona segura y feliz, así como equilibrada.

Para la realización de un proyecto de vida, pueden resultar ser factores indispensables: una actitud positiva ante la vida, el conocimiento de sí mismo o de sí misma, y algunas otras características como las que menciona [Vargas \(2005\)](#) como la autoestima, la visión, el propósito, el compromiso y la contribución; principalmente porque:

- La autoestima confiere más seguridad en las personas para poder desarrollar su proyecto de vida.
- La visión consiste en identificar el futuro en el presente por medio de acciones y decisiones propias.
- El propósito es igual a planteamientos de objetivos con la finalidad de dar sentido y plenitud a la existencia.
- El compromiso es la entrega de la persona.
- La contribución es la aportación para sí misma y para los demás, en el sentido de solidaridad hacia otras personas.
- La creatividad, el compromiso y el liderazgo son también algunos rasgos importantes en las personas con capacidad para lograr su proyecto en la vida menciona ([Vargas, 2005](#)).

## Método

Para esta investigación se utilizó como metodología los métodos mixtos, de estatus equitativo y de naturaleza secuencial. Algo que caracteriza al método de investigación mixto, según lo mencionan [Johnson y Onwuegbuzie \(2004\)](#), es un pluralismo y eclecticismo con

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

resultados diferentes. La investigación de métodos mixtos abarca el conjunto de puntos de la zona media, es decir, entre los métodos cualitativos y cuantitativos, ofreciendo grandes expectativas para las investigaciones y, de esta manera, se puedan ayudar a superar la escisión entre ambos enfoques.

Por consiguiente, la finalidad de utilizar el método de investigación mixta en este estudio es enriquecer la visión cuantitativa con otra de naturaleza cualitativa.

La investigación es de status equitativo porque se le dio igual peso a ambos enfoques y de naturaleza secuencial: primero se realizó la parte correspondiente al enfoque cualitativo y posteriormente al cuantitativo.

La parte cualitativa, consistente en una serie de seis entrevistas, sirvió como informadora de la parte cuantitativa, constituida por un cuestionario de autorreporte de 30 preguntas, aplicado a 51 estudiantes de nivel secundario. Así que los resultados obtenidos en la entrevista sirvieron de fuente de datos para el desarrollo de las preguntas de cuestionario de la etapa cuantitativa.

La presente investigación se llevó a cabo en una escuela particular, bilingüe, donde además se imparte una tercera lengua en sus programas de estudio, situada en la zona urbana del municipio de Irapuato, perteneciente a la entidad federativa de Guanajuato en México. El instrumento de investigación cuantitativa se aplicó solo en el nivel de secundaria.

Primero se llevó a cabo la parte cualitativa. A través de un método de investigación de casos se elaboró y aplicó una entrevista semiestructurada a seis personas, consideradas como “muy competentes en la definición de un plan de vida personal” por compañeros y profesores. Las características de estos seis estudiantes que se precisan como muy competentes por sus compañeros, compañeras y docentes, tanto dentro del centro educativo como fuera de él, se han destacado por haber finalizado proyectos con éxito en actividades o concursos dentro y fuera de la escuela, por tener buenos promedios y excelente rendimiento escolar. Se considera también importante que los premios obtenidos y sus promedios generales sirvan de evidencias para este estudio.

Se seleccionaron tres estudiantes del nivel de secundaria y, para comparar los resultados, se entrevistó también a tres de nivel de preparatoria igualmente “muy competentes en la definición de un plan de vida personal”. La muestra consistente en tres estudiantes de secundaria estuvo conformada por dos mujeres (de segundo y tercer año) y un hombre (de primer año). Por su parte, la muestra de estudiantes de preparatoria estuvo conformada por tres mujeres de segundo, cuarto y sexto semestre.

Para la etapa cuantitativa se desarrolló un instrumento de auto-reporte con escala Likert, a partir de la información recabada de las entrevistas así como por la bibliografía revisada.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

El instrumento de auto reporte se elaboró con base en los resultados obtenidos de la parte cualitativa y se centró, de acuerdo con las repuestas de 6 estudiantes que se consideran “muy competentes en la definición de un plan de vida personal”, en los tres factores más importantes de la competencia *proyecto de vida: autoestima, motivación e inteligencia emocional*. Para poder medir cada factor se elaboraron 10 preguntas. Una vez estructurado el instrumento, este se aplicó a un total de 51 estudiantes del nivel de secundaria de una escuela particular de clase media, con la finalidad de obtener suficientes datos para un análisis psicométrico.

El auto-reporte es un instrumento que permite medir actitudes, sentimientos o expectativas y que, dependiendo de cómo la persona lo responda, es posible identificar aquellos elementos a los que atiende y da significado. La importancia del auto-reporte es que quien investiga puede hacer una valoración indirecta de la conducta a partir la experiencia subjetiva del individuo (Aragón y Silva, 2002).

En relación con la escala Likert, es usada para la medición de actitudes y utiliza afirmaciones sobre las cuales se tiene que manifestar el individuo, cada ítem se representa por una escala de estimación (Muñoz, Ríos de Deus, Espiñeira, M. y Rebollo, 2010).

Existen diversos procedimientos para medir el índice de confiabilidad de un instrumento de investigación, entre los más utilizados para comprobar la confiabilidad mediante un coeficiente son: test-retest y el coeficiente alfa de Cronbach, aplicado en los instrumentos mencionados.

En el caso del coeficiente alfa de Cronbach, Silva y Brain (2006) mencionan que se requiere de una sola aplicación del instrumento de medición y produce valores que van de cero a uno.

Por otra parte, para la validez del criterio se pretende que el instrumento de investigación seleccionado mida el desempeño actual y, a su vez, cómo influiría este en el futuro desempeño de sus participantes en el desarrollo de la competencia transversal de plan de vida. Según Valenzuela y Flores (2012, p. 10), la validez del criterio “se refiere a qué tan bien el test permite predecir desempeño futuro, o estimar desempeño actual de otra medición diferente a la del test en cuestión”.

Por último, en cuanto a la validez del constructo, se pretendió que el instrumento de investigación pueda evaluar los tres factores seleccionados de la competencia, es decir, que exista una estrecha relación entre el test o autorreporte y los constructos.

## Resultados, análisis y discusión

Para la parte cualitativa, a través del método de investigación de casos se procedió a la elaboración y aplicación de una entrevista semiestructurada. La entrevista consistió en las ocho preguntas siguientes:

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

1. ¿Usted cree que es una persona exitosa en el desarrollo de su proyecto de vida?
2. ¿Cuáles son los criterios que guían su conducta en la toma de decisiones en relación con el desarrollo de su proyecto de vida?
3. ¿Cuáles son los principales valores que le han permitido ser una persona competente en la realización de su proyecto de vida?
4. ¿Qué es lo que a usted más le motiva a seguir para la realización de su proyecto de vida?
5. ¿Cómo ha influido en usted la autoestima en el desarrollo de su proyecto de vida?
6. ¿Puede usted autorregular sus sentimientos cuando algo no le sale bien de tal manera que no se desanima a seguir a delante con la realización de su proyecto de vida personal?
7. ¿Cómo puede probar que usted es una persona exitosa en la realización de su proyecto de vida?
8. ¿Puede solucionar sus conflictos de manera positiva y eficaz, de tal manera que no interfieren con la realización de su proyecto de vida?

Una vez realizadas las entrevistas se transcribieron literalmente y fueron divididas en dos grupos, uno perteneciente al nivel de secundaria y otro al de preparatoria, posteriormente se continuó con un proceso de reducción de datos, hasta llegar a reducirlas a lo más fundamental; por último, se agruparon las respuestas en categorías y estas a su vez se dividen en subgrupos.

Las categorías en que se dividieron para su análisis las entrevistas fueron las siguientes:

- A. Aspectos cognoscitivos
- B. Aspectos de autoestima
- C. Aspectos motivacionales
- D. Aspectos emocionales
- E. Aspectos autorregulatorios y conductuales
- F. Aspectos contextuales.

Una vez agrupadas por categorías, se inició el proceso de interpretación de datos y se empezó a tomar cada párrafo y a darle la asignación de una categoría basada en una postura teórica y, por último, se asignó una clave de pertenencia de acuerdo con los siguientes subgrupos: Componente cognitivo (autoconocimiento), componente afectivo, componente conductual, motivación intrínseca, motivación extrínseca, autoconocimiento emocional, autocontrol emocional (o autorregulación), automotivación, reconocimiento de emociones ajenas (o empatía) y relaciones interpersonales (o habilidades sociales).

Para el análisis cuantitativo, los factores evaluados están representados como escala 1, la cual corresponde a la autoestima; la escala 2, a la motivación; y la escala 3, a la inteligencia emocional. Se empleó una escala Likert en la que "En desacuerdo" tiene un valor de 1, "Poco de acuerdo" tiene un valor de 2, "De acuerdo" tiene un valor de 3 y "Muy de acuerdo" tiene un valor de 4. Como se observa en la [tabla 1](#), se puede comprobar, en los promedios, cómo la tendencia es que la mayoría de estudiantes se inclinó hacia las opciones "De acuerdo" y "Muy de acuerdo". Las desviaciones estándar bajas señalan que los grupos son relativamente homogéneos en cuanto a los constructos que se están midiendo. Los coeficientes de asimetría son todos negativos, lo cual se aprecia mejor en los histogramas de la [figura 1](#). De lo anterior, se puede inferir que el alumnado, en su mayoría, tiene las características o cualidades para ser personas competentes en el desarrollo de proyecto de vida.

Tabla 1

*Datos estadísticos descriptivos de las escalas 1, 2 y 3*

	Autoestima (Escala 1)	Motivación (Escala 2)	Inteligencia emocional (Escala 3)
Media	3.55	3.46	3.21
Valor mínimo	2.70	2.30	1.70
Valor máximo	4.00	4.00	3.90
Rango	1.30	1.70	2.20
Desviación estándar	0.32	0.36	0.46
Coef. de asimetría	-0.71	-1.12	-0.94

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

La figura 1 muestra los histogramas de estas tres escalas.

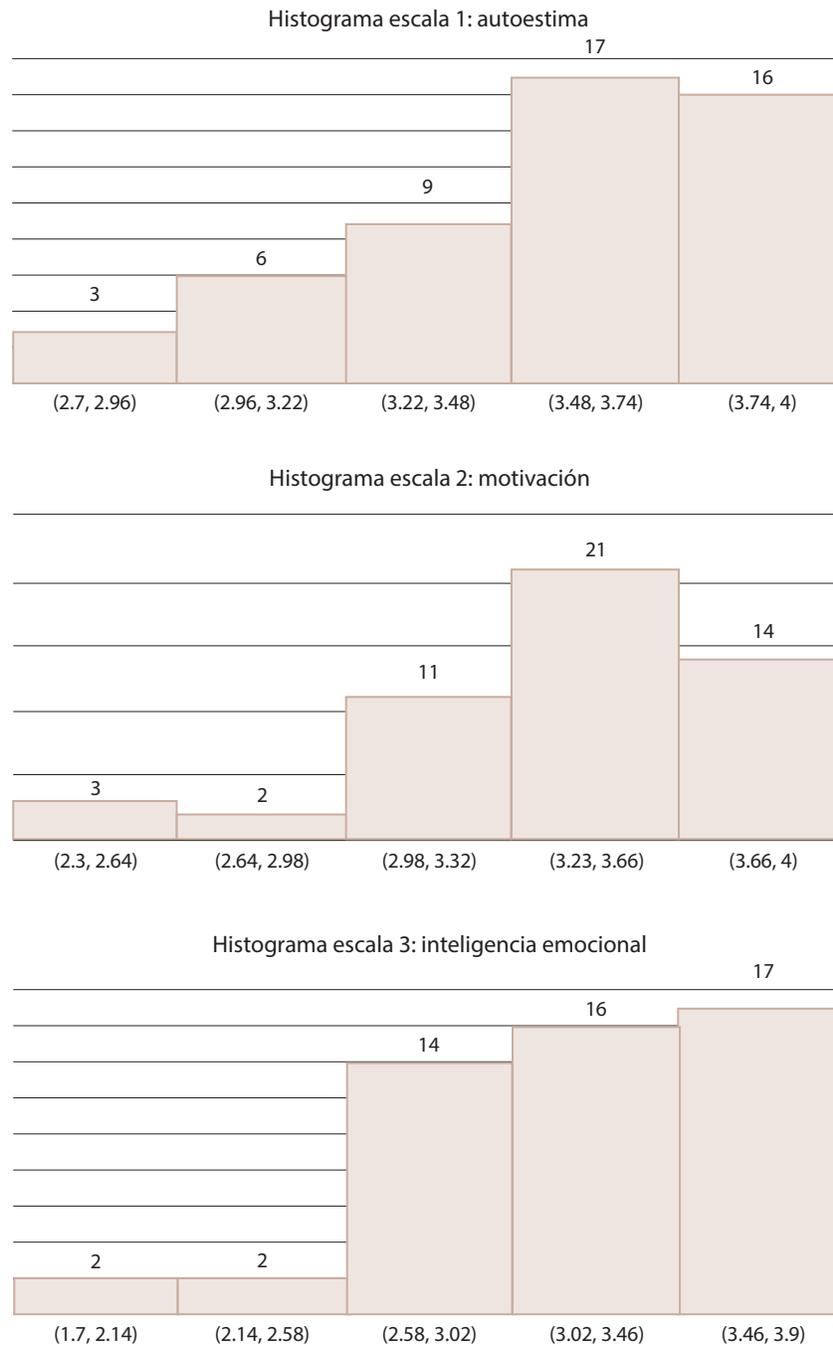


Figura 1. Histogramas de las escalas 1, 2 y 3.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

En relación con la medición de la escala 1, correspondiente a la autoestima, se puede observar cómo la frecuencia 4 es la más alta; asimismo, la media también da un valor de cuatro, lo que demuestra cómo eligieron la opción "Muy de acuerdo". Tal y como lo demuestran los resultados de la media con un valor de 4 en el promedio de la escala, el coeficiente de asimetría también lo indica con un número negativo (-0.71), lo que muestra que está cargado hacia el lado izquierdo, debido a que se eligió en un mayor número la opción 4 y, por último, la desviación estándar con un promedio de la escala de (0.32) viene a corroborar la tendencia en la elección, con la escala 4 por un mayor número de estudiantes.

¿Por qué elegir la autoestima como una dimensión de la competencia desarrollo de proyecto de vida? La autoestima está muy relacionada con la realización con éxito de un proyecto de vida, pues no solo condiciona el aprendizaje, ayuda a superar dificultades personales, fundamenta la responsabilidad, apoya la creatividad, determina la autonomía personal, posibilita una relación social saludable y constituye el núcleo de la personalidad; sino que también, la autoestima garantiza una proyección futura de la persona, pues se afirma que, siendo la persona consiente de sus propias cualidades, se proyecta hacia el futuro y se impone así mismas aspiraciones y expectativas para llevarlas a cabo, al sentirse con la capacidad necesaria para la persecución de metas superiores (Alcántara, 2005).

De acuerdo con el objetivo general de esta investigación, se puede afirmar que la autoestima es un atributo que distingue a los grupos de estudiantes considerados como competentes en la realización de su proyecto de vida personal.

De igual manera, se observan los resultados de la escala 2, correspondiente a la dimensión motivación, la frecuencia 4 fue la más alta con una media de 3, un coeficiente de asimetría negativo, cargado al lado izquierdo con un valor en el promedio de la escala de (-1.12) y una desviación estándar de (0.36) también demuestran cómo la mayoría de los encuestados eligieron la opción 4 o estar "Muy de acuerdo" por lo que, cuando se plantea al inicio de este estudio, identificar qué es lo que más motiva a un individuo adolescente para alcanzar metas en su proyecto de vida con éxito, se puede deducir que el instrumento de medición identifica que lo que más les motiva en el desarrollo de su proyecto de vida personal es cuando logran mejores calificaciones, también les motiva mucho el saber que sus seres queridos se sentirán orgullosos si logran alcanzar sus metas y su proyecto de vida personal. También aquí se observa una estrecha relación con otro aspecto de esta investigación, la relación que tiene la familia, la escuela o su entorno social más cercano en la realización con éxito de los proyectos de vida, donde se comprueba que la familia es un factor determinante en la motivación de jóvenes, así como las calificaciones que se podrían asociar al éxito escolar.

Por último, en la escala correspondiente a la inteligencia emocional, la frecuencia 3 es la más alta, por lo que a diferencia de las dos dimensiones anteriores, se observa que la mayoría de jóvenes

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

optó por la opción “De acuerdo”, aunque en esta escala la mayoría no elige la frecuencia 4, se puede decir que tiene la capacidad para manejar sus emociones y no permitir que interfieran con su proyecto de vida. Además, en cuanto a los tipos de obstáculos con los que mayormente tropieza y cómo los supera para seguir adelante con su proyecto de vida, se observa que cuentan con habilidades que les hacen ser personas competentes, según se desprende de los ítems que tienen un número más alto. En las entrevistas la mayoría menciona resolver sus conflictos de forma positiva, reflexionando o volviendo a intentar las cosas nuevamente cuando no están en la primera oportunidad, esforzarse para que sus problemas no interfieran en la realización de su proyecto de vida.

También, lo anterior lo corroboran los resultados del coeficiente de asimetría cargado hacia la izquierda con un resultado negativo con un promedio de (-.94) y la desviación estándar que también con un resultado en el promedio de la escala de (0.32) se demuestra como la mayoría de estudiantes optó por la opción “De acuerdo”.

Por último, para hablar de la consistencia interna de las escalas del instrumento, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach obteniendo los siguientes resultados: en la escala 1, autoestima, el coeficiente fue 0.746; en la escala 2, motivación, el coeficiente fue 0.714; y en la escala 3, inteligencia emocional, el coeficiente fue 0.832. Estos tres coeficientes indican una confiabilidad moderada-alta.

Como pudimos observar en los análisis anteriores, tanto la dimensión autoestima como la de motivación fueron las dos escalas donde el alumnado, en su mayoría, elige estar muy de acuerdo con lo que se les plantea, en la dimensión inteligencia emocional la mayoría elige estar solo de acuerdo. Si se analiza la frecuencia en que contestan poco de acuerdo y en desacuerdo vamos a encontrar que eligieron muy pocas veces esas opciones. Si se observan las frecuencias son estudiantes con autoestima y motivación, y en relación con la inteligencia emocional se puede ver cómo se pueden adaptar a diferentes situaciones, expresar sus sentimientos de forma asertiva y autorregular sus sentimientos, de tal forma que les permite realizar su proyecto de vida, lo que viene a corroborar lo que dijeron en las entrevistas, pues aunque en algunos de los casos dijeron que sí les costaba trabajo autorregular sus sentimientos, finalmente trataban de que no interfirieran con la realización de sus proyectos de vida, además de que los resultados eran que lograban cumplir con sus metas y proyectos siempre con éxito.

En todos los casos del alumnado entrevistado, piensa que sí son exitosos y exitosas en sus proyectos de vida, que tienen valores como una referencia que les permite llevar a cabo sus proyectos con éxito, confían en sí mismos y en sí mismas, tienen motivación y lo que más les entusiasma es verse como personas con éxito en los diferentes lugares en donde se van a desarrollar: como tener un buen trabajo, una buena vida. Su familia en especial, sus padres y seres queridos son una fuente de motivación importante. Resolver sus conflictos de forma positiva, reflexionando o volviendo a intentar las cosas nuevamente cuando no están en la

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

primera oportunidad, esforzarse para que sus problemas no interfieran en la realización de su proyecto de vida, el obtener buenas notas en la escuela y el éxito en sus actividades deportivas son características de las alumnas y alumnos entrevistados. Es necesario "tomar conciencia sobre las posibilidades de triunfar, el reconocer las habilidades y dificultades, el dirigir con autonomía el rumbo de la vida, enfocando la construcción del proyecto vital; es esencial para salir adelante en el nicho afectivo y en el círculo académico" (Pardo, 2005, p. 14).

El proyecto de vida es una competencia multidimensional, abarca diferentes ámbitos de la persona, tanto internos como externos, deben considerarse varios aspectos importantes a tratar para su realización como serían el potencial, autoestima, conocimiento de sí, valores, misión, metas, espiritual, el emocional/afectivo, familiar, recreativo, social, corporal, ocupacional y económico (Castañeda, 2011).

Las competencias se abordan desde el proyecto ético de vida de las personas, con la finalidad de afianzar la unidad e identidad de cada ser humano, y no su fragmentación. Y también, en ese sentido, el mismo autor hace referencia a que: "Desde el enfoque complejo la educación no se reduce exclusivamente a formar competencias, sino que apunta a formar personas integrales, con sentido de la vida, expresión artística, espiritualidad, conciencia de sí, etc." (Tobón, 2007, p. 15).

En el caso de identificar los valores que caracterizan al alumnado de secundaria que tiene éxito en su proyecto de vida, se puede apreciar que los valores que más mencionan que le han ayudado al cumplimiento de sus metas y proyecto de vida son la honestidad, responsabilidad, tolerancia, perseverancia, respeto, audacia, paciencia y amor.

El primer objetivo de este proyecto fue evidenciar los factores que permiten a jóvenes llevar a cabo, de manera efectiva, sus proyectos de vida. Al respecto se encontró que la autoestima, la motivación, la inteligencia emocional y los valores que practican son características que poseen las personas competentes en la realización de su proyecto de vida, como se puede ver en el marco teórico. El proyecto de vida puede irse modificando de acuerdo con las necesidades de cada persona, no es algo estático, ya que a lo largo de la vida las personas adquieren conocimientos y experiencias que les permiten valorar metas y hacer cambios, como se puede observar en las entrevistas de estudiantes del nivel secundario al nivel preparatorio, se ve más madurez y más seguridad de sí mismos y de sí mismas; en el desarrollo de un proyecto de vida, la productividad de las personas depende de los siguientes aspectos: autoconcepto, autoimagen, autoestima, autocompromiso, interés, conocimiento específico, desempeño óptimo, aporte y progreso (Pardo, 2005).

En cuanto a determinar la relación que tiene la familia, la escuela o su entorno social más cercano en la realización con éxito de los proyectos de vida del alumnado, se encontró que el éxito escolar es una motivación importante para seguir adelante en la realización de su proyecto de vida, pues mencionan que una motivación importante es el obtener buenas calificaciones,

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

las competencias se abordan en los procesos formativos desde unos fines claros, socializados, compartidos y asumidos en la institución educativa, que brinden un “para qué” que oriente las actividades de aprendizaje, enseñanza y evaluación (Tobón, 2007).

“Los jóvenes exitosos han aprendido que no es la suerte o el destino quien decide por ellos, sino que a través de sus estrategias pueden lograr sus propósitos” (Vélez, 2007, p. 271). En otro estudio realizado sobre el éxito escolar, Ramírez, Devia y León (2011, p. 670) concluyen que: “los factores motivacionales estimularon el desarrollo de actitudes positivas, actuando como incentivos individuales y orientados a satisfacer las necesidades psicológicas y la relación personal entre las participantes y sus familiares”.

Sobre el papel de la familia como su principal motivación para alcanzar sus metas y proyecto de vida, esta seguirá teniendo un rol trascendental, tanto la escuela como la familia tienen una estrecha relación con la realización de metas y proyecto de vida.

En torno a lo que más motiva a un individuo adolescente para alcanzar metas en su proyecto de vida con éxito, qué tipos de obstáculos son con los que mayormente tropiezan y cómo los superan para seguir adelante con su proyecto de vida, ya se mencionó que lo que más les motiva es obtener buenas notas o calificaciones así como también el apoyo de su familia, sus amistades y docentes. En relación con la motivación, Vargas (2005) menciona que es parte de la aptitud emocional y que la motivación a su vez se divide en afán de triunfo, iniciativa y compromiso. Con lo que se deduce que la motivación es un aspecto importante en la realización del proyecto de vida personal.

Por último, al identificar los valores que caracterizan al alumnado de secundaria que tienen éxito en su proyecto de vida, mucho de lo que hacemos se basa en nuestros valores y representa el equipaje con el que vamos por la vida, por lo que resulta indispensable identificar los valores que nos beneficien y que nos ayuden a forjar sobre bases sólidas nuestros proyectos, señala Castañeda (2011). Los valores que mencionan les han permitido continuar con la realización de su proyecto son honestidad, responsabilidad, tolerancia, perseverancia, respeto, audacia, paciencia y amor.

## Conclusiones

El objetivo principal del presente proyecto de investigación fue evidenciar los factores que permiten a las personas jóvenes llevar a cabo, de manera efectiva, sus proyectos de vida. Siendo el proyecto de vida una competencia que abarca múltiples aspectos necesarios para su desarrollo, no es fácil precisar cuál de todos ellos es más importante; sin embargo, al parecer todos deben de converger en una sola competencia, pues el proyecto de vida está vinculado con la realización de la persona e implica, además, un quehacer continuo al estar considerado como una tarea humana que comprende aspectos internos y externos del ser humano.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Si bien muchos estudios coinciden en que el proyecto de vida es un conjunto de acciones encaminadas a un fin determinado o a una meta, para llevarlo a cabo, intervienen aspectos como los que menciona [Castañeda \(2011\)](#) que son: potencial, autoestima, conocimiento de sí, valores, misión, metas, el aspecto espiritual, emocional/afectivo, familiar, recreativo, social, corporal, ocupacional y económico.

El aprender a construir proyectos de vida a través de la formación de valores, habilidades y actitudes, que desarrollen el potencial individual de cada persona, que le permitan alcanzar las metas y la realización personal, justifica la realización de acciones tendientes a poner en marcha todo lo que sea necesario para que las generaciones jóvenes puedan afrontar un futuro que pretende ser exigente ante los cambios tan dramáticos que han venido dando en la sociedad. Asimismo, la posibilidad de generar y favorecer el proceso de aprendizaje en la construcción de proyectos de vida que les ayuden a afrontar los retos, darles las herramientas necesarias para construirlo justifica la realización de este proyecto de investigación.

Se seleccionaron tres aspectos importantes de la competencia desarrollo de un proyecto de vida que fueron la autoestima, la motivación y la inteligencia emocional. La selección se basó en los argumentos teóricos expuestos, además de la experiencia como docente a través de la cual he podido observar que los individuos jóvenes que poseen estos aspectos son los que mejor consolidan sus metas y proyectos de vida.

Se utilizaron métodos mixtos, de estatus equitativo, y de naturaleza secuencial. La parte cualitativa se llevó a cabo a través de un método de investigación de casos, se procedió a la elaboración y aplicación de una entrevista semiestructurada a seis personas consideradas como "muy competentes" 3 del nivel de secundaria y tres del nivel de preparatoria. La parte cualitativa sirvió como informadora de la parte cuantitativa, con dicha información se desarrolló un instrumento de autorreporte con escala Likert a partir de la información reunida en la primera parte, así como por la bibliografía revisada.

Por último, una vez aplicados los instrumentos de investigación se obtuvo la información siguiente:

De acuerdo con el objetivo general de esta investigación se puede afirmar que la autoestima, la motivación y la inteligencia emocional sí son atributos que distinguen al alumnado considerado como competente en la realización de su proyecto de vida personal. Todos los casos entrevistados piensan que sí son exitosos en sus proyectos de vida, que tienen valores como una referencia que les permite llevar a cabo sus proyectos con éxito, se tienen la confianza, están motivados y lo que más les motiva es verse como personas con éxito en los diferentes lugares en donde se van a desarrollar: un buen trabajo, una buena vida, su familia, en especial sus padres y seres queridos son una fuente de motivación importante.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

También el resolver sus conflictos de forma positiva, reflexionando o volviendo a intentar las cosas nuevamente cuando no se logran en la primera oportunidad, esforzarse para que sus problemas no interfieran en la realización de su proyecto de vida, el obtener buenas notas en la escuela y el éxito en sus actividades deportivas; todas estas son características o atributos del alumnado entrevistado y encuestado, lo que vendría a contestar el objetivo general de esta investigación sobre qué atributos tienen estudiantes competentes en la realización de su proyecto de vida.

Cabe destacar el valor que sigue teniendo la familia en la educación; su apoyo y acompañamiento es fundamental en esta etapa de la vida, que sus padres y madres sientan orgulloso de sus resultados. La familia es el referente principal de los valores que tienen las generaciones jóvenes adolescentes. La mayoría, aparte de que destacan como algo importante lo que les han enseñado o inculcado en sus casas y sus familias, la señalan como una fuente de motivación, cuando responden que lo que les motiva a seguir adelante es su familia.

En lo que respecta a los valores, destacan la responsabilidad, pero sobre todo, el ser pacientes para seguir persistiendo hasta lograr lo que se proponen. También se advierte la influencia del éxito escolar como una motivación para seguir adelante en alcanzar sus metas y proyecto de vida; pero no destacan o especifican cuál ha sido el papel que ha jugado la escuela en la realización de su proyecto de vida.

Referido a la inteligencia emocional, se identifica cómo se pueden adaptar a diferentes situaciones, expresar sus sentimientos de forma asertiva y autorregular sus sentimientos, de tal forma que les permite realizar su proyecto de vida, lo que viene a corroborar que sí les costaba trabajo autorregular sus sentimientos. Ello indica que saber resolver sus problemas de manera eficaz y autónoma es una característica que permite la realización de su proyecto de vida.

Se aplicó en una muestra de 51 estudiantes pertenecientes a un nivel socioeconómico muy homogéneo, donde sus familiares están muy pendiente de su desarrollo, por lo que se puede apreciar en las entrevistas y en la aplicación de las encuestas sienten este apoyo, lo cual les motiva. Por otro lado, no se puede comprobar si la totalidad encuestada es exitosa en la escuela, ya que solo se seleccionaron seis estudiantes considerados como muy competentes para las entrevistas; sin embargo, las encuestas se aplicaron a estudiantes de los grupos que asistieron a clase ese día, como se ya se mencionó anteriormente.

El tema del proyecto de vida ha venido cobrando importancia en los últimos años, debido a la problemática que se está presentando en jóvenes, para quienes es importante que se visualicen a futuro como los seres humanos que quieren ser y, en ese sentido, uno de los hábitos importantes a consolidar en el sujeto adolescente es definir su misión y metas en la vida o comenzar con el fin en la mente (Covey, 2012); también Feldman (2008) menciona la importancia que tiene para niños y niñas la capacidad de proyectar el futuro e imaginarse

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

en diferentes escenarios, en ambientes y condiciones favorables. De ahí que resulta de suma importancia el papel de la familia y de la escuela.

En este estudio no se alcanza a precisar cuál es el papel que deberían tener las instituciones educativas en la formación de la competencia desarrollo del proyecto de vida, ya que repercute en todos los ámbitos donde esta se desarrolle.

La autoestima, la motivación y la inteligencia emocional resultan tener importancia para la consolidación del proyecto de vida de una persona, así como el papel que juega la familia en la motivación y su autoestima.

Todo lo que fortalezca las habilidades y valores de jóvenes debe de ser prioridad para la familia, escuelas y sociedad. No debemos olvidar que la materia prima con la que trabajamos los profesores y las profesoras son personas y que debemos de influir en ellas de forma positiva, ya que no solo la familia es un referente de valores importante, sino también el personal docente y la institución educativa, por lo tanto, debemos de influir en de tal forma que se pueda consolidar todo aquello que las lleve a su realización personal.

Un proyecto de vida con éxito lleva a la persona a ver realizadas sus más altas ilusiones, menciona [Castañeda \(2011\)](#) y, además, no hay que perder de vista que la adolescencia es una etapa llena de cambios y de retos, principalmente en la actualidad.

Es importante que la juventud vea la trascendencia de tener un proyecto para su vida; pero también de concientizarla respecto a que ese proyecto implica trabajo y esfuerzo, creatividad, compromiso y liderazgo ([Vargas, 2005](#)).

## Referencias

- Acosta, R. (2002). Inserción del eje transversal.: Responsabilidad social en los planes de estudio de la Universidad Metropolitana. *Anales de la Universidad Metropolitana*, 2(2), 51-71. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4004192>
- Alcántara, J. A. (2005). *Educación la autoestima: Métodos, técnicas y actividades*. España: Cea. Recuperado de [http://books.google.es/books?id=hvEQKSnJ23wC&printsec=frontcover&dq=importancia+y+componentes+de+la+autoestima&hl=es&sa=X&ei=bHweU\\_fWOOiOyAHl9YCgBg&ved=0CDIQ6wEwAA#v=onepage&q=importancia%20y%20componentes%20de%20la%20autoestima&f=false](http://books.google.es/books?id=hvEQKSnJ23wC&printsec=frontcover&dq=importancia+y+componentes+de+la+autoestima&hl=es&sa=X&ei=bHweU_fWOOiOyAHl9YCgBg&ved=0CDIQ6wEwAA#v=onepage&q=importancia%20y%20componentes%20de%20la%20autoestima&f=false)
- Aragón, L. E. y Silva, A. (2002). *Fundamentos teóricos de la evaluación psicológica*. Distrito Federal, México: Pax. Recuperado de <http://books.google.es/books?id=CPTAIYmjU8MC&pg=PA87&lpg=PA87&dq=que+es+un+instrumento+de+autoreporte>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

- Badillo, M. E. (2012). *Mapa de competencias básicas, complejas y transversales y su correlación con el uso de formatos tecnológicos - presentación de resultados*. Recuperado de <http://repositorial.cuaed.unam.mx:8080/jspui/handle/123456789/3163>
- Castañeda, L. (2011). *Un plan de vida para jóvenes: ¿Qué harás con el resto de tu vida?* (2ª ed.). Distrito Federal, México: Panorama.
- Conde, S. L. (2008). *Formación cívica y ética II*. Distrito Federal, México: Castillo.
- Covey, S. (2012). *Los siete hábitos de los adolescentes altamente efectivos*. Distrito Federal, México: Penguin Random House.
- D'Angelo, O. (1986). La formación de los proyectos de vida del individuo: Una necesidad social. *Revista cubana de psicología*, 3(2), 31-39. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v3n2/05.pdf>
- Delors, J. (Presidente). (1996). *La educación encierra un tesoro (Informe de la Unesco de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI)*. Distrito Federal, México: Correo de la UNESCO.
- Feldman, F. (2008). *Escuela y prevención de las adicciones: Antología*. Distrito Federal, México: Trillas y SEP.
- Gimeno, J. (2009). Diez tesis sobre la aparente utilidad de las competencias en educación (Cap. Primero). En J. Gimeno, (Comp.), *Educación en competencias, ¿Qué hay de nuevo?* (2ª ed., pp. 15-58). Madrid, España: Morata.
- Goleman, D. (2001). *La inteligencia emocional* (27ª ed.). Distrito Federal, México: Vergara.
- Gutiérrez, O. Á. (2000). Educación basada en competencias: ¿Una alternativa de transformación del currículum? En ANUIES (Ed.), *La educación para el siglo XXI* (pp. 143-148). Distrito Federal, México: ANUIES.
- Herrera, M. I. (2007). *Los valores de los adolescentes, de sus padres y profesores, en función de que el contexto educativo sea monocultural o pluricultural* (Tesis doctoral). Universidad de Granada, Granada, España. Recuperado de <http://0-hera.ugr.es/adrastea.ugr.es/tesisugr/16842467.pdf>
- Johnson, R. B. y Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed Methods Research: A Research Paradigm Whose Time Has Come [Métodos mixtos de investigación: Un paradigma de investigación cuyo momento ha llegado]. *Educational Researcher*, 33(7), 14-26. doi: <http://dx.doi.org/10.3102/0013189X033007014>
- Monereo, C. y Pozo, J. I. (2007). Competencias para (con) vivir con el siglo XXI. *Cuadernos de Pedagogía*, 370, 12-18. Recuperado de <http://www.redes-cepalcala.org/inspector/DOCUMENTOS%20Y%20LIBROS/COMPETENCIAS/COMPETENCIAS%20PARA%20CONVIVIR%20-%20MONEREO.pdf>

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

- Muñoz, J. M., Ríos de Deus, P., Espiñeira, E. M. y Rebollo, N. (2010). Análisis de las herramientas de recogida de datos sobre la satisfacción del alumnado con la actividad docente. En J. Santos (Coord.), *XII Foro de Almagro. El papel de los indicadores en el seguimiento y en los sistemas de garantía de calidad* (pp. 137-164). España: Universidad de Castilla-La Mancha. Recuperado de <http://books.google.es/books?id=MPb4WIBNPQC&pg=PA144&dq=escala+likert&hl=es&sa=X&ei=ZQqHURHLCsLy2QWf0YHoAg&ved=0CDYQ6AEwATge#v=onepage&q=escala%20likert&f=false>
- Navarro, R. E. (2003). El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo. *REICE-Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 1-15. Recuperado de <http://www.ice.deusto.es/RINACE/reice/vol1n2/Edel.pdf>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE). (2003). La definición y selección de competencias clave (Resumen ejecutivo). Recuperado de <http://www.deseco.admin.ch/bfs/desecco/en/index/03/02.parsys.78532.downloadList.94248.DownloadFile.tmp/2005.dsceexecutivesummary.sp.pdf>
- Pardo, I. (2005). *Jóvenes construyendo su proyecto de vida* (2ª ed., Colección Aula Abierta). Bogotá, Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Perrenoud, F. (2002). *Construir competencias desde la escuela* (2ª ed.). Santiago, Chile: Dolmen.
- Ramírez, M., Devia, R. E. y León, R. A. (Septiembre-Diciembre, 2011). Pobreza y rendimiento escolar: Estudio de caso de jóvenes de alto rendimiento. *Educere*, 15(52), 663-672. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/356/35622379013.pdf>
- Romero, S. (2004). Aprender a construir proyectos profesionales y vitales. *Revista española de Orientación y Psicopedagogía*, 15(2), 337-354. Recuperado de <http://www.uned.es/reop/pdfs/2004/15-2-2 - Soledad Romero Rodriguez.PDF>
- Secretaría de Educación de Guanajuato (SEG). (2012). *Guía didáctica para el maestro. Educación Básica 1º de secundaria. Formación ciudadana para los adolescentes de Guanajuato (Asignatura estatal)*. Distrito Federal, México: Autor.
- Silva, M. y Brain, M. L. (2006). *Validez y confiabilidad del estudio socioeconómico*. Distrito Federal, México: UNAM.
- Tobón, S. (2006). *Aspectos básicos de la formación basada en competencias*. Recuperado de [http://maristas.org.mx/gestion/web/doctos/aspectos\\_basicos\\_formacion\\_competencias.pdf](http://maristas.org.mx/gestion/web/doctos/aspectos_basicos_formacion_competencias.pdf)
- Tobón, S. (2007). El enfoque complejo de las competencias y el diseño curricular por ciclos propedéuticos. *Acción Pedagógica*, 16(1), 14-28. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2968540>

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Torío, S. (2004). Familia, escuela y sociedad. *Aula abierta*, 83, 35-52. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1173765>

Valenzuela, J. R. y Flores, M. (2012). *Fundamentos de la investigación educativa* (Vol. 2 y 3). Monterrey, México: Editorial Digital del Tecnológico de Monterrey.

Vargas, R. (2005). *Proyecto de vida y planeamiento estratégico personal*. Recuperado de <http://www.capitalemocional.com/libros/Proyecto%20de%20Vida.pdf>

Velásquez, F. (1995). *Educación ambiental. Orientaciones, actividades, experiencias y materiales*. Madrid, España: Narcea.

Vélez, T. I. (2007). Éxito escolar en el nivel medio superior: Una mirada desde los jóvenes. *Tiempo de educar*, 8(16), 245-273. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/311/31181603.pdf>



#### Cómo citar este artículo en APA:

Lomelí-Parga, A. M., López-Padilla, M. G. y Valenzuela-González, J. R. (Mayo-agosto, 2016). Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación medi. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), 1-22. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.4>

**Nota:** Para citar este artículo en otros sistemas puede consultar el hipervínculo “Como citar el artículo” en la barra derecha de nuestro sitio web: <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/index>