

RAE

1. **TIPO DE DOCUMENTO:** Trabajo de grado para optar por el título de PSICÓLOGO.
2. **TITULO:** EVALUACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE TIEMPO FUTURO EN ADOLESCENTES QUE CULMINAN EL BACHILLERATO EN LA LOCALIDAD BOGOTANA DE USAQUÉN.
3. **AUTORES:** Díaz Gómez Luna Andrea & Quintero Méndez Liliana Alexandra.
4. **LUGAR:** Bogotá, D.C.
5. **FECHA:** Diciembre de 2011
6. **PALABRAS CLAVE:** Perspectiva Tiempo Futuro, Extensión temporal, Actitud hacia el futuro, Orientación temporal, Adolescentes.
7. **DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO:** El principal objetivo de este proyecto es el de describir la perspectiva de tiempo futuro en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén; de igual forma analizar conceptualmente la PTF como una habilidad para la vida; analizar la PTF considerándola como factor protector de tipo universal; analizar la actitud hacia el futuro, la orientación temporal y extensión temporal de la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén; y por último Aportar productos tanto psicométricos como teóricos al programa De Cara a la Vida del Proyecto ARCOS, dentro de los lineamientos de interpretación de la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén.
8. **LINEA DE INVESTIGACIÓN:** Área de conocimiento: Ciencias Humanas – Psicología; Grupo de Investigación de la Facultad de Psicología de la USB: Grupo Avances en Psicología Clínica y de la Salud; Línea de investigación: Promoción y prevención.
9. **FUENTES CONSULTADAS:** Agnew, C. & Living, T. (1998). Future time orientation and condom use attitudes, intentions, and behavior, *Journal of Social Behavior & Personality*. Sandiego: Academic Press; Alcaldía Mayor de Bogotá (2009). Usaquén. Bogotá: Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaria de Educación; American Public Health Association APHA y centers for Disease Control and Prevention CDC. (1993). The guide to implementing model standards. Washington D.C: World Health organization; Aracena, M., Balladares, E., Román, F. & Weiss, C. (2002). Conceptualización De Las Pautas De Crianza De Buen Trato Y Maltrato Infantil, En Familias Del Estrato Socioeconómico Bajo: Una Mirada Cualitativa. Santiago: Revista De Psicología Año/Vol. XI, Número 002; Ayala, H & Vázquez, F. (2001). La Formación Profesional del Psicólogo en el Campo de la Salud, la Educación, los Procesos Sociales y las Organizaciones: El Internado en Psicología General de la Facultad de Psicología de

la UNAM. México: Universidad Nacional Autónoma de México; Balaguer, I. (2001). Un estudio sobre los predictores de los estilos de vida saludables de los adolescentes valencianos. Valencia: Conselleria; Bandura, A. (2001). Social cognitive Theory: An agentic perspectiva. Annual Review of Psychology. Geneva: World Health organization; Bandura, A. (1982): Teoría del Aprendizaje Social. Madrid, España: Espasa-Calpe; Betancur, M. C. (1998).El día que te quieras. Caracas: Bibliográfica Internacional. S. A; Bras, J. (2005).Pediatría en atención primaria. Barcelona: Masson; Castillo, I. (2001).Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport New York: Academic Press; Comisión Económica para América latina y el Caribe(sin fecha).América latina: población por años calendario y edades simples 1950-2050.Recuperado de <http://bit.ly/9p9KDF>; Cottle, T Howard, P y Pleck, J. (1969).Adolescent perception of time: the effect of age, sex and social class. Journal of personality. Usa: Wrightsville; Del Rio, A. (2005).Proyecto de grado para Maestría en Psicología: La perspectiva de Tiempo Futuro y la Adopción de Conductas que Ponen en Riesgo la Salud en Adolescentes. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; Dirección Seccional de Salud de Antioquia (2003). Formulaciones de Política Pública Referidas a la Salud Mental. Consultado el 1 de Agosto de 2010. Disponible en <http://bit.ly/bRkGo7>; Duda, J.L., Martinez, C. y Balaguer, I. (1999). The perceived motivational climate and psychological well-being among Spanish artistic gymnasts Pennsylvania: Psychology of sport and exercise; Echevarría, A & Tapia, J. (2005). La Orientación Escolar En Centros Educativo. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia; Evans, E. (1971). Psicología Moderna De La Educación. Madrid: Morata; Fernández, J. (1990). Patrones para el Diseño de la Psicología Social. Madrid: Morata; Funes, J. (2003). Como trabajar con adolescentes sin empezar por considerarlos un problema. Enero, No 84. Consultado el 25 de Febrero de 2008. Disponible en www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1050; Goodman, R. (1987). Un modelo de institucionalización de los programas para la promoción de la salud. Oxford: Editions Care; Harris, K.M. (2002). Evaluating the role of “nothing to lose” attitudes on risky behavior in adolescence. Washington: Social Forces; Heaven, P. (1996). Adolescent Health: The Role Of Individual Differences. Londres: Routledge; Henson, J., Carey M., Carey, K. & Maisto, S. (2006). Associations among health behaviors and time perspective in young adults: Model testing with boot-strapping replication. Journal of behavioral medicine, vol. 29, No. 2; Hernández, R. (2006). Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hill; Kerlinger, F. (1975). Investigación del Comportamiento. México: Interamericana; Lavikainen (2000). Enfoque de salud pública y salud mental. Washington, DC: Editions Chichester; Lersch (1996). Aufbau der person. Muchen: Johan Ambrosius; Lewin, K. (1948). Time Perspectiva And Morale. En G. Watson Ed. Civilian morale. Boston: Houghton Mufflin; Lidz, T. (1980). La Persona. Su Desarrollo A Través Del Ciclo Vital. Barcelona: Herder; Mangrulkar, L., Whitman, C. & Posner, M. (2001). Enfoque De Habilidades Para La Vida Para Un Desarrollo Saludable De Niños Y Adolescentes. Washington: Organización Panamericana De La Salud (OPS); Mantilla, L. & Chahín, I. (2006). Habilidades Para La Vida: Manual Para Aprenderlas Y Enseñarlas. Bilbao: Fundación Edex; Martinez, P. (2004). Tesis Doctoral: Perspectiva Temporal Futura Y Satisfacción Con La Vida A Lo Largo Del Ciclo Vital. Barcelona: Universitat Autònoma De Barcelona; Maslow, A. (1996). Future Visions. Thousand Oaks: SAGE

publications; Maya, L. (2001). Los Estilos De Vida Saludables: Componente De La Calidad De Vida. Medellín: Funlibre; Meriño, C. (1993). Identidad y plan de vida en la adolescencia media y tardía. Perfiles educativos, abril-junio, No. 60. Universidad Nacional Autónoma de México D.F; Ministerio de Salud (2001). Situación de las enfermedades de transmisión sexual en Colombia, 1976-2000; Moerk, E. (1994). Age and Epogenicinfluences and Aspirations Of Minority And Majority Group Children. Journal Of Counseling Psychology; Moerk, E. y Beckerp (1971). Attitudes Of High School Students Toward Future Marriage And College Education. The Family Coordinator; Montenegro, L. (2008). Diseño De Un Currículo Para La Promoción De La Perspectiva De Tiempo Futuro, Basado En La Dimensión Psicológica De La Promoción Y La Prevención (Dppps), Dirigido A Jóvenes De Noveno A Once Grado De Bogotá D.C. Trabajo de Grado. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; Montoya I. & Muñoz I. (2009). Habilidades Para La Vida. Requena: COMPARTIM: Revista De Formació Del Professorat; Neef, M. (1993). Desarrollo A Escala Humana. Montevideo: Editorial Nordan-Comunidad; Nicholls, J. (1984). Relaciones entre clima motivacional y satisfacción, percepción de habilidad y actitudes. Lisbon: Plenum; Nicholls, J. (1989). Motivational orientations and study strategies New York: Plenum; Nizama, R. (2007). Como mejorarla educación para la salud: diagnostico situacional y propuestas .Lima: CIES; Nutbeam, N. (1996). Glosario de la Promoción de la Salud. Traducción al español. OPS/OMS; Nuttin, J. y Lens, W. (1985). Future time perspectiva and motivation: Theory and research method. Leuven y Hillsdale, New Jersey: Leuven University Press y Erlbaum; Omar, A. (2006). Las Perspectivas De Futuro Y Sus Vinculaciones Con El Bienestar Subjetivo Y La Resiliencia En Adolescentes. Revista Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad. Número 7. Buenos Aires: Universidad de Palermo; Organización Mundial de la Salud (2002). Informe sobre la Salud en el Mundo 2002. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud. 2001. Promoción de la salud. Documento CD43/14 adoptado por el 43º Consejo Directivo, 53a Sesión del Comité Regional, Washington, DC, septiembre de 2001; Papalia, D.& Wendkos, S. (1998). Psicología Del Desarrollo. Bogotá: Mcgraw-Hill; Restrepo, E. (2005). Antecedentes históricos de la Promoción de la Salud, Promoción de la Salud: cómo construir vida saludable. Málaga: Médica Panamericana; Restrepo, E. (2001). La promoción de la salud hoy: Propuestas para avance futuro. Málaga: Editorial Médica Panamericana; Rodríguez, M. (2005). Sentido de la vida y Salud Mental. Revista Acontecimiento. 74, 2005/1, XXI, 47-49; RUMBOS (2001). Encuesta nacional sobre consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes de 10 a 24 años. Observatorio colombiano sobre el consumo de sustancias psicoactivas. Bogotá: Universidad de Antioquia; Seth, U. (1986). Future time orientation of boys and girls of different educational faculties. Amsterdam: Leuven University Press y Erlbaum; Stouthard, M.& Peetsma, T. (1999). Future Time Perspective: Analysis of a Facet designed questionnaire. European Journal of psychological Assessment. Vol. 15, No. 2, 99-105; Trommsdorff, G.(1983). Future orientation and socialization. Journal of International Psychology. Amsterdam: Boston; Vásquez, F. (2008). Trabajo de Grado: Aplicación Y Evaluación De Un Taller Para Promover La Perspectiva De Tiempo Futuro En Estudiantes De Grado Décimo. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; Zimbardo, P.G. y Boyd, J.N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable

individual- differences metric. Journal of Personality and Social Psychology. New York: First Press.

10. **CONTENIDOS:** El presente proyecto se enfatizó en el aspecto de la promoción, debido a que se tomó como tema central la PTF como una habilidad sustancial para la vida y un factor protector universal en adolescentes que culminan su etapa escolar. La PTF se considera como una herramienta que se relaciona con las habilidades para la vida en la medida en que los jóvenes establecen metas a futuro y así mismo se enfoca en las diez destrezas para superar los obstáculos. se puede definir la PTF como la anticipación presente de metas futuras donde estas metas se convierten en motivadores y reguladores de conducta, los proyectos a futuro que se crean en las personas, son de gran importancia ya que los individuos se encuentran en una constante autoevaluación de sus perspectivas y sueños para constatar si estos son alcanzables (Bandura, 2001). El adolescente sin darse cuenta piensa en las dimensiones del presente, pasado y futuro y los une todos, allí el futuro empieza a hacer una reclamación en cuanto a su vida. Éste análisis se realizó desde las dos dimensiones que componen la PTF, es decir la Orientación y Actitud hacia el futuro y la Extensión Temporal, a través de una prueba tipo Likert que consta de 38 ítems, éste instrumento fue aplicado a 340 adolescentes de 5 colegios distritales de Usaquén. Se analizaron las propiedades psicométricas relacionadas con los datos socios demográficos, el análisis de componentes principales con rotación varimax, el coeficiente de Cronbach en cada una de las escalas que componen.
11. **METODOLOGÍA:** Esta investigación fue de tipo descriptivo debido a que se pretendió caracterizar la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en Instituciones Educativas Distritales de la localidad de Usaquén. El equipo investigador buscó especificar las propiedades, características y los perfiles en la PTF de los adolescentes que fueron sometidos a análisis (Hernández, et. al., 2006). Se trabajó en una investigación transversal en la que se pretendía indagar sobre la PTF en los adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén. Se escogió este diseño debido a que es necesario describir el estado de la variable PTF en un momento en específico.
12. **CONCLUSIONES:** Al hacer el análisis de los resultados se evidenció el cumplimiento de este objetivo, ya que se logró establecer el nivel de PTF en los jóvenes, destacándose que debe ser trabajada y estimulada por las instituciones educativas y familiares para que pueda generarse una trascendencia en los pensamientos de los jóvenes con respecto al presente, pasado y futuro, y esto tiene que ver con un factor importante en lo referente a las conductas saludables, ya que este tiene en cuenta las motivaciones de los individuos, el valor que le dan a cada uno de ellos con respecto al futuro y las expectativas de triunfo del individuo (Henson, Carey, Carey & Maisto, 2006). Para describir la PTF, se utilizó el instrumento "Cuestionario Sobre Los Jóvenes y El Futuro" creado por Del Rio (2005), es una escala tipo Likert, este cuestionario evalúa la PTF de los Jóvenes en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones, donde se mide la respuesta a los que se les administra. Se encontró adecuado utilizar este instrumento por sus sólidas bases teóricas además

de tener un importante proceso de consolidación, y un riguroso proceso psicométrico de validación y confiabilidad donde se obtuvo un alfa de Cronbach de 0,819 lo cual demuestra que cumple con su principal objetivo y es el de evaluar la PTF en adolescentes de instituciones públicas de Bogotá.

El resultado en general de la localidad de Usaquén en cuanto los ejes se obtuvo teniendo en cuenta los siguientes parámetros, puntuaciones bajas todas aquellas que están por debajo del percentil 25, puntuaciones medias todas aquellas que están entre el percentil 25 y 75, puntuaciones altas todas aquellas sobre el percentil 75; Como puede apreciarse en los resultados encontrados para cada eje que compone la Actitud y la Orientación temporal. escala de Actitud y Orientación Temporal, la cual cuenta en su totalidad con 21 ítems dentro del 'Cuestionario de Los Jóvenes y El Futuro' que la evalúan, distribuidos entre los anteriormente mencionados. Tal como se evidenció en los resultados, la Actitud y Orientación Temporal se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media, es decir hay un interés de las expectativas con respecto a sus ideales a través del tiempo, además de esto la visión que se tiene sobre el futuro es positiva, contrastando con Bandura (2001) cuando dice que los proyectos a futuro que se crean en las personas son de gran importancia debido a que éstos son sometidos a constante evaluación, para valorar si estos son alcanzables, es decir, la población de Usaquén cuenta con esa fortaleza como factor protector que estará presente en su actuar; Según Zimbardo y Boyd (1999), la actitud de las personas hacia el tiempo y hacia lo que se comparte con los demás, tiene un gran impacto para el ser humano, pero no ha sido muy relevante en la mayoría de las personas: esta es la primera paradoja del tiempo que comparte este autor, donde se evidencia claramente que la actitud del tiempo tiene una gran importancia en la vida cotidiana, en la medida en que las Instituciones Educativas Distritales perciban la importancia de éste hecho podrán formular programas de promoción y prevención, enfocándose en la planeación de metas a futuro, para lograr así la adecuada actitud hacia este.

Con respecto a la escala de Extensión Temporal la cual se evalúa a través de 17 ítems en el 'Cuestionario de Los Jóvenes y El Futuro' pero los cuales no están implícitos en ningún eje, se dio como resultado que sus puntajes se encuentran entre el percentil 25 y el 75 lo que implica una puntuación media; es decir, se relaciona con características positivas de los individuos específicamente en la salud y según los estudios realizados han llegado a la conclusión de que esta relación es más importante en las poblaciones de adolescentes.

Es significativo en esta investigación hacer énfasis en la intervención que se debe realizar a los jóvenes en los colegios de la localidad de Usaquén, utilizando elementos didácticos para fomentar y formar un tema diario, siendo los maestros y padres escuchas activos, prestando atención a sus motivaciones, actitudes y percepciones hacia el tiempo futuro, con el fin de velar por su salud mental y por la calidad de vida de los adolescentes, interviniendo o simplemente reforzando conductas que vayan en pro de su bienestar. Cabe resaltar entonces la importancia de la PTF en el medio educativo para así, darle más interés y reconocimiento a la salud mental en niños y jóvenes, de igual forma, el procurar la mejora de los estilos de vida de algunos jóvenes que no tienen claridad por su rol en el futuro.

**EVALUACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE TIEMPO FUTURO EN
ADOLESCENTES QUE CULMINAN EL BACHILLERATO EN LA
LOCALIDAD BOGOTANA DE USAQUÉN**

TRABAJO DE GRADO



DIAZ GOMEZ LUNA ANDREA
20061158011
QUINTERO MENDEZ LILIANA ALEXANDRA
20061158003

LUIS FLÓREZ-ALARCÓN, Ph.D.
Director

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA
X SEMESTRE
UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA
BOGOTÁ, COLOMBIA – DICIEMBRE, 2011**

Dedicatoria

“A Dios por darme entendimiento y fortaleza, estando conmigo en los momentos más difíciles, ayudándome a superar los obstáculos demostrándome lo especial que soy para él. En memoria de mi padre que aunque duerme profundo, me enseñó a explorar mis deseos y sé que está orgulloso de mí, a mi madre que con su apoyo incondicional labro mi camino de bendición, a mis profesores y amigos quienes formaron parte de este sueño logrando hacerlo realidad.” Liliana Quintero.

“Es mi deseo como gesto de agradecimiento dedicarle este trabajo de grado culminado, a Dios Padre por proveerle la fuerza a mi corazón cuando éste más la necesitaba, por alentar mis ánimos cuando se agotaban y aclarar el oscuro camino cuando se lo pedí, mientras Él guiaba cada uno de los pasos que me llevarían a conseguir mi meta de ser Psicóloga. A mis padres y hermano, por comprender que cada uno de los momentos y situaciones vividas, me han conducido a convertirme en la mujer que ellos esperaban; A mis profesores y amigos de universidad que hicieron este aprendizaje más valioso, haciendo con sus enseñanzas y compañía, una recorrido más agradable.” Luna Díaz.

TABLA DE CONTENIDO

Resumen.....	1
Abstract.....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
Salud Mental y Promoción de la Salud.....	3
Educación para la salud.....	5
Estilo de vida en la adolescencia.....	6
Habilidades para la vida.....	8
Perspectiva de tiempo futuro.....	9
Antecedentes Empíricos.....	15
Pregunta de Investigación.....	24
Objetivos de Investigación.....	24
Objetivo General.....	24
METODO.....	25
Tipo de investigación.....	25
Diseño.....	25
Participantes.....	25
RESULTADOS.....	29
DISCUSIÓN.....	38
REFERENCIAS.....	52
APENDICES.....	57
Apéndice 1. Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro.....	57
Apéndice 2. Asentimiento informado.....	59
Apéndice 3. Formato de Consentimiento Informado- Padres de Familia.....	60

LISTA DE TABLAS

<u>Resumen.....</u>	<u>1</u>
<u>Abstract.....</u>	<u>1</u>
<u>INTRODUCCIÓN.....</u>	<u>2</u>
<u>Salud Mental y Promoción de la Salud.....</u>	<u>3</u>
<u>Educación para la salud.....</u>	<u>5</u>
<u>Estilo de vida en la adolescencia.....</u>	<u>6</u>
<u>Habilidades para la vida.....</u>	<u>8</u>
<u>Perspectiva de tiempo futuro.....</u>	<u>9</u>
<u>Antecedentes Empíricos.....</u>	<u>15</u>
<u>Pregunta de Investigación.....</u>	<u>24</u>
<u>Objetivos de Investigación.....</u>	<u>24</u>
<u>Objetivo General.....</u>	<u>24</u>
<u>METODO.....</u>	<u>25</u>
<u>Tipo de investigación.....</u>	<u>25</u>
<u>Diseño.....</u>	<u>25</u>
<u>Participantes.....</u>	<u>25</u>
<u>RESULTADOS.....</u>	<u>29</u>
<u>Tabla 1. Frecuencias de las variables sociodemográficas, Colegio.....</u>	<u>29</u>
<u>Tabla 2. Frecuencias de las variables sociodemográficas, Jornada.....</u>	<u>29</u>
<u>Tabla 3. Frecuencias de las variables sociodemográficas, Género.....</u>	<u>30</u>
<u>Tabla 4. Confiabilidad.....</u>	<u>31</u>
<u>Tabla 5. Estadísticas de la totalidad de los ítems del instrumento.....</u>	<u>31</u>
<u>Tabla 6. Análisis factorial, Correlaciones escala-escala.....</u>	<u>32</u>
<u>Tabla 7. Análisis factorial, Correlaciones ítem-escala, todas las escalas todos los ítems.....</u>	<u>32</u>

<u>Tabla 8. Actitud hacia el futuro, Orientación y Extensión temporal por colegio.....</u>	<u>34</u>
<u>Tabla 9. Actitud hacia el futuro, Orientación y Extensión temporal por jornada.....</u>	<u>35</u>
<u>Tabla 10. Actitud hacia el futuro, Orientación y Extensión temporal por género.....</u>	<u>35</u>
<u>DISCUSIÓN.....</u>	<u>38</u>
<u>REFERENCIAS.....</u>	<u>52</u>
<u>APENDICES.....</u>	<u>57</u>
<u> Apéndice 1. Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro.....</u>	<u>57</u>
<u> Apéndice 2. Asentimiento informado.....</u>	<u>59</u>
<u> Apéndice 3. Formato de Consentimiento Informado- Padres de Familia.....</u>	<u>60</u>

EVALUACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE TIEMPO FUTURO EN ADOLESCENTES QUE CULMINAN EL BACHILLERATO EN LA LOCALIDAD BOGOTANA DE USAQUÉN

Díaz, L. & Quintero, L.*

Resumen

El presente proyecto describe la Perspectiva de Tiempo Futuro en adolescentes que culminan el bachillerato en colegios distritales de Usaquén. Éste análisis se realizó desde las dos dimensiones que componen la PTF, es decir la Orientación y Actitud hacia el futuro y la Extensión Temporal, a través de una prueba tipo Likert que consta de 38 ítems, éste instrumento fue aplicado a 340 adolescentes de 5 colegios distritales de Usaquén. Se analizaron las propiedades psicométricas relacionadas con los datos socio demográficos, el análisis de componentes principales con rotación varimax, el coeficiente de Cronbach ($\alpha = 0.87$ Alta confiabilidad) en cada una de las escalas que componen. Al hacer el análisis de los resultados se evidenció el cumplimiento del objetivo general, ya que se logró describir la PTF y el desarrollo de ésta en los jóvenes proporcionando información de utilidad al programa ARCOS.

Palabras clave: Perspectiva Tiempo Futuro, Extensión temporal, Actitud hacia el futuro, Orientación temporal, Adolescentes.

Abstract

This project describes the Future Time Perspective in young people who are about to finish their high school in district schools of Usaquén. This analysis was created of the two dimensions that make up the PTF: Orientation and Attitude towards the future and the Temporary Extension, through a Likert-type test consisting of 38 items, this instrument was applied to 340 adolescents in 5 local district schools of Usaquén. Then the data was analyzed the psychometric properties related to socio-demographic data, principal components analysis with varimax rotation, Cronbach coefficient ($\alpha = 0.87$ High reliability) in each of the scales that comprise it. When analyzing the results showed compliance with the overall objective, as it failed to describe the TFP and innovation present in young people by providing useful information to the ARCOS program.

Key Words: Future time perspective, temporal extension, Attitude toward the future and temporal orientation, Teens.

INTRODUCCIÓN

En el cotidiano de los seres humanos pueden leerse más que netas interacciones con su medio; a través de la psicología puede estudiarse el propósito subyacente de dichas interacciones desde procesos tanto cognitivos internos como los procesos sociales que involucran el entorno del individuo. En la medida en que un individuo puede mantenerse en equilibrio con su entorno directo y consigo se puede hablar del concepto de salud mental.

Dentro de la promoción de la salud mental se trabaja como precepto fundamental forjar el bienestar y equilibrio dentro de una comunidad; el bienestar entendido como el estado en que un individuo es capaz de afrontar las dificultades que se interponen, ser sensato de las herramientas con las que cuenta y contribuir a la sociedad. Una de estas herramientas puede enmarcarse en la apropiación de una Perspectiva de Tiempo Futuro (PTF) que hace el individuo, en este caso estudiantes, que están llevando a cabo la etapa escolar y tienen la responsabilidad de fijarse metas que servirán de puente a su consecutivo logro como seres activos dentro de una sociedad.

La felicidad para la mayoría de las personas se consigue realizando las metas que se ha propuesto con anterioridad, metas que llevan a la persona día tras día a forjar habilidades, a aprender cosas nuevas y a procurar ser una mejor persona, mientras consigue ese logro. La PTF genera motivación hacia el emprendimiento de nuevas tareas para conseguir lo que se tiene en el imaginario de lo que será la vida del sujeto.

El presente trabajo se enfatizó en el aspecto de la promoción, debido a que se tomó como tema central la PTF como una habilidad sustancial para la vida y un factor protector universal en adolescentes que culminan su etapa escolar. Al finalizar este proyecto se sugieren pautas para la mejora de la calidad de vida de estudiantes de las instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén, articulando la labor del programa De Cara a la Vida del Proyecto ARCOS (Acciones de Reforzamiento de la Competencia Social), programa que propone acciones

preventivas en jóvenes, que tienden a fomentar el análisis del sentido de la vida y la toma de decisiones que modifiquen el estilo de vida.

Salud Mental y Promoción de la Salud

La OMS conceptualiza a la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS, 2001).

La salud mental es un objetivo que se comparte para poder tener una buena calidad de vida y la promoción de la salud es un medio para alcanzar dicho objetivo. La salud mental es iniciada a través de procesos que dan a las personas la posibilidad de funcionar bien, o que eliminen los obstáculos que pueden impedir que la gente tenga control sobre sí misma. Lo que se pretende es impulsar, proteger y mejorar la salud mental, se puede llegar a esto bajo la intervención que se hace a través de comunidades, o de manera individual que llevan a cabo las habilidades, actitudes y comportamientos favorables a la calidad de vida (Restrepo, 2005).

El término de salud mental debe ir ligado al concepto de promoción en salud ya que este hace referencia a la unión de la salud con el bienestar social y entre calidad de vida colectiva e individual. La Promoción de la Salud es de una gran amplitud y profundidad puesto que su propósito tiene que ver con la respuesta a la pregunta de qué hacer para mejorar las condiciones de salud y de bienestar de la población (Restrepo, 2001). Teniendo en cuenta esta definición, la promoción de la salud mental debe empezar por pensar en un mejoramiento de la calidad de vida de las personas construyendo en ellas un proceso de control, superando y articulando en gran medida los retos que se presentan en el presente y en el futuro sobre su propia salud.

Según la Real Academia Española, promover es “iniciar o adelantar una cosa procurando su logro; activar o dar impulso a una cosa”. Promoción: “acción y efecto de promover; elevación o mejora de las condiciones de vida, de productividad, intelectuales, etc. Implica movimiento positivo”. Según el Diccionario Webster de la lengua inglesa también da un significado a promover de “moverse hacia adelante,

hacia la excelencia para alcanzar un objetivo”. Se pueden ver estas definiciones claramente reflejadas en los objetivos que tiene la promoción de la salud mental y estos conceptos son una guía fundamental para trabajar con la misma (Nutbeam, 1996).

La ciudad de Bogotá cuenta con oportunidades para la promoción en salud mental porque hay diferentes estrategias que permiten que haya un primer contacto con la población y estas llevan acciones de salud a la población. Las estrategias de personas formadas, redes de buen trato y seguimiento de casos han garantizado las diferentes acciones de promoción y prevención. De acuerdo con la Dirección Seccional de Salud de Antioquia (2003) los lineamientos de la política distrital de salud mental incluyen como objetivos “Promover la Salud Mental en Bogotá, fomentando una cultura de la Salud Mental mediante actuaciones con individuos, grupos y comunidades, prevenir la aparición de la enfermedad mental y reorientar y mejorar la calidad de la prestación de servicios en Salud Mental, en el contexto del Sistema General de Seguridad Social en Salud”(p. 5).

Muchos factores psicosociales influyen en la salud mental; el solo hecho de tener una inadecuada dieta, poco ejercicio físico, fumar, ingerir alcohol, tener sexualidad sin protección tienen un alto índice en el declive de la salud mental de una persona; por ende se deben utilizar varios factores psicológicos, sociales y conductuales para el mejoramiento de estos problemas de salud ya que minimizaría su impacto y retardaría la aparición de discapacidades y promovería un restablecimiento más rápido de las enfermedades (OMS, 2002).

La promoción de la salud mental ha teniendo un empoderamiento en la sociedad, donde se evidencian claramente que los términos de promoción y prevención deben ir juntos para facilitar el mejoramiento de las enfermedades, prevenirlas y fortalecer las expectativas que se tienen con los programas y con las herramientas que brindan los funcionarios y demás personas para el mejoramiento de la calidad de vida.

Educación para la salud

La educación para la salud constituye un componente trascendental en la promoción de la salud, dado que las instituciones educativas son uno de los escenarios ideales para la realización de acciones de promoción. Se debe pensar que tanto los niños, niñas, adolescentes y jóvenes deben tener acceso a información y un conocimiento previo donde se desarrollen programas de hábitos y estilo de vida saludables. Desde la educación escolar se empieza a trabajar con el establecimiento de patrones para la promoción y protección de su propia salud, la de la familia y comunidad. Por ello, las intervenciones educativas para el fomento de la salud en el ámbito escolar deben tener en cuenta la gran diversidad de factores que influyen en el comportamiento humano (Nizama,2007).

Para prevenir y promover salud en adolescentes es necesario hacerlo desde la niñez, solo así se puede lograr una adecuada calidad de vida y longevidad sana y para ello se deben desarrollar capacidades de: autoconocimiento, pensar en forma creativa y crítica, comunicarse con eficacia, tomar decisiones, resolver problemas, experimentar empatía (Goodman, 1987). Cabe, de igual manera mencionar que la salud mental es un propósito de todos, que exige trabajar con sectores gubernamentales y funcionarios públicos para poder fomentar cambios en las comunidades. Las actividades para la promoción de la salud mental se pueden incorporar con la promoción de la salud, ya que para mejorar la salud mental también se promueve la salud física y viceversa; se debe tener en cuenta que la promoción de la salud mental es efectiva para prevenir una gama completa de enfermedades y riesgos que tienen que ver con la conducta (Lavikainen, 2000).

Cuando un individuo es vulnerable a desarrollar problemáticas y además sus condiciones ambientales predisponen el peligro para la persona, se habla de factores de riesgo (Ayala& Vásquez, 2001). En el área académica del joven pueden presentarse de igual forma factores de riesgo como el fracaso escolar, el acoso escolar o la desmotivación y como último factor de riesgo en la comunidad puede ser evidenciado en la degeneración social, la delincuencia, desempleo, mala situación económica, entre otros. Es aquí donde la educación para la salud interviene con la promoción de factores protectores.

La otra cara de la moneda de los factores de riesgo del enfoque tradicional en el campo de la prevención, son los factores protectores, ya que son éstos los que deben ser potencializados en un momento de riesgo inminente. Los factores de protección principalmente son los personales y ambientales, en cuanto a los personales se encuentran las habilidades con las que el joven cuente tanto sociales como emocionales, así mismo como las denominadas habilidades para la vida. Las ambientales tratan de la vida en grupo, el apoyo al individuo, además del desarrollo psicosocial y afectivo. (Echevarría & Tapia, 2005). En la medida que se estudian los factores protectores de un adolescente, se deben tener en cuenta el sistema de factores que ha manejado este individuo desde su niñez, estos pudieron haber sido, las características de personalidad del individuo, la estabilidad de su núcleo familiar, la atención médica que se le presentó y de igual manera la presencia de sus distintas redes de apoyo durante la transición de niño a adolescente (Bras, 2005).

Estilo de vida en la adolescencia

En un mundo cada vez más riesgoso para el desarrollo pleno y sano de los individuos, en el que la densidad de población cada día aumenta un poco más, en este mismo mundo donde más valor adquiere la posición social en la que el individuo se mueve y no su estado interno o la capacidad y calidad con la que se relaciona en el mismo contexto, en donde los diferentes patrones de interacción social se relacionan con diferentes ambientes, donde el mayor interés es analizar los diferentes estilos de vida, el área familiar, la relación entre pares, el contexto escolar, para así asumir estos diversos retos que nos ofrecen con las armas existentes y además escudarnos en nuevas propuestas que ayuden a intervenir esta problemática mundial. Según la Organización Mundial de la Salud en el año 2010 hay un número mayor de adolescentes que en cualquier época pasada, y esto implica un riesgo más grande que los anteriormente mencionados. Es precisamente en esta etapa de la vida cuando el ser humano se encuentra en una mayor vulnerabilidad, debido a su transición entre la infancia y la edad adulta, en donde el contexto en el que se desenvuelve el individuo, es de vital trascendencia para el desarrollo tanto emocional, afectivo como de su autoestima (Lidz, 1980).

En el año 2001 la Organización Panamericana de la Salud se apersonó de este tema y de la preocupación por el riesgo inminente de los niños y adolescentes en este mundo cada vez más variable y conflictivo, debido a que una gran proporción de estos adolescentes y niños en riesgo a nivel mundial hacen parte de Latinoamérica y el Caribe. Enriquecer a un niño o a un adolescente de herramientas prácticas para su defensa ante las adversidades que le presenta el mundo moderno, es uno de los puntos más importantes acerca de lo que hablan las teorías de desarrollo social y afectivo, además de propiciar un crecimiento a nivel personal, emocional, de carácter y mental de manera saludable (Papalia & Wendkos, 1998).

Programas desarrollados por la Organización Panamericana de la Salud evidencian que la intervención de estos programas generadores de herramientas psicosociales para la vida, puede llegar a aplazar el comienzo de conductas de consumo de sustancias, conductas sexuales riesgosas, aprender a manejar sus alteraciones de ánimo, optimizar el desempeño del niño o el adolescente en el colegio y propiciar la adecuada interacción con sus pares. Como es bien sabido, todo este tipo de habilidades y destrezas para la vida, son el resultado de años búsqueda e investigación sobre estilos de vida saludables los cuales, no son siempre aprendidos desde el hogar en el cual se inicia el individuo, sino que estos suplen y deben ser infundados puertas afuera de su casa (Aracena, Balladares, Román & Weiss, 2002).

Los estilos de vida saludables hacen parte del gran marco de la calidad de vida; El ser humano es un ser compuesto por múltiples necesidades e interdependientes entre sí, que logra una función complementaria en el proceso de la satisfacción de estas. Dichas necesidades son estándar a nivel universal en los seres humanos, han sido las mismas a través de la historia y de las culturas, lo único distinto es la manera en que estas se satisfacen; esta satisfacción se dan en tres planos: En relación con uno mismo, en relación con el grupo social, y en relación con el medio ambiente en el que cotidianamente se desenvuelve. Según Neef (1993), las necesidades se clasifican existencialmente en ser, tener, hacer y estar; y axiológicamente en necesidades de subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad. Cuando estas categorías se

interrelacionan es posible determinar su satisfactor, pero esto depende de la cultura y región en donde se encuentre la persona específica.

Cuando estas necesidades son satisfechas de la mejor manera posible, es posible hablar de una calidad de vida óptima y, dependiendo de los estilos de vida, puede llegar a asegurarse esta calidad por mucho tiempo más. Algunos de estos estilos de vida saludables pueden ser: Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción, mantener la autoestima, el sentido de pertenencia y la identidad, mantener la autodecisión, la autogestión y el deseo de aprender, brindar afecto y mantener la integración social y familiar, tener satisfacción con la vida, promover la convivencia, solidaridad, tolerancia y negociación, capacidad de autocuidado, seguridad social en salud y control de factores de riesgo como obesidad, vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo, abuso de medicamentos, estrés, y algunas patologías como hipertensión y diabetes, ocupación de tiempo libre y disfrute del ocio, comunicación y participación a nivel familiar y social, accesibilidad a programas de bienestar, salud, educación, culturales, recreativos, entre otros (Maya, 2001).

Los recursos teóricos en los que se apoya el enfoque de habilidades son muy diversos, pero todos llegan a un punto en común y son las teorías relacionadas con el comportamiento y actuar infantil y adolescente; tal como lo plantea Bandura (1982) en su teoría de aprendizaje social, en la que explica como un niño puede aprender a comportarse desde lo que observa de su entorno, al igual que de la instrucción. También se tiene en cuenta la teoría de la influencia social, en donde se describe como la sociedad puede influir sobre las actitudes, percepciones, juicios, opiniones y comportamientos de los adolescentes (Evans, 1971).

Habilidades para la vida

Las habilidades para la vida, son un enfoque pedagógico que enseña a niños y adolescentes destrezas psicosociales para afrontar los obstáculos de la vida diaria. La Organización Panamericana de la Salud propone diez habilidades necesarias, para tener calidad de vida, en tres grandes marcos: 1) habilidades sociales e interpersonales. 2) habilidades cognitivas y 3) habilidades para manejar emociones (Mangrulkar, Whitman & Posner 2001). Este enfoque que logra recopilar las

herramientas protectoras en los adolescentes e infantes, que puedan desarrollar en su transición a la madurez y la vida adulta, además de la adquisición de prácticas saludables para tener una mejor calidad de vida a corto, mediano y largo plazo.

Como ya se ha venido afirmando, estas habilidades son de gran importancia para el desarrollo tanto social como afectivo del niño y del adolescente, además de constituirse como fortalezas y técnicas de afrontamiento, en el caso de que una situación riesgosa llegue a la vida del sujeto. La idea es poder elegir entre infinidad de opciones, y de estilos de vida saludables para incrementar su calidad de vida (Mantilla& Chahín, 1993).

Éstas diez habilidades son: el autoconocimiento, la empatía, la comunicación asertiva, la buena interacción con los otros, la toma de decisiones, la solución de problemas y conflictos, el pensamiento creativo, el crítico, el manejo de las emociones y los sentimientos y por último la habilidad para manejar las tensiones y el estrés.

Estas habilidades se convierten en un recurso que día tras día está siendo más utilizado en Latinoamérica y el mundo, propiciándose éste como una técnica efectiva tanto para la promoción de salud mental como para la prevención de abuso de sustancias, hasta otras conductas de riesgo en niñas y niños escolares (Montoya& Muñoz, 2009). Mirando más hacia el futuro, se puede percibir como estas herramientas serán el escudo para hacer frente a las demandas que en la actualidad se evidencian, donde los jóvenes puedan llevar a los planteles educativos estas habilidades bien constituidas, para así fomentar una mejor calidad de vida.

Las diez habilidades para la vida, más que un recurso de adaptación de la niñez y juventud mundial a sus propios cambios y los que sufre el contexto en el que se desenvuelven, son una alternativa para hacer frente a las alertas de necesidad de protección que buscan estos niños y adolescentes alrededor del mundo.

Perspectiva de tiempo futuro

En la medida en que un joven es capaz de desenvolverse y afrontar obstáculos a través de las diez habilidades para la vida, podrá salir adelante contemplando el futuro en su perspectiva tanto temporal, como orientándose hacia sus metas a largo plazo.

La PTF se considera como una herramienta que se relaciona con las habilidades para la vida en la medida en que los jóvenes establecen metas a futuro y así mismo se enfoca en las diez destrezas para superar los obstáculos.

Según Nuttin y Lens (1985), la perspectiva de tiempo futuro es una característica adquirida de la personalidad que resulta de las metas que tiene cada persona en relación a sus motivaciones y sueños y la demora de la gratificación de estos.

Para muchos individuos el desarrollar unas metas y proyectos a largo plazo crea en ellos una PTF muy extensa, por ende se puede definir la PTF como la anticipación presente de metas futuras donde estas metas se convierten en motivadores y reguladores de conducta, los proyectos a futuro que se crean en las personas, son de gran importancia ya que los individuos se encuentran en una constante autoevaluación de sus perspectivas y sueños para constatar si estos son alcanzables (Bandura, 2001).

Para Lewin (1948), El establecimiento de metas está íntimamente relacionado con la perspectiva del tiempo. Las metas de un individuo incluyen sus expectativas para el futuro y Según Lersch(1996), el futuro tiene lugar a medida que se imagina que este mismo parece ser realizable. No hay futuro sin que al mismo tiempo haya un deseo por algo y una consecuencia de las posibilidades de realizarlo. Las metas de los individuos se desarrollan al pasar del tiempo y así mismo se crean unas expectativas relacionándolas con las motivaciones donde existe una situación actual pero se van abriendo perspectivas diferentes a largo plazo (Betancur, 1998).

Hacer un plan a futuro implica que los individuos tengan la capacidad de vivir un ahora, que reflexionen sobre el futuro deseado y que evalúen los medios para poder alcanzarlo, además en cuanto la PTF se tiene que analizar los diferentes mecanismos que se utilizan, ya sean habilidades sociales y psicológicas, donde se ve muy representada la valoración que la personas tienen de sí mismas. Esto significa que tener una orientación positiva y firme hacia la PTF, es un factor protector de salud en los individuos que presenten problemas o adversidades en cuanto a su tiempo relacionado con sus metas.

La perspectiva de tiempo futuro se destaca por ser un factor importante en lo que tiene que ver con conductas saludables, ya que este tiene en cuenta las

motivaciones de los individuos y el valor que le dan a cada uno de ellos a futuro y con las expectativas de triunfo del individuo (Henson, Carey, Carey & Maisto, 2006). Es muy importante mencionar la PTF en los adolescentes ya que en esta etapa del desarrollo se encuentran en el pensamiento formal y en un aprendizaje de la vida donde tienen la necesidad de pensar en un futuro de elegir un plan de vida para su adultez y vejez (Meriño, 1993). La adolescencia no solo es una etapa difícil y de alta vulnerabilidad sino también es de gran cambio, donde existen varias oportunidades para aprovechar satisfactoriamente el avance a nivel físico, intelectual, emocional, social, que concluye en la organización de la identidad (Funes, 2003).

El adolescente sin darse cuenta piensa en las dimensiones del presente, pasado y futuro y los une todos, allí el futuro empieza a hacer una reclamación en cuanto a su vida. En la adolescencia temprana no existe un concepto clave de la palabra futuro, porque se encuentran pensando en el presente y no tienen límites de la realidad; ya en la etapa media de la adolescencia son más realistas, dan más sentido a los factores familiares, sociales y empieza la presión para analizar y ser más asertivos en la toma de decisiones. En la fase tardía los adolescentes tienden a clarificar mejor sus metas y los caminos que seguirán para conseguirlas, ven el tiempo futuro como algo más cercano y sobre el cual deben ir reflexionando a cerca de los factores económicos, emocionales, roles a desempeñar y ahí es donde se van consolidando las PTF (Funes, 2003). En general la PTF para adolescentes y jóvenes adultos se dirige hacia diversas áreas y estas se pueden extender a un futuro cercano, por lo que puede afectar a cada individuo ya sea en cuanto a su motivación o a la inversión que se tiene sobre diversos planes de vida (Stouthard & Peetsma, 1999)

Según Rodríguez (2005), el soporte interno de la existencia, el factor que forja dureza en la psique humana previniendo de alteraciones, es el sentido de la vida. De acuerdo a lo tratado anteriormente, el sentido de la vida viene siendo un factor protector de tipo universal, debido a que es éste un recurso al cual una persona en formación puede recurrir frente a situaciones adversas y que generan emociones dispares como la duda y la tristeza.

La adolescencia es una época de cambios y de novedades es aquí cuando también se encuentra una relación con cuál sentido tiene la vida para cada uno de estos adultos en formación. Éste sentido se conforma al pasar los años y las experiencias individuales de cada una de estas personas, es tan propio como su identidad. De acuerdo con Rodríguez (2005), esta búsqueda es la principal motivación para el enfrentamiento de épocas conflictivas en las vidas del individuo y para asumir sus obligaciones.

Cuando un adolescente puede enfocar claramente cuál es su sentido para vivir, puede paralelamente hallar una perspectiva clara de tiempo futuro, delimitando sus deseos a corto, mediano y largo plazo. Puede considerarse la tenencia de sentido de vida como una medida preventiva para una segura salud mental a lo largo de la vida, además de ser un recurso bastante importante en cuanto al afrontamiento positivo de dificultades y además aumenta la esperanza (Rodríguez, 2005). Cuando se potencializa la prevención y promoción de salud mental teniendo como eje central el sentido de la vida en adolescentes puede lograrse con mayor facilidad un reconocimiento de la PTF, sabiendo los mismos adolescentes quiénes son ellos, qué quieren y para dónde quieren ir; Cuando todo esto se tiene como tema diario en el imaginario de los jóvenes se generan motivaciones tanto intrínsecas como extrínsecas las cuales llevan a una sensación de seguridad, bienestar y planteamiento de metas, el conjunto de esto podría denominarse como felicidad.

Para Maslow (1996), la felicidad es más que la definición hedonista de la presencia del placer y la ausencia del dolor; este autor sugiere que siempre el placer implicará cosas displacenteras sin que necesariamente deje de ser felicidad. Por otra parte enfatiza cómo la felicidad puede experimentarse y apreciarse plenamente cuando ha sido precedida de una situación de frustración e infelicidad; cuando un joven ha tenido los medios para poder estudiar y éste ha desaprovechado el estudio que sus padres le ofrecieron, por ejemplo, puede llegar a apreciar y valorar mucho más cuando no lo tenga; al igual que el joven que nunca tuvo ni los medios ni el apoyo y que dentro de sus PTF se encontraba el cursar una carrera universitaria y aprender, cuándo logra acceder a ese sueño lo apreciará y podrá vivenciar, según Maslow, una sensación de felicidad.

Por otra parte Fernández (1990), quien describe específicamente la felicidad desde un punto de vista psicosocial, explica que ésta tiene lugar solamente desde un punto de vista egocéntrico debido a que la felicidad nace e implica solamente al individuo en cuestión, y no tiene consecuencias en nadie más, afirma Fernández (1990)“pero el lector intuirá ya que, nuestro mítico psicólogo clínico, en la abrumadora mayoría de los casos, desarrolla una estrategia que no sólo acarrea la felicidad a nuestro paciente sino también la felicidad y, sobre todo, la infelicidad de los otros. Así algo tan pacato como informar a una anciana sobre el número de lotería que resultará premiado implica privar de premio a los que, de otro modo, la hubieran comprado...” (p. 148).

En diversas investigaciones sobre la PTF, se encuentran con mayor frecuencia, tres dimensiones las cuales son extensión temporal, actitud hacia el futuro y orientación temporal. La extensión temporal hace referencia a la capacidad que tiene el individuo de planear sus metas en el futuro más remoto, enfocándose a lo largo del tiempo futuro en el cual cada persona desarrolla sus objetivos anteriormente planteados. La actitud hacia el futuro “es la visión más o menos positiva o negativa de un individuo frente a su futuro” (Husman & Lens, 1999, p. 115); se enfoca en los sentimientos que subyacen de la persona referentes al tiempo en general o al futuro específicamente. Finalmente la orientación temporal hace referencia a la preferencia de un marco temporal más que el otro, donde el individuo se desenvuelve mejor pensando y actuando de acuerdo con las consecuencias inmediatas o futuras generando expectativas con respecto a sus ideales(Martínez, 2004).

Según Zimbardo y Boyd (1999), la actitud de las personas hacia el tiempo y hacia lo que se comparte con las demás personas, tiene un gran impacto para el ser humano, pero no ha sido muy relevante en la mayoría de las personas: esta es la primera paradoja del tiempo que comparte este autor, donde se evidencia claramente que la actitud del tiempo tiene una gran importancia en la vida cotidiana.

Se identifican seis actitudes hacia el tiempo o perspectivas de tiempo, donde se identifican las opiniones más relevantes de las personas hacia el tiempo personal, donde se debe captar y aprender cómo cambiar las experiencias negativas por positivas, pudiendo así conceptualizar y retomar los aspectos positivos es en el

pasado, el presente y el futuro y así mismo poder tener la capacidad de darle una nueva forma al tiempo. De allí se desglosa la segunda paradoja del tiempo tiene que ver con las actitudes hacia el pasado, presente y futuro teniendo en cuenta que estas tres perspectivas son indicativos de salud mientras que las actitudes extremas conllevan a patrones de vida poco saludables.

Zimbardo (1999), después de presentar esta investigación acerca de la paradoja del tiempo, ha llegado a una conclusión muy importante acerca de cómo se podrían utilizar mejor las perspectivas de tiempo para un progreso a nivel de la salud integral de las personas, una exitosa carrera, una vida saludable, una estabilidad emocional y un mejoramiento en las relaciones personales.

La orientación de las personas es diferente en cuanto al pasado, presente, o futuro, ya que basándose en el tiempo de las personas se comportan de manera diferente, así mismo es muy importante lo que nos plantea este autor, ya que en parte se puede entender como orientar a las personas y predecir su comportamiento.

Para mirar las perspectivas de tiempo se pueden utilizar dos pruebas realizadas por Zimbardo, (1999), una es Inventario de Perspectiva Temporal (ZTPI) y el trascendental-Inventario de Perspectiva Temporal Futura (TFTPI). Las personas orientadas al pasado, tienden a ser conservadores, a distanciarse de la realidad del pasado y del futuro, son estables, se centran en sus compromisos ya sea familiares, académicos, personales etc. y tienden a ser dependientes y muy cooperativos.

Las personas orientadas al presente tienden a centrarse en los sentimientos, sensaciones y percepciones actuales, sin tener en cuenta los planes o compromisos del pasado o para el futuro; el pensamiento de estas personas es más concreto, les anima las actividades placenteras, son menos estables y tienden a no preocuparse por las consecuencias de las diversas situaciones que viven, por lo general no tienen una buena atención para la salud. (Zimbardo, 1999)

Y las personas orientadas al futuro; se ocupan más en las consecuencias que pueda traer el futuro, tienen objetivos claros, metas propuestas, soportando así situaciones desagradables y una demora en el éxito de sus tareas; tienden a perfeccionar sus resultados futuros, son responsables y tienen a comprobar diversos planes de futuro, son muy ahorrativos son conscientes de la salud y muy prevenidos

con ésta, son menos dependientes, estudiosos, creativos y con un nivel de autoestima alto. (Zimbardo, 1999)

Luego de dar una amplia explicación de las perspectivas de tiempo de las personas y de sus comportamientos, se puede explorar en las cuatro paradojas de tiempo las cuales son las siguientes; la primera tiene que ver con el tiempo y la relación que tiene este con nuestras emociones acciones y pensamientos; la segunda, tiene que ver con la importancia que tiene el tiempo en la vida y que una vez perdemos el tiempo, se perderá para siempre; la tercera, tiene que ver con la actitud hacia el tiempo en cuanto a la demora, beneficios o costos de las metas; y la cuarta, tiene que ver con las actitudes personales hacia el tiempo (Zimbardo, 1999)

Cabe resaltar la importancia que tiene las paradojas del tiempo y la implicación que estas tienen en el cuestionario aplicado del Rio 2005, ya que se ve plasmado las escalas de actitud, orientación y extensión temporal y como estas tienen una relación con la PTF de las personas y sus comportamientos.

Antecedentes Empíricos

Durante la adolescencia la conciencia del tiempo aumenta, ya que se hacen más reales los proyectos para el futuro y hay más claridad de los logros y metas a cumplir que en la infancia. Moerk y Becker (1971) entrevistaron adolescentes de 14 y 17 años, y se encontró que a mayor edad aumentan las expectativas por conseguir una pareja, pensar en el matrimonio, formar una familia, y pensar en un número óptimo de hijos. Moerk (1994) encontró que tanto el sexo como la pertenencia a grupos étnicos minoritarios, conlleva a una menor aspiración hacia la educación, trabajo, y economía en adolescentes de 12 a 15 años.

Cottle, Howard y Pleck (1969) examinando la percepción del tiempo encontraron que a medida que la edad aumenta entre los 12 a 18 años había un cambio en la orientación temporal, de tal manera que los adolescentes mayores tenían una relación clara en cuanto el pasado presente y futuro de sus proyectos, en cambio los adolescentes de clase media estaban interesados en un futuro más lejano y los adolescentes de clase alta se interesan más por el pasado y el presente.

En cuanto al sexo los hombres son más objetivos y tienen mayor orientación hacia el futuro y hacia sus proyectos, las mujeres se relacionan más con el presente y prefieren no pensar en el futuro (Seth, 1986). En la mayoría de veces los adolescentes son considerados sanos en la sociedad, ya que se ven pocos índices de mortalidad en ellos y esto hace que esta población sea un poco ignorada por las políticas de salud a nivel mundial, sin embargo no se puede dejar de lado las conductas que transmiten consecuencias negativas en la salud en esta etapa como los son, el consumo de cigarrillo, alcohol, drogas, los embarazos, la sexualidad etc. (Heaven, 1996).

En estudios realizados a jóvenes entre los 10 y 19 años en el año 2005, se encontró que esta población específica ha aumentado progresivamente el consumo de sustancias psicoactivas, muertes violentas, embarazos no deseados, y las enfermedades de transmisión sexual comparándolo con años anteriores (RUMBOS, 2001). En Colombia se ha dejado a un lado esta problemática de la salud y los factores que se asocian a ella, es posible que estas problemáticas que se viven en Colombia sean por la falta de efectividad y eficacia que tienen algunos programas de salud; para que esto pueda llevarse a cabo, la idea es implementar proyectos que conlleven factores de riesgo y de protección relacionados con la población específica mirando las necesidades y perfiles de los adolescentes (American Public Health Association and centers for Disease Control and Prevention, 1993).

Omar (2006) citando estudios previos, afirma que existe una relación mutua entre el bienestar subjetivo y la resiliencia, pero en un estudio actual, la autora aclara que este tipo de resiliencia se toma como constructo global; es en éste mismo estudio cuando se decide profundizar más en los componentes que forman la unidad del constructo, componentes tales como: Realización personal, autodeterminación y adaptación asertiva; los componentes nombrados anteriormente se encontraron directamente relacionados con el bienestar subjetivo y la PTF. En cuanto a las PTF Omar (2006) y su grupo investigador evaluó adolescentes argentinos con tres preguntas que ayudarían al grupo investigador a clarificar la realidad de estos adolescentes, “¿Cómo piensas que será tu futuro profesional dentro de 5 años?”,

¿Cómo piensas que será tu futuro laboral dentro de 5 años? y ¿Cómo piensas que será tu futuro familiar dentro de 5 años?” (p. 147).

En cuanto a los resultados obtenidos por este estudio, se encontró la persistencia de la relación entre el bienestar subjetivo y la resiliencia, pero también se encontró de igual forma con las PTF. Algo para destacar en este estudio es la gran importancia que cobran los padres de los adolescentes en el desarrollo de los propios estilos de vida y las metas, por otra parte éstos adolescentes reclaman el aprendizaje de aplicación concreta de los conceptos netos que aprenden día tras día en las aulas de clase, debido a que se evidencia que quienes no obtienen un clima favorable en sus hogares y no relacionan la práctica con sus aprendizajes, no logran una efectiva resiliencia y se encuentran más insatisfechos en sus vidas cotidianas haciendo que la PTF se vea nublada y compuesta por más pensamientos negativos (Omar, 2006).

Omar (2006) refiere entonces que es de gran importancia el apoyo tanto emocional, como el fomentar la autoconfianza y las habilidades sociales desde el hogar. Además se llega a la conclusión que la PTF podría entonces considerarse como un factor protector, mientras que se tenga una perspectiva positiva y planes definidos a corto, mediano y largo plazo contribuyen a la promoción del bienestar y por consiguiente comportamientos de mayor resiliencia en el individuo.

Dentro del contexto colombiano, se encuentra a Vásquez quien en el 2008 realizó la implementación y evaluación de un taller, el cuál pretendía promover la PTF en estudiantes de 10º grado, los talleres a cargo de Vásquez buscaban el fortalecimiento de la densidad de la PTF mediante la identificación de oportunidades futuras en el contexto profesional y ocupacional. Dentro de un estudio realizado en un colegio de la ciudad de Bogotá, se encontró una fuerte desmotivación hacia la vida en la población estudiada. Vásquez (2008) afirma que esto es debido al entorno en el cual están creciendo estos adolescentes. Menciona la masificación del internet como origen de la relativización de los valores y modelo de comportamiento, de igual forma alude que se encuentra un debilitamiento de la estructura familiar, primando ahora las relaciones monoparentales que conllevan a la falta de atención y cuidado por los propios hijos, adolescentes que no vislumbraran una PTF propia.

Conceptualmente, Vásquez desglosa la PTF para la mayor comprensión de los resultados, en diferentes dimensiones las cuales son integración del futuro cronológico en la vida presente, aspectos cognitivos de la PTF, disposición de anticipar en el presente las consecuencias a largo plazo y lo referente a los aspectos dinámicos, es decir el otorgar una alta valencia a las metas, y por último a las acciones presentes en pos del logro de las misma. Según el estudio realizado esta última dimensión no se encontró presente en ninguno de los grupos de adolescentes trabajados (Vásquez,2008).

En estos jóvenes bogotanos se evidenció que no se realizaba una adecuada integración del futuro cronológico en la vida presente, debido a que ellos reportaban que aún tenían tiempo para pensar en eso, además de reconocer nunca haber abordado el tema con su familia. Los estudiantes evidencian tener metas en torno al ego debido a que sólo tienen en cuenta a la competencia y no a ellos mismos y sus propios talentos. En cuanto a la valencia de las metas, la mayoría sostenía que deseaba tener profesiones en las cuales pudieran tener acceso a mucho dinero o prestigio. Estos adolescentes tienen presente la relación existente entre las acciones del presente con un futuro cronológico, como por ejemplo, saben que obtener un buen puntaje en el examen de estado les abrirá puertas a la educación superior, pero sin embargo no están llevando a cabo acciones encaminadas a la mejora de su futuro cronológico (Vásquez,2008).

El fortalecimiento de los currículos educativos para la formación y consolidación de las PTF en adolescentes de la ciudad de Bogotá se ve mediado por un trabajo conjunto de distintas áreas que intervienen en la educación y acompañamiento de estos jóvenes. Por parte del área docente Montenegro (2008) explica que debería promocionarse con mayor interés las distintas dimensiones intervinientes en la PTF como son los gustos, intereses, habilidades y oportunidades para el desarrollo de metas, dentro de las instituciones educativas. De igual forma, propone una difusión por parte de la comunidad escolar para que en el cotidiano de los adolescentes exista un cambio de creencias y actitudes que puedan ir modelando el comportamiento de los mismos.

Montenegro (2008) propone un fomento de actividades artísticas, deportivas, productivas y académicas que enriquezcan las habilidades de los jóvenes bogotanos desde su época escolar, para que así ellos tengan una visión más clara así como una representación y orientación de su futuro.

En general las investigaciones consideran que la PTF incorpora características importantes, como el desempeño académico, mejoramiento de la responsabilidad, estrategias de afrontamiento, baja impulsividad, menor psicopatología, entre otras, la PTF, tiene un factor de protección que está a cargo de los grupos más vulnerables. Para Trommsdorff (1993), la PTF, tiene dos sistemas importantes, un sistema cognitivo y otro motivacional, estos dos se relacionan en tanto que el esquema cognitivo, es el encargado de darle un forma a los eventos futuros , moldeando las temáticas motivos importantes para el individuo sin dejar a un lado los diversos factores motivacionales y afectivos.

Como ya se ha mencionado la PTF, se relaciona con características positivas de los individuos específicamente en la salud y según los estudios realizados han llegado a la conclusión de que esta relación es más importante en las poblaciones de adolescentes. En cuanto la relación de la PTF y la adopción de factores conductuales que ponen en riesgo la salud, especialmente con los adolescentes y adultos jóvenes, se han realizado varios estudios, donde el mayor interés se crea indagar la idea de que “los adolescentes que tienen bajas expectativas frente a su futuro, pueden sentir que no tienen nada que perder y por lo tanto tienden a involucrarse más en conductas de riesgo” (Harris, 2002, p. 1007).

Esta hipótesis dice que los adolescentes toman decisiones teniendo en cuenta los beneficios a largo plazo y si con el pasar del tiempo la conducta no es la suficientemente esperada, no tienen ningún impedimento para realizarla; es posible que al preferir beneficios a largo plazo se trate de modelar una PTF más elaborada, o también es posible que solo se fijen en una dimensión temporal como el presente, sin pensar en el futuro y es allí donde se empiezan a plasmar los resultados negativos de las diversas conductas (Agnew &Living, 1998).

Para evaluar la PTF se deben tener en cuenta varios referentes ya realizados con anterioridad, como por ejemplo Martínez (2004) quien para evaluar a

adolescentes, adultos jóvenes, medios y tardíos, trabajó con base en tres pruebas: el Método de Inducción Motivacional MIM, que consta de treinta frases que constituyen el inicio de una oración, relacionadas deseos, planes e intenciones; Escala de Actitud Temporal TAS, consiste en una lista de pares de adjetivos, que representan dos extremos de un continuo, marcando con una X se selecciona el número en que se ubica de acuerdo a que tan cerca o lejos se identifica en cuanto al pasado, presente y futuro; Escala de Satisfacción con la vida SWLS, que está compuesta de cinco afirmaciones tipo Likert y se contesta si está o no de acuerdo.

En esta investigación se trabajaron dichos instrumentos debido a que tenían una gran concordancia entre los mismos, además de ser consistentes produjeron resultados similares con otras investigaciones, incluso con modelos distintos. Esta investigación contó con 570 participantes de la ciudad de Lima, Perú. Según Martínez (2004) en cuanto a los resultados de la investigación afirma que “los resultados del grupo en general, hacen referencia a una actitud en general positiva frente al futuro y a un grupo predominantemente satisfecho con su vida, en el que predominan las metas de Contacto interpersonal, Sí mismo y Autorrealización” p.117.

Por otra parte, Montenegro (2008) en su investigación, tenía como principal objetivo diseñar un currículo fundamentado en la dimensión psicológica de la promoción y la prevención que favorezca la promoción de la perspectiva de tiempo futuro en estudiantes de 9° a 11°, se trabajó con un currículo en espiral compuesto por cuatro talleres que facilitan el comportamiento de las PTF; Para el primer taller ¿Y qué hay para mí? Montenegro, diseñó una escala tipo Likert a modo de evaluación de PTF, la cual consta de 14 afirmaciones que se valoran en cuatro opciones de respuesta que van desde totalmente de acuerdo hasta totalmente en desacuerdo.

Al hablar de la teoría cognitivo social de la perspectiva de meta en adolescentes sobre el contexto académico, se puede analizar las relaciones existentes entre las orientaciones de meta y las creencias sobre el éxito del rendimiento académico en adolescentes, por ende se utilizó un cuestionario para evaluar dichas variables, en el cual fueron aplicados a 967 estudiantes entre 11 y 16 años en donde los resultados

señalaron dos dimensiones que tienen relación con las teorías personales del logro, entre ellas se encuentran; meta creencia-tarea que está relacionada positivamente con la diversión en la escuela y negativamente con el aburrimiento y la meta creencia-ego, donde los adolescentes tienden a encontrar las actividades académicas importunadas. Al analizar estos resultados se pretende incrementar la motivación de los adolescentes en la escuela.

Cuando una persona se enfoca en la orientación a la tarea se relaciona con la creencia de que para tener éxito en la escuela hay que esforzarse, colaborar y cooperar con los compañeros, que no hay que memorizar los contenidos sino aprender y por el contrario los que centran su orientación en el ego es porque creen que el éxito académico se basa en superar a los otros (Nicholls, 1984).

Se realizó un estudio en jóvenes de Valencia en donde se midieron y seleccionaron una muestra de manera aleatoria, estratificado utilizando instrumentos como la escala de orientación motivacional en la escuela, la cual consta de varios ítems, el inventario de percepción sobre las creencias de las causas del éxito en la escuela, y el cuestionario de satisfacción intrínseca en la escuela (Balaguer, 2001).

El procedimiento a seguir primero fue el aplicar la prueba en jóvenes por grupo de menos de 5 personas se hizo claridad en la importancia de su sinceridad; los resultados que se obtuvieron luego de analizar las propiedades psicométricas a través del método de máxima verosimilitud del programa Lisrel VIII, para mirar su validez factorial y viabilidad. En el análisis de consistencia Interna (coeficiente alfa de Cronbach), se eliminan aquellos ítem que generen un aumento del coeficiente alfa, mediante el análisis de varianza se analizó la diferencia en las variables motivacionales por género, y concluyendo se analizó las variables motivacionales de interés con correlaciones producto momento de Pearson y con análisis factoriales (Balaguer, 2001).

Se encontró luego de la aplicación de los instrumentos que entre los jóvenes, siendo para los primeros más fuerte orientación al ego y esta relacionándose de manera positiva con la evitación del trabajo, y con la capacidad y el uso de técnicas de engaño, por el contrario con las chicas quienes orientadas por la tarea y ésta a la

cooperación; en las creencias sobre las causas del éxito los chicos y chicas coinciden en que es el esfuerzo lo que lleva al éxito.

Al analizar la motivación intrínseca se refleja que los hombres opinan que la escuela es aburrida en comparación con las mujeres, debido a que estas se motivan al querer superar a alguien. De acuerdo a Castillo (2001), se incrementan dos dimensiones: la meta- creencias ortogonales o teorías personales del logro, la meta-creencia -tarea, muestra que los adolescentes orientados a la mejora personal y a desarrollar sus capacidades o creencia se consigue al trabajar duro y en equipo. También está la meta –creencia- ego, que deja ver cuando los jóvenes demuestran una competencia superior y una alta probabilidad de creer que el éxito académico depende de una alta capacidad; según Nicholls (1989) la creencia de que el talento es la principal causa del logro puede derivar en dificultades motivacionales sobre todo en aquellos adolescentes que cuestionan su propio nivel de competencia.

Los resultados reflejan que los adolescentes en su contexto académico basan sus orientaciones de meta. En expresiones lógicas de sus creencias sobre las causas del éxito académico. Se pueden hacer generalizaciones en cuanto a las metas ya que los estudios realizados a estudiantes americanos son equivalentes a los realizados a los jóvenes de Valencia. Lo relacionado con las disposiciones y las creencias y la motivación intrínseca se viene atribuyendo al deporte y se muestra que cuando se orientan en la tarea de disfrutar la actividad, por el contrario con los orientados al ego sucede que se aburren con la práctica de la actividad. Para Nicolls (1989), cuando se mantiene una teoría del logro orientada a la tarea, asume que los antecedentes del éxito están bajo el propio control personal y que los intereses son intrínsecos a la propia tarea, no sucede lo mismo con la teoría del logro orientada al ego, ya que se centra en el resultado de la actividad.

La conclusión que arroja el estudio según Castillo (2001), es la interpretación del éxito orientada a la tarea podría ser la base para experiencias más satisfactorias y para prolongar la implicación de los escolares en las actividades académicas.

Otro de los instrumentos que miden PTF es el propuesto por Del Rio (2005) quien después de una investigación teórica sobre psicología de la salud, PTF, la adolescencia y sus riesgos, llevó a cabo la construcción de una herramienta que más

adelante emplearía para investigar la relación entre la PTF y las conductas de riesgo en adolescentes, estudiantes de instituciones públicas de la ciudad de Bogotá. Este instrumento consistió en tres escalas que evalúan el igual número de dimensiones que componen la PTF tales como Extensión temporal, Actitud hacia el futuro y Orientación temporal. Los 50 ítems que componen cada una de estas escalas fueron sometidos a revisión por parte de ocho jueces expertos en psicometría y en trabajo con adolescentes y su prueba piloto se realizó con un grupo de 59 estudiantes de grados entre 7° y 9° de una institución de educación pública de la ciudad de Bogotá. Para la construcción de estos ítems, se revisaron y tradujeron algunos ítems de otras escalas utilizadas anteriormente, además del diseño de unos nuevos por parte de Del Rio (2005).(Ver apéndice 1)

En la recolección de información para ésta investigación se contó con una muestra de 542 estudiantes de tres instituciones educativas públicas de Bogotá, con edades entre los 12 y los 20 años correspondientes a los cursos entre 8° y 10°, los cuales aceptaron el consentimiento informado proporcionado por parte de la investigadora, se entregaron cuatro diferentes cuestionarios cuyo orden de presentación de los ítems era diferente para contrabalancear las respuestas.

Con respecto a los resultados arrojados sólo en lo concerniente a PTF, se encontró que en términos de la dimensión de actitud y orientación temporal, los participantes tienen actitudes y expectativas positivas acerca de la construcción de los eventos futuros de sus vidas, en ésta dimensión se encontraron diferencias con respecto al sexo pero no a la edad, debido a que las mujeres tuvieron una puntuación significativamente más alta. Con respecto a los factores extraídos de esta dimensión los puntajes más bajos se encontraron en términos de la consideración de la influencia de la conducta pasada y presente sobre el futuro, seguidos de la tendencia a centrarse en el futuro y a imaginarse la vida en el futuro y los puntajes más altos corresponden a la tendencia a desarrollar activamente planes para el futuro. También es importante para resaltar los promedios altos que reportan los hombres en los cinco ámbitos vitales evaluados en esta dimensión (Del Rio, 2005).

Pregunta de Investigación

A partir del abordaje sobre la promoción y prevención de salud mental, la perspectiva de tiempo futuro en adolescentes, el grupo investigador plantea como pregunta de investigación la siguiente: ¿Cuál es la perspectiva de tiempo futuro en adolescentes que culminan el bachillerato en Instituciones Educativas Distritales de la localidad bogotana de Usaqué?

Objetivos de Investigación

Objetivo General

Describir la perspectiva de tiempo futuro en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaqué.

Objetivos Específicos

- Analizar conceptualmente la PTF como una habilidad para la vida en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaqué.
- Analizar la PTF considerándola como factor protector de tipo universal en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaqué.
- Analizar la actitud hacia el futuro, la orientación temporal y extensión temporal de la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaqué.
- Aportar productos tanto psicométricos como teóricos al programa De Cara a la Vida del Proyecto ARCOS, dentro de los lineamientos de interpretación de la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaqué.

METODO

Tipo de investigación

Esta investigación fue de tipo descriptivo debido a que se pretendió caracterizar la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en Instituciones Educativas Distritales de la localidad de Usaquén. El equipo investigador buscó especificar las propiedades, características y los perfiles en la PTF de los adolescentes que fueron sometidos a análisis (Hernández, et. al., 2006).

Diseño

Se trabajó en una investigación transversal en la que se pretendía indagar sobre la PTF en los adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén. Se escogió este diseño debido a que es necesario describir el estado de la variable PTF en un momento en específico; “Los diseños de investigación transversal, recolectan datos en un solo momento, es un tiempo único, su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Kerlinger, 1975;p. 270).

Participantes

Debido a que en la localidad Bogotana de Usaquén existen 12 colegios distritales que cuentan con 28 sedes, se pre seleccionaron las sedes que ofrecen educación hasta grado 11° que son en 14 en su totalidad con un promedio de 1381 estudiantes de grado 11°, siendo ésta la principal unidad de análisis (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2011). Se obtuvo información de una muestra de 340 estudiantes de 5 Instituciones Educativas Distritales de la localidad de Usaquén en la ciudad de Bogotá divididas en dos jornadas, se trabajó con 159 hombres y 181 mujeres, la edad de los participantes oscilo la edad entre 15 - 18 años escogidos al azar. Se trabajó con un tipo de muestreo no probabilístico por racimos debido a que se fijaron determinados racimos con un grupo de estudiantes que reunieran determinadas condiciones, como el colegio, edad y grado que cursan.

Instrumentos

En la presente investigación, se utilizó el instrumento “Cuestionario Sobre Los Jóvenes Y El Futuro” creado por Del Rio (2005) el cuál evalúa la PTF en tres escalas, las cuales son Extensión temporal, Actitud hacia el futuro y Orientación temporal. La escala Actitud hacia el Futuro y la Orientación Temporal, se compone de cuatro ejes, distribuidos de la siguiente manera: Eje 1, tendencia a centrarse en el futuro; eje2, desarrollar activamente planes para el futuro; eje 3, influencia de la conducta pasada sobre el futuro; eje 4, imaginarse en el futuro, y por último la extensión temporal.

Este instrumento consiste en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios donde se mide la reacción de los sujetos a los que se les administra. Es decir, se presenta cada afirmación y se pide al sujeto que elija uno de los cinco puntos de la escala, a cada punto se le asigna un valor numérico. Así, el sujeto obtiene una puntuación respecto a la afirmación y luego se obtiene su puntuación total sumando las puntuaciones obtenidas en relación a todas las afirmaciones (Kerlinger, 1975).

El grupo investigador encuentra adecuado el empleo de este instrumento debido a que las poblaciones a trabajar tienen igualdad de condiciones y características socio demográficas, además de ser la prueba de Del Rio (2005) un instrumento con sólidas bases teóricas y un importante proceso de consolidación, validación y aplicación en una amplia muestra, ya que su confiabilidad es de 0,819 lo cual demuestra que cumple con su principal propósito y es el de evaluar la PTF en adolescentes de instituciones públicas de Bogotá (Ver apéndice 1).

Procedimiento

A continuación se describen las etapas de estudio que se llevaron a cabo en el presente proceso investigativo.

Fase 1: Tareas iniciales del investigador. Investigación inicial: Se realizó un primer acercamiento a la teoría de propuesta por la línea “Prevención y Promoción”, con el fin de establecer los primeros parámetros y la idea de investigación.

Planteamiento del problema de Investigación: Con la idea de investigación consolidada, se propuso plantear el problema sobre el cual se indagaría y se daría respuesta, de igual forma se dieron unos objetivos iniciales de investigación y se justificó el porqué de esta.

Elaboración del marco teórico: Se procedió a revisar literatura concerniente al tema a trabajar, con el fin de desarrollar un proceso de extracción y recopilación de información pertinente.

Fase 2: Obtención de participantes: A través del Centro de Administración Educativa Local de Usaquéen se gestionó el vínculo para la consecución de la población a trabajar.

Fase 3: Obtención de datos. Aplicación del instrumento: Se evaluó la PTF en adolescentes de grado once seleccionados al azar, entre los 15 y 18 años, a través del instrumento "Cuestionario Sobre Los Jóvenes Y El Futuro". El cual corresponde a una escala tipo Likert de 38 ítems.

Recolección de la información: Se procedió a organizar la información recogida por la prueba aplicada, donde se realizó una tabla de datos para su posterior interpretación.

Fase 4: Resultados y Conclusiones. Análisis de los datos recolectados: A través del paquete estadístico SPSS, se procedió al análisis cuantitativo de los datos, enfocándonos en la descripción de los datos socio-demográficos y su relación de los individuos, la confiabilidad y validez del constructo.

Conformación de la discusión del trabajo de grado: Con base a los datos recogidos y la confrontación con el marco teórico, se generó la discusión y posteriores conclusiones acerca de los objetivos propuestos al inicio del trabajo de grado.

Consideraciones éticas

Estas consideraciones implican la total confidencialidad de la información que suministren los participantes y previene que a su vez puedan perjudicar su integridad, garantizando el bienestar de los mismos. Los adolescentes firmarán un

asentimiento informado, y sus padres un consentimiento informado, que avalen su participación voluntaria. (Ver apéndice 2 y 3).

RESULTADOS

Como puede observarse en la tabla 1, se describe una de las variables sociodemográficas con las que se trabajó en el presente proyecto de grado. Puede observarse la mayor población del presente estudio en el colegio Aquileo Parra con un 29,4% debido a que se realizó la aplicación del cuestionario en casi la totalidad de dos jornadas diferentes, logrando así, la participación de más estudiantes. El colegio Toberín tiene de igual forma un alto porcentaje de 28,2% en la totalidad de la población con la que se trabajó debido a que dicha institución educativa cuenta con tres grados once. A diferencia de estos, el colegio Friedrich Naumann contó con la participación de 39 estudiantes que resultan ser el 11,5% del total de la muestra. Es de gran importancia anotar se obtuvieron 340 datos válidos correspondientes a las 340 pruebas aplicadas y 0% de datos perdidos, esto debido a la rigurosidad de las investigadoras a la hora de la aplicación de los cuestionarios.

Tabla 1. Frecuencias de las variables sociodemográficas, Colegio

Colegio	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Friedrich Naumann	39	11,5	11,5	11,5
Saludcoop Norte	57	16,8	16,8	28,2
Toberín	96	28,2	28,2	56,5
Usaquén	48	14,1	14,1	70,6
Aquileo Parra	100	29,4	29,4	100,0
<i>Total</i>	<i>340</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	

En la tabla 2 se evidencia una alta participación de la jornada de la tarde debido a que fue del 89,4%, en contraste a esto, solo se contó con 36 estudiantes de la jornada de la mañana que corresponden al 10,6% de la totalidad de la muestra. Se sugiere más adelante contrastar los datos en función de las jornadas teniendo muestras representativas de cada jornada.

Tabla 2. Frecuencias de las variables sociodemográficas, Jornada

Jornada	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Mañana	36	10,6	10,6	10,6
Tarde	304	89,4	89,4	100,0
<i>Total</i>	<i>340</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	

En la tabla 3 se describe en términos de frecuencia y porcentaje de género, se hace evidente una mayor participación del género femenino en la investigación, con un porcentaje de 53,2% esto es debido a que algunos adolescentes hombres se rehusaban a participar de la investigación a pesar de contar con el consentimiento de sus padres para ésta, en cambio la mayoría de la población femenina con la que se trabajó accedió a colaborar sin oposición.

Tabla 3. Frecuencias de las variables sociodemográficas, Género

Género	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Mujer	181	53,2	53,2	53,2
Hombre	159	46,8	46,8	100,0
<i>Total</i>	<i>340</i>	<i>100,0</i>	<i>100,0</i>	

Para el instrumento con el que se trabajó, se obtuvo un alfa de Cronbach significativo debido a que 0,819 se acerca bastante a 1,0 y esto genera confiabilidad entre la correlación de sus ítems. Como puede observarse en la tabla 4, el alfa de Cronbach por afirmación es el adecuado debido a que todos están alrededor de 0,81 siendo este un alfa significativo.

Como puede observarse en la tabla 5, se encuentran los promedios de las 38 afirmaciones que conforman el Cuestionario Sobre los Jóvenes y el Futuro. Se evidencia que el promedio más bajo fue el correspondiente a la afirmación no. 16 (El destino determina muchas cosas en la vida) de 2,26 esto debido a que la mayoría de estudiantes estuvo de acuerdo con esta afirmación y es una tipo negativa, su desviación estándar es también una característica a destacar debido a que es la cuarta más alta de todas las afirmaciones. La segunda afirmación con media más alta es la no. 35 (Hay que vivir un día a la vez) debido a que es de 2,31 es decir la mayoría de estudiantes estuvo de acuerdo con esta afirmación negativa, al parecer frente a esta afirmación hubo confusión entre los adolescentes participantes, debido a que en repetidas ocasiones solicitaban asesoría para el entendimiento de esta. La afirmación con la media más alta fue la no. 5 (Plantearse metas para el futuro es una pérdida de tiempo) de 3,67 es decir la mayoría de estudiantes afirmó estar en desacuerdo con esta afirmación negativa, la desviación estándar de esta afirmación fue la tercera más baja.

Tabla 4. Confiabilidad

Afirmación	Escala media si el ítem es borrado	Escala de Varianza si el ítem es borrado	Correlación total del ítem corregido	Alfa de Cronbach si el ítem es borrado
# 1	113,84	111,194	,438	,811
# 2	114,34	110,201	,344	,813
# 3	114,09	112,307	,375	,813
# 4	114,22	112,864	,246	,816
# 5	113,70	111,372	,417	,812
# 6	114,07	110,296	,389	,812
# 7	114,56	111,615	,291	,815
# 8	113,84	112,348	,341	,814
# 9	114,52	112,669	,200	,818
# 10	113,94	112,533	,290	,815
# 11	114,04	109,883	,468	,810
# 12	113,93	110,046	,416	,811
# 13	114,49	112,103	,266	,816
# 14	113,89	110,768	,426	,811
# 15	113,92	109,953	,472	,810
# 16	115,12	116,228	,018	,824
# 17	114,20	110,664	,385	,812
# 18	113,86	109,716	,468	,810
# 19	114,24	109,899	,506	,809
# 20	114,48	111,065	,328	,814
# 21	114,85	116,586	,006	,824
# 22	114,25	110,501	,346	,813
# 23	114,29	112,161	,306	,814
# 24	114,46	110,491	,340	,813
# 25	113,94	109,666	,493	,809
# 26	114,80	111,817	,241	,817
# 27	114,21	110,582	,393	,812
# 28	114,52	111,070	,351	,813
# 29	114,07	110,573	,376	,812
# 30	114,38	113,014	,205	,818
# 31	114,80	111,109	,296	,815
# 32	114,07	112,638	,212	,818
# 33	114,33	112,162	,243	,816
# 34	114,62	114,660	,111	,821
# 35	115,06	114,757	,092	,822
# 36	114,50	112,581	,229	,817
# 37	114,55	118,118	-,077	,826
# 38	113,88	110,572	,419	,811

En la escala del eje tendencia a centrarse en el futuro obtuvieron correlaciones positivas con su escala y con la de extensión temporal, ver tabla 6. En cuanto el eje 3, obtuvo un puntaje negativo con Imaginarse en el futuro y con la extensión temporal, en el eje 4 Imaginarse en el futuro, se puede observar que arroja un puntaje negativo en relación con el eje 2 que es la Tendencia a centrarse en el futuro. Cabe resaltar que la extensión temporal tuvo una correlación negativa en cuanto a las demás escalas.

Tabla 5. Estadísticas de la totalidad de los ítems del instrumento

Afirmación	Media	Desviación estándar	N	Afirmación	Media	Desviación estándar	N
# 1	3,53	0,63	340	# 20	2,89	0,82	340
# 2	3,04	0,89	340	# 21	2,52	0,846	340
# 3	3,29	0,598	340	# 22	3,13	0,851	340
# 4	3,15	0,76	340	# 23	3,08	0,728	340
# 5	3,67	0,64	340	# 24	2,91	0,864	340
# 6	3,31	0,795	340	# 25	3,44	0,703	340
# 7	2,81	0,831	340	# 26	2,57	0,93	340
# 8	3,54	0,644	340	# 27	3,16	0,757	340
# 9	2,85	0,92	340	# 28	2,85	0,777	340
# 10	3,44	0,712	340	# 29	3,31	0,787	340
# 11	3,33	0,715	340	# 30	3	0,845	340
# 12	3,44	0,776	340	# 31	2,57	0,884	340
# 13	2,89	0,822	340	# 32	3,31	0,886	340
# 14	3,48	0,689	340	# 33	3,05	0,873	340
# 15	3,45	0,704	340	# 34	2,75	0,854	340
# 16	2,26	0,911	340	# 35	2,31	0,92	340
# 17	3,17	0,762	340	# 36	2,88	0,846	340
# 18	3,51	0,731	340	# 37	2,82	0,812	340
# 19	3,14	0,666	340	# 38	3,5	0,718	340

Tabla 6. Análisis factorial, Correlaciones escala-escala

Escalas	Actitud hacia el futuro y la Orientación temporal				Extensión Temporal
	Eje 1	Eje 2	Eje 3	Eje 4	
Eje 1: Tendencia a centrarse en el futuro	,620	,620	,473	,032	,079
Eje 2: Desarrollar activamente planes para el futuro	,636	-,287	-,398	,337	-,491
Eje 3: Influencia de la conducta pasada sobre el futuro	,158	,142	-,289	-,897	-,259
Eje 4: Imaginarse en el futuro	-,113	-,339	,702	-,126	-,603
Extensión temporal	,417	-,631	,204	-,256	,567

Como puede observarse en la tabla 7, los ítems que componen la escala del eje tendencia a centrarse en el futuro, es decir los ítems número 2, 5, 6, 7, 10, 12, 18, 29 obtuvieron correlaciones positivas con su escala, al igual que el eje que comprende el desarrollo activo de planes para el futuro. Se puede evidenciar los datos negativos que arroja la relación entre los ítems de extensión temporal con su escala. Por otro lado los ítems que conforman la escala desarrollar activamente planes para el futuro obtuvieron correlaciones positivas y moderadas con su escala.

Tabla 7. Análisis factorial, Correlaciones ítem-escala, todas las escalas todos los ítems

	Afirmación	Actitud hacia el futuro y la Orientación temporal				Extensión Temporal
		Eje 1	Eje 2	Eje 3	Eje 4	
Eje 1: Tendencia a centrarse en el futuro	# 2	,361	,203		,211	
	# 5	,652	,132			,173
	# 6	,646				

	# 7	,449			,259	-,170
	#10	,287	,131	,156	,377	,270
	# 12	,484	,224		,162	
	# 18	,701	,172		,129	
	# 29	,561		,152		
Eje 2: Desarrollar activamente planes para el futuro	# 3	,140	,444	,168		,215
	# 8	,185	,224	,331		,269
	# 14	,126	,667			
	# 25	,352	,408	,217		,262
Eje 3: Influencia de la conducta pasada sobre el futuro	# 17		,606	,123		
	# 19	,255	,435	,317		,148
	# 23	,148	,455		-,307	
	# 27	,111	,479	,224		
	# 28		,228	,662		
Eje 4: Imaginarse en el futuro	# 1	,260	,338	,325		
	# 11	,168	,436	,350	,128	
	# 15	,255	,473	,282		,121
	# 38	,306		,512	-,148	,158
extensión temporal	# 4		,197	,251		,526
	# 9		,499		-,325	
	# 13	,251		,236	,378	
	# 16				,411	
	# 20	,146	,116	,465	,150	,304
	# 21	,239	-,223		-,135	-,398
	# 22	,463	,199			-,344
	# 24	,497		,208	-,136	-,285
	# 26			,677		-,100
	# 30	,283		,133	-,456	,222
	# 31		,346	,436		-,218
	# 32	,132	,161	,223	-,619	
	# 33		,154	,332	-,185	
	# 34	,145			,422	-,170
	# 35	,118		,139	,164	-,411
# 36	,322	,334	-,224	,120	-,402	
# 37	-,155			-,161	,366	

En la tabla 8, se comparan las puntuaciones medias obtenidas en función del colegio. Puede evidenciarse la más alta media del eje 1, del eje 2 y del eje 3 en el colegio Saludcoop Norte, es decir, este colegio tiene una actitud positiva con respecto a la tendencia a centrarse en el futuro, hacia el desarrollo activo de planes para el futuro y la influencia de la conducta pasada sobre el futuro; con respecto al eje 4 la media más alta la tiene el colegio Aquileo Parra, debido a que tienden estos adolescentes repetidamente a imaginarse en el futuro. Con lo anterior puede concluirse que son los grados once del colegio Saludcoop Norte los que tienen una mejor actitud con respecto al futuro y a su orientación temporal. En la segunda escala, la extensión temporal, se evidencia un decremento bastante significativo con

respecto al de la escala de actitud y orientación, debido a que la media más alta es los grados del colegio Friedrich Naumann con solo un 2,8 este siendo un promedio comparativamente más bajo que con los de la anterior escala.

En cuanto a las medias más bajas de los ejes con respecto a los colegios, se encuentra que en el eje 1, los estudiantes de once grado que obtuvieron esta fue el Usaquén, es decir tienen una inadecuada o inexistente tendencia a centrarse en el futuro; en el eje 2 el colegio con media más baja fue el Friedrich Naumann en el que sus alumnos tienden a no desarrollar activamente planes para el futuro; con respecto al eje 3 y 4 el colegio Toberín evidencia entre sus estudiantes un poca actitud de influencia de la conducta pasada sobre el futuro y tienden poco a imaginarse en el futuro. Con lo anterior puede concluirse que es el colegio Toberín el que tiene una actitud más negativa con respecto al futuro y a su orientación temporal, con respecto a los otros colegios participantes. En la segunda escala, la extensión temporal, tiene la media más baja con los demás colegios, los estudiantes de once grado del colegio Usaquén, es decir que tienen una actitud desfavorable hacia la planeación de metas futuras.

Tabla 8. Actitud hacia el futuro, Orientación y Extensión temporal por colegio

Colegio		Actitud hacia el futuro y la Orientación temporal				Extensión Temporal	Actitud y orientación
		Eje 1	Eje 2	Eje 3	Eje 4		
Friedrich Naumann	Media	3,34	3,359	3,051	3,404	2,887	3,288
	N	39	39	39	39	39	39
	DE	0,3512	0,4472	0,3858	0,4575	0,2707	0,2996
Saludcoop Norte	Media	3,43	3,57	3,186	3,491	2,817	3,419
	N	57	57	57	57	57	57
	DE	0,4599	0,3559	0,4015	0,4225	0,2389	0,2761
Toberín	Media	3,335	3,372	2,977	3,401	2,8	3,271
	N	96	96	96	96	96	96
	DE	0,4797	0,5525	0,5428	0,5718	0,2967	0,4635
Usaquén	Media	3,237	3,453	3,117	3,453	2,75	3,315
	N	48	48	48	48	48	48
	DE	0,4982	0,3407	0,3755	0,4515	0,2652	0,2582
Aquileo Parra	Media	3,264	3,44	3,118	3,503	2,836	3,331
	N	100	100	100	100	100	100
	DE	0,4059	0,4038	0,4368	0,4075	0,2719	0,3177

En la tabla 9, se compara la jornada académica con estas dos escalas, puede evidenciarse la más alta media en los cuatro ejes de Actitud hacia el futuro y la Orientación temporal y en la escala de extensión en la jornada de la mañana, a

pesar de ser solo 36 los participantes, es decir estos 36 estudiantes tienen una mejor tendencia a centrarse en el futuro, a desarrollar activamente planes para el futuro, a ser influidos por su conducta pasada sobre el futuro e imaginarse en éste, de igual manera una actitud más favorable con respecto a la extensión temporal con respecto a la jornada de la tarde. Sin embargo ésta comparación no es lo suficientemente significativa dado que de la jornada mañana la muestra es muy pequeña y solo de un colegio.

Tabla 9. Actitud hacia el futuro, Orientación y Extensión temporal por jornada

Jornada		Actitud hacia el futuro y la Orientación temporal				Extensión Temporal	Actitud y orientación
		Eje 1	Eje 2	Eje 3	Eje 4		
Mañana	Media	3,337	3,486	3,189	3,611	2,884	3,406
	N	36	36	36	36	36	36
	Desviación estándar	0,4732	0,4095	0,4248	0,3187	0,271	0,3073
Tarde	Media	3,314	3,429	3,069	3,435	2,808	3,312
	N	304	304	304	304	304	304
	Desviación estándar	0,4445	0,4486	0,4571	0,4846	0,2736	0,3563

Se describe en la tabla 10, la comparación entre el género de los participantes y las escalas que se evalúan. Se evidencia que el género masculino solamente tuvo una media más alta en el eje 2, es decir que tienen una actitud más favorable en desarrollar activamente planes para el futuro que las mujeres, aunque cabe anotar que esta diferencia no es significativa. Con respecto al género femenino se evidencia una clara prevalencia en las dos escalas de actitud y orientación temporal y de extensión con respecto a las medias de los hombres, es decir que las participantes mujeres en esta investigación tienen una actitud más adecuada frente a la tendencia a centrarse en el futuro, desarrollar activamente planes para el futuro, influencia de la conducta pasada sobre el futuro, imaginarse en el futuro y la actitud hacia extensión temporal.

Tabla 10. Actitud hacia el futuro, Orientación y Extensión temporal por género

Género		Actitud hacia el futuro y la Orientación temporal				Extensión Temporal	Actitud y orientación
		Eje 1	Eje 2	Eje 3	Eje 4		
Femenino	Media	3,348	3,434	3,083	3,454	2,853	3,33
	N	181	181	181	181	181	181

	Desviación estándar	0,4125	0,4407	0,4719	0,4783	0,2641	0,3528
Masculino	Media	3,281	3,437	3,081	3,453	2,775	3,313
	N	159	159	159	159	159	159
	Desviación estándar	0,482	0,45	0,4358	0,4674	0,2796	0,3525

Puede observarse en la tabla 11 los resultados en cuanto al eje 1 tendencia a centrarse en el futuro, se obtuvo un puntaje bruto de 3,32 siendo para éste eje la puntuación mínima de 1,38 y la máxima de 4,00 puede entonces inferirse que en éste eje la población estudiada se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que corresponde a una puntuación media.

Tabla 11. Eje 1 tendencia a centrarse en el futuro

	Min	Máx.	Media	Desviación	Percentil 25	Percentil 75
Eje 1	1,38	4,00	3,32	0,45	3,00	3,63

Con respecto al eje 2 que refiere desarrollar activamente planes en el futuro, en la localidad de Usaqué, se puede observar en la tabla 12 una media en los puntajes obtenidos de 3,44 con respecto al puntaje mínimo en éste eje de 1,0 y el máximo de 4,00 puede inferirse entonces que se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media.

Tabla 12. Eje 2 Desarrollar planes en el futuro

	Min	Máx.	Media	Desviación	Percentil 25	Percentil 75
Eje 2	1,00	4,00	3,44	0,44	3,25	3,75

El eje 3 es aquel que evalúa la influencia de la conducta pasada sobre el futuro en los jóvenes de la localidad de Usaqué, se encontró una puntuación media de 3,08 tal como se observa en la tabla 13 debido a que el puntaje menor en esta sub escala fue de 1,0 y el mayor de 4,00 puede concluirse que se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que implicaría una puntuación media.

Tabla 13. Eje 3 Influencia de la conducta pasada sobre el futuro

	Min	Máx.	Media	Desviación	Percentil 25	Percentil 75
Eje 3	1,00	4,00	3,08	0,45	2,80	3,40

Con respecto al eje 4 el cual refiere a imaginarse en el futuro los jóvenes de la localidad de Usaqué, descrito en la tabla 14, se obtuvo una puntuación promedio de 3,45 en donde el puntaje mínimo fue de 1,00 y el máximo de 4,00 puede entonces inferirse que el promedio anteriormente referido se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media.

Tabla 14. Eje 4 Imaginarse en el futuro

	Min	Máx.	Media	Desviación	Percentil 25	Percentil 75
Eje 4	1,00	4,00	3,45	0,47	3,25	3,75

En la tabla 15, puede observarse descrita la escala Actitud y Orientación Temporal en la localidad de Usaquéen, de los anteriores puntajes obtenidos por los cuatro ejes pudo promediarse entonces, la puntuación media para tal escala, la cual corresponde a 3,32 debido a que en la totalidad de la escala el puntaje mínimo fue de 1,09 y el máximo de 4,00; lo anterior implica que al igual que en cada una de los ejes que la componen, el puntaje medio de la Actitud y Orientación Temporal se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media.

Tabla 15. Escala Actitud y Orientación temporal localidad de Usaquéen

	Min	Máx.	Media	Desviación	Percentil 25	Percentil 75
Actitud y Orientación	1,09	4,00	3,32	0,35	3,13	3,56

Con respecto a la extensión temporal en la localidad de Usaquéen en la tabla 16, se obtuvo como resultado que el puntaje promedio de éstos ítems fue del 2,82 en donde la puntuación mínima fue del 1,59 y la puntuación máxima del 3,59 por lo tanto puede entenderse que se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que implica una puntuación media.

Tabla 16. Extensión temporal localidad de Usaquéen

	Min	Máx.	Media	Desviación	Percentil 25	Percentil 75
Extensión	1,59	3,59	2,82	0,27	2,65	3,00

De igual forma, se encontró que serían puntuaciones bajas, tanto para los ejes como para las dos escalas, todas aquellas que estuvieran por debajo del percentil 25, puntuaciones medias las que estuvieran entre el percentil 25 y el 75, y altas aquellas que se encontraran por encima del percentil 75.

DISCUSIÓN

En esta investigación se planteó como objetivo general, describir la PTF en adolescentes que culminan el bachillerato en instituciones educativas distritales de la localidad bogotana de Usaquén. Al hacer el análisis de los resultados se evidenció el cumplimiento de este objetivo, ya que se logró establecer el nivel de PTF en los jóvenes, destacándose que debe ser trabajada y estimulada por las instituciones educativas y familiares para que pueda generarse una trascendencia en los pensamientos de los jóvenes con respecto al presente, pasado y futuro, y esto tiene que ver con un factor importante en lo referente a las conductas saludables, ya que este tiene en cuenta las motivaciones de los individuos, el valor que le dan a cada uno de ellos con respecto al futuro y las expectativas de triunfo del individuo (Henson, Carey, Carey & Maisto, 2006). A lo largo de la presentación de los resultados, puede evidenciarse la consecución del objetivo general, debido a que se logró describir la PTF en su totalidad la cual se verá reflejada en los siguientes apartados.

Para describir la PTF, se utilizó el instrumento “Cuestionario Sobre Los Jóvenes y El Futuro” creado por Del Rio (2005), es una escala tipo Likert, este cuestionario evalúa la PTF de los Jóvenes en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones, donde se mide la respuesta a los que se les administra. Se encontró adecuado utilizar este instrumento por sus sólidas bases teóricas además de tener un importante proceso de consolidación, y un riguroso proceso psicométrico de validación y confiabilidad donde se obtuvo un alfa de Cronbach de 0,819 lo cual demuestra que cumple con su principal objetivo y es el de evaluar la PTF en adolescentes de instituciones públicas de Bogotá. A partir de esto a la hora de aplicación del cuestionario se obtuvo una en una amplia muestra, y además se obtuvo datos perdidos o invalidados debido a la rigurosidad por parte de las investigadoras a la hora de la aplicación, es así como el instrumento fue de gran apoyo para la presente investigación.

El resultado en general de la localidad de Usaquén en cuanto los ejes se obtuvo teniendo en cuenta los siguientes parámetros, puntuaciones bajas todas aquellas

que están por debajo del percentil 25, puntuaciones medias todas aquellas que están entre el percentil 25 y 75, puntuaciones altas todas aquellas sobre el percentil 75; Como puede apreciarse en los resultados encontrados para cada eje que compone la Actitud y la Orientación temporal.

La tendencia a centrarse en el futuro, es decir, el eje 1 obtuvo un puntaje bruto de 3,32 siendo para éste eje la puntuación mínima de 1,38 y la máxima de 4,00 puede entonces inferirse que en éste eje la población estudiada se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que corresponde a una puntuación media. Cuando un adolescente puede enfocar claramente cuál es su sentido para vivir, puede paralelamente hallar una perspectiva clara de tiempo futuro, delimitando sus deseos a corto, mediano y largo plazo. La tenencia de sentido de vida se considera como una medida preventiva para una segura salud mental a lo largo de la vida, además de ser un recurso bastante importante en cuanto al afrontamiento positivo de dificultades y además aumenta la esperanza de bienestar. De igual forma según lo describe Rodríguez (2005), estos adolescentes podrán forjar un mejor soporte interno para su existencia consideran todas estas metas a futuro como factores que endurecerán la psique, previniendo alteraciones mentales en su edad adulta.

Con respecto al eje 2 el cual explicaba cómo los jóvenes desarrollan activamente planes en el futuro, se puede observar una media en los puntajes obtenidos de 3,44 con respecto al puntaje mínimo en éste eje de 1,0 y el máximo de 4,00 puede inferirse entonces que se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media. Al hacer un plan a futuro implica que estos jóvenes tengan la capacidad de vivir un presente, que reflexionen sobre el futuro que desean y que evalúen los medios para poder alcanzarlo, además en cuanto la PTF se tiene que analizar los diferentes mecanismos que se utilizan, ya sean habilidades sociales o psicológicas, donde se ve muy representada la valoración que la personas tienen de sí mismas. Esto significa que tener una orientación positiva y firme hacia la PTF, es un factor protector de salud en los adolescentes estudiados y más si estos están presentando problemas o adversidades en cuanto al tiempo relacionado con sus metas.

El eje 3 el cual evalúa la influencia de la conducta pasada sobre el futuro de los adolescentes a estudiar, se encontró una puntuación media de 3,08 debido a que el puntaje menor en esta sub escala fue de 1,0 y el mayor de 4,00 puede concluirse que se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que implicaría una puntuación media. Las personas orientadas al pasado, tienden a ser conservadoras, a distanciarse de la realidad del pasado y del futuro, son estables, se centran en sus compromisos ya sea familiares, académicos, personales etc. y tienden a ser dependientes y muy cooperativos. (Zimbardo, 1999). Los adolescentes de la localidad de Usaquén, orientados por su pasado suelen aprender de las consecuencias ocurridas en sucesos pasados y ejercer dichos cambios a favor sobre su futuro, según los resultados encontrados.

Cuando en el instrumento se investigaba si el adolescente se imaginaba en el futuro, hacía referencia al eje 4, en el cual se obtuvo una puntuación promedio de 3,45 en donde el puntaje mínimo fue de 1,00 y el máximo de 4,00 puede entonces inferirse que el promedio anteriormente referido se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media. Según Lersch (1996), el futuro tiene lugar a medida que se imagina que este mismo parece ser realizable. Es decir, los adolescentes evaluados tienen la posibilidad de construir deseos, sueños y metas y de eventualmente recibir una consecuencia al realizarlo, esto genera una mayor motivación en la medida en que Nuttin y Lens (1985) explicaban que la demora de la gratificación en las motivaciones y sueños mantienen la existencia de la PTF. No hay futuro sin que al mismo tiempo haya un deseo por algo y una consecuencia de las posibilidades de realizarlo. Las metas de los individuos se desarrollan al pasar del tiempo y así mismo se crean unas expectativas relacionándolas con las motivaciones donde existe una situación actual pero se van abriendo perspectivas diferentes a largo plazo (Betancur, 1998).

Los anteriores cuatro ejes hacen referencia a la escala de Actitud y Orientación Temporal, la cual cuenta en su totalidad con 21 ítems dentro del 'Cuestionario de Los Jóvenes y El Futuro' que la evalúan, distribuidos entre los anteriormente mencionados. De los anteriores puntajes pudo promediarse entonces, la puntuación media para la escala, la cual corresponde a 3,32 debido a que en la totalidad de la

escala el puntaje mínimo fue de 1,09 y el máximo de 4,00; lo anterior implica que al igual que en cada una de los ejes que la componen, el puntaje medio de la Actitud y Orientación Temporal se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que correspondería a una puntuación media, es decir hay un interés de las expectativas con respecto a sus ideales a través del tiempo, además de esto la visión que se tiene sobre el futuro es positiva, contrastando con Bandura (2001) cuando dice que los proyectos a futuro que se crean en las personas son de gran importancia debido a que éstos son sometidos a constante evaluación, para valorar si estos son alcanzables, es decir, la población de Usaquén cuenta con esa fortaleza como factor protector que estará presente en su actuar; Según Zimbardo y Boyd (1999), la actitud de las personas hacia el tiempo y hacia lo que se comparte con los demás, tiene un gran impacto para el ser humano, pero no ha sido muy relevante en la mayoría de las personas: esta es la primera paradoja del tiempo que comparte este autor, donde se evidencia claramente que la actitud del tiempo tiene una gran importancia en la vida cotidiana, en la medida en que las Instituciones Educativas Distritales perciban la importancia de éste hecho podrán formular programas de promoción y prevención, enfocándose en la planeación de metas a futuro, para lograr así la adecuada actitud hacia este.

Debido al puntaje obtenido por la localidad de Usaquén con respecto a la Orientación temporal, se podría describir a los adolescentes de ésta localidad bogotana como jóvenes que se ocuparían más en las consecuencias que pueda traer el futuro, tienen objetivos claros, metas propuestas, soportando así situaciones desagradables y una demora en el éxito de sus tareas; tenderán por lo tanto, a perfeccionar sus resultados futuros, serán responsables y tendrán que comprobar diversos planes de futuro, mediante la evaluación constante de estos, generando nuevas perspectivas de tiempo, serán muy ahorrativos, conscientes de la salud y muy prevenidos con ésta, serán entonces, menos dependientes, estudiosos, creativos y con un nivel de autoestima alto (Zimbardo, 1999).

El adolescente sin ser consciente, piensa en las dimensiones del presente, pasado y futuro y los une todos, allí el futuro empieza a hacer una reclamación en cuanto a su vida. En la adolescencia temprana no existe un concepto clave de la

palabra futuro, porque es en ésta etapa cuando la persona se encuentran centrada en el presente y no tienen límites de la realidad; ya en la etapa media de la adolescencia, el individuo se tornará más realista, da más sentido a los factores familiares, sociales y empieza la presión para analizar y ser más asertivo en la toma de decisiones. En la fase tardía los adolescentes tienden a clarificar mejor sus metas y los caminos que seguirán para conseguirlas, ven el tiempo futuro como algo más cercano y sobre el cual deben ir reflexionando a cerca de los factores económicos, emocionales, roles a desempeñar y ahí es donde se van consolidando las PTF (Funes, 2003).

Con respecto a la escala de Extensión Temporal la cual se evalúa a través de 17 ítems en el 'Cuestionario de Los Jóvenes y El Futuro' pero los cuales no están implícitos en ningún eje, se dio como resultado que el puntaje promedio de éstos ítems fue del 2,82 en donde la puntuación mínima fue del 1,59 y la puntuación máxima del 3,59 por lo tanto puede entenderse que se encuentra entre el percentil 25 y el 75 lo que implica una puntuación media; como ya se ha mencionado la PTF, se relaciona con características positivas de los individuos específicamente en la salud y según los estudios realizados han llegado a la conclusión de que esta relación es más importante en las poblaciones de adolescentes.

En cuanto la relación de la PTF y la adopción de factores conductuales que ponen en riesgo la salud, especialmente con los adolescentes y adultos jóvenes, se han realizado varios estudios, donde el mayor interés se crea indagar la idea de que "los adolescentes que tienen bajas expectativas frente a su futuro, pueden sentir que no tienen nada que perder y por lo tanto tienden a involucrarse más en conductas de riesgo" (Harris, 2002, p. 1007), podría tomarse éste como un punto de partida para trabajar en las Instituciones Educativas a nivel distrital, tomando la PTF como factor protector e inculcando la importancia de esta.

La hipótesis anteriormente mencionada por Harris (2002) explica que los adolescentes toman decisiones teniendo en cuenta los beneficios a largo plazo y si con el pasar del tiempo la conducta no es la suficientemente esperada, no tienen ningún impedimento para realizarla; es posible que al preferir beneficios a largo plazo se trate de modelar una PTF más elaborada, o también es posible que solo se

fijen en una dimensión temporal como el presente, sin pensar en el futuro y es allí donde se empiezan a plasmar los resultados negativos de las diversas conductas (Agnew & Living, 1998).

Con respecto a las afirmaciones del Cuestionario Sobre los Jóvenes y el Futuro en específico, se evidencia que el promedio más bajo fue el correspondiente a la afirmación no. 16 (El destino determina muchas cosas en la vida) de 2,26 esto debido a que la mayoría de estudiantes estuvo de acuerdo con esta afirmación, es decir los jóvenes a medida que pasa el tiempo van determinado sus logros y expectativas para su vida. La segunda afirmación con media más baja es la no. 35 (Hay que vivir un día a la vez) debido a que es de 2,31 es decir la mayoría de estudiantes estuvo de acuerdo, es decir los jóvenes viven el día a día. La afirmación con la media más alta fue la no. 5 (Plantearse metas para el futuro es una pérdida de tiempo) de 3,67 es decir la mayoría de estudiantes afirmó estar en desacuerdo con esta afirmación, evidenciando en ellos una pérdida de interés por la planeación de estrategias para desarrollar en el futuro.

La escala Actitud hacia el Futuro y la Orientación Temporal, se compone de cuatro ejes, distribuidos de la siguiente manera: Eje 1, tendencia a centrarse en el futuro; eje2, desarrollar activamente planes para el futuro; eje 3, influencia de la conducta pasada sobre el futuro; eje 4, imaginarse en el futuro, y por último la extensión temporal, ésta hace referencia a la capacidad que tiene el individuo para planear sus metas en el futuro más remoto, enfocándose a lo largo del tiempo futuro en el cual cada persona desarrolla objetivos previamente planteados.

Por otra parte la actitud hacia el futuro “es la visión más o menos positiva o negativa de un individuo frente a su futuro” (Husman & Lens, 1999, p. 115), se enfoca en los sentimientos que subyacen a la persona, referentes al tiempo en general o al futuro específicamente. Finalmente la orientación temporal hace referencia a la predilección de un marco temporal más que el otro, donde el individuo se desenvuelve mejor pensando y actuando de acuerdo con las consecuencias inmediatas o futuras generando expectativas con respecto a sus ideales (Martínez, 2004).

A partir de esta revisión teórica se plantearon los siguientes lineamientos para tener en cuenta a la hora de interpretar cada escala los cuales fueron puntuaciones bajas todas aquellas que están por debajo del percentil 25, puntuaciones medias todas aquellas que están entre el percentil 25 y 75, puntuaciones altas todas aquellas sobre el percentil 75, teniendo en cuenta estos parámetros , a través de la aplicación de pruebas y la información recolectada se pudo encontrar aspectos claves para la comprensión de la PTF en las Instituciones Educativas Distritales de la localidad Bogotana de Usaquén, teniendo en cuenta las diferentes variables se pretende describir con mayor profundidad ésta perspectiva en los jóvenes.

A través de la aplicación de pruebas y la información recolectada se pudo encontrar aspectos claves para la comprensión de la PTF en las Instituciones Educativas Distritales de la localidad Bogotana de Usaquén, teniendo en cuenta las diferentes variables se pretende describir con mayor profundidad ésta perspectiva en los jóvenes.

En cuanto la jornada de la tarde en todos los colegios trabajados, se evidenció que los estudiantes, no tienen la capacidad de planear metas futuras, es por esto que cuando un adolescente puede enfocar claramente cuál es su sentido para vivir, puede paralelamente hallar una perspectiva clara de tiempo futuro, delimitando sus deseos a corto, mediano y largo plazo. Puede considerarse la tendencia de sentido de vida como una medida preventiva para una segura salud mental a lo largo de la vida, además de ser un recurso bastante importante en cuanto al afrontamiento positivo de dificultades (Rodríguez, 2005).

En contraste con la jornada de la mañana donde se encontró, una media más alta en los cuatro ejes de actitud hacia el futuro y la orientación temporal y en la escala de extensión; a pesar de ser solo 36 los participantes, es decir estos 36 estudiantes tendrían una mejor tendencia a centrarse en el futuro, a desarrollar activamente planes para el futuro, a ser influidos por su conducta pasada sobre el futuro e imaginarse en éste, de igual manera una actitud más favorable hacia el futuro, en comparación a la otra parte de la muestra perteneciente a la jornada de la tarde. Sin embargo los anteriores análisis no podrían llegar a ser generalizados para toda la población de estudiantes de último grado de la localidad de Usaquén, debido

a que se trabajó con una muestra muy poco representativa de la jornada de la mañana.

En cuanto los resultados por género, se evidenció que los hombres tienen una actitud más favorable a desarrollar activamente planes para el futuro, y las mujeres tienen una mejor actitud hacia el futuro y orientación temporal fijan sus expectativas en el marco temporal de su preferencia, es decir, los hombres son más objetivos y tienen mayor orientación hacia el futuro y hacia sus proyectos, las mujeres se relacionan más con el presente y prefieren no pensar en el futuro. Como ya se ha mencionado, la PTF se relaciona con características positivas de los individuos específicamente en la salud y según los estudios realizados se ha llegado a la conclusión de que esta relación es más importante en las poblaciones de adolescentes (Seth, 1986).

Realizando una observación más detallada de los resultados arrojados por la muestra de estudiantes de grado undécimo de algunos de los colegios de la Localidad de Usaquén, puede discriminarse por colegio, para así lograr una mayor comprensión del fenómeno de la PTF en éstos. Con relación a los resultados de la Institución Educativa Distrital Saludcoop Norte, se evidencia una actitud positiva con respecto a centrarse en el futuro, a desarrollar planes para éste y en la influencia de la conducta pasada sobre el futuro, lo que responde a la idea de imaginarse en el futuro formando planes a largo plazo y pensando en las herramientas básicas que deben tener para desarrollar sus ideales.

Comparando con los resultados arrojados de otras Instituciones Educativas trabajadas, el Saludcoop Norte es el colegio que tiene una mejor actitud con respecto al futuro y a su orientación temporal. Lo que Lersch (1996), explicaría como el futuro tiene lugar a medida que se imagina que este mismo parece ser realizable, no hay futuro sin que al mismo tiempo haya un deseo por algo y una consecuencia de las posibilidades de realizarlo, éstos estudiantes manejan adecuadamente su potencial para poder hacer sus expectativas realizables. Es de gran importancia trabajar sobre las debilidades encontradas en cada uno de los colegios; con respecto a la Institución en cuestión, sería pertinente desarrollar actividades que promuevan la formación de una actitud positiva para el futuro, reforzando la capacidad de

enfocarse a lo largo del tiempo para poder desarrollar sus objetivos ya planteados, pudiendo fortalecer los aspectos anteriormente mencionados y mejorar así la perspectiva de los jóvenes.

Las metas de los individuos se desarrollan al pasar del tiempo creando unas expectativas y se relacionan con las motivaciones en donde existe una situación actual abriéndose una gama de perspectivas diferentes a largo plazo. Cabe resaltar que hacer planes a futuro, vivir en el ahora y planificar los medios para poder efectuarlos, se logra con habilidades únicas en cada persona y esto dará lugar a tener una orientación positiva y firme hacia la PTF; esto conlleva a efectuar cambios y a ser un factor protector de salud mental en los adolescentes que presenten problemas en el tiempo relacionado con la obtención de sus expectativas.

Con respecto a los resultados arrojados en la Institución Educativa Distrital Aquileo Parra, se evidenció un puntaje alto en el eje 4 que corresponde a imaginarse en el futuro, y un puntaje bajo en el eje 3, que corresponde a la influencia de la conducta pasada sobre el futuro; los adolescentes de éste colegio toman decisiones teniendo en cuenta los beneficios a largo plazo y sí con el pasar del tiempo la conducta no es la esperada, no se tiene ningún impedimento para realizarla; es posible que al preferir beneficios a largo plazo se trate de modelar una PTF más elaborada, o también es posible que solo se fijen en una dimensión temporal como el presente, sin pensar en el futuro y es allí donde se empiezan a plasmar los resultados negativos de las diversas conductas (Agnew & Living, 1998), es por esto que tanto el claustro educativo como la familia, deben estar atentos del adolescente y sus etapas de desarrollo para promover y asegurar un sano porvenir en el futuro. De igual forma, podría trabajarse en el fomento de tareas que conlleven a los jóvenes a la consecución de una actitud más favorable hacia el futuro y a no perder su visión de las metas y logros futuros.

El colegio Usaquén obtuvo las medias más bajas de los ejes, es decir que en el eje 1 que corresponde a tener una inadecuada o inexistente tendencia a centrarse en el futuro y en el eje 3, que corresponde a tener una influencia de la conducta pasada sobre el futuro, se encuentra la media más baja con respecto a los demás colegios en cuanto la escala de extensión temporal, es decir, éstos jóvenes tienen

una actitud desfavorable hacia la planeación de metas futuras, por esto cabe resaltar que el adolescente sin darse cuenta piensa en las dimensiones del presente, pasado y futuro, uniéndolos en un mismo plato, es allí donde el futuro hace una reclamación en cuanto a su vida. En la adolescencia temprana no existe un concepto clave de la palabra futuro, porque se tienen en un primer plano el presente y no poseen límites de la realidad, es por esto que en general la PTF, para los adolescentes, se dirige hacia diversas áreas y estas se pueden extender a un futuro cercano, por lo que puede afectar al individuo ya sea en cuanto a su motivación o a la inversión que se tiene sobre diversos planes de vida (Stouthard & Peetsma, 1999); Se evidencia entonces la necesidad de realizar una intervención en la Institución Educativa Distrital Usaqué, con el fin de resaltar la importancia del futuro y de los eventos pasados para la consecución de una sana vida y un mejor mañana. Se considera entonces, relevante prestar mayor atención a la promoción de actividades que faciliten el centrarse en el futuro, para que así la actitud hacia metas futuras y la realización de éstas, conduzcan a los adolescentes a la no deserción de los objetivos.

Con respecto al colegio Friedrich Naumann, se manifestó la media más baja en el eje 2, éste corresponde al desarrollo activo de planes para el futuro, lo que significa que estos estudiantes no realizan adecuadamente una planeación de sus expectativas a largo plazo ya que genera en ellos una PTF muy extensa e inalcanzables; por esto, las metas de los individuos se desarrollan al pasar el tiempo y a sí mismo, se crean unas expectativas en donde existe una situación actual y al transcurrir un determinado periodo se amplían para considerar diferentes perspectivas a largo plazo (Betancur, 1998). En cuanto la intervención sugerida en éste plantel, se ve necesario la realización de actividades o talleres que ayuden a mejorar la perspectiva en cuanto un marco temporal determinado fomentando el desarrollo de objetivos futuros.

Por último, en la Institución Educativa Distrital Toberín, se encontró en sus estudiantes poca influencia de la conducta pasada sobre el futuro, tendiendo poco a imaginarse en el futuro, se puede concluir que es éste el colegio con la actitud más negativa respecto al futuro y a su orientación temporal, es decir, no hay claridad

hacia la preferencia de un marco temporal ni al desarrollo de sus metas ya sean a corto o largo plazo. Podría describirse éste fenómeno desde teoría de la influencia social, debido a que sociedad logra influir sobre las actitudes, percepciones, juicios, opiniones y comportamientos de los adolescentes (Evans, 1971). Es entonces cuando debe revisarse detalladamente las diferentes dinámicas sociales que se manejan al interior de dicho plantel educativo. Podría de igual forma, relacionarse ésta dinámica con el hecho de que la adolescencia es una época de cambios y de novedades, afectando directamente al sentido que cobra la vida para cada uno de estos adultos en formación. Ésta comprensión se estructura al pasar los años y las experiencias individuales de cada una de estas personas, convirtiéndose tan propio como su identidad. De acuerdo con Rodríguez (2005) ésta búsqueda es la principal motivación para el enfrentamiento de épocas conflictivas en la vida del individuo y el asumir sus obligaciones.

Es significativo en esta investigación hacer énfasis en la intervención que se debe realizar a los jóvenes en los colegios de la localidad de Usaquén, utilizando elementos didácticos para fomentar y formar un tema diario, siendo los maestros y padres escuchas activos, prestando atención a sus motivaciones, actitudes y percepciones hacia el tiempo futuro, con el fin de velar por su salud mental y por la calidad de vida de los adolescentes, interviniendo o simplemente reforzando conductas que vayan en pro de su bienestar. Se podría trabajar en términos de prevención y promoción de la salud mental, según Omar (2006), refiere que es de gran importancia el apoyo tanto emocional, como el fomentar la autoconfianza y las habilidades sociales desde el hogar. Además se llega a la conclusión que la PTF podría entonces considerarse como un factor protector, mientras que se tenga una perspectiva positiva y planes definidos a corto, mediano y largo plazo, debido a que contribuyen a la promoción del bienestar y por consiguiente comportamientos de mayor resiliencia en el individuo.

Cabe resaltar entonces la importancia de la PTF en el medio educativo para así, darle más interés y reconocimiento a la salud mental en niños y jóvenes, de igual forma, el procurar la mejora de los estilos de vida de algunos jóvenes que no tienen claridad por su rol en el futuro; es por esto que vale la pena reconocer la importancia

de que los adolescentes tomen decisiones teniendo en cuenta los beneficios a largo plazo y si con el pasar del tiempo la conducta no es la esperada, no se tenga ningún impedimento para llevarla a cabo. Es posible que al preferir beneficios a largo plazo se trate de modelar una PTF más elaborada, o también es posible que solo se fijen en una dimensión temporal como el presente, sin pensar en el futuro y es allí donde se empiezan a plasmar los resultados negativos de las diversas conductas (Agnew & Living, 1998).

Para esto sería relevante junto con las instituciones realizar acciones de promoción, pensando en que los jóvenes deben tener acceso a la información pertinente donde se les desarrolle un estilo de vida saludable, trabajando con factores de protección por su propia salud, teniendo en cuenta la familia y la mirada crítica hacia el futuro, fortaleciendo a los jóvenes con factores protectores como las habilidades que tiene para ser competente y factores ambientales como el contexto donde se desarrolla. Todo esto es posible si se inicia con unos patrones de enseñanza desde la niñez, fijándose el logro de una adecuada calidad de vida a través del desarrollo de capacidades como el autoconocimiento, pensar en forma creativa y crítica, comunicarse con eficacia, tomar decisiones, resolver problemas, experimentar empatía (Goodman, 1987). Todo lo anterior relacionándolo con la promoción y el marco del poder disfrutar de una adecuada salud física, debido a que una promueve y sugiere a la otra, se debe tener en cuenta que la promoción de la salud mental es efectiva para prevenir una gama completa de enfermedades y riesgos que tienen que ver con la conducta (Lavikainen, 2000), es así como el joven puede fijarse ejerciendo roles en el futuro, gozando de buena salud y regocijado por los logros obtenidos a los largo de su vida.

Se trabajó con una muestra de la población estudiantil de grado once de colegios distritales de la localidad bogotana de Usaqué, debido a que el presente proyecto investigativo articula la temática de la PTF del programa De Cara a la Vida del proyecto ARCOS quienes trabajan ésta población, dichos adolescentes están llevando a cabo una etapa fundamental en su vida y es el último paso de la educación secundaria para dar así inicio a su vida adulta, momento en el cual muchos jóvenes se cuestionan así mismos por expectativas, metas y deseos que

desearían conseguir para sí mismos y que serán la herramienta fundamental para establecerse como seres activos dentro de la sociedad en la cual se desenvuelven.

Es necesario reconocer la importancia de la PTF en los adolescentes, ya que en esta etapa del desarrollo se encuentran en el pensamiento formal y en un aprendizaje de la vida donde tienen la necesidad de pensar en un futuro de elegir un plan de vida para su adultez y vejez (Meriño, 1993). De igual forma, los jóvenes al emprender hasta ahora la construcción del camino que habrán de recorrer el resto de su vida, necesitan fijar bases, proyectos a futuro de los cuales adherirse para a través de éstos constituir las herramientas necesarias para generar progreso y bienestar en su etapa adulta, es así como lo explica Bandura (2001) al definir PTF como la anticipación presente de metas futuras donde estas metas se convierten en motivadores y reguladores de conducta.

El grupo investigador sugiere la implementación de talleres que promuevan la PTF en jóvenes. Como por ejemplo, Montenegro (2008) en su investigación, tenía como principal objetivo diseñar un currículo fundamentado en la promoción y prevención que favorezca la promoción de la PTF en estudiantes de 9° a 11°, se trabajaron cuatro talleres que facilitaron el comportamiento de la PTF. Esto se tuvo como modelo para la creación de diversos talleres dependiendo de las necesidades encontradas en los diferentes colegios de la localidad de Usaquén para promocionar y evaluar la PTF y así lograr que los jóvenes puedan pensar en el futuro teniendo en cuenta el pasado y viviendo en el presente. De igual forma puede encontrarse en la investigación de Vásquez (2008) una serie de valiosas herramientas para implementar y lograr la importancia de la PTF en la población bogotana adolescente.

Por último para concluir éste trabajo de grado, se sugiere para una próxima investigación correlacionar la PTF con diversas variables presentes en la población adolescente bogotana, tales como la calidad de vida, la percepción de realización personal, las aptitudes vocacionales, etc. debido a que la PTF es operada como una herramienta protectora en los Jóvenes llega a ser en una motivación para la realización de diversas metas en la vida futura. Sería entonces importante direccionar futuras investigaciones hacia la construcción de propuestas prácticas con el fin de favorecer el manejo de la salud mental en adolescentes en instituciones

educativas distritales de Bogotá, haciéndolo extensivo de igual forma a colegios particulares.

REFERENCIAS

- Agnew, C.& Living, T. (1998). *Future time orientation and condom use attitudes, intentions, and behavior*, *Journal of Social Behavior & Personality*. San Diego: Academic Press
- Alcaldía Mayor de Bogotá (2009). *Usaquén*. Bogotá: Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaria de Educación
- American Public Health Association APHA y centers for Disease Control and Prevention CDC. (1993). *The guide to implementing model standards*. Washington D.C: World Health organization
- Aracena, M., Balladares, E., Román, F. & Weiss, C. (2002). *Conceptualización De Las Pautas De Crianza De Buen Trato Y Maltrato Infantil, En Familias Del Estrato Socioeconómico Bajo: Una Mirada Cualitativa*. Santiago: Revista De Psicología Año/Vol. XI, Número 002
- Ayala, H & Vázquez, F. (2001). *La Formación Profesional del Psicólogo en el Campo de la Salud, la Educación, los Procesos Sociales y las Organizaciones: El Internado en Psicología General de la Facultad de Psicología de la UNAM*. México: Universidad Nacional Autónoma de México
- Balaguer, I. (2001). *Un estudio sobre los predictores de los estilos de vida saludables de los adolescentes valencianos*. Valencia: Conselleria
- Bandura, A. (2001). *Social cognitive Theory: An agentic perspectiva*. *Annual Review of Psychology*. Geneva: World Health organization
- Bandura, A. (1982): *Teoría del Aprendizaje Social*. Madrid, España: Espasa-Calpe
- Betancur, M. C. (1998). *El día que te quieras*. Caracas: Bibliográfica Internacional. S.
- A
- Bras, J. (2005). *Pediatría en atención primaria*. Barcelona: Masson
- Castillo, I. (2001). *Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport*. New York: Academic Press.
- Comisión Económica para América latina y el Caribe (sin fecha). *América latina: población por años calendario y edades simples 1950-2050*. Recuperado de <http://bit.ly/9p9KDf>

- Cottle, T Howard, P y Pleck, J. (1969). *Adolescent perception of time: the effect of age, sex and social class*. *Journal of personality*. Usa: Wrightsville
- Del Rio, A. (2005). *Proyecto de grado para Maestría en Psicología: La perspectiva de Tiempo Futuro y la Adopción de Conductas que Ponen en Riesgo la Salud en Adolescentes*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia
- Dirección Seccional de Salud de Antioquia (2003). *Formulaciones de Política Pública Referidas a la Salud Mental*. Consultado el 1 de Agosto de 2010. Disponible en <http://bit.ly/bRkGo7>
- Duda, J.L., Martinez, C. y Balaguer, I. (1999). *The perceived motivational climate and psychological well-being among Spanish artistic gymnasts* Pennsylvania: Psychology of sport and exercise
- Echevarría, A & Tapia, J. (2005). *La Orientación Escolar En Centros Educativo*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia
- Evans, E. (1971). *Psicología Moderna De La Educación*. Madrid: Morata
- Fernández, J. (1990). *Patrones para el Diseño de la Psicología Social*. Madrid: Morata
- Funes, J. (2003). *Como trabajar con adolescentes sin empezar por considerarlos un problema*. Enero, No 84. Consultado el 25 de Febrero de 2008. Disponible en www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1050
- Goodman, R. (1987). *Un modelo de institucionalización de los programas para la promoción de la salud*. Oxford: Editions Care
- Harris, K.M. (2002). *Evaluating the role of "nothing to lose" attitudes on risky behavior in adolescence*. Washington: Social Forces.
- Heaven, P. (1996). *Adolescent Health: The Role Of Individual Differences*. Londres: Routledge.
- Henson, J., Carey M., Carey, K. & Maisto, S. (2006). *Associations among health behaviors and time perspective in young adults: Model testing with bootstrapping replication*. *Journal of behavioral medicine*, vol. 29, No. 2.
- Hernández, R. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill
- Kerlinger, F. (1975). *Investigación del Comportamiento*. México: Interamericana

- Lavikainen (2000). *Enfoque de salud pública y salud mental*. Washington, DC: Editions Chichester
- Lersch (1996). *Aufbau der person*. Muchen: Johan Ambrosius
- Lewin, K. (1948). *Time Perspectiva And Morale*. En G. Watson Ed. Civilian morale. Boston: Houghton Mufflin.
- Lidz, T. (1980). *La Persona. Su Desarrollo A Través Del Ciclo Vital*. Barcelona: Herder
- Mangrulkar, L., Whitman, C. & Posner, M. (2001). *Enfoque De Habilidades Para La Vida Para Un Desarrollo Saludable De Niños Y Adolescentes*. Washington: Organización Panamericana De La Salud (OPS).
- Mantilla, L. & Chahín, I. (2006). *Habilidades Para La Vida: Manual Para Aprenderlas Y Enseñarlas*. Bilbao: Fundación Edex.
- Martinez, P. (2004). *Tesis Doctoral: Perspectiva Temporal Futura Y Satisfacción Con La Vida A Lo Largo Del Ciclo Vital*. Barcelona: Universitat Autònoma De Barcelona
- Maslow, A. (1996). *Future Visions*. Thousand Oaks: SAGE publications
- Maya, L. (2001). *Los Estilos De Vida Saludables: Componente De La Calidad De Vida*. Medellín: Funlibre
- Meriño, C. (1993). Identidad y plan de vida en la adolescencia media y tardía. *Perfiles educativos, abril-junio, No. 60*. Universidad Nacional Autónoma de México D.F
- Ministerio de Salud (2001). *Situación de las enfermedades de transmisión sexual en Colombia, 1976-2000*.
- Moerk, E. (1994). Age and Epogenicinfluencesand Aspirations Of Minority And Majority Group Children. *Journal Of Couseling Psychology*.
- Moerk, E. y Beckerp (1971). Attitudes Of High School Students Toward Future Marriage And College Education. *The Family Coordinator*
- Montenegro, L. (2008). *Diseño De Un Currículo Para La Promoción De La Perspectiva De Tiempo Futuro, Basado En La Dimensión Psicológica De La Promoción Y La Prevención (Dppps), Dirigido A Jóvenes De Noveno A Once*

- Grado De Bogotá D.C.* Trabajo de Grado. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia
- Montoya I. & Muñoz I. (2009). *Habilidades Para La Vida*. Requena: COMPARTIM: Revista De Formació Del Professorat.
- Neef, M. (1993). *Desarrollo A Escala Humana*. Montevideo: Editorial Nordan-Comunidad
- Nicholls, J. (1984). *Relaciones entre clima motivacional y satisfacción, percepción de habilidad y actitudes*. Lisbon: Plenum.
- Nicholls, J. (1989). *Motivational orientations and study strategies* New York: Plenum
- Nizama, R. (2007). *Como mejorarla educación para la salud: diagnostico situacional y propuestas* .Lima: CIES.
- Nutbeam, N. (1996). *Glosario de la Promoción de la Salud*. Traducción al español. OPS/OMS
- Nuttin, J. y Lens, W. (1985). *Future time perspectiva and motivation: Theory and research method*. Leuven y Hillsdale, New Jersey: Leuven University Press y Erlbaum.
- Omar, A. (2006). *Las Perspectivas De Futuro Y Sus Vinculaciones Con El Bienestar Subjetivo Y La Resiliencia En Adolescentes*. Revista Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad. Número 7. Buenos Aires: Universidad de Palermo
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Informe sobre la Salud en el Mundo 2002*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud
- Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud. 2001. *Promoción de la salud*. Documento CD43/14 adoptado por el 43° Consejo Directivo, 53a Sesión del Comité Regional, Washington, DC, septiembre de 2001
- Papalia, D.& Wendkos, S. (1998). *Psicología Del Desarrollo*. Bogotá: Mcgraw-Hill
- Restrepo, E. (2005). *Antecedentes históricos de la Promoción de la Salud, Promoción de la Salud: cómo construir vida saludable*. Málaga: Médica Panamericana.
- Restrepo, E. (2001). *La promoción de la salud hoy: Propuestas para avance futuro*. Málaga: Editorial Médica Panamericana.

- Rodríguez, M. (2005). *Sentido de la vida y Salud Mental*. Revista Acontecimiento. 74, 2005/1, XXI, 47-49
- RUMBOS (2001). *Encuesta nacional sobre consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes de 10 a 24 años*. Observatorio colombiano sobre el consumo de sustancias psicoactivas. Bogotá: Universidad de Antioquia
- Seth, U. (1986). *Future time orientation of boys and girls of different educational faculties*. Amsterdam: Leuven University Press y Erlbaum.
- Stouthard, M.& Peetsma, T. (1999). *Future Time Perspective: Analysis of a Facet designed questionnaire*. European Journal of psychological Assessment. Vol. 15, No. 2, 99-105.
- Trommsdorff, G.(1983). *Future orientation and socialization*. *Journal of International Psychology*. Amsterdam: Boston.
- Vásquez, F. (2008). *Trabajo de Grado: Aplicación Y Evaluación De Un Taller Para Promover La Perspectiva De Tiempo Futuro En Estudiantes De Grado Décimo*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.
- Zimbardo, P.G. y Boyd, J.N. (1999). *Putting time in perspective: A valid, reliable individual- differences metric*. *Journal of Personality and Social Psychology*. New York: First Press

APENDICES

Apéndice 1. Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro

En este momento nos encontramos realizando un estudio que busca conocer lo que los jóvenes piensan y sienten con respecto al futuro y la manera en que se imaginan que será su vida cuando este llegue. Con este fin, te estamos invitando a colaborarnos respondiendo las preguntas que encontraras a continuación.

Tu participación en esta investigación es voluntaria y la información que nos proporcionas es confidencial y anónima y será conocida únicamente por quienes están realizando el estudio. Te agradecemos que respondas con seriedad y sinceridad.

Para responder, por favor lee cuidadosamente las instrucciones y cada una de las preguntas y escalas de respuesta. Ten en cuenta que estamos interesados en saber lo que TÚ piensas, y que por lo tanto no existen respuestas correctas o incorrectas.

Si no entiendes alguna pregunta, por favor pregúntale a la persona encargada de la aplicación. Si alguna pregunta no aplica a tu caso, no la respondas. Sin embargo, trata de responder todas las preguntas del cuestionario.

Muchas gracias por tu colaboración.

Vamos a comenzar pidiéndote que nos proporcionas algunos datos generales:

1. Edad: _____ 2. Sexo: Mujer () Hombre () 3. Grado: 8° () 9° () 10° ()

A continuación encontrarás una serie de afirmaciones. Por favor léelas con atención y al frente de cada una indica qué tan de acuerdo estas con lo que se plantea en ella. Marca tu respuesta con una X, según la siguiente escala:

TD	D	A	TA
TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO

N	AFIRMACION	TD	D	A	TA
1	Me agrada hacer planes para el futuro.				
2	Lo que me pase en el futuro está fuera de mi control.				
3	Soy una persona activa en el desarrollo de los planes que me propongo.				
4	La mayoría de las veces YO decido los que va a pasar con mi vida.				
5	Plantearse metas para el futuro es una pérdida de tiempo.				
6	No hay razón para pensar en el futuro antes de que llegue.				
7	Uno no puede realmente hacer planes para el futuro, porque la vida cambia demasiado.				
8	Cuando tengo una meta que deseo alcanzar, trabajo duro para lograrla.				
9	Lo que soy ahora es resultado de lo que viví en el pasado.				
10	Tengo pocas posibilidades en mi vida futura.				
11	Con frecuencia pienso como será mi vida en el futuro.				
12	En este momento NO me preocupa mucho saber que voy a hacer cuando termine de estudiar.				
13	Cuando pienso en cómo será mi vida en el futuro, creo que las cosas NO serán como a mí me gustaría que fueran.				
14	Las cosas que hago en el presente me ayudan a prepararme para el futuro				

	que quiero.				
15	Me gusta pensar sobre las cosas que haré en el futuro.				
16	El destino determina muchas cosas en la vida.				
17	Las cosas que haga ahora que soy joven definirán mi vida adulta.				
18	No vale la pena preocuparme por el futuro, porque igual no hay nada que yo pueda hacer al respecto.				
19	Pienso en cómo pueden ser las cosas en el futuro y trato de influir sobre ellas con mi comportamiento actual.				
20	Puedo imaginarme claramente cómo será mi vida en unos años.				
21	Hacer cosas que tienen resultados inmediatos es mejor que hacer cosas que tienen resultados muy lejanos.				
22	Como ahora me siento bien, no me preocupo por los problemas que tendré después.				
23	Cuando tengo que tomar una decisión pienso en lo que he hecho antes en situaciones parecidas y cómo me ha resultado.				
24	Vivo el día de hoy sin preocuparme por el mañana.				
25	Cuando quiero lograr algo, me planteo metas y pienso cómo alcanzarlas.				
26	Hago listas de las cosas que tengo por hacer.				
27	Cuando tengo que tomar una decisión, pienso sobre las consecuencias que me puede traer en el futuro.				
28	Con frecuencia hago cosas para alcanzar resultados que veré sólo en el futuro.				
29	Estoy demasiado ocupado con mi vida diaria como para ponerme a pensar en el futuro.				
30	A veces pienso sobre las cosas que debí haber hecho de otra forma en mi vida.				
31	Prefiero hacer las tareas que tengo para mañana que salir con mis amigos.				
32	He cometido errores que me gustaría poder deshacer.				
33	Soy capaz de sacrificar mi bienestar inmediato si eso me asegura que en el futuro obtendré cosas mucho mejores.				
34	Hago las cosas impulsivamente.				
35	Hay que vivir la vida un día a la vez.				
36	Si quiero algo en el momento, lo compro sin importar que lo necesite.				
37	Cuando estoy haciendo algo, siento que es más importante disfrutar lo que estoy haciendo que terminarlo a tiempo.				
38	Creo que mi vida en el futuro será mejor de lo que ha sido hasta ahora.				

Del Rio, A. (2005). *Proyecto de grado para Maestría en Psicología: La perspectiva de Tiempo Futuro y la Adopción de Conductas que Ponen en Riesgo la Salud en Adolescentes*. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia

Apéndice 2. Asentimiento informado

 <p>UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA BOGOTÁ, D.C.</p>	<p>UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA- BOGOTÁ FACULTAD DE PSICOLOGIA</p>
<p>FECHA: ___/___/___</p>	
<p>Te estamos invitando a participar en un trabajo de grado del Grupo de Prevención y Promoción de la Facultad de Psicología de la Universidad de San Buenaventura, que pretende identificar la perspectiva del futuro que tienen los jóvenes de instituciones educativas distritales de Usaquén. Tú puedes decidir si aceptas o no participar en la investigación. Si no quieres participar, no pasará nada.</p> <p>Lo que harás, si aceptas participar en la investigación, es responder una prueba en donde tendrás que decidir si estás de acuerdo o no con respecto a unas afirmaciones. Si durante la investigación decides no continuar, puedes hacerlo y decírselo a la persona encargada. Puedes realizar todas las preguntas que tengas sobre el proyecto de investigación y si después de que te contesten todas tus dudas decides que quieres participar, sólo debes firmar en la parte inferior.</p> <p>Todos los datos personales que suministres serán guardados por los investigadores y los auxiliares de investigación y ninguna persona aparte de ellas podrá conocerlos. La información sólo será empleada para fines académicos.</p>	
<p>Manifiesto que he leído y comprendido la información de este documento y en consecuencia acepto su contenido.</p>	
<p>_____</p> <p>Nombre</p>	
<p>_____</p> <p>Firma y Documento de Identificación</p>	

Apéndice 3. Formato de Consentimiento Informado- Padres de Familia



UNIVERSIDAD DE
SAN BUENAVENTURA
BOGOTÁ, D.C.

**UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA- BOGOTÁ
FACULTAD DE PSICOLOGIA**

Apreciado Padre de Familia:

Su hijo(a) ha sido seleccionado(a) para participar en la investigación del proyecto de grado: “Evaluación De La Perspectiva De Tiempo Futuro En Jóvenes Que Culminan El Bachillerato En La Localidad Bogotana De Usaquéen”. Desarrollado por las estudiantes Luna Díaz y Liliana Quintero de octavo semestre de la Facultad de Psicología de la Universidad de San Buenaventura, que será llevada a cabo en diferentes colegios distritales. Usted decide si desea o no que su hijo participe en el proyecto; el negarse a participar no va ocasionarle ningún problema. La participación de su hijo consiste en compartir la perspectiva que posee acerca del futuro a través de una prueba psicológica.

La identidad de los niños así como la información que se obtenga durante el proceso de investigación será tratada con la mayor confidencialidad posible, es decir, nadie diferente a los investigadores y auxiliares de proyecto podrá conocerla. Si usted después de haber firmado este documento o incluso durante la investigación se arrepiente de la participación de su hijo en ésta, puede retirarlo en el momento que desee. Los investigadores también podrán solicitarle que se retire de la misma, si lo consideran conveniente. Teniendo claro los anteriores aspectos usted podrá dar a continuación el consentimiento para que su hijo participe en la investigación.

Yo, _____, confirmo que he leído y entendido la información arriba consignada y que las personas encargadas de la investigación me han explicado satisfactoriamente el propósito, los objetivos y el procedimiento que será llevado a cabo, así como me han comunicado que no hay riesgo para mi hijo(a) y que deseo voluntariamente otorgar el permiso para que mi hijo(a) participe en la investigación.

Nombre _____

Firma _____ Documento de Identidad _____