Evaluación de la Efectividad y de la Eficacia de un Programa de Fortalecimiento de la Perspectiva de Tiempo Futuro en Estudiantes de Grado Décimo

Andrea Juliana Beltrán Sastre
Hellen Julieth Buendía García
Daniel Sebastián Restrepo
María Paula Torres Flórez
Sonia Estefanía Vega Molina

Luis Flórez-Alarcón, Ph.D.
Director

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA
Facultad de Psicología
Bogotá, D.C., Enero, 2013

RAE

1. **TIPO DE DOCUMENTO:** Trabajo de grado para optar por el título de PSICOLOGÍA
2. **TITULO:** EVALUACIÓN DE LA EFECTIVIDAD Y DE LA EFICACIA DE UN PROGRAMA DE FORTALECIMIENTO DE LA PERSPECTIVA DE TIEMPO FUTURO EN ESTUDIANTES DE GRADO DÉCIMO.
3. **AUTORES:** Juliana Andrea Beltrán Sastre, Hellen Julieth Buendía García, Daniel Sebastián Restrepo, María Paula Torres Flórez, Sonia Estefanía Vega Molina
4. **LUGAR:** Bogota, D.C.
5. **FECHA:** Enero de 2013
6. **PALABRAS CLAVE:** perspectiva de tiempo futuro (PTF), adolescencia, dimensión psicológica de la prevención y promoción de la salud (DPPPS).
7. **DESCRIPCION DEL TRABAJO:** El objetivo principal de este proyecto es Evaluar la efectividad y la eficacia de un programa para la promoción de la perspectiva de tiempo futuro en estudiantes de décimo grado, estructurado en cuatro talleres que trataban los componentes de densidad, valencia, atribución y herramientas de la PTF, en 115 estudiantes de grado décimo de dos colegios distritales de la ciudad. Los talleres se diseñaron tomando en cuenta los procesos de cambio propuestos en la Dimensión Psicológica de la Prevención y de la Promoción en Salud (DPPPS).

   Se usó un diseño pre- prueba y post-prueba con grupo control, asignando los sujetos a cuatro grupos experimentales que recibieron alguno de los talleres, y a un grupo control que no recibió ninguno. Para evaluar el impacto de los talleres se usaron dos cuestionarios: el "Cuestionario Sobre Los Jóvenes y El Futuro", que evalúa cinco aspectos de la PTF, y el "Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF".
8. **LINEAS DE INVESTIGACION:** Salud
9. **FUENTES CONSULTADAS:** Carcelén, M & Martínez, P. (2008). *Perspectiva temporal futura en adolescentes Institucionalizados*, *2,* 255-27. Recuperado de

http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=e6deb712-fdde-41f7-b6ad_e21ef63f5d54%40sessionmgr111&vid=6&hid=112. 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. Del Río, A. & Herrera, A. (2006). Desarrollo de un instrumento para evaluar Perspectiva de Tiempo Futuro en adolescentes. *Avances en medición, 4, 47-60.*Recuperado de http://scienti.colciencias.gov.co:8084/publindex/docs/articulos/1692-0023/1/18.pdf. Díaz, L & Quintero, L. (2011). Evaluación de la perspectiva de tiempo futuro en adolescentes que culminan el bachillerato en la localidad bogotana de Usaquén. Trabajo de Grado. Universidad de San Buenaventura, Bogotá. Flórez, L. (2007). *Psicología Social de la salud*. Bogotá: Manual Moderno. Lens, W. (1986). *El rol de la perspectiva de tiempo futuro en la motivación infantil.* Bélgica.67-94.Recuperado de http://fresno.ulima.edu.pe/sf%5Csf_bdfde.nsf/imagenes/FCB815179CE767F105256F380056E146/$file/lens.pdf. Martínez, P. (2004). *Perspectiva temporal futura y satisfacción con la vida a lo largo del ciclo vital*. Bartella: Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/4747/pmu1de1.pdf;jsessionid=DD499F8A54119BEEE04844144D448C2B.tdx2?sequence=1. 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 de la Salud, dirigido a jóvenes de noveno a once grado de Bogotá D.C. *(tesis de pregrado)*.Universidad Nacional de Colombia, Bogotá. Colombia. Nuttin, J. & Lens, W. (1985).*Future time perspectiva and motivation: Theory and research method*. Leuven y Hillsdale, N.J: Leuven University Press y Erlbaum.

10. **CONTENIDOS:** La perspectiva de tiempo futuro, es un proceso en el cual las experiencias del individuo están adjuntas a los marcos de tiempo. Según Lewin (1951) y Nuttin (1964) (citados por Díaz, 2006), los marcos de tiempo, es decir pasado, presente y futuro, influencian en la manera en la cual un individuo organiza y proporciona significado a las experiencias, esto puede así mismo afectar las decisiones hechas por un individuo en respuesta a estímulos

específicos. Tanto la perspectiva temporal futura como las actitudes temporales se encuentran fuertemente influenciadas por la etapa evolutiva de cada individuo, por el ambiente y la cultura en la cual se desarrolla. En esta sociedad cambiante se generan un conjunto de contextos de vida para los adolescentes y jóvenes dominados por las desigualdades, por la presencia de multiplicidad de recorridos, la diversidad de las experiencias, su intensidad, su carácter no previsto y no prefigurado.

Estos contextos cambiantes que atraviesan los adolescentes, se interrelacionan con una condición personal que se ha definido como inestable pues está en permanente construcción y reconstrucción (Funes, 2003). Esto tiene una fuerte influencia en los procesos de desarrollo que atraviesa el adolescente, una de ellas es la fase tardía de la adolescencia (de los 18 en adelante) en donde se tiende a percibir el futuro más cercano, la necesidad de independencia económica, las expectativas de los roles adultos que pronto han de desempeñar y la búsqueda de una pareja los cuales aumentan la estabilidad y compromiso con los proyectos a futuro (Funes, 2003). Esto se relaciona con la motivación y su relación con la PTF en la adolescencia, haciendo referencia a una alta valencia de las metas que establecen los escolares, es aquí donde la motivación juega un papel importante tanto en el establecimiento de las mismas, como en la puesta en marcha de estrategias conducentes a logros finales (Vásquez, 2008).

A partir de esto de presentan diversos modelos explicativos de la motivación, uno de ellos es el de expectativa y valencia que habla acerca del grado de compromiso personal con respecto al objetivo propuesto. Es así, que si existe una intención clara y concreta por conseguir una meta, aumentará la probabilidad de lograr el objetivo (Barberá, 1999). Otro modelo explicativo es el del Rubicón que representa cuatro fases y dos momentos clave de inflexión en el proceso de toma de decisiones (Heckhausen, 1987 citado por Barberá, 2002).

Teniendo en cuenta esto se tomó en la dimensión psicológica de la prevención y promoción de la salud (DPPPS) planteada por Flórez (2007), la cual hace referencia a variables de orden psicológico, basados en procesos cognitivos (expectativas y acciones), teniendo en cuenta modelos de etapas, para contribuir

y llegar a una conducta saludable. Cada etapa es un eslabón que permite a la persona acercarse un poco más a la ejecución de la conducta. Por lo tanto, la programación de las actividades promotoras o preventivas debe arrancar en la etapa en la que se ubique la persona.

11. **METODOLOGIA:** La presente investigación es de tipo cuasi experimental, ya que no se tiene el control de todas las variables extrañas; con un diseño de pre-test y post-test con grupo control, con un proceso de muestreo no probabilístico. En este tipo de estudio se hace una medición antes (pre-test) de la variable dependiente, es decir, del fenómeno o característica en el cual se desea determinar el efecto de la variable independiente o el tratamiento. Luego, se aplica la variable independiente sólo en el grupo experimental y se hacen mediciones después (post-test) en ambos grupos. Finalmente, se hacen comparaciones, en ambos grupos entre las mediciones antes y las respectivas mediciones después (Hernández, Fernández y Baptista 2006).
12. **CONCLUSIONES:** Los resultados observados muestran una gran variabilidad a través de los diversos indicadores utilizados para evaluar la variable dependiente y para tomar decisiones acerca de la hipótesis de nulidad. De acuerdo a los resultados obtenidos, se evidencia efectividad en los cuatro talleres, pero eso también se observa en el grupo control. En cuanto a eficacia, la evidencia fue variable, aunque en general se tuvo que aceptar la hipótesis de nulidad, pero se encontró evidencia más favorable en la aplicación de los componentes 2 y 4, y menor en los componentes 1 y 3.

    Para estos instrumentos se recomienda al inicio darle a los sujetos una clara instrucción acerca del objetivo y la forma de responder las pruebas. Además, hacer una adecuada asistencia a las inquietudes que los participantes tengan en el momento de responderlas, evitando cambiar la intensión de las preguntas y/o guiarlos a una respuesta.

    Se tomaron en cuenta diferentes factores a tomar en cuenta: características físicas *de la situación experimental*: *participantes*, con la cual es necesario entablar empatía con estos, ya que le permitirá a los talleristas obtener mayor participación y colaboración para la aplicación y cumplimiento de los objetivos de los talleres**;** En relación con *los talleristas,* es pertinente que el tallerista o los

talleristas que desarrollan la primera sesión, sean los que apliquen la totalidad de las siguientes sesiones del taller, con el fin de dar continuidad a la construcción de la empatía y a la confianza con cada uno de los participantes; y finalmente con *los docentes y directivas de la institución educativa,* es necesario el acompañamiento de estas personas fueron claves para el desarrollo de cada una de las sesiones de taller. Esto coincide con lo mencionado por Montenegro (2008), en la cual la aplicación de currículos para la educación en salud, como campo interdisciplinario, requiere del trabajo y compromiso conjunto de los profesionales del área, los participantes y de toda la comunidad escolar.

Además de esto, este estudio permitió brindar diferentes aportes, por un lado referente al ámbito académico al grupo investigador, donde por medio de la presente investigación se pudo hacer una apreciación de la calidad de vida de los muchachos haciendo hincapié en el planteamiento de sus metas a futuro y de la importancia que esto tiene para el planteamiento de objetivos a corto y largo plazo. Constituyendo esto un aporte al conocimiento de esta etapa del desarrollo, la cual brinda una base sólida para la vida de los jóvenes.

Por otro lado se construyeron elementos de real importancia para abordar a los jóvenes y poder dar bases sólidas para la construcción de su proyecto de vida y consolidar una adecuada perspectiva de tiempo futuro. Finalmente hay que destacar que esta investigación deja un gran precedente para el programa ARCOS y todas las investigaciones que de ella parten

Contenido

Introducción 11
Adolescencia y Juventud 12
Perspectiva de tiempo futuro 14
Perspectiva de tiempo futuro en los adolescentes 20
Fortalecimiento de la perspectiva de tiempo futuro 24
La Dimensión Psicológica de la Prevención y Promoción de la Salud (DPPPS) 25
Formulación del problema de investigación **29**
Objetivos 29
Objetivo General 29
Objetivos Específicos 30
Hipótesis 30
Hipótesis de trabajo 30
Variables 31
Variable dependiente 31
Variable independiente 31
Método **31**
Tipo de estudio 31
Participantes 33
Instrumentos 34
Procedimiento 48
Consideraciones Éticas **52**
Resultados **53**
Discusión **71**
Referencias **76**
Anexos 82
Anexo1.Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro 82
Anexo2**.** Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF (A) 85
Anexo 3. Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF (B) 87
Anexo 4. Programa para el fortalecimiento de la perspectiva de tiempo futuro 89
Taller 1 "Lo que tengo y lo que quiero" 89

Taller 2 "¿Quieres triunfar?" 94
Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 98
Taller 4. "Siempre hacia adelante". 103
Taller 5: Grupo Control 107
Anexo 5. Dinámicas Sesión 1 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero" 111
Anexo 6. Dinámicas Sesión 2 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero" 113
Anexo 7. Dinámicas Sesión 3 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero" 114
Anexo 8. Dinámicas Sesión 4 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero" 115
Anexo 9. Dinámicas Sesión 5 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero" 116
Anexo 10. Dinámicas Sesión 6 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero" 117
Anexo 11. Dinámicas Sesión 1 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?" 119
Anexo 12. Dinámicas Sesión 2 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?" 120
Anexo 13. Dinámicas Sesión 3 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?" 122
Anexo 14. Dinámicas Sesión 4 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?" 124
Anexo 15. Dinámicas Sesión 5 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?" 125
Anexo16. Dinámicas Sesión 6 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?" 127
Anexo 17. Dinámicas Sesión 1 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 128
Anexo 18. Dinámicas Sesión 2 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 129
Anexo 19. Dinámicas Sesión 3 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 130
Anexo 20. Dinámicas Sesión 4 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 131
Anexo 21. Dinámicas Sesión 5 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 133
Anexo22. Dinámicas Sesión 6 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!" 134
Anexo 23. Dinámicas Sesión 1 - Taller 4. "¡Siempre hacia adelante!" 135
Anexo24. Dinámicas Sesión 2 - Taller 4. "¡Siempre hacia adelante!" 137
Anexo 25. Dinámicas Sesión 3 - Taller 4. "¡Siempre hacia adelante!" 138
Anexo26. Dinámicas Sesión 4 - Taller 4. "¡Siempre hacia adelante!" 139
Anexo 27. Dinámicas Sesión 5 - Taller 4. "¡Siempre hacia adelante!" 140
Anexo28. Dinámicas Sesión 6 - Taller 4. "¡Siempre hacia adelante!" 141
Anexo 29. Dinámica sesión 1- Grupo control. 143
Anexo 30.Dinámica sesión 2- Grupo control. 144
Anexo 31. Dinámica sesión 3- Grupo control. 145
Anexo 32. Dinámica sesión 4- Grupo control. 147

Anexo 33. Dinámica sesión 5- Grupo control. 148
Anexo 34. Dinámica sesión 6- Grupo control. 149
Anexo 35. Consentimiento Informado 150
Anexo 36. Asentamiento Informado 151
Anexo 37. Estructura de los Nuevos Talleres 152
Anexo 38. Dinámica Sesión 1 taller 1 ¿Qué hay para Mí? 162
Anexo 39. Dinámica Sesión 2 taller 1 ¿Qué hay para Mí? 164
Anexo 40. Dinámica Sesión 3 taller 1 ¿Qué hay para Mí? 166
Anexo 41. Dinámica Sesión 4 taller 1 ¿Qué hay para Mí? 167
Anexo 42. Dinámica Sesión 5 taller 1 ¿Qué hay para Mí? 168
Anexo 43. Dinámica Sesión 6 taller 1 ¿Qué hay para Mí? 170
Anexo 44. Dinámica Sesión 1 taller 2 “Construyendo Caminos” 172
Anexo 45. Dinámica Sesión 2 taller 2 “Construyendo Caminos” 174
Anexo 46. Dinámica Sesión 3 taller 2 “Construyendo Caminos” 175
Anexo 47. Dinámica Sesión 4 taller 2 “Construyendo Caminos” 176
Anexo 48. Dinámica Sesión 5 taller 2 “Construyendo Caminos” 178
Anexo 49. Dinámica Sesión 6 taller 2 “Construyendo Caminos” 179
Anexo 50. Análisis Resultados Cualitativos 181

Lista de Figuras

Figura 1.La Dimensión psicológica de la promoción/prevención: "Escalera Cognitivo Conductual". Fuente: Flórez-Alarcón (2007). 27

Lista de Tablas

Tabla 1. Frecuencia y Porcentajes de las Variables según Género e institución Intervenida. 33
Tabla 2. Estadísticos de la escala total A y escala total B 36
Tabla 3. Datos estadísticos de la fiabilidad total A y total B 37
Tabla 4. Estadísticos de fiabilidad de items pueba A 37
Tabla 5. Estadísticos de fiabilidad de ítems prueba B. 38
Tabla 6. Diferencias de la Densidad antes y después del tratamiento realizado en el grupo 1. 54
Tabla 7. Diferencias de la Valencia antes y después del tratamiento realizado en el grupo2. 55
Tabla 8. Diferencias de la Atribución antes y después del tratamiento realizado en el grupo 3. 56
Tabla 9. Diferencias de la Herramietas antes y después del tratamiento realizado en el grupo 4. 56
Tabla 10. Diferencias del Grupo Control antes y después del tratamiento realizado en el grupo 5. 57
Tabla 11. Diferencias del "Cuestionario de los Jóvenes y el Futuro" antes y después del tratamiento realizado en el grupo 1. 58
Tabla 12. Diferencias del Cuestionario de los Jóvenes y el Futuro antes y después del tratamiento realizado en el grupo 2. 59
Tabla 13. Diferencias del Cuestionario de los Jóvenes y el Futuro antes y después del tratamiento realizado en el grupo 3. 59
Tabla 14. Diferencias del Cuestionario de los Jóvenes y el Futuro antes y después del tratamiento realizado en el grupo 4. 60
Tabla 15. Diferencias del Cuestionario de los Jóvenes y el Futuro antes y después del tratamiento realizado en el grupo 5. 61
Tabla 16. Comparación Inter-grupos en la Prueba de Procesos. 62
Tabla 17. Comparación Inter-grupos del total en el Cuestionario de los Jóvenes y el Futuro. 63
Tabla 18. Comparación Inter-grupos en el Eje 1 Tendencia a Centrarse en el Futuro del Cuestionario sobre los Jóvenes y el Futuro. 64

Tabla 19. Comparación Inter-grupos en el Eje 2 Desarrollar Actualmente Planes para el Futuro del Cuestionario Sobre los Jóvenes y el Futuro. 65
Tabla 20. Comparación Inter-grupos en el Eje 3 Influencia de la Conducta Pasada en el Futuro del Cuestionario Sobre los Jóvenes y el Futuro. 66
Tabla 21. Comparación Inter-grupos en el Eje 4 Imaginarse el Futuro del Cuestionario Sobre los Jóvenes y el Futuro. 67
Tabla 22. Comparación Inter-grupos de la Actitud hacia el Futuro. 68
Tabla 23. Comparación Inter-grupos de la Extensión Temporal. 69

Lista de cuadros

Cuadro 1. Esquema del diseño pre y post test 32
Cuadro 2. Esquema de la distribución de los talleres por grado 33
Cuadro 3. Análisis de ítems Taller 1 " Lo que tengo y lo que quiero" 39
Cuadro 4. Análisis de ítems Taller 2 ¿Quieres triunfar? 41
Cuadro 5. Análisis de ítems Taller 3 ¡Gracias por tu colaboración! 43
Cuadro 6. Análisis de ítems Taller 4 " Siempre hacia adelante" 45
Cuadro 7. Estructura de los talleres 49
Cuadro 8. Planeación de tiempos del estudio 51
Cuadro 9. Estructura del taller 1 "Lo que tengo y lo que quiero” 90
Cuadro 10. Estructura del taller 2"¿Quieres triunfar?” 94
Cuatro 11. Estructura del taller 3 ¡Gracias por tu colaboración! 99
Cuadro 12. Estructura del taller 4 “¡Siempre hacia adelante! 103
Cuadro 13. Estructura del taller para el grupo control 107
Cuadro 14. Estructura del taller 1 “¿Qué hay para Mí?” 152
Cuadro 15. Estructura del taller 2 “Construyendo Caminos” 157

Evaluación de la Efectividad y de la Eficacia de un Programa de Fortalecimiento de la Perspectiva de Tiempo Futuro en Estudiantes de Grado Décimo

Resumen

El propósito del estudio fue evaluar la efectividad y la eficacia de un programa de fortalecimiento de la Perspectiva de Tiempo Futuro (PTF), estructurado en cuatro talleres que trataban los componentes de densidad, valencia, atribución y herramientas de la PTF, en 115 estudiantes de grado décimo de dos colegios distritales de la ciudad. Los talleres se diseñaron tomando en cuenta los procesos de cambio propuestos en la Dimensión Psicológica de la Prevención y de la Promoción en Salud (DPPPS). Se usó un diseño pre- prueba y post-prueba con grupo control, asignando los sujetos a cuatro grupos experimentales que recibieron alguno de los talleres, y a un grupo control que no recibió ninguno. Para evaluar el impacto de los talleres se usaron dos cuestionarios: el "Cuestionario Sobre Los Jóvenes y El Futuro", que evalúa cinco aspectos de la PTF, y el "Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF". Los resultados evidencian efectividad de los cuatro talleres, pero también del procedimiento aplicado al grupo control. Sólo se evidenció eficacia de los componentes de valencia y herramientas para la PTF, lo cual sugiere la importancia de estos dos factores en la estructuración de un programa final para su promoción. Se propone una nueva estructura del programa a partir de los resultados obtenidos. Se sugiere hacerle una nueva evaluación, incluyendo un grupo que reciba la estructura total, además de los grupos que reciben componentes parciales.

Palabras clave: perspectiva de tiempo futuro (PTF), adolescencia, dimensión psicológica de la prevención y promoción de la salud (DPPPS).

Abstract

The purpose of the study was to evaluate the effectiveness and efficiency of a program to strengthen the Future Time Perspective (FTP), divided into four workshops dealing density components, valence, and attribution tools TFP in 115 students tenth grade two district schools of the city. The workshops were designed taking into account the processes of change proposed in the psychological dimension of Prevention and Health Promotion (DPPPS). Design was pre-test and post-test with control group, subjects assigned to four experimental groups that received one of the workshops, and a control group that received neither. To assess the impact of the workshops were used two questionnaires: the "Survey on Youth and the Future", which evaluates five aspects of TFP, and "Process Questionnaire TFP Change". The results demonstrate the effectiveness of four workshops, but also the procedure as the control group. Only effective evidenced valence components and tools for the PTF, which suggests the importance of these two factors in structuring a program for promotion end. We propose a new program structure from the results. It is suggested to make a new assessment, including a group that receives the total structure, in addition to the groups receiving partial components.

Keywords: future time perspective (FTP), adolescence, psychological dimension of prevention and health promotion (DPPPS)

Evaluación de la Efectividad y de la Eficacia de un Programa de Fortalecimiento de la Perspectiva de Tiempo Futuro en Estudiantes de Grado Décimo

La Facultad de psicología de la Universidad de San Buenaventura, sede Bogotá, en su interés por formar psicólogos, con un alto compromiso ético y social, y con sólidos conocimientos disciplinares y profesionales, pone en marcha un proyecto de desarrollo social, denominado "ACCIONES DE REFORZAMIENTO DE LA COMPETENCIA SOCIAL" (ARCOS), el cual se conforma por un paquete de actividades preventivas de tipo universal, selectivo e indicado, que se centran en fomentar la calidad de vida, la salud, la toma de decisiones y la consecución de metas futuras, pertenecientes a los colegios de la localidad de Usaquén y de otras localidades de la ciudad de Bogotá.

Una de estas actividades se fundamenta en la prevención de tipo universal y consta de un programa de Fortalecimiento de la Perspectiva de Tiempo Futuro, en donde se promueve el reconocimiento de oportunidades y posibilidades del futuro profesional/ocupacional, la identificación del concepto de éxito y fracaso y la utilización de estrategias que ayuden a conseguir metas y logros personales.

El programa consta de tres componentes principales que abarcan los grados octavo, noveno, y décimo. El componente "De Cara al Estudio" (octavo grado) va dirigido a fortalecer el interés de los(as) jóvenes escolares por su formación para el mundo del trabajo; el componente "De Cara a la Intimidad" (noveno grado) se centra en la formación en torno a temas de gran importancia afectiva como la sexualidad y la familia; el componente "De Cara a la Vida" (décimo y undécimo grado) se centra en el fortalecimiento del sentido de vida y en la planificación para afrontar un momento transicional de gran relevancia como lo es el paso del bachillerato al mundo laboral.

Se espera de este programa un resultado a mediano plazo que redunde en una mejor calidad de vida para los(as) jóvenes al final de su ciclo de formación secundaria. El presente trabajo forma parte del desarrollo investigativo en torno al componente "De Cara a la Vida". A continuación se realizara una breve contextualización de los aspectos fundamentales que caracterizan la etapa de la adolescencia, a la cual se dirige este programa.

Adolescencia y Juventud

La adolescencia se conceptualiza a menudo como una evolución entre la infancia y la edad adulta; sin embargo los acontecimientos sociales y políticos de las dos últimas décadas han afectado significativamente a la naturaleza de la transición presentada en los estadios de desarrollo como son: la niñez, la adolescencia y la edad adulta (Coleman y Hendry, 2003).

Según Papalia, Wendckos y Duskin (2001), esta etapa es vista como una de las más difíciles, ya que los sujetos sufren muchos cambios en diferentes áreas. A nivel físico, el crecimiento y la maduración sexual prácticamente han finalizado adquiriendo alrededor del 95% de la talla adulta, entre los cambios físicos más importantes se identifican los siguientes; la menarquía en las mujeres, la presencia de esperma en los varones, la maduración de los órganos reproductores y el desarrollo de las características sexuales secundarias como lo son el crecimiento de los senos, la aparición del vello púbico y axilar, cambios en la voz y en la piel, aumento del ancho y profundidad de la pelvis y el ensanchamiento de la espalda.

En cuanto a la capacidad cognitiva, los adolescentes alcanzan conciencia del concepto, etapa dicha por Piaget, donde los jóvenes entran al nivel más alto de desarrollo cognoscitivo, que se denomina "operaciones formales", y se identifica en el adolecente cuando el pensamiento abstracto está plenamente establecido. En esta etapa los jóvenes están orientados al futuro y son capaces de percibir y actuar según las implicaciones futuras de sus actos. Además adquieren la habilidad de demostrar hipótesis, formular teorías y un mayor nivel de planeación (Papalia y Wendckos, 2006).

Adicionalmente, los adolescentes tienen una sensación de omnipotencia e invulnerabilidad con el pensamiento mágico; esta facilita los comportamientos de riesgo que conllevan a la morbimortalidad (alcohol, tabaco, drogas, embarazo, etc.) y que puede determinar parte de las patologías posteriores en la etapa adulta (Aguirre, 2007).

A nivel emocional es difícil establecer si la adolescencia es o no un periodo de mayor inestabilidad. Pero nada impide reconocer la riqueza emocional de la vida del adolescente y su originalidad. La emocionalidad tiene en cuenta lo referente a intensidad, amplitud y profundidad (Borre, 2009).

La mayoría de los estudios sobre las experiencias emocionales y la estructura del afecto coinciden en que el afecto está constituido por dos dimensiones denominadas afecto positivo y afecto negativo, las cuales se pueden entender como estados afectivos transitorios o disposiciones personales (Watson , Clark y Tellegen, 1985).

Con base a esto el afecto positivo (AP), constituye la dimensión de la emocionalidad positiva, energía, afiliación y dominio, reflejando el grado de entusiasmo por la vida. Es decir, bajo la influencia del afecto positivo, las personas tienen significativamente más probabilidades de ser pro sociales, más sociables, cooperativas, y ayudar más a los demás. El afecto negativo (AN), representa la dimensión de la sensibilidad frente a estímulos negativos, se caracteriza por sensaciones de estados emocionales aversivos, como el nerviosismo, el miedo, el disgusto, la culpa y la ira; aunque este no puede impedir las habilidades pro sociales (Robles y Páez, 2003).

Estos ámbitos en los cuales se construye la conducta en el adolescente, algunas veces pueden estar enmarcadas entre las conductas oposicionistas y desafiantes a la autoridad, es decir, el adolescente encuentra problemas de autonomía, en lo que él quiere hacer y lo que los padres le dicen que tiene que hacer, a su realidad, los adolescentes prefieren hacer lo que les gusta y es ahí cuando entra en conflictos por imponer sus ideas (Alejandría, 2008).

Todos y cada uno de esos factores son esenciales en la construcción de la personalidad, ya que esta puede atravesar por diferentes factores que la ocasionan como por ejemplo la enseñanza de los padres, en dónde se relaciona (amigos) y sobre todo su entorno social, por lo tanto es importante conocerlos para poder orientar al adolescente, ya que a esta edad lo que más le preocupa es su apariencia física (Alejandría, 2008).

En la adolescencia se presenta un cambio muy predominante en la etapa del desarrollo y es lo que se conoce como excitabilidad emocional, referida a sus vivencias emocionales vistas como: ricas, variadas, complejas y contradictorias con los adultos y con lo coetáneos. Por otro lado, aparecen las vivencias relacionadas con la maduración sexual, sus sentimientos se hacen cada vez más variados y profundos, surgiendo los sentimientos amorosos (Borre, 2009).

Y es aquí en donde la conducta sexual hace su aparición, despertándose un gusto por el sexo contrario, ya desean comportarse de la manera como a ella o a él les gusta, cambian de ropa y de apariencia física, para que la otra persona entienda que ya es grande, dejando atrás su ropa y sus comportamiento que los definían como niños. La escuela, es uno de los contextos en los cuales los adolescentes poco a poco se van convirtiendo en seres apáticos, descontentos, agresivos, tímidos, exhibicionistas, nerviosos; y hasta llegan a sufrir ciertos defectos físicos (visuales, auditivos) y desajustes emocionales con limitadas posibilidades de aprendizaje presentando en el aula problemas de conducta (Gonzáles, 2005).

Con base a esto se tiene de base que el adolescente intenta lograr algunas estrategias de sobrevivencia más sistemáticas para poder establecer contacto con otros contextos de forma adaptativa. Por esta vía constituyen un proyecto de vida, incluso precario. En tanto rito de pasaje a la adultez, el hijo es una posesión que instala a los adolescentes como adultos, conformando de este modo una perspectiva de tiempo futuro y permitiendo, en algunos casos, desplegar estrategias de cuidado y protección más estabilizados. Permitiendo con ello la construcción de un proyecto de vida estandarizado o no, dependiendo del contexto que lo rodea (Llovet, 2008).

Perspectiva tiempo futuro

La perspectiva de tiempo futuro, es un proceso en el cual las experiencias del individuo están adjuntas a los marcos de tiempo. Según Lewin (1951) y Nuttin (1964) (citados por Díaz, 2006), los marcos de tiempo, es decir pasado, presente y futuro, influencian en la manera en la cual un individuo organiza y proporciona significado a las experiencias, esto puede así mismo afectar las decisiones hechas por un individuo en respuesta a estímulos específicos.

Con base en esto, Zimbardo y Boyd (1999), organizaron los tres marcos de tiempo en cinco factores que surgieron como resultado de los análisis de factores repetidos tales como: la perspectiva de tiempo pasado negativo, la cual se refiere a una visión desagradable en un momento determinado en el pasado; la perspectiva de tiempo pasado positivo, la cual se refiere a una actitud más cálida y sentimental hacia el pasado.

El presente hedonista, el cual habla de la toma de riesgos hacia la vida y la satisfacción inmediata de necesidades, mientras que el presente fatalista, refleja una

actitud del individuo sin esperanzas hacia el futuro acerca de sí mismo y no tiene control de sus propias acciones y la perspectiva de tiempo futuro, que se refiere a las actitudes en las cuales se refuerza para las metas y su respectiva recompensa (Zimbardo y Boyd, 1999).

Por otro lado, para Atkinson y Raynor (1974), la perspectiva de tiempo futuro puede ser definida, como el impacto en la motivación para la elaboración de alguna actividad presente de la percepción de su relación instrumental, como un paso en una senda mayor hacia distantes metas futuras y consecuencias arriesgadas para su obtención. Esto se aplica a las tareas de logro en donde ¨la meta futura¨ es el éxito de otra tarea de logro y las consecuencias arriesgadas¨ son aquellos fracasos en las tareas de logro futuras.

La perspectiva del tiempo futuro, puede ser analizada a su vez desde diferentes puntos de vista, ya que según Martínez (2004), se refiere a la percepción que tienen cada sujeto al momento de cumplir un objetivo, una meta o proyecto que le traerá consigo una comprensión y un bienestar propio, que se verá reflejado en su plan de vida.

De esta manera, la actitud que tiene la persona hacia el futuro (ya sea para cumplimiento de metas u objetivos), puede estar acompañada de esperanza, temores, expectativas, alegrías o ansiedad, y estará en gran medida influenciada por las distintas experiencias pasadas, presentes y por la manera de construir y llegar a dichas experiencias. Teniendo en cuenta además la etapa evolutiva de cada individuo, la cultura y el contexto en que se ve inmerso (Carcelén y Martínez, 2008).

Es por esto, que las personas tienen diferentes percepciones acerca de las cosas que les suelen suceder diariamente y que éstas como tal pueden llegar a verse reflejadas en sus planes futuros. Por ello, es que constantemente se están cuestionando acerca de que vendrá para su vida futura (Díaz, 2006).

Además, se debe tener en cuenta que los sujetos determinan en su gran mayoría sus propias decisiones, que conducen a la construcción de su propia identidad y que a su vez les permitirá tener una visión más clara hacia lo que quieren lograr en un futuro (Martínez, 2004).

Sin embargo, es conveniente resaltar que las personas pueden tener una visión diferente hacia una PTF, es decir que para algunas puede ser corta, donde sólo el futuro cronológico inmediato es parte del mundo temporal en el que viven y lo que venga después no lo toman en cuenta para el presente. Y las otras personas tienen una PTF larga, en donde su vida temporal presente se extiende hacia el futuro lejano y no tienen ningún problema para tomar en cuenta o estar motivados por situaciones o resultados en un futuro lejano (Lens, 1986).

Por su parte, Bandura (2001), afirma que las personas son agentes de experiencia, es decir que están en constante servicio de crear, fomentar y cumplir con una serie de propósitos, que le dan al mismo tiempo un significado, dirección y satisfacción a sus vidas.

De esta manera, se considera que en el comportamiento de los sujetos, existe una estructura organizada, que se encuentra dirigida hacia objetivos o metas. La conducta es intencional, ya que está dirigida a metas, por lo tanto, este concepto es motivacional y en este sentido está asociado con la visión hacia el futuro que tiene cada uno de estos, guiado a sus propios intereses (Martínez, 2004).

En tal sentido, es considerado como rasgo central en el pensamiento y conducta humana, así como un fenómeno multidimensional y multinivel, que determina la orientación hacia los eventos y resultados futuros, por medio de tres procesos: motivación, planificación y evaluación (Díaz, 2006).

Por su lado, cada individuo en su proyecto de vida propone y/o elabora un conjunto de metas; según Nuttin (1985), la conducta humana es intencional de tal modo en que esté dirigida al cumplimiento de estas metas. Esto refiere que los procesos motivacionales subyacentes se explican en su gran mayoría al comportamiento del individuo. De esta manera, la PTF considera la representación mental del futuro en el presente, abarca tanto las metas como los objetos motivacionales (conforman el contenido de la PTF), y la ubicación temporal de estas (define el tiempo en las cuales se establecen las metas). Los objetos motivacionales conforman el contenido de la PTF y su ubicación temporal (Lens y Moreas, 1994).

Según Karoly (1993 citado por Díaz, 2006), la motivación es el interés de la gente en un futuro, teniendo en cuenta la estructura del sistema motivacional, compuesto por valores, motivos e intereses que desempeñaría un papel importante en la regulación de la conducta, la cual a mayor o menor distancia temporal futura constituiría el elemento clave de la conducta motivada o dirigida a metas. Por otro lado, se encuentra la planeación, la cual se basa en el conocimiento de las posibles metas futuras y el contexto vital en el que se realizarían, lo que permite la construcción de un plan, proyecto o estrategia para realizar la meta en el contexto elegido.

El último de los procesos pero no menos importante, es el de evaluación prospectiva, la cual se encarga del nivel de análisis de control primario que el sujeto percibe sobre la realización de sus metas, la probabilidad de realización futura y la afectividad asignada al futuro (Díaz, 2006).

Por otra parte, según lo plantean Nuttin y Lens (1985) y Lens (1986), la PTF se considera como una característica adquirida de la personalidad que resulta de las metas motivacionales y de la demora de la gratificación. Se encuentra que los seres humanos elaboran cognitivamente y concretizan sus necesidades, motivos y deseos en metas motivacionales específicas, acompañados de proyectos motivacionales.

Como se sabe, la motivación es la causa del comportamiento y de esta misma forma es un proceso inferido, que se puede dar como respuesta a factores psicosociales del medio ambiente. La conducta de por sí, tiene una precedencia de algo motivacional, teniendo en cuenta 3 fases importantes: Fase de iniciación, fase de alertamiento y la fase consumatoria o de resolución (Córdoba, 2006).

Algunas características de la motivación y por ende facilitadores para las diferentes metas propuestas, son claves para el cambio, indicando la probabilidad del cambio y conocimiento pleno de sus resultados, su aspecto multidimensional, una motivación dinámica y fluctuante y finalmente las influencias presentadas por las interacciones sociales (presión e influencia y normas subjetivas) (Miller, 1999).

Esto de alguna u otra forma, apoyan la motivación de la persona para reforzar su meta, ya que aumenta su PTF y de esta manera da a conocer las posibilidades en las cuales se puede presentar la meta respectiva que se propuso, sus fortalezas y debilidades

y las diferentes influencias y normas que se pueden gestar tanto personales como sociales. Cual sea la raíz o base de la motivación, anticipadamente, si son positivas o negativas, están situadas en el futuro. Pero la distancia temporal a las sub-metas y metas finales puede variar desde muy corta hasta muy larga. Esto puede variar según el tipo de vida individual (Lens, 1998).

Continuando con Lens (1998), las motivaciones a largo plazo acompañadas de desarrollo de proyectos conductuales, crea una PTF extendida; el tener este tipo de visión crea objetivos motivacionales para el individuo como tal. En esta misma línea Nuttin (1985), considera que las funciones cognitivas y su influencia en la elaboración de las necesidades, especialmente en los procesos de establecimiento de metas, en el ser humano se va desligando gradualmente de la situación actual y se va abriendo a "perspectivas profundas".

Por lo tanto, según Bandura (1989), los eventos futuros y las metas que se plantea una persona, están representados cognitivamente en el presente y se convierten en motivadores y reguladores de la conducta, gracias a una elaboración activa que hace el individuo. Además es importante destacar, que el poder motivacional de los proyectos está combinado con la autoevaluación que el individuo realiza de sí mismo, sus logros y sus posibilidades de alcance.

Al hablar de logros e intereses, estamos tomando en cuenta un proceso motivacional que cobra real importancia en el ámbito escolar, los cuales son centrales subyacentes para entender las diferentes razones que tienen los estudiantes para comportarse. Según Ausubel, Novak y Hanesian (1999), hay tres componentes de la motivación de logro: *la necesidad de logro*, *el mejoramiento del yo* y *el componente afiliativo*. Con el logro de metas, las personas se esfuerzan en alcanzar el *mejoramiento del yo* porque tales logros se convierten en elementos de generación de autoestima y de incremento del *status.*

Existen de esta manera, diferentes aspectos de las relaciones interpersonales que tienen una influencia potencial en la motivación. Uno de estos y quizás el más importante son las influencias sociales, las cuales están encaminadas a las relaciones significativas y el apoyo emocional recibido por estas (Wentzel, 1998).

Las metas propuestas por los estudiantes, pueden estar situadas en las dimensiones metas intrínsecas versus extrínsecas y metas inmediatas versus futuras. Cuando se hace referencia a una motivación intrínseca, el aprendizaje y los logros en el colegio constituyen una meta en sí misma. Las actividades que son extrínsecamente motivadas son las instrumentales. Esto implica que las metas futuras o la PTF de los estudiantes, solo puedan crear motivación extrínseca. En la medida en que los estudiantes se encuentran motivados por el trabajo escolar y por el valor de utilidad que este posee para obtener otras metas importantes en el futuro lejano o cercano (Lens, 1998).

La intensidad de la motivación intrínseca de logro, resultante para el éxito es una función de la necesidad individual de logro o del motivo para tener éxito y motivo para evitar el fracaso, o de la dificultad percibida de la tarea de logro o de la probabilidad del éxito y el valor incentivante de este. De igual manera Raynor (1974), argumenta que la lucha por el logro es operacionalizada como el número de tareas de logro que son anticipadas por un individuo en un tiempo dado.

Así mismo, está visto que en la vida cotidiana, las recompensas relevantes, que son exógenas al aprendizaje y que son dadas a unas actividades intrínsecamente motivadas, pueden disminuir la motivación intrínseca, por lo que ya no es tanto el interés intrínseco sino las recompensas extrínsecas las que controlan las actividades, por lo tanto el interés intrínseco tiende a desaparecer (Montenegro, 2008).

Toda meta, sea a corto o largo plazo, tiene en sí misma una jerarquización, dependiendo de su relevancia e importancia. Existe una jerarquía de tareas y de tiempos. La jerarquía de tareas, se refiere al número de tareas de logro en una senda contingente, lo que quiere decir, que se tienen tareas adicionales en caso de que la primera no funcione. La jerarquía de tiempo, se refiere a la duración temporal anticipada de una senda contingente o de la distancia cronológica, hacia las metas de logro (Raynor, 1974).

En este sentido, las dimensiones que hacen parte de las perspectivas de tiempo futuro comprenden la extensión, la densidad y la direccionalidad. Según lo plantean Platt, Eisenman y Degross (1969), la primera hace referencia a la longitud del futuro, teniendo en cuenta el nivel personal e impersonal; la densidad refiriéndose al número de eventos o tareas que hacen parte del futuro personal de un individuo y la direccionalidad como el sentido de avanzar al futuro.

Por otro lado, Vásquez, Rapetti y Lacroze (2006), planteaban que la distancia en el tiempo es considerada intencional y la direccionalidad como el sentido de avanzar al futuro y la riqueza de volumen en cada fase de tiempo o en los dominios de vida del individuo.

Diversos autores que han abordado la PTF en diferentes investigaciones, por ejemplo, De Volder y Lens (1982), encontraron que estudiantes de grado undécimo con intervalos de edad entre 17 a 18 años, altamente motivados, atribuyen significativamente mayor valor a las metas situadas en el futuro relativamente distante que estudiantes menos motivados.

Más tarde, aplicaron el inventario de objetivos de motivación diseñado por Nuttin (1985), que contiene 150 objetivos positivos y 50 objetivos negativos de motivación agrupados en diferentes factores como la valencia positiva, la valencia negativa, la cercanía o lejanía en el futuro de estas metas y encontraron que la valencia e instrumentalidad positiva otorgada a las metas futuras contribuían a una realización más comprometida de las actividades académicas concibiéndola como una acción necesaria para la consecución a largo plazo de las metas propuestas.

Otras investigaciones orientadas a través de los sexos (Greence y Weatley, 1992), enfocadas en el nivel socioeconómico y etnicidad, demuestran que las mujeres tienden a focalizar más sobre objetivos inmediatos y son más pesimistas en cuanto a su futuro personal que los varones; mientras que los grupos minoritarios y de bajos ingresos tienden a tener una limitada visión sobre el futuro (Omar, 2005a).

Perspectiva de tiempo futuro en los adolescentes

Tanto la perspectiva temporal futura como las actitudes temporales se encuentran fuertemente influenciadas por la etapa evolutiva de cada individuo, por el ambiente y la cultura en la cual se desarrolla. En esta sociedad cambiante se generan un conjunto de contextos de vida para los adolescentes y jóvenes dominados por las desigualdades, por la presencia de multiplicidad de recorridos, la diversidad de las experiencias, su intensidad, su carácter no previsto y no prefigurado. Estos contextos se interrelacionan con una condición personal que se ha definido como inestable pues está en permanente construcción y reconstrucción (Funes, 2003).

Esto tiene una fuerte influencia en los procesos de desarrollo que atraviesa el adolescente, una de ellas es la fase tardía de la adolescencia (de los 18 en adelante) en donde se tiende a percibir el futuro más cercano, la necesidad de independencia económica, las expectativas de los roles adultos que pronto han de desempeñar y la búsqueda de una pareja los cuales aumentan la estabilidad y compromiso con los proyectos a futuro (Funes, 2003).

Otro aspecto importante del adolescente es su pensamiento hacia el tiempo futuro lo cual lleva al concepto de morosidad; que es la demora de las diferentes metas que ellos tienen, acompañado por sentimientos de desagrado y de desaprobación, ya que esto puede ser provocado por algunas falencias constituidas en los planteles educativos (desmotivación, bajo rendimiento académico, acoso escolar, entre otras); además de las condiciones externas que son las que median a cada uno de los jóvenes (García, 2005).

Por otro lado, Nurmi, Poole y Kalakiski (1994, citados por Omar y Cols, 2005), consideran que las experiencias y las expectativas de los adolescentes acerca de su futuro, hacen que influyan en sus comportamientos actuales y se vinculan con las decisiones acerca de su propia familia, educación, trabajo, vinculación afectiva, entre otros.

De igual manera los objetivos y expectativas de los jóvenes están encaminadas a tres categorías principales, tales como el estudio, el trabajo y la familia (Carcelén y Martínez, 2008).

Particularmente estos son aspectos trascendentes en la etapa del adolescente pues la figura de los padres y los educadores adquieren una importancia crucial y sustantiva. Básicamente porque se ha demostrado que el estilo de vida de los padres actúa como un prisma en el que se reflejan las aspiraciones de sus hijos, y porque los docentes que se esfuerzan por mostrar la aplicación de cada tema, enseñado con el mundo del trabajo en donde se benefician con cohortes orientadas más positivamente al futuro (Omar, Delgado, Souza y Formiga, 2005).

En esta etapa el futuro se torna un poco más realista, se aproximan expectativas familiares y sociales, que presionan al joven para que tome una decisión, sobre su carrera profesional, su proyección dentro en veinte años. Y es así como poco a poco los adolescentes van construyendo gradualmente su identidad (Meriño, 1993).

Empero, otros autores consideran que los estudiantes no tienen una necesidad de logro o una necesidad de autorrealización, sin embargo planifican tener éxito con sus exámenes, entrar a la universidad y convertirse en maestros o médicos (Lens, 1998)

La motivación y su relación con la PTF en la adolescencia, hace referencia a una alta valencia de las metas que establecen los escolares, es aquí donde la motivación juega un papel importante tanto en el establecimiento de las mismas, como en la puesta en marcha de estrategias conducentes a logros finales (Vásquez, 2008).

De aquí que la proyección futura es considerada como un importante componente de la motivación, esto es como formación psicológica que expresa la perspectiva temporal de la motivación del sujeto orientada al futuro (Domínguez, 2007).

Con relación a esto, la PTF evoluciona desde el establecimiento de la meta motivacional, que está formada por los relativamente distantes objetos-metas que son procesados por un individuo (Lens, 1993). Ya que se evidencia una orientación positiva hacia el futuro funciona como un factor protector entre jóvenes que experimenten adversidades (Omar, 2005a).

Se denomina a la relación meta-creencias como aquellas diversas maneras de entender las experiencias escolares y que tienen importantes consecuencias en términos de maximizar la motivación en la escuela (Nicholls, 1989).

El que los adolescentes tengan presente una orientación clara hacia el futuro, es un factor protector debido a que se les permitiría asociar una amplia gama de resultados positivos en el momento de tomar decisiones en determinadas situaciones de sus vidas, por otro lado, quienes no tengan esta orientación les traerá consigo una serie de problemas y confusión, que se verán evidenciadas en sus malas decisiones y conductas inadecuadas como la delincuencia y violencia entre otros (Omar, 2005b).

Entonces la PTF en los jóvenes se enfrenta al éxito o fracaso en el tiempo presente o futuro en donde empieza una crisis por obtener más éxitos que fracasos; si se presentan fracasos los jóvenes recaen en la morosidad, similar a una desesperanza, pensando en el fracaso del presente y no en la posible solución para una salida hacia el éxito (González, Maytorena y Escalante, 2006).

Es así como al relacionar el pasado con el presente y con el futuro, el adolescente empieza a encontrarle sentido a su existencia. Se puede considerar que la única forma de encontrar el camino a la adultez, consiste en reordenar el pasado, en relación con la

situación presente y las diferentes expectativas que se tienen del futuro Rappoport (1972 citado por Meriño, 1993).

A nivel de adolescencia, se realizó una investigación con 198 estudiantes argentinos sobre la perspectiva de futuro y sus vinculaciones con el bienestar y la resiliencia; se encontró que los adolescentes resilientes se diferencian de los no resilientes porque hablan con orgullo de sus logros personales, habilidades y competencias, expresan un sentido de pertenencia y conexión a nivel individual grupal e institucional, además de poseer planes concretos y puntos de vistas positivos acerca del futuro (Omar, 2005b).

Díaz (2006), en su investigación, demuestra que desde el modelo motivacional de la selectividad socioemocional se ha encontrado que la percepción de tiempo abierta o expandida se constituye de metas relacionadas con la adquisición del conocimiento y establecimiento de nuevas relaciones interpersonales, se identificó una distancia temporal más corta para adolescentes que mayores, siendo estos últimos quienes tienen un menor número de temores y preocupaciones futuras relacionadas con la salud y el trabajo. La afectividad se mantiene en los cuatro grupos demostrando que el futuro lo perciben como algo placentero.

Una investigación encaminada a examinar la PTF en adolescentes italianos, realizó un estudio con una muestra de 498 adolescentes de ambos sexos, que estaban entre los 11 y 14 años. Los instrumentos utilizados para la recolección de información, fueron un formulario de datos personales, en donde pedía la edad, sexo, grados, a la ocupación de sus padres y su nivel educativo. Además, fue de requerimiento de la escala de dirección a largo plazo personal, la escala de la posibilidad de lograr metas futuras y la escala de esperanza (Ferrari, Nota y Soresi, 2010).

Encontrando, que existía niveles más altos de la PTF en las mujeres que en los hombres. Es decir, que las adolescentes, se centran por lo general en su mayoría en la elección sobre su futuro y tiende a mostrar mayores niveles de ajuste en su vida (Ferrari, Nota y Soresi, 2010).

Otras investigaciones como la de Kerpelman y Mosher (2004), indican que muchos adolescentes pertenecientes a grupos de riesgo no tienen tiempo para pensar acerca del futuro a causa de las presiones cotidianas, en tanto que los adolescentes

resilientes tienen planes concretos acerca de su futuro lo que resulta en una percepción más optimista de la vida.

Fortalecimiento de la perspectiva de tiempo futuro

Se han realizado diversas investigaciones en donde se han abarcado algunas técnicas de intervención para fortalecer la PTF.

La primera es una investigación encaminada a la PTF a través de eventos de la vida adulta, los participantes para esta investigación fueron 23 mujeres y 15 hombres entre 20 y 37 años y 31 mujeres y 19 hombres entre 60 y 81 años. La metodología consistía en completar 5 cuestionarios de auto informes los cuales abarcaban los siguientes ámbitos: cuestionario de perspectiva de tiempo futuro, de eventos anticipados futuros, el inventario de los mayores eventos de su vida, locus de control de aspectos de su vida y un cuestionario de antecedentes (Fingerman y Perlmutter, 2001).

El cuestionario de perspectiva de tiempo futuro, debe ser respondido por cada uno de los participantes de la investigación, de tal manera que al diligenciarlo, tengan una proyección de 10 años hacia el futuro. Las 5 preguntas se encaminaban a evaluar la frecuencia en la cual ellos piensan acerca del futuro independientemente de la influencia externa. El cuestionario de la perspectiva de tiempo futuro, también incluía preguntas referentes a la imagen propia que ellos tenían de sí mismos en el futuro, también contaba con preguntas acerca de si ellos son o no, personas que se apropian y son conscientes de lo que el futuro puede acarrear en su vida (Fingerman y Perlmutter, 2001).

Los resultados encontrados en este estudio refieren que las diferencias de edad con respecto a la perspectiva de tiempo futuro, se puede ver más en función a la etapa de la vida, que a la cantidad real de tiempo que una persona ha vivido. Los adultos mayores reportan pensar más acerca de eventos futuros que los adolescentes. De esta manera la relación entre la perspectiva de tiempo futuro y la edad, se presenta en términos de cuánto tiempo una persona ha vivido (Fingerman y Perlmutter, 2001).

Por otro lado se realizó una investigación acerca de la perspectiva temporal futura en adolescentes institucionalizados, los participantes fueron un total de 75 adolescentes de ambos sexos, entre los 15 y 17 años y pertenecientes a un nivel socioeconómico bajo. La metodología utilizada fue de tipo no experimental, transversal descriptivo, ya que la

recolección de datos se llevó a cabo en un único momento y sin manipulación de variables (Carcelén y Martínez, 2008).

Los resultados que se encontraron reflejaron que la mayor parte de las metas se ubican en las categorías de contacto, autorrealización y sí mismo (carácter y aumento de autonomía). Con respecto a las respuestas relativas al Contacto Interpersonal se aprecia que la mayoría gira en torno a los temores o deseos relacionados con terceros, con énfasis en la familia (31%), en los padres (21%) y en la sociedad (17%). De igual manera se observa que existe una mayor tendencia en las mujeres por buscar autonomía y mayor interés en el contacto interpersonal, mientras que los hombres expresan mayor altruismo y mayor necesidad de diversión (Carcelén y Martínez, 2008).

Con relación a lo evidenciado en la investigación anterior, se puede ver que la escuela puede constituirse como un espacio idóneo para el fomento de las competencias que el individuo necesita para tener una buena calidad de vida, por ello la relevancia de establecer estrategias que actúen como factores protectores para los jóvenes de grados 9 a 11 con respecto a la estructuración y puesta en marcha de sus proyectos personales de vida, más aun cuando se encuentran en un momento del ciclo vital caracterizado por lo cambios en muchos aspectos y el surgimiento de nuevas necesidades y expectativas con respecto a su futuro (Vásquez, 2008).

Es fundamental el papel que juega la capacidad de elaborar planes de vida en la adolescencia y entre los 15 y 21 años, ya que en este espacio surgen grandes cambios en todos los contextos, que suelen desencadenarse a partir de la pubertad, y desorganizan la identidad infantil construida en la edad escolar básica (Meriño, 1993).

Por esta razón, la figura de los padres y de los educadores adquiere una gran importancia en la PTF de los jóvenes, ya que se ha demostrado que el estilo de vida de los padres incide en las aspiraciones familiares del adolescente, mientras que las enseñanzas académicas del docente interviene en las metas relacionadas en el ámbito laboral (Meyer y Krumm, 2003).

La Dimensión Psicológica de la Prevención y Promoción de la Salud (DPPPS)

Existen diversos modelos explicativos de la motivación, uno de ellos es el de expectativa y valencia que habla acerca del grado de compromiso personal con respecto

al objetivo propuesto. Es así, que si existe una intención clara y concreta por conseguir una meta, aumentará la probabilidad de lograr el objetivo (Barberá, 1999).

Otro modelo explicativo es el del Rubicón que representa cuatro fases y dos momentos clave de inflexión en el proceso de toma de decisiones Heckhausen (1987 citado por Barberá, 2002).

El diseño tenido en cuenta en esta investigación, se basó en la Dimensión Psicológica de la Prevención y Promoción de la Salud (DPPPS) (ver figura 1), planteada por Flórez (2007), la cual hace referencia a variables de orden psicológico, basados en procesos cognitivos (expectativas y acciones), teniendo en cuenta modelos de etapas, para contribuir y llegar a una conducta saludable. Cada etapa es un eslabón que permite a la persona acercarse un poco más a la ejecución de la conducta. Por lo tanto, la programación de las actividades promotoras o preventivas debe arrancar en la etapa en la que se ubique la persona.

Todo proceso o factor motivacional, que esté acompañado de una decisión a la cual queremos alcanzar, cuenta con una serie de pasos que indican si lo que se está a punto de hacer es, o no, lo más indicado, estos pasos son: ventajas y desventajas; capacidad, habilidad o posibilidad de hacerlo e influencia social (Flórez,2007).

La DPPPS supone, que una persona ejecuta determinada conducta si se cumplen una serie de requisitos diferentes al solo conocimiento de sus beneficios. En donde la motivación cumple un papel fundamental en este ámbito, va ascendiendo a medida que se superan unas barreras, para conducir desde un estado inicial de incumplimiento sistemático, en donde la probabilidad de acción es cercana a 0.0, hasta el cumplimiento sistemático en donde la probabilidad es cercana a 1.00 (Flórez ,2007).

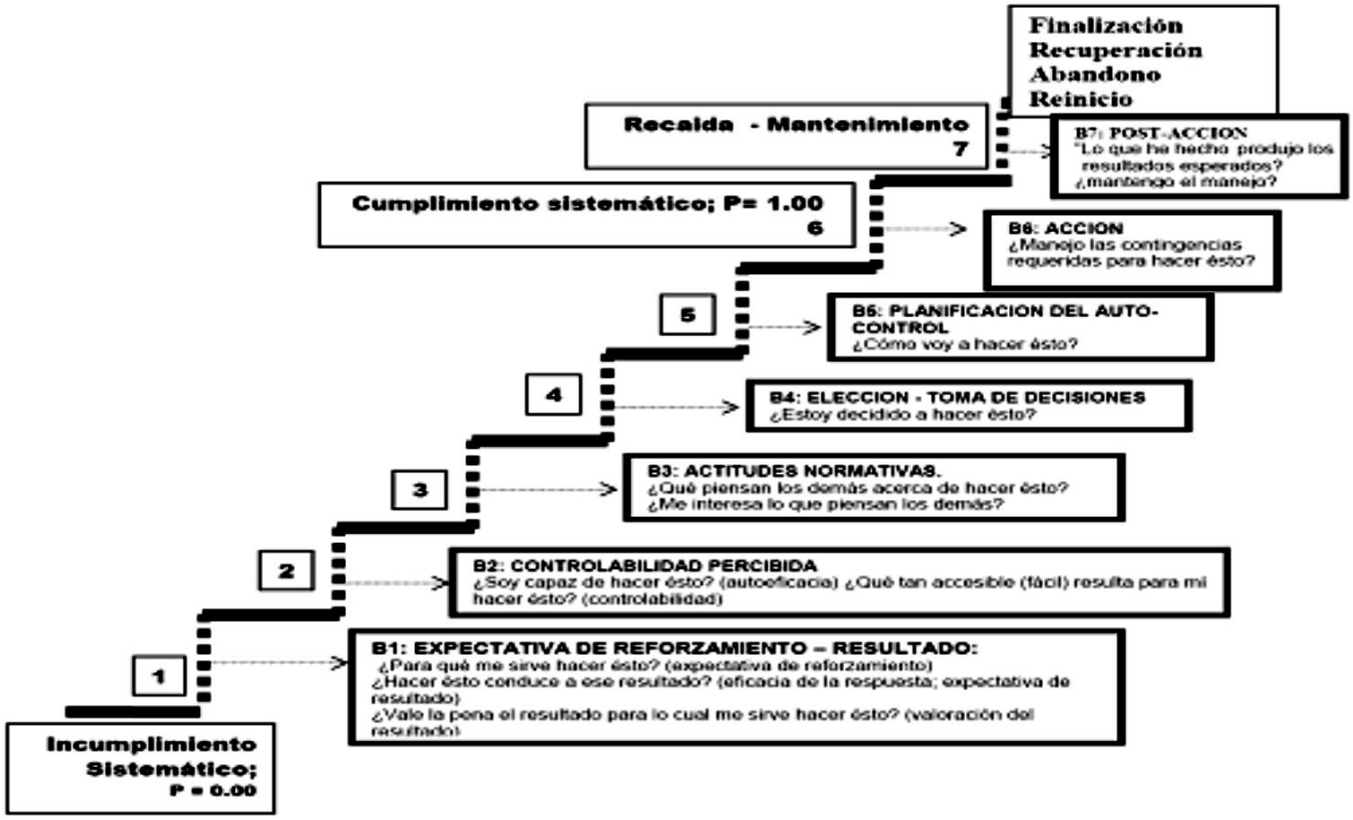


Figura 1.La Dimensión psicológica de la promoción/prevención: "Escalera Cognitivo-conductual". Fuente: Flórez (2007).

Las etapas correspondientes de esta escala, inician desde lo cognitivo con las expectativas de reforzamiento/resultado, que hace parte del primer escalón motivacional, el cual se centra en el proceso de concientización del beneficio, que se conseguiría al realizar la acción y la certeza sobre su eficacia para lograr el resultado esperado y ha sido valorado altamente por el individuo. El segundo proceso que se debe superar, para la continuación de la acción, es la controlabilidad percibida, que se enfoca hacia la confianza de la persona, en su capacidad de ejecución de la nueva conducta y en el acceso a los recursos necesarios para ello. La tercera barrera hace referencia a las influencias socioculturales, que es vinculada a las creencias, determinado la presencia de actitudes normativas, que tengan una valencia favorable o desfavorable frente a una acción particular (Flórez, 2007).

La toma de decisiones, hace referencia a la cuarta barrera motivacional, la cual muestra los beneficios y costos, de una acción deseable y otra indeseable. Esta, además aumenta la probabilidad de la acción, pero mediando la planificación o forma como se

va a proceder para llevar a cabo la acción. La quinta barrera que contempla la DPPPS, hace referencia a la planificación del autocontrol, que permitirían el cumplimiento sistemático de una acción, de tal manera que el individuo, luego de pasar por el proceso que afecta las barreras anteriormente expuestas, manifieste una alta probabilidad de implementación de las acciones propuestas en su repertorio conductual (Flórez, 2007).

Según Flórez (2007), la DPPPS abarca los procesos más importantes que la caracterizan como una propuesta de corte motivacional, centrada en el fomento de la toma de decisiones hacia la acción. Siguiendo esta metodología Montenegro (2008), diseñó 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.

Este programa está compuesto por cuatro talleres, enfocado en el fomento de factores de protección psicosociales y la disminución de los factores de riesgo, con el fin de aumentar la disponibilidad al cambio para cada uno de dichos factores y por lo tanto promover y fortalecer la PTF en los adolescentes. Estos cuatro talleres, facilitan el fortalecimiento de los componentes de la PTF, tales como, la extensión temporal, la densidad, el estado de planificación de la meta, la valencia asignada al futuro y el grado de control propio y de otros sobre las metas (Montenegro, 2008).

Uno de los talleres de este programa fue implementado por Vásquez (2008), el objetivo general de la investigación era evaluar la pertinencia y efectividad de un taller perteneciente al currículo en espiral que pretende promover la perspectiva de tiempo futuro. De esta manera, los objetivos específicos propuestos son: (a) implementar el taller ¿Qué hay para mí? del currículo promotor de la perspectiva de tiempo futuro;(b) evaluar el taller anteriormente mencionado;(c) realizar la revisión de los aspectos metodológicos de un taller del currículo en espiral promotor de la perspectiva de tiempo futuro y (d) plantear las modificaciones al currículo en aquellos aspectos en los que sea necesario hacerlo (Montenegro, 2008).

Los resultados encontrados demuestran que los estudiantes relacionaban el futuro cronológico en la vida presente ya que según sus propias palabras “todavía tienen un año para pensar en eso”. Percibían además que ni el colegio y en la mayoría de casos sus padres y familiares, hasta el momento no habían abordado el tema o no le prestaban

importancia. Adicionalmente no percibían claramente como relacionadas sus acciones presentes con el futuro laboral profesional, saben que tener unas buenas notas y un buen puntaje en el examen del estado conlleva a tener abiertas las posibilidades de ingreso a la educación superior, pero no llevan a cabo acción alguna que encause sus esfuerzos hacia esta posible meta (Vásquez, 2008).

Formulación del problema de investigación

Con respecto a lo visto anteriormente y de acuerdo a la revisión teórica, surge la necesidad de crear e implementar estrategias que fortalezcan la PTF en los adolescentes, teniendo en cuenta que en esta etapa surgen situaciones que llevan al joven a tomar decisiones que en cierta medida afectaran o producirán un cambio en sus vidas, por tal motivo la investigación se pregunta lo siguiente: ¿ Es efectivo y eficaz un programa de fortalecimiento de la perspectiva de tiempo futuro en estudiantes de grado décimo en colegios públicos de Bogotá?

Dado que la efectividad hace alusión a la pregunta por cuáles cambios induce cada componente del programa, y la eficacia alude a si ese componente específico, y no un tercer factor aleatorio, es el responsable del cambio. La primera se contesta comparando las evaluaciones pre con las evaluaciones post de cada grupo que recibe el taller. La segunda se responde comparando la evaluación post del grupo que recibe el taller con la evaluación post del grupo control.

Objetivos

Objetivo general

Evaluar la efectividad y la eficacia de un programa de fortalecimiento de la perspectiva de tiempo futuro en estudiantes de décimo grado.

Objetivos específicos

1. Evaluar la efectividad y la eficacia del componente del programa dirigido a fomentar en los estudiantes el reconocimiento de las oportunidades y posibilidades de la perspectiva profesional/ocupacional que les ofrece su futuro (Densidad).

2. Evaluar la efectividad y la eficacia del componente del programa dirigido a fomentar que los estudiantes identifiquen, asocien y reconozcan los conceptos de éxito y fracaso (Valencia).
3. Evaluar la efectividad y la eficacia del componente del programa dirigido a fomentar que los estudiantes identifiquen los conceptos asociados al soporte social como promotor de la consecución de logros en la vida (Atribución).
4. Evaluar la efectividad y la eficacia del componente del programa dirigido a fomentar la información sobre las representaciones que tienen los estudiantes con respecto a la identificación de estrategias e implementación de recursos personales, para la superación de obstáculos y logro de metas (Herramientas).
5. Aportar una versión final del taller de PTF que tenga en cuenta las anteriores validaciones de efectividad y de eficacia de sus componentes, para que sea integrado al componente "De cara a la vida" del programa ARCOS.

Hipótesis

Hipótesis de trabajo

Los talleres van a producir cambios en los procesos de cambio relacionados con la PTF, así como la actitud, la orientación temporal, y la extensión temporal de la PTF, en los estudiantes que reciban los talleres. En donde inicialmente se plantea que aumentará de la evaluación pre a la evaluación post cada factor componente de la PTF, que se haya medido en los estudiantes que reciban el programa, y que permanecerá sin cambio en los estudiantes del grupo control. Esta hipótesis a nivel estadístico se formula: Mpost > Mpre (Efectividad) y la *hipótesis de nulidad*, correspondiente es: Mpost = Mpre.

Y en una segunda se plantea que en la evaluación post de cada aspecto medido de la PTF, los estudiantes que reciban los talleres tendrán promedios superiores a los de los estudiantes del grupo control. Esta hipótesis a nivel estadístico se formula: Mpos experimental > Mpost control (Eficacia) y l*a hipótesis de nulidad*, correspondiente es: Mpost experimental = Mpost control.

Definición de Variables

Variable dependiente

Perspectiva de tiempo futuro: es un proceso en el cual las experiencias del individuo están adjuntas a los marcos de tiempo. Según Lewin (1951) y Nuttin (1964) (citados por Díaz 2006), los marcos de tiempo, es decir pasado, presente y futuro, influencian en la manera en la cual un individuo organiza y proporciona significado a las experiencias, esto puede así mismo afectar las decisiones hechas por un individuo en respuesta a estímulos específicos. Esta variable se evalúa a través del "Cuestionario Sobre Los Jóvenes y El Futuro" (Densidad, Extensión, Actitud, Eje 1, Eje 2, Eje 3 y Eje 4 y el "Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF" (Procesos de la Escalera Cognitivo- conductual).

Variable independiente

Programa de Fortalecimiento de la Perspectiva de Tiempo Futuro: El programa está compuesto por cuatro talleres (taller 1, densidad; taller 2, valencia; taller 3, atribución y talle 4, herramientas), encaminados al fortalecimiento de la PTF en adolescentes de décimo grado.

Método

Tipo de estudio.

La presente investigación es de tipo cuasi experimental; con un diseño de pre- test y post-test con grupo control, con un proceso de muestreo no probabilístico; en cuanto a la asignación de los talleres a los grados participes se realizó al azar, dado a que desafortunadamente los talleres 3 y 4, debieron ser suspendidos cuando apenas se llevaba la primera sesión por problemas administrativos, con el Colegio Usaquén y se reinició el proceso de la evaluación pre test con nuevos grupos en el Colegio Ramón de Zubiría.

En este tipo de estudio se hace una medición antes (pre-test) de la variable dependiente, es decir, del fenómeno o característica en el cual se desea determinar el efecto de la variable independiente o el tratamiento. Luego, se aplica la variable independiente sólo en el grupo experimental y se hacen mediciones después (post-test) en ambos grupos. Finalmente, se hacen comparaciones, en ambos grupos entre las

mediciones antes y las respectivas mediciones después (ver cuadro 1) (Hernández, Fernández y Baptista 2006).

Cuadro 1.

Esquema del diseño pre y post test.

Grupo	Pre-test	Tratamiento	Post-test
GE1	O1	X1	O1
GE2	O2	X2	O2
GE3	O3	X3	O3
GE4	O4	X4	O4
GC5	O5	Y5	O5

La sigla GE hace referencia al grupo experimental y la GC al grupo control, en cuanto a la letra O representa la aplicación de las evaluaciones, la X corresponde a la implementación de los respectivos talleres que trabajarán PTF, es decir, X1, corresponderá al taller *"Lo que tengo y lo que quiero"*; X2 , el taller al que se le denomino *¿Quieres triunfar?; X3,* el taller "*Gracias por tu colaboración"* y X4, el taller *¡Siempre para adelante!,* y la Y, corresponde al taller que se le aplicó al grupo control, el cual tratará una temática completamente diferente a la de la investigación.

Ahora bien, en cuanto a asignación de los talleres (tratamiento) a cada uno de los grados décimos, se debe resaltar que ésta no fue completamente al azar, puesto que en el Colegio Ramón de Zubiría, no estuvieron al inicio de este proceso. Dado a esto se obtuvo como resultado, que la jornada de la mañana del Colegio Distrital sede A, se aplicaron dos de los cuatro talleres que trabajan la PTF y el taller del grupo control y en cuanto a la jornada de la mañana del Colegio Ramón de Zubiría, los dos talleres restantes. Aclarando que la aplicación de los cinco talleres, se desarrolló de forma simultánea (ver cuadro 2).

Cuadro 2

Esquema de la distribución de los talleres por grado

Grupo	Jornada	Colegio	Tratamiento
1001	Mañana	Distrital Usaquén	Y5
1002	Mañana	Distrital Usaquén	X2
1003	Mañana	Distrital Usaquén	X1
1004	Mañana	Ramón de Zubiría	X4
1005	Mañana	Ramón de Zubiría	X3

Participantes.

La muestra está conformada por 170 estudiantes de ambos sexos, que corresponden al estimado de estudiantes de grado décimo de la jornada de la mañana de los Colegios Distrital Usaquén sede A, ubicado en la localidad de Usaquén y el Colegio Ramón de Zubiría de la localidad de Suba, en la ciudad de Bogotá; los cuales están entre los 14 y 18 años de edad y tienen un nivel socio- económico medio bajo.

Los participantes estuvieron distribuidos de la siguiente manera: el grupo control (GC) estuvo conformado por 18 estudiantes representando el 17,3% de la muestra, además se observó que un 48,1 % son hombres y un 51,9% son mujeres. Finalmente el grupo experimental 1 (GE1) cuenta con 29 estudiantes representando el 27,9% de la muestra, siendo este el grupo con la mayor cantidad de participantes (Ver tabla 1)

Tabla 1.

Frecuencia y porcentajes de las variables según género e institución intervenida.

Colegio	Grupo	Genero				Total	%
		Hombres		Mujeres			
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje		
IED Usaquén	GE1	15	14,4	14	13,5	29	27,9
IED Usaquén	GE2	11	10,6	11	10,6	22	21,2

IED Ramón de Zubiria	GE3	5	4,8	9	8,7	14	13,5
IED Ramón de Zubiria	GE4	14	13,5	7	6,7	21	20,2
IED Usaquén	GC 5	5	4,8	13	12,5	18	17,3
Total		50	48,1	54	51,9	104	100,0

Instrumentos.

Para la evaluación pre y pos-test de la presente investigación se aplicaron a los estudiantes dos instrumentos; "Cuestionario Sobre Los Jóvenes y El Futuro" y "Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF". El primero fue creado por Del Rio (2005), y adaptado por Díaz y Quintero (2011) para estudiantes de colegios públicos de la localidad de Usaquén. Este cuestionario evalúa la PTF en tres aspectos: la extensión temporal, la actitud hacia el futuro y la orientación temporal. Se conforma por 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.

Díaz y Quintero (2011), encontraron adecuado este instrumento pues cuenta con sólidas bases teóricas y un importante proceso de consolidación, validación y aplicación en una amplia muestra, con una 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 Anexo 1).

El instrumento está compuesto por 3 escalas que evalúan el igual número de dimensiones que componen la PTF las cuales son la Actitud hacia el Futuro, la Orientación Temporal; estas dos escalas se subdividen en 4 ejes los cuales son: EJE 1- ***Tendencia a Centrarse en el Futuro*** en el cual se encuentran los siguientes ítems 2, 5, 6, 7, 10, 12, 19 y 29, el EJE 2- ***Desarrollar Activamente Planes para el Futuro*** con los ítems 3, 8, 14, y 25, en el EJE 3- ***Influencia de la Conducta Pasada sobre el Futuro*** con los siguientes ítems 17, 20, 23, 27 y 28 y por último en el EJE 4- ***Imaginación en el Futuro*** con los ítems 1, 11, 15, y 38.

En la última escala Extensión Temporal, se ven referenciados los siguientes ítems 4, 9, 13, 16, 22, 24, 26, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36 y 37. Los 40 ítems van dirigidos a cada una de estas escalas y consta de 3 ítems de control descritos de la siguiente manera, en primer lugar los ítems 11 y 35, el ítem de control son los ítems 20 y 40, por último el número de hermanos descritos en los datos socio-demográficos formando el tercer ítem de control del instrumento.

Los ítems que se califican de manera invertida son: 2, 5, 6, 7, 10, 12, 13, 16, 18, 22, 24, 29, 34, 36 y 37.En la calificación del instrumento se le da una valoración de 1 a 4, siendo 1 = Totalmente en Desacuerdo 2 = en Desacuerdo 3 = en Acuerdo y 4 = Totalmente en Acuerdo.

La manera de calificación del instrumento en primer lugar es el promedio de cada uno de los ejes de las escalas de Actitud hacia el Futuro y de Orientación Temporal, luego se saca el promedio general de estas escalas por medio de la sumatoria de los totales de los ejes y dividiéndolos por cuatro dándonos como resultado el porcentaje de las escalas antes mencionadas, para la última escala de Extensión Temporal se saca el promedio de los ítems, para dar la puntuación final, se realiza el consolidado de las escalas sumándolas entre si y dividiéndolas por dos.

Con el fin de contar con una evaluación acerca del estado de los procesos de cambio incorporados en los talleres se aplicó el segundo instrumento; este fue construido por el equipo investigador del presente estudio y evaluó el uso de los procesos de cambio incorporados en el objetivo particular y en los objetivos específicos de cada taller, entendidos estos últimos como los objetivos de aprendizaje que se espera tener en cada sesión. Por tanto, se le realizó una prueba piloto, con el fin de hacer un análisis de contenido (validez interna) y de confiabilidad.

En cuanto a la construcción del instrumento, se tuvo en cuenta los objetivos de los cuatro talleres planteados para trabajar la PTF, en esta investigación; los cuales fueron denominados: *Lo que tengo y lo que quiero* (taller 1), ¿Q*uieres triunfar?* (taller 2), *Gracias por tu colaboración* (taller 3) y *¡siempre para adelante!* (taller 4*)*; cada uno está constituido por seis sesiones.

Partiendo de lo anterior, se debe tener en cuenta que por cada una de las sesiones de los cuatro talleres, se elaboraron dos ítems, es decir que el instrumento está compuesto por un total de 48 ítems. Posteriormente se realizó un análisis de contenido,

por parte de los investigadores y el docente asesor, en donde se evaluaba pertinencia, lenguaje y contenido de la prueba.

El instrumento de dividió en dos partes, la parte A se realizó en la aplicación pre test y la parte B en la aplicación post test, cada una conformada de 24 ítems. La manera de calificar este instrumento, primero los ítems que se evalúan de manera invertida, en la parte A de la prueba son: 1, 2, 3, 4, 12, 17, 18, 19, 23 en la parte B de la prueba son: 1, 3, 7, 15, 19, 23, además se debe tener en cuenta la Variabilidad de las respuestas de los participantes en el instrumento, tanto en la parte A como en la parte B de la prueba, con el fin de establecer que el estudiantes responda de forma diferencial a cada ítem y no dé la misma respuesta a todos.

Los resultados obtenidos representaron una correlación de AB de 0,863, lo que indica una buena confiabilidad de acuerdo a la homologación de las pruebas A y B siguiendo el método de división por mitades.

Con respecto a la prueba A, los resultados estadísticos obtenidos mostraron una puntuación media de 73,15 con una desviación estándar de 7,932 y una varianza de 62,909. Con respecto a la prueba total B, los datos estadísticos arrojaron una puntuación media y varianza de un conjunto de n=92 de 69,70 y 110,394 respectivamente (Ver tabla 2).

Tabla 2.

Estadísticos de la escala total A y escala total B.

	Media	**Varianza**	**Desviación típica**	**N de elementos**
Prueba A	73,15	62,909	7,932	24
Prueba B	69,70	110,394	10,507	24

Como se observa en la tabla 3, las pruebas presentaron una adecuada confiabilidad, ya que se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0,7 en la prueba A; y una puntuación de 0,829 en la prueba B, indicando una buena consistencia interna en cada una de las dos pruebas.

Tabla 3.

Datos estadísticos de fiabilidad Total A y Total B

	Alfa de Cronbach	**N de elementos**
Prueba A	0,7	24
Prueba B	0.829	24

De acuerdo a los resultados del pilotaje, se evaluó la redacción de algunos ítems teniendo en cuenta, la dificultad de comprensión de estos, la baja correlación presentada con respecto a la prueba total y un mejoramiento en la confiabilidad de la prueba A. Los ítems que recibieron modificación fueron: 4, 10, 13, 15, 20 y 22 (Ver tabla 4 y Anexo 2).

Tabla 4.

Item	**Correlación item-total Corregida**	**Alfa de Cronbach si se Elimina el Item**
1	,201	,682
2	,259	,676
3	,070	,690
4	-,049	,700
5	,302	,671
6	,257	,676
7	,040	,694
8	,249	,677
9	,284	,674
10	,182	,682
11	,166	,685
12	,413	,664
13	,350	,667
14	,483	,659
15	-,089	,706
16	,431	,661
17	,329	,668
18	,374	,665
19	,289	,673
20	,197	,681
21	,438	,659

22	-,060	,705
23	,449	,659
24	,273	,674

Estadísticos de fiabilidad ítems prueba A.

También en la parte B, se evaluó la redacción de algunos ítems teniendo en cuenta, la dificultad de comprensión de estos, la baja correlación presentada con respecto a la prueba total y un mejoramiento en la confiabilidad de la prueba B. Los ítems que recibieron modificación fueron: 2, 3, 6, 7, 11, 14, 15,19 y 23 (Ver tabla 5 y Anexo 3).

Tabla 5.

Estadísticos de fiabilidad ítems prueba B.

Item	Correlación item-total corregida	Alfa de Cronbach si se Elimina el Item
1	,452	,819
2	,338	,825
3	-,083	,841
4	,672	,808
5	,486	,818
6	,297	,826
7	,215	,829
8	,297	,826
9	,606	,813
10	,440	,821
11	,571	,815
12	,587	,813
13	,472	,819
14	,215	,829
15	,562	,816
16	,369	,823
17	,354	,824
18	,368	,823
19	,022	,836
20	,389	,822
21	,621	,813
22	,397	,822
23	-,002	,837
24	,398	,822

La versión resultante al realizar las anteriores correcciones corresponde a la aplicación que se hizo en definitiva en el pre y post- test. Esta versión corresponde con los objetivos de cada taller y el proceso psicológico correspondiente, los cuales se detallan en los cuadros del 3 al 6, en el cual se anota en una columna el objetivo específico de cada sesión, en otra columna el proceso evaluado, y en la columna final la redacción del ítem aplicado para su evaluación.

Cuadro 3

Análisis de ítems. Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la densidad de la PTF y el estado de planificación de metas, mediante la identificación de oportunidades futuras en el ámbito profesional u ocupacional.

Objetivo Específico	Proceso Psicológico	Ítem
Lograr que los estudiantes reconozcan las oportunidades y posibilidades del futuro profesional/ocupacional que les ofrece su entorno (Montenegro, 2008)	Expectativa de Reforzamiento/ Resultado	Por ahora no considero necesario dedicarme a pensar en mi futuro
	Actitud Normativa	Tienen razón los que piensan que uno debe estudiar lo que le dé plata y no lo que le guste
Reconocer y valorar las ventajas inmediatas y a largo plazo de identificar las diversas opciones y posibilidades para su futuro profesional / ocupacional.	Información	Pocas instituciones o universidades ofrecen formación en el campo que me gusta para estudiar cuando termine bachillerato
	Normatividad Subjetiva	A diferencia de algunos amigos, pienso que es importante empezar una carrera profesional al salir del colegio

Objetivo Específico	Proceso Psicológico	Ítem
Incrementar la confianza en la capacidad de identificar y valorar la importancia de las diversas posibilidades u opciones que se pueden presentar en el ámbito profesional/ocupacional	Controlabilidad Percibida	Actualmente hago esfuerzos para identificar las oportunidades que existen en el campo en que pienso desempeñarme cuando salga del colegio
	Balance Decisional	Actualmente tomo decisiones pensando en lo que voy a trabajar o

		a estudiar cuando salga del colegio
Reconocer las creencias de pares, modelos adultos y medios de comunicación que facilitan y/o dificultan la identificación de diversas opciones de vida a nivel profesional/ocupacional; y reestructurar las creencias que obstaculicen la conducta.	Controlabilidad Percibida	Rara vez me detengo a pensar en lo que me conviene para tener un mejor futuro
	Balance Decisional	Tomo las decisiones que me parecen buenas para mi futuro profesional aunque me impliquen sacrificios a corto plazo
Identificar las diversas oportunidades futuras que se les presentan a nivel profesional/ocupacional, valorando los beneficios o costos que este comportamiento les representa.	Controlabilidad Percibida	Desconfío de mi capacidad para ubicarme en lo que quiero hacer cuando salga del colegio
	Expectativa de Reforzamiento/ Resultado	Planear mi futuro profesional en este momento de mi vida es inútil para evitar problemas cuando sea mayor

Objetivo Específico	**Proceso Psicológico**	**Ítem**
Adquirir habilidades para identificar y analizar las estrategias e implementar los recursos personales que permiten la superación de obstáculos y el logro de metas.	Controlabilidad Percibida	Confío en mi capacidad para identificar las oportunidades que contribuyen al desarrollo personal
	Controlabilidad Percibida	En la actualidad tomo en cuenta mis habilidades al proponerme metas para el futuro

Cuadro 4

Análisis de ítems taller 2 ¿Quieres triunfar?

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la valencia positiva y así mismo de dominancia, frente a las oportunidades futuras, mediante la elaboración de un concepto propio de éxito y fracaso.

Objetivo Específico	Proceso Psicológico	Ítem
Identificar, asociar y reconocer los conceptos de éxito y fracaso, por medio de la implementación de este taller.	Controlabilidad Percibida	Son tantas las dificultades, que veo imposible poder llegar a tener éxito profesional
	Planificación y Toma de Decisiones	Cuando fracaso en algo lo dejo así en lugar de analizar las causas para volverlo a intentar
Reconocer las ventajas inmediatas y a largo plazo de identificar el éxito social y así valorar de manera positiva el futuro.	Información	Siempre he fracasado en lo que me he propuesto
	Normatividad Subjetiva	Saber en qué me pueden apoyar otros es necesario para llegar a tener éxito en la vida

Objetivo Específico	Proceso Psicológico	Ítem
Incrementar la confianza en la capacidad de elaborar e identificar el concepto propio de éxito/ fracaso, basándose en metas futuras.	Planificación	Cuando fracaso en el logro de algo trato al menos de sacar enseñanzas para el futuro
	Normatividad Subjetiva	Evalúo la información que suministran los medios para tomar

		decisiones acerca de lo que haré en mi vida
Reconocer las creencias de sus compañeros, padres y los medios de comunicación que pueden facilitar la elaboración de un concepto individual del éxito o del fracaso, haciendo una valoración del futuro.	Controlabilidad Percibida	Necesito conocer mejor mis propias capacidades para poder tener éxito en la vida
	Toma de Decisiones	Para asegurar el éxito en alguna meta que me propongo, analizo antes los gastos y las oportunidades que esta meta puede acarrear
Elaborar y mantener un concepto propio del éxito y del fracaso, valorando los beneficios o costos que este comportamiento les representa para valorar las diversas oportunidades futuras	Toma de Decisiones	Prefiero vivir el momento si lo que hago me gusta, aunque no sea lo mejor para mi futuro
	Controlabilidad Percibida	Abandono un proyecto porque no poseo los recursos necesarios, sin hacerle un análisis previamente

Objetivo Específico	**Proceso Psicológico**	**Ítem**
Adquirir habilidades para elaborar un concepto propio e individual acerca del éxito/fracaso futuro valorando positivamente las oportunidades	Actitudes Normativas	Las normas sociales solo sirven para obstaculizar lo que uno quiere hacer
	Expectativa de Reforzamiento/ Resultado	Es necesario pensar a futuro para poder tener éxito en la vida

Cuadro 5

Análisis de ítems Taller 3 "Gracias por tu colaboración"

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la atribución causal de logros, mediante el análisis de los diversos sistemas de soporte que contribuyen a la consecución de las metas y el éxito futuro.

Objetivo Específico	Proceso Psicológico	Ítem
Identificar las opiniones y percepciones que tienen los estudiantes participantes a este taller acerca de la importancia del soporte social para la consecución de las metas, antes de la implementación del taller.	Expectativa de Reforzamiento/ Resultado	Sé bien en qué sí y en qué no me pueden apoyar mis padres respecto a mi futuro profesional
	Actitudes Normativas	Me mantengo de acuerdo con las ideas de mi familia sin cuestionarlas aunque las vea como un obstáculo en mi vida.

Objetivo Específico	Proceso Psicológico	Ítem
Reconocer y analizar las ventajas inmediatas, a corto y largo plazo ventajas del reconocimiento de los diversos sistemas de soporte para la consecución de los logros en la vida.	Expectativa de Reforzamiento/ Resultado	Me fijo con atención en el apoyo que me puede dar mi familia para la realización de mis metas
	Toma de Decisiones	Las decisiones que estoy tomando acerca de mi futuro

		están de acuerdo con lo que yo pienso que más me conviene.
Reconocer la importancia de los diversos sistemas de soporte social para la consecución de las metas vitales.	Actitudes Normativas	Poco me afecta lo que mi familia piense a cerca de la importancia de mis metas
	Planificación	Hago Que Mis Puntos De Vista Sean Los Más Importantes Al Tomar Decisiones Acerca De Mis Metas
Reconocer las creencias que facilitan y/o dificultan la valoración positiva del soporte social como ayuda para alcanzar sus metas.	Actitudes Normativas	Creo que he tomado la mejor decisión solo si mis padres están de acuerdo con esta
	Toma de Decisiones	Cuando voy a tomar una decisión que afecte mis metas en la vida me aseguro de que lo más importante sea que se tomen en cuenta mis propias aspiraciones

Objetivo Específico	**Proceso Psicológico**	**Ítem**
Identificar la importancia del soporte social y los modelos positivos para la consecución de las metas personales y el éxito social, luego de hacer un balance entre beneficios y costos del comportamiento	Actitudes Normativas	La opinión de mi familia es importante en las decisiones que tomo acerca de mis metas
	Actitudes Normativas	Nunca tomo en cuenta lo que otras personas piensan acerca de las metas que me he propuesto

saludable.

Adquirir herramientas necesarias en contextos simulados, para poder planear y ejecutar el comportamiento saludable en situaciones reales.	Planificación	Otras personas diferentes a mi núcleo familiar me están orientando en mis decisiones respecto a lo que voy a hacer cuando termine el bachillerato
	Expectativa de Reforzamiento/ Resultado	Desconozco las alternativas que utilizan las otras personas para alcanzar el éxito con metas similares a las mías

Cuadro 6

Análisis de ítems taller 4 ¡Siempre para adelante!

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la PTF, mediante la adquisición de herramientas de identificación de estrategias e implementación de recursos personales que faciliten la superación de obstáculos y el logro de metas. Tiene como objetivo lograr que al finalizar el taller, el 80% de los estudiantes participantes adquieran herramientas para identificar las estrategias e implementar los recursos personales, que permiten la superación de obstáculos y logro de metas, en todas las situaciones que piensan en la consecución del éxito futuro.

Objetivo Específico	**Proceso Psicológico**	**Ítem**
Identificar y brindar información sobre las representaciones que tienen los estudiantes con respecto a la identificación de	Información	Evalúo los recursos personales con que cuento para plantearme metas en la vida actualmente

estrategias e implementación de recursos personales, para la superación de obstáculos y logro de metas, antes de la implementación del taller, además brindar información asociada a la identificación de estas estrategias.	Controlabilidad Percibida	De nada sirve buscar información o plantearme estrategias para superar las barreras que actualmente obstaculizan las metas que me propongo
Reconocer las ventajas inmediatas, a corto y largo plazo de identificar las estrategias e implementar recursos personales para la superación de obstáculos y el logro de metas	Expectativas de Reforzamiento/ Resultado	Conozco cuáles son mis habilidades personales para plantearme metas adecuadas
	Controlabilidad Percibida	Hago uso de mis recursos personales para cumplir las metas que me propongo a corto y mediano plazo

Objetivo Específico	**Proceso Psicológico**	**Ítem**
Reconocer la importancia de identificar las estrategias e implementar los recursos personales para la superación de obstáculos y el cumplimiento de metas	Controlabilidad Percibida	Desconfío de mis habilidades y recursos personales para alcanzar mis metas
	Actitudes Normativas	Poco me sirve pensar en estrategias de solución de

		problemas para lograr lo que quiero
Construir con los estudiantes el reconocimiento de creencias que permitan identificar los recursos que facilitan o dificultan la superación de obstáculos y del logro de metas.	Actitudes Normativas	Me dejo afectar fácilmente por las opiniones desfavorables acerca de las metas que me he fijado
	Toma de Decisiones	Necesito que mis amigos estén de acuerdo con las metas que me he fijado para sentir que valen la pena
Identificar las estrategias e implementar los recursos personales para superar obstáculos que les permiten lograr las metas vitales, luego de hacer un balance entre beneficios y costos del comportamiento saludable	Controlabilidad Percibida	Evalúo cuáles son mis puntos débiles que pueden obstaculizar el logro de las metas que me propongo
	Controlabilidad Percibida	Ignoro cuáles son mis fortalezas personales que pueden favorecer el logro de las metas que me propongo

Objetivo Específico	**Proceso Psicológico**	**Ítem**
Adquirir habilidades para identificar y analizar las estrategias e implementar los recursos personales que permiten la superación de obstáculos y el logro de metas.	Planificación	Tengo planes concretos para superar las barreras que obstaculizan el logro de mis metas
	Planificación	He pensado en estrategias específicas que tomen en cuenta

		mis fortalezas para planificar el logro de mis metas

Procedimiento

Este estudio se desarrolló en 11 fases, representadas en términos de tiempos aproximados en el Cuadro 8. A continuación, se explicará breve pero sistemáticamente el desarrollo del presente estudio:

*Fase 1.*Construcción del marco teórico y empírico**:** en esta fase se realizó una revisión literaria, que consistía en la búsqueda de definiciones y características de algunos conceptos, junto a investigaciones, que eran relevantes para la temática y guía en la organización de la investigación.

*Fase 2.*Construcción del marco metodológico: en esta fase se hizo la elaboración desde los fundamentos desde una investigación cuasi experimental con un diseño de pre prueba y post prueba con grupo control, la pregunta de investigación, la hipótesis , los objetivos (general y específicos), descripción de los participantes, instrumentos y el procedimiento de dicha investigación.

Fase 3.Adaptación: en esta fase se debe resaltar que la estructura y algunos de los objetivos fueron tomados de Montenegro (2008) y se realizó la adaptación de algunas de las actividades y tiempos propuestos, que fueron modificados por el equipo investigador, con el fin de obtener un mejor manejo y resultados más eficaces. Además, se hizo la elaboración del taller para los grupos control, que estuvo encaminado para la distracción y manejo de la muestra restante. Cada taller se estructuró en seis sesiones y se trabajó aproximadamente en 90 minutos (Ver cuadro 7 y Anexo 4).

Cuadro 7

Estructura de los talleres

Taller		Objetivo	No. Sesiones
1	*"Lo que tengo y lo que quiero"*	Lograr que los estudiantes participantes en un mínimo de 80% de las sesiones del taller, identifiquen las oportunidades u opciones futuras en el ámbito profesional u ocupacional, siempre que necesiten orientación acerca de las	6

		aspiraciones profesionales u ocupacionales de su futuro temprano (Densidad) (Montenegro, 2008).	
2	*¿Quieres triunfar?*	Lograr que los estudiantes participantes en un mínimo de 80% de las sesiones del taller elaboren un concepto propio e individual acerca del éxito y fracaso futuro, y puedan formar actitudes positivas frente a éste, en todas las situaciones que piensen en la consecución de sus metas (Valencia) (Montenegro, 2008).	6
3	¡*Gracias por tu colaboración¡*	Lograr que los estudiantes participantes en un mínimo de 80% de las sesiones del taller, identifiquen y analicen que los modelos positivos adultos y los diversos sistemas de soporte contribuyen a la consecución de las metas y el éxito futuro, en todas las situaciones que piensen en la orientación y el logro de sus metas (Atribución) (Montenegro, 2008).	6
4	*¡Siempre para adelante!*	Lograr que los estudiantes participantes en un mínimo de 80% de las sesiones del taller adquieran herramientas para identificar las estrategias e implementar los recursos personales, que permiten la superación de obstáculos y logro de metas, en todas las situaciones que piensan en la consecución del éxito futuro (Herramientas) (Montenegro, 2008).	6
5	*Grupo control*	Este taller está dirigido al grupo control de la investigación, con el fin de realizar actividades paralelas que no interfieran con la implementación de los talleres con los grupos	6

experimentales y prever las posibles amenazas a la validez del experimento si el grupo control no recibiese intervención alguna. Tiene como objetivo crear conciencia a un grupo de estudiantes del grado décimo del Colegio Distrital Usaquén sede A, sobre temas de trabajo en equipo, violencia en el aula, comunicación asertiva, importancia del ejercicio y la relajación en la resolución de un problema.

Fase 4. Acceso y selección de la muestra: en esta fase inicialmente se buscó lograr el acercamiento al Colegio Distrital Usaquén sede A y al Colegio Ramón de Zubiría, para que permitieran facilitar el acceso a la muestra establecida en el estudio, de tal manera que se les mostró mediante una propuesta que les permitió analizar el objetivo y la temática de interés, con el fin que para el final del estudio, haya una contraprestación a su colaboración para la implementación de los talleres, guiados al fomento de la PTF en los adolescentes que cursan décimo grado y el informe de ejecución correspondiente. Además se hizo la respectiva entrega de los consentimientos informados a los estudiantes.

Fase 5. Construcción del Cuestionario de procesos de cambio de la PTF, esta consistió en la construcción de un segundo instrumento, cuyo fin era evaluar de manera más directa cada uno de los objetivos específicos que tienen cada uno de los talleres planteados para este estudio.

Fase 6. Realización y análisis de prueba piloto, esta fase consistió en realizar una aplicación inicial de los dos instrumentos que se plantearon en el estudio, en los grados décimos del Colegio Saludcoop C.E.D, de ambas jornadas. Aclarando que se hizo mayor énfasis en el cuestionario de procesos de cambio de la PTF, ya que este no estaba validado como el otro. Es por ello, que en esta fase se contabilizó el tiempo de aplicación, se analizaron y se modificaron aquellos ítems que tuvieron menor comprensión entre los estudiantes, con el fin de lograr una mayor eficacia en cuanto al entendimiento, validez interna y confiabilidad del mismo.

Fase 7. Aplicación de los talleres: en esta fase del estudio, se procedió a realizar la respectiva aplicación de cada uno de los talleres diseñados y que a su vez fueron preliminarmente asignados a cada uno de los grupos.

Fase 8. Recolección de la información**:** esta fase consistió en organizar y/o clasificar cada uno de los instrumentos que permitieron realizar las evaluaciones pre y postest que se hicieron en la primera y última sesión de cada uno de los talleres.

Fase 9. Sistematización de la información: esta fase busco, en que ya recolectada la información pre y postest en la anterior fase, fue sistematizada a través de una base de datos en Excel para Windows.

Fase 10. Análisis de datos**:** en esta fase como tal, se realizó el correspondiente análisis estadístico de los datos, haciendo uso del programa SPSS 17 y posteriormente su interpretación.

*Fase 11.*Elaboración del informe final: esta fase consistió en hacer el respectivo informe, que estuvo encaminado a describir lo que se realizó y se encontró en el desarrollo de la presente investigación.

Cuadro 8

Planeación de tiempos del estudio

Fase	**Mes**									
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
1: Construcción del marco teórico y empírico	X	X	X							
2: Construcción del marco metodológico			X	X						
3: Adaptación de los talleres			X	X						
4: Acceso y selección de la muestra				X	X					
5: Construcción del cuestionario de procesos de cambio de la PTF					X	X				
6: Realización y análisis de la prueba piloto						X				
7: Aplicación de los talleres						X	X			
8:Recolección de la información						X	X			
9:Sistematización de la información							X	X		
10: Análisis de datos							X	X	X	
11: Elaboración del informe final										X

Consideraciones Éticas

En primera medida, se le solicitó la debida autorización a las directivas de las dos instituciones educativas, para la convocatoria de los estudiantes que fueron partícipes en la presente investigación, con la condición que mantuviéramos en secreto la identidad de los estudiantes y el compromiso de dar una retroalimentación de los resultados.

A su vez, siendo la mayoría de los participantes menores de edad, se les solicitó inicialmente el diligenciamiento de un consentimiento informado para padres y/o acudientes y adicionalmente se les pidió que diligenciaran otro (asentamiento informado), en donde dieran su autorización para la aplicación de los talleres (Ver anexos 35 y 36) (Código Deontológico y Bioético de Psicología, 2006).

Resultados

Resultados de la aplicación del programa de fortalecimiento de la PTF

En el siguiente apartado se presentan los resultados obtenidos con la aplicación de los cuatro talleres que conforman el programa para el fortalecimiento de la PTF. Ésta presentación se divide en dos secciones: Se inicia determinando la efectividad del

currículo comparando las medias en la aplicación pre y post de la prueba de procesos en los talleres realizados y en un segundo momento se analiza la eficacia del currículo realizando comparación estadística inter - grupo entre el post de los grupos experimentales y el post del grupo control. Para complementar este apartado se realiza un análisis cualitativo de los resultados por parte del grupo investigador, el cual se considera insumo necesario para el análisis cuantitativo (Ver anexo 50).

Se contó con la participación de 170 estudiantes de grado décimo de los Colegios Distritales Usaquén y Ramón de Zubiria de la ciudad de Bogotá. Pero se debe aclarar que para el análisis de los resultados se contó solamente con 104 estudiantes, ya que fueron considerados como sujetos confiables aquellos que contaban en su prueba del Cuestionario de procesos de cambio de la PTF con una variabilidad en sus respuestas, así mismo se verifico en el Cuestionario de los Jóvenes y Futuro los ítems de control.

Comparación de resultados pre y post.

Con el fin de determinar la efectividad del currículo de fortalecimiento de la PTF, se realizó la aplicación de la prueba T para muestras relacionadas, donde se identifican las diferencias en las medias de la aplicación preliminar a la implementación del taller y la aplicación posterior al mismo, teniendo en cuenta el valor de la significancia establecida los resultados con una probabilidad de azar inferior a 0,05 se toman como diferencias estadísticamente significativas en sus respectivos factores.

Con el fin de orientar la presentación de los resultados y mostrar con más claridad el objetivo deseado en cada componente, se realizó un resumen de las intervenciones llevadas a cabo, explicando el factor tratado en cada caso. En el primer taller se analizó el componente de "Densidad y Estado de Planificación de Metas" el cual se llamará: Densidad, éste taller busca fortalecer la densidad de la PTF y el estado de planificación de metas, mediante la identificación de oportunidades futuras en el ámbito profesional u ocupacional.

El factor del segundo taller es "Actitud Positiva frente al Éxito y el Fracaso" (Valencia) éste taller fue realizado para el fortalecimiento de la valencia positiva, frente a las oportunidades futuras mediante la elaboración de un concepto propio e individual de éxito y fracaso.

El componente del tercer taller es "Atribución causal de logro" (atribución) éste taller tiene como objetivo fortalecer la atribución causal de logros, mediante el análisis

de los diversos sistemas de soporte que contribuyen a la consecución de las metas y el éxito futuro.

El factor del cuarto se denominó "Herramientas de Identificación de Recursos Personales" (herramientas), y pretendía que los estudiantes adquirieran herramientas para identificar las estrategias e implementar los recursos personales, que permiten la superación de obstáculos y logro de metas en todas las situaciones que piensan en la consecución del éxito futuro. Cada grupo solo recibió un componente de los factores determinantes de la perspectiva tiempo futuro y ninguno recibió los 4 componentes juntos.

Comparación de medias en el "Cuestionario de procesos de cambio de la PTF"

En la comparación pre-post que se realizó del "Cuestionario de procesos de cambio de la PTF", sobre el primer taller de densidad correspondiente al grupo 1, se muestra en la tabla 6 que no hubo cambios relevantes en el total de la prueba, sin embargo, se detectaron cambios significativos en el componente central de este taller que correspondía a la densidad y el estado de planificación de metas, por lo cual se rechaza la hipótesis de nulidad y se concluye en la afirmación de la efectividad de este componente. Así mismo el componente herramientas también se vio afectado aunque disminuyendo en lugar de aumentar.

Tabla 6.

Diferencias de la densidad antes y después del tratamiento realizado en el grupo 1.

Taller	Pre		Post		T	P
	M	S	M	S		
Densidad	2,94	0,43	3,29	0,38	3,28	0,00**
Valencia	3,11	0,36	3,02	0,29	1,02	0,32
Atribución	2,81	0,33	2,84	0,28	0,48	0,63
Herramientas	3,07	0,39	2,85	0,27	2,54	0,02*
Total	2,98	0,26	3,00	0,23	0,30	0,76

****** < 0.01 = muy significativo

***** < 0.05 = significa

La tabla 7 muestra la comparación de medias en el taller encaminado a fortalecer la actitud positiva frente al éxito y el fracaso desarrollado por el grupo 2. Se observan cambios altamente significativos en el total de la prueba, particularmente en los componentes de densidad y valencia por lo cual se rechaza la hipótesis de nulidad y se concluye en la afirmación de la efectividad de este componente.

Tabla 7.

Diferencias de la Valencia antes y después del tratamiento realizado en el grupo 2.

Taller	Pre		Post		T	P
	M	S	M	S		
Densidad	3,06	0,33	3,54	0,33	4,73	0,00**
Valencia	3,10	0,37	3,67	0,20	6,89	0,00**
Atribución	3,06	0,45	3,04	0,28	0,14	0,89
Herramientas	3,34	0,37	3,24	0,31	1,10	0,28
Total	3,14	0,22	3,37	0,20	5,49	0,00**

En la tabla 8 no se muestran cambios significativos en la comparación de medias pre-post de la prueba de procesos de cambio de la PTF aplicada al grupo experimental 3, en el que se empleó el taller encaminado a fortalecer la atribución causal de logro en los estudiantes por lo cual se acepta la hipótesis de nulidad y se concluye en la negación de la efectividad de este componente.

Tabla 8.

Diferencias de la Atribución antes y después del tratamiento realizado en el grupo 3

Taller	Pre		Post		T	P
	M	S	M	S		
Densidad	3,20	0,46	3,31	0,41	0,72	0.60
Valencia	3,14	0,37	2,91	0,33	1,83	0,08
Atribución	2,69	0,44	2,63	0,38	0,48	0,63
Herramientas	3,05	0,49	2,99	0,52	0,36	0,71

Total	3,02	0,30	2,96	0,25	0,56	0,57

En el taller correspondiente al grupo 4 sobre las herramientas para identificar los recursos personales muestra que en los componentes de densidad, valencia y atribución en el total de la prueba y en el taller central (herramientas) hubo cambios significativos en la comparación de medias pre-post, expuesta en la tabla 9. Por lo cual se rechaza la hipótesis de nulidad y se concluye en la afirmación de la efectividad de este componente.

Tabla 9.

Diferencias de herramientas antes y después del tratamiento realizado en el grupo 4

Taller	**Pre**		**Post**		**T**	**P**
	M	**S**	**M**	**S**		
Densidad	2,86	0,35	3,22	0,43	5,55	0,00**
Valencia	3,08	0,40	3,29	0,34	2,42	0,03*
Atribución	2,61	0,29	3,01	0,36	4,33	0,00**
Herramientas	2,55	0,57	3,73	0,36	7,48	0,00**
Total	2,78	0,27	3,31	0,29	9,41	0,00**

En la tabla 10 se observa la comparación de medias de los resultados pre y post del cuestionario de procesos aplicado al grupo control. Se demuestra cambios significativos en relación al componente de densidad y en el total de la prueba, como es de notar éste resultado no se esperaba ya que el objetivo era que el grupo control no afectara ningún componente. Al suceder esto se presupone un problema en la validez interna, es decir que un factor diferente a la variable independiente tuvo un impacto en la variable dependiente.

Tabla 10.

Diferencias del grupo control antes y después del tratamiento realizado en el grupo 5

Taller	**Pre**		**Post**		**T**	**P**
	M	**S**	**M**	**S**		

Densidad	2,88	0,33	3,44	0,38	4,99	0.00**
Valencia	3,11	0,32	3,09	0,49	0,13	0,89
Atribución	2,79	0,39	3,03	0,28	1,94	0,06
Herramientas	3,20	0,33	3,24	0,47	0,34	0,73
Total	2,99	0,20	3,20	0,34	2,37	0,02**

Comparación de medias en el "Cuestionario de los jóvenes y el futuro"

Para situar al lector a continuación se realiza un breve recuento de la segunda prueba empleada para este trabajo de grado. El Cuestionario de los jóvenes y el futuro fue creado por Del Rio (2005) éste evalúa la PTF en tres escalas, 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 y Lens, (1999) (citado por Del Rio y Herrara 2006, p. 48).

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 pensado y actuado de acuerdo con las consecuencias inmediatas o futuras generando expectativas con respecto a sus ideales (Martínez , 2004) Este último consta de cuatro ejes particulares, el primero es la tendencia a centrarse en el futuro, el eje 2 es sobre el desarrollar activamente planes para el futuro, el Eje 3 que hace referencia a la influencia de la conducta pasada sobre el futuro y por último el imaginarse el futuro que constituye el eje 4.

En la tabla 11 se presentan los resultados del Grupo 1, donde se evidencian cambios significativos por la disminución en el componente de imaginarse el futuro, la actitud hacia el futuro y el total de la prueba, en general no se demuestra efectividad en la aplicación del taller de fortalecimiento de la densidad según el cuestionario de los jóvenes y el futuro. Por lo cual se acepta la hipótesis de nulidad y se concluye en la negación de la efectividad a partir de este indicador

Tabla 11.

Diferencias del "Cuestionario de los jóvenes y el futuro" antes y después del tratamiento realizado en el grupo 1.

TALLER	PRE		POST		T	P
	M	S	M	S		
Tendencia a centrarse	3,27	0,40	3,22	0,45	0,39	0,69
Desarrollo de planes	3,38	0,36	3,38	0,37	0,00	1,00
Influencia pasado-futuro	3,04	0,32	2,97	0,41	0,65	0,51
Imaginarse el futuro	3,20	0,48	2,75	0,36	3,82	0,00**
ACTITUD	3,22	0,24	3,08	0,24	2,58	0,01*
EXTENSIÓN	2,66	0,18	2,58	0,18	1,59	0,12
TOTAL	2,94	0,17	2,83	0,12	2,80	0,00**

Los resultados del grupo experimental 2 presentados en la tabla 12, indican diferencias estadísticamente significativas en el total de la prueba, en especial en el componente de extensión temporal y la tendencia a centrarse en el futuro; por lo cual se rechaza la hipótesis de nulidad y se concluye en la afirmación de la efectividad del componente a partir de este indicador.

Tabla 12.

Diferencias del "Cuestionario de los jóvenes y el futuro" antes y después del tratamiento realizado en el grupo 2.

TALLER	PRE		POST		T	P
	M	S	M	S		
Tendencia a centrarse	3,30	0.47	3,60	0,35	2,21	0,04*

Desarrollo de planes	3,44	0,43	3,51	0,38	0,49	0,63
Influencia pasado-futuro	3,01	0,41	3,23	0,39	1,55	0,13
Imaginarse el futuro	3,30	0,50	3,54	0,38	1,71	0,10
ACTITUD	3,26	0,31	3,47	0,30	1,92	0,07
EXTENSIÓN	2,87	0,28	3,08	0,30	2,33	0,03*
TOTAL	3,07	0,28	3,28	0,27	2,23	0,04*

En la tabla 13 se observa la comparación de medias del grupo 3, se demuestra una disminución estadísticamente significativa en los resultados de la prueba post, especialmente en el componente de tendencia a centrarse, la actitud y el total de la prueba, el cual es un resultado inesperado, por lo cual se acepta la hipótesis de nulidad sobre efectividad para el componente a partir de este indicador.

Tabla 13

Diferencias del "Cuestionario de los jóvenes y el futuro" antes y después del tratamiento realizado en el grupo 3.

TALLER	**PRE**		**POST**		**T**	**P**
	M	**S**	**M**	**S**		
Tendencia a centrarse	2,99	0,66	1,66	0,43	6,36	0,00**
Desarrollo de planes	3,64	0,43	3,32	0,53	1,86	0,08
Influencia pasado-futuro	2,91	0,35	2,75	0,52	1,06	0,30
Imaginarse el futuro	3,39	0,43	3,28	0,46	0,71	0,48
ACTITUD	3,23	0,31	2,75	0,28	5,74	0,00**

EXTENSIÓN	2,71	0,25	2,60	0,27	0,95	0,35
TOTAL	2,97	0,23	2,67	0,20	4,10	0,00**

En el grupo 4 se evidencian cambios estadísticamente significativos en todos los componentes de la prueba, demostrando la efectividad de este taller y resaltando el papel de este factor como parte importante al momento de fortalecer la perspectiva de tiempo futuro en los jóvenes, como lo muestra la tabla 14, por lo cual se rechaza la hipótesis de nulidad sobre efectividad para el componente a partir de este indicador.

Tabla 14.

Diferencias del "Cuestionario de los jóvenes y el futuro" antes y después del tratamiento realizado en el grupo 4.

Componentes	**PRE**		**POST**		**T**	**P**
	M	**S**	**M**	**S**		
Tendencia a centrarse	3,10	0,49	3,55	0,26	4,01	0,00**
Desarrollo de planes	3,34	0,60	3,65	0,26	2,17	0,04*
Influencia pasado-futuro	2,80	0,44	3,46	0,26	6,41	0,00**
Imaginarse el futuro	2,80	3,46	2,95	0,46	2,63	0,01**
ACTITUD	3,05	3,48	3,05	3,48	5,64	0,00**
EXTENSIÓN	2,72	0,36	3,25	0,21	6,56	0,00**
TOTAL	2,89	0,34	3,37	0,17	7,05	0,00**

En la tabla 15 se muestra los resultados pre-post realizados al grupo control, se observan cambios significativos en el total de la prueba, en la extensión temporal y en el componente de imaginarse el futuro.

Tabla 15

Diferencias del "Cuestionario de los jóvenes y el futuro" antes y después del tratamiento realizado en el grupo 5.

TALLER	PRE		POST		T	P
	M	S	M	S		
Tendencia a centrarse	3,15	0,59	3,32	0,54	1,49	0,15
Desarrollo de planes	3,33	0,41	3,34	0,47	0,13	0,89
Influencia pasado-futuro	3,01	0,46	3,14	0,44	1,33	0,19
Imaginarse el futuro	3,20	0,40	3,44	0,47	2,52	0,02*
ACTITUD	3,17	0,37	3,31	0,43	1,67	0,11
EXTENSIÓN	2,73	0,29	2,89	0,32	2,95	0,00**
TOTAL	2,95	0,30	3,10	0,34	2,93	0,00**

Análisis de varianza para la comparación inter-grupos en la evaluación post

Con el objetivo de determinar la significación de las diferencias entre los grupos experimentales y control en la evaluación post, se realizó un análisis de varianza por medio de la prueba F y la prueba de rango post hoc. Todo lo anterior con el fin de aceptar o rechazar la hipótesis de nulidad propuesta: los estudiantes que reciban los talleres tendrán promedios iguales a los estudiantes del grupo control.

La tabla 16 muestra que existen diferencias estadísticamente significativas entre todos los grupos al aplicar la prueba de procesos de cambio de la PTF ($F= 9,9$; $p= .000$), además se observa que el GE2 y el GE4 presentan puntajes significativamente superiores a los grupos experimentales 1 y 3 ($p= .000$). En la comparación post del grupo control con los grupos experimentales no se muestran cambios relevantes. Este resultado lleva a que se acepte la hipótesis de nulidad sobre eficacia en todos los grupos experimentales

Tabla 16

Comparación inter-grupos en la prueba de procesos

Grupo	M	S	Grupos de comparación	P	F	Sig. del ANOVA
GE1	3,01	0,22	GE2	0,00**		
			GE3	0,97		
			GE4	0,00 **		
			GC5	0,11		
GE2	3,37	0,2	GE1	0,00**		
			GE3	0,00**		
			GE4	0,95		
			GC5	0,25		
GE3	2,96	0,25	GE1	0,97	9,9	0,00 **
			GE2	0,00**		
			GE4	0,00**		
			GC5	0,07		
GE4	3,31	0,29	GE1	0,00**		
			GE2	0,95		
			GE3	0,00**		
			GC5	0,67		
GC5	3,2	0,34	GE1	0,11		
			GE2	0,25		
			GE3	0,07		
			GE4	0,67		

En la tabla 17 se observan diferencias significativas en todos los grupos al realizar el análisis de varianza en el cuestionario sobre los jóvenes y el futuro (F= 31,53; p= 0.00). El GE4 presenta diferencias altamente significativas con los demás grupos, excepto al GE2, sin embargo el grupo control muestra puntajes superiores a los grupos experimentales 1 y 3.

Este resultado conduce a aceptar la hipótesis de nulidad sobre la eficacia en los componentes 1, 2 y 3 (MPost = MPre), además indica que se rechaza esta hipótesis para el componente 4 (Mpost experimental=Mpost control).

Tabla 17

Comparación inter-grupos del total en el cuestionario de los jóvenes y el futuro

Grupo	**M**	**S**	**Grupos de comparación**	**P**	**F**	**Sig. del ANOVA**
GE1	2,83	0,12	2	0,00**		
			3	0,25		
			4	0,00 **		
			5	0,02 *		
GE2	3,28	0,27	1	0,00 **		
			3	0.00 **		
			4	0,71		
			5	0,10		
GE3	2,67	0,20	1	0,22	31,538	0.00 **
			2	0,00 **		
			4	0,00 **		
			5	0,00 **		
GE4	3,37	0,17	1	0,00 **		
			2	0,71		
			3	0,00 **		
			5	0,00 **		
GC5	3,10	0,34	1	0,00 **		
			2	0,10		
			3	0,00 **		
			4	0,00 **		

La tabla 18 muestra que el GE3 presenta cambios altamente significativos por disminución, respecto a los demás grupos incluyendo al control, en los puntajes del eje 1

de la prueba de los jóvenes y el futuro se observa que el GE2 obtiene la media más alta y es estadísticamente superior que el GE1 y 3. Este resultado lleva a que se acepte la hipótesis de nulidad sobre eficacia (Mpost experimental = Mpost control) para todos los componentes a partir de este indicador.

Tabla 18

Comparación inter-grupos en el eje1 tendencia a centrarse en el futuro del cuestionario sobre los jóvenes y el futuro.

Grupo	M	S	Grupos de comparación	P	F	Sig. del ANOVA
GE1	3,23	0,45	2	0,02 *		
			3	0,00 **		
			4	0,05*		
			5	0,95		
GE2	3,59	0,34	1	0,02 *		
			3	0,00**		
			4	1,00		
			5	0,25		
GE3	1,67	0,43	1	0,00 **		
			2	0,00 **		
			4	0,00 **		
			5	0,00 **		
GE4	3,56	0,26	1	0,05		
			2	1,00		
			3	0,00 **		
			5	0,38		
GC5	3.32	0,54	1	0,95		
			2	0,25		
			3	0,00 **		
			4	0,38		

La tabla 19 muestra que no existen diferencias significativas entre los grupos experimentales y el control. (F= 2,3; p= 0.06) en los puntajes del eje 2 de la prueba los jóvenes y el futuro. Sin embargo las medias en el componente de desarrollo de planes para el futuro, son altas caracterizándolo como un factor importante en la fortalecimiento de la PTF, Este resultado lleva a que se acepte la hipótesis de nulidad sobre eficacia (Mpost experimental = Mpost control) para todos los componentes a partir de este indicador.

Tabla 19.

Comparación inter-grupos en el eje 2 desarrollar activamente planes para el futuro del cuestionario sobre los jóvenes y el futuro

Grupo	M	S	Grupos de comparación	P	F	Sig. del ANOVA
GE1	3,38	0,37	2	0,81	2,33	0,06
			3	0,99		
			4	0,15		
			5	1,00		
GE2	3,51	0,37	1	0,81		
			3	0,64		
			4	0,77		
			5	0,70		
GE3	3,32	0,53	1	0,99		
			2	0,64		
			4	0,12		
			5	1,00		
GE4	3,65	0,26	1	0,15		
			2	0,77		
			3	0,12		
			5	0,13		
GC5	3,34	0,47	1	1,00		
			2	0,70		

			3	1,00		
			4	0,13		

Los resultados de la tabla 20 indican que existen diferencias significativas entre los grupos (F= 8,02; p= 0.00) en los puntajes del eje 3 de la prueba los jóvenes y el futuro. El GE4 obtuvo la media más alta con una diferencia significativa al compararlo con el GE 1 y 3 (p= 0.00). Además se observa que el grupo control no presenta diferencias con los demás grupos. Este resultado lleva a que se acepte la hipótesis de nulidad (Mpost experimental = Mpost control) sobre eficacia para todos los componentes a partir de este indicador.

Tabla 20.

Comparación inter-grupos en el eje 3 (Influencia de la conducta pasada en el futuro)

Grupo	**M**	**S**	**Grupos de comparación**	**P**	**F**	**Sig. del ANOVA**
GE1	2,97	0,41	2	0,15		
			3	0,45		
			4	0,00 **		
			5	0,66		
GE2	3,24	0,39	1	0,15		
			3	0,01 **		
			4	0,39		
			5	0,93	8,02	0,00 **
GE3	2,75	0,52	1	0,45		
			2	0,01 **		
			4	0,00 **		
			5	0,06		
GE4	3,46	0,26	1	0,00 **		
			2	0,39		
			3	0,00 **		

			5	0,11		
GC5	3,14	0,44	1	0,66		
			2	0,93		
			3	0,06		
			4	0,11		

La tabla 21 muestra que existen diferencias significativas entre los grupos) en los puntajes del eje 4 de la prueba los jóvenes y el futuro (F= 14,53; p= 0.00) y se resalta al GE1 con la media más baja en este componente (M=2,75) diferenciándolo de los demás grupos de manera significativa. Este resultado lleva a que se acepte la hipótesis de nulidad (Mpost experimental = Mpost control) sobre eficacia para todos los componentes a partir de este indicador

Tabla 21

Comparación inter-grupos en el eje 4 (Imaginarse el futuro)

Grupo	**M**	**S**	**Grupos de comparación**	**P**	**F**	**Sig. del ANOVA**
GE1	2,75	0,36	2	0,00 **		
			3	0,00 **		
			4	0,00 **		
			5	0,00 **		
GE2	3,55	0,37	1	0,00 **	14,53	0,00 **
			3	0,31		
			4	0,17		
			5	0,91		
GE3	3,28	0,46	1	0,00 **		
			2	0,31		
			4	1,00		
			5	0,82		
GE4	3,27	0,41	1	0,00 **		

			2	0,17		
			3	1,00		
			5	0,70		
GC5	3,44	0,47	1	0,00 **		
			2	0,91		
			3	0,82		
			4	0,70		

La tabla 22 muestra diferencias estadísticamente significativas entre los grupos (F= 18,98; p= 0.00) en los ítems que evalúan actitud hacia el futuro. Sin embargo las comparaciones con el grupo control no presentan los resultados esperados, por lo cual se acepta la hipótesis de nulidad sobre eficacia (Mpost experimental = Mpost control) para todos los componentes a partir de este indicador este indicador

Tabla 22

Comparación inter-grupos de la actitud hacia el futuro

Grupo	**M**	**S**	**Grupos de comparación**	**P**	**F**	**Sig. del ANOVA**
GE1	3,08	0,24	2	0,00 **		
			3	0,01 **		
			4	0,00 **		
			5	0,08		
GE2	3,47	0,29	1	0,00 **		
			3	0,00 **		
			4	1,00	18,98	0,00 **
			5	0,40		
GE3	2,75	0,28	1	0,01 **		
			2	0,00 **		
			4	0,00 **		
			5	0,00 **		
GE4	3,49	0,20	1	0,00 **		

			2	1,00		
			3	0,00 **		
			5	0,34		
			1	0,08		
GC5	3,31	0,43	2	0,40		
			3	0,00 **		
			4	0,34		

En la tabla 23 se muestra que existen diferencias en los puntajes de extensión temporal (F= 28,64; p= 0.00), y una vez más se destacan los grupos experimentales 2 y 4 resaltando la importancia de estos talleres a la hora de fortalecer la PTF en los jóvenes intervenidos. Las comparaciones con el grupo control conducen a aceptar la hipótesis de nulidad en relación con los componentes 1, 2 y 3 y a rechazarla para el componente 4 a partir de los resultados observados en este indicador.

Tabla 23

Comparación inter-grupos de la extensión temporal

Grupo	**M**	**S**	**Grupos de comparación**	**P**	**F**	**Sig. del ANOVA**
			2	0,00 **		
			3	1,00		
GE1	2,58	0,18	4	0,00 **		
			5	0,00 **		
			1	0,00 **		
			3	0,00 **	28,64	0,00 **
GE2	3,09	0,29	4	0,23		
			5	0,11		
			1	1,00		
GE3	2,60	0,27	2	0,00 **		
			4	0,00 **		

			5	0,02
GE4	3,25	0,21	1	0,00 **
			2	0,23
			3	0,00 **
			5	0,00**
GC5	2,89	0,32	1	0,00**
			2	0,11
			3	0,02
			4	0,00 **

Discusión

Los resultados observados muestran una gran variabilidad a través de los diversos indicadores utilizados para evaluar la variable dependiente y para tomar decisiones acerca de la hipótesis de nulidad. De acuerdo a los resultados obtenidos, se evidencia efectividad en los cuatro talleres, pero eso también se observa en el grupo control. En cuanto a la eficacia, la evidencia fue variable, aunque en general se tuvo que aceptar la hipótesis de nulidad, pero se encontró evidencia más favorable en la aplicación de los componentes 2 y 4, y menor en los componentes 1 y 3.

Esta variabilidad se presentó por diferentes factores tanto externos como internos que pudieron alterar de una u otra forma los resultados. Con relación a los talleres 2 y 4,

estos al tener más evidencia favorable contribuyen más a la validez interna del programa, aportando así factores relevantes para una futura aplicación.

El taller 2 hace referencia a la "actitud positiva frente al éxito y el fracaso", esto responde a lo planteado por González, Maytorena y Escalante (2006), en el cual los jóvenes se enfrentan al éxito o fracaso en el tiempo presente o futuro en donde empieza una crisis por obtener más éxitos que fracasos; si se presentan fracasos los jóvenes recaen en la morosidad, similar a una desesperanza, pensando en el fracaso del presente y no en la posible solución para una salida hacia el éxito.

En el taller 4 se abarcaron las "herramientas de identificación de recursos personales". Lo cual según Omar (2005b), el que los adolescentes tengan presente una orientación clara hacia el futuro, es un factor protector debido a que se les permitiría asociar una amplia gama de resultados positivos en el momento de tomar decisiones en determinadas situaciones de sus vidas. Estos talleres están encaminados en el componente de desarrollo de planes para el futuro, el cual es un factor importante de la perspectiva de tiempo futuro.

A partir de esto, se proponen diferentes hipótesis alternativas ofrecidas por el grupo investigador a partir de lo planteado por Funes (2003), donde postula que la perspectiva temporal futura como las actitudes temporales se encuentra fuertemente influenciada por la etapa evolutiva de cada individuo, por el ambiente y la cultura en el cual se desarrolla. En el cual se generan un conjunto de contextos de vida para los adolescentes y jóvenes dominados por las desigualdades, por la presencia de multiplicidad de recorridos, la diversidad de las experiencias, su intensidad, su carácter no previsto y no prefigurado.

Con base a esto se consideran algunos factores que se deben contemplar en el planteamiento de las hipótesis alternativas, tales como: la falta de aleatorización de los grupos experimentales, *contaminación de la información* (transmisión de la información), entendida por la presencia de sujetos experimentales en el mismo medio donde se ubicaron los sujetos control. Se presentó *Efecto de reactancia*, en los sujetos control al percatarse de que se esperaban en ellos resultados distintos a los experimentales.

La sensibilización, en donde la aplicación del pre- test puedo proceder como parte del tratamiento y así afectar en alguna medida los resultados de la investigación; la

cantidad de los participantes por grupos no era equitativa. Se evidencio *ausencia* de componentes esenciales para el fomento de la PTF, ya que todos los sujetos participes de la investigación, sólo recibieron por grupo uno de los talleres y no la totalidad de los cuatro talleres diseñados.

Se encontró *actividad* de PTF en el grupo control. En el cual se evidencia un aporte significativo de las actividades planteadas en este, al fomento de la Perspectiva de Tiempo Futuro. Ya que según Montenegro (2008), el fortalecimiento de iniciativas artísticas, deportivas, académicas, productivas, etc., dentro de la comunidad circundante, que promueva la implicación de los estudiantes en sus necesidades, gustos e intereses, pueden formar una representación y orientación hacia su futuro.

Finalmente se encontraron diferentes condiciones que afectaron de una u otra manera tales como: la distribución en cuanto al género y a la cantidad de participantes de cada uno de los grupos no fue equitativa y el hecho de que los talleres nos fueron aplicados en una sola institución educativa.

Por otra parte, se identificó una serie de aspectos que se deben tener en cuenta para la implementación del programa, tomando como base lo enfatizado por Ausubel, Novak y Hanesian (1999), al hablar de logros e intereses, ya que constituyen un proceso motivacional que cobra real importancia en el ámbito escolar, los cuales son centrales subyacentes para entender las diferentes razones que tienen los estudiantes para comportarse.

A continuación se mencionaran aspectos que pudieron afectar la motivación de los estudiantes hacia el futuro, tales como *la aplicación de las pruebas*, teniendo en cuenta tanto el "Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro", el cual evalúa la PTF en tres aspectos: la extensión temporal, la actitud hacia el futuro y la orientación temporal. Siendo estos factores indispensables, ya que arrojan factores importantes en el proceso de la conformación del futuro, haciendo hincapié en la capacidad que tiene la persona de plantearse metas, la visión positiva y/o negativa frente a su futuro y la preferencia ante un marco temporal determinante.

Lo planteado anteriormente se relacionan con lo planteado por Díaz y Quintero (2011), las cuales adaptaron este instrumento para ser aplicado en estudiantes de colegios públicos de la localidad de Usaquén, en este encontraron que los jóvenes tienen una visión del futuro, donde lo que más les preocupa es la incertidumbre que tienen para

el logro de sus metas, además la inseguridad de no saber el que hacer o el cómo hacer para obtener sus metas, pero al momento de hacer un plan sobre su futuro deben vivir el presente el cual les permitirá herramientas y mecanismos para la adecuada realización de sus logros y metas.

Por otro lado se encuentra el Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF, el cual evaluó el uso de los procesos de cambio incorporados en el objetivo particular y en los objetivos específicos de cada taller, entendidos estos últimos como los objetivos de aprendizaje que se espera tener en cada sesión. Con relación a esta prueba de acuerdo a los resultados encontrados, se sugeriría realizar dos talleres (ver anexos 37 y 38), con base a los talleres 2 y 4, los cuales tuvieron incidencia en esta investigación, junto con algunos aspectos relevantes de los talleres 1 y 3, enfocados en la densidad y atribución causal y las observaciones de los participantes y el grupo investigador. Esto con la finalidad de tener eficacia en el programa.

Para estos instrumentos se recomienda al inicio darle a los sujetos una clara instrucción acerca del objetivo y la forma de responder las pruebas. Además, hacer una adecuada asistencia a las inquietudes que los participantes tengan en el momento de responderlas, evitando cambiar la intensión de las preguntas y/o guiarlos a una respuesta.

En cuantas a las características físicas *de la situación experimental*, se sugiere trabajar en espacios amplios y contar preferiblemente con medios audiovisuales, para el mejor desarrollo de las dinámicas planteadas en cada una de las sesiones de los talleres y evitar que se genere desorden y distracción por parte de los participantes.

De acuerdo a *los participantes*, es necesario entablar empatía con estos en todo momento del desarrollo de las actividades propuestas, ya que esto permitirá a los talleristas obtener mayor participación y colaboración para la aplicación y cumplimiento de los objetivos de los talleres. Información que está de acuerdo a lo mencionado por Montenegro (2008), en la cual se recomienda trabajar con los estudiantes sobre el establecimiento y cumplimiento de metas, ya que el hecho que los alumnos tengan sus objetivos claros les ayudará a no posponer la elaboración y entrega de sus actividades académicas y aumentar su nivel de autoeficacia.

Además, es importante tener en cuenta que los participantes del grupo control estén ubicados en un lugar diferente de donde se encuentran los participantes de los grupos experimentales. Esto responde al planteamiento de Miller (1999), donde la motivación juega un papel importante en estos procesos, ya que son facilitadores para las diferentes metas propuestas, son claves para el cambio, indicando la probabilidad del cambio y conocimiento pleno de sus resultados, su aspecto multidimensional, una motivación dinámica y fluctuante y finalmente las influencias presentadas por las interacciones sociales (presión e influencia y normas subjetivas)

En relación con *los talleristas,* es pertinente que el tallerista o los talleristas que desarrollan la primera sesión, sean los que apliquen la totalidad de las siguientes sesiones del taller, con el fin de dar continuidad a la construcción de la empatía y a la confianza con cada uno de los participantes. Es también importante revisar el contenido de los procedimientos aplicados al grupo control. Adicionalmente es indispensable tener un buen manejo de grupo, claridad en lo que se va hacer, en lo que se pretende buscar y transmitir y en contar con los recursos físicos y materiales necesarios en cada una de las sesiones de los talleres.

Y con *los docentes y directivas de la institución educativa,* el acompañamiento de estas personas fueron claves para el desarrollo de cada una de las sesiones de taller. Esto coincide con lo mencionado por Montenegro (2008), en la cual la aplicación de currículos para la educación en salud, como campo interdisciplinario, requiere del trabajo y compromiso conjunto de los profesionales del área, los participantes y de toda la comunidad escolar.

Sin embargo, es recomendable que se les deje en claro, que no deben interceder en las dinámicas con los estudiantes (participantes), con el fin de regañar o amenazar por su comportamiento en las mismas, ya que esto causa pérdida en el interés y la disposición en lo que se está haciendo en el momento.

Además de esto, este estudio permitió brindar diferentes aportes, por un lado referente al ámbito académico al grupo investigador, donde por medio de la presente investigación se pudo hacer una apreciación de la calidad de vida de los muchachos haciendo hincapié en el planteamiento de sus metas a futuro y de la importancia que esto tiene para el planteamiento de objetivos a corto y largo plazo. Constituyendo esto un aporte al conocimiento de esta etapa del desarrollo, la cual brinda una base sólida para la vida de los jóvenes.

Por otro lado se construyeron elementos de real importancia para abordar a los jóvenes y poder dar bases sólidas para la construcción de su proyecto de vida y consolidar una adecuada perspectiva de tiempo futuro. Finalmente hay que destacar que esta investigación deja un gran precedente para el programa ARCOS y todas las investigaciones que de ella parten

Referencias

Aguirre, A. (2007). *Psicología de la adolescencia.* Barcelona: Boixareu Universitaria.

Alejandría, S (2008). Ser adolescente hoy. Fermentum:*Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 18,312–332. Recuperado de http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=70517520005

Atkinson, J &Raynos, J. (1974*). Introduction and overview*.Washington, DC: Winstn & Sons.

Ausubel, D., Novak J. &Hanesian H. (1999).Psicología educativa. Un punto de Vista cognoscitivo. (M. Sandoval, Trad.). México: Trillas. (Trabajo original publicado en 1978).

Bandura, A. (1989). Human agency in Social cognitive theory.*By American Psychological Association*, *44*, 1175-1184.Recuperado http://www.uky.edu/~eushe2/BanduraPubs/Bandura1999HP.pdf

Bandura, A. (2001) Social cognitive Theory: An agenticperspectiva. *Annual Review of Psychology, 52, 1-26.* Recuperado dehttp://www.des.emory.edu/mfp/Bandura2001ARPr.pdf

Barberá, E. (1999).Marco conceptual e investigación de la motivación humana.*Revista R.E.M.E*,1. Recuperado de http://reme.uji.es/articulos/abarbe127211298/texto.html

Barberá, E. (2002 a).Modelos explicativos en psicología de la motivación.*Revista R.E.M.E*, 5 (10). Recuperado de http://reme.uji.es/articulos/abarbe7630705102/texto.html

Borre, G. (2009). *Teorías de la Personalidad*. Universidad PedagógicaNacional.México. Recuperado de http://www.psicologiaonline.com/ebooks/personalidad/erikson.htm

Carcelén, M & Martínez, P. (2008). *Perspectiva temporal futura en adolescentes Institucionalizados, 2,* 255-27. Recuperado de http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=e6deb712-fdde-41f7-b6ad e21ef63f5d54%40sessionmgr111&vid=6&hid=112

Código Deontológico y Bioético de Psicología (2006). Ley 1090 de 2006. Recuperado dehttp://www.colpsic.org.co/portal/tribunales_archivos/LEY_1090_DE_2006_actualizada_marzo_2012.pdf

Coleman, J. &Hendry, L. (2003). Psicología de la adolescencia. Recuperado de http://books.google.com.co/books?id=94Od90KAzNYC&printsec=frontcover&dq=adolescencia&source=bl&ots=IlGw0KbyUj&sig=xzZoWOf2iW8dULf2HT9Fd9hXJeo&hl=es&sa=X&ei=vg9VUKrUNYP-8AS9wIDgAg&ved=0CF8Q6AEwCQ#v=onepage&q&f=false

Córdoba, A. (2006). La cognición y la motivación humana. Típica: Boletín Electrónico de Salud Escolar, 2(2). Recuperadode: http://www.tipica.org/pdf/03_cordoba_cognicion_motivacion_humana.pdf

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

Del Río, A. & Herrera, A. (2006). Desarrollo de un instrumento para evaluar Perspectiva de Tiempo Futuro en adolescentes. *Avances en medición, 4, 47-60.*Recuperado de http://scienti.colciencias.gov.co:8084/publindex/docs/articulos/1692-0023/1/18.pdf

De Volder, M. & Lens, W. (1982). Academic Achievement and future time perspective as a cognitive-motivational concept. En *Journal of personality and social Psychology, 42(3), 566-571.*

Díaz, J. (2006). Perspectiva temporal futura y ciclo vital.*Anales de Psicología*, 22 *(1), 52-59.*Doi:10.6018Recuperadode http://revistas.um.es/analesps/article/view/26281/25511

Díaz, L & Quintero, L. (2011). Evaluación de la perspectiva de tiempo futuro en adolescentes que culminan el bachillerato en la localidad bogotana de Usaquén. Trabajo de Grado. Universidad de San Buenaventura, Bogotá.

Domínguez, L. (2007). Proyecto de vida y valores: Condiciones de la personalidad madura y saludable. Universidad de la Habana. Notas*: Boletín Electrónico de la Asociación Oaxaqueña de Psicología3*, 44-58. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0257-43222002000200009&script=sci_arttext

Fingerman, K, &Perlmutter, M, (2001). Future time perspective and life events across adulthood.*The journal of general psychology,* 122, 95-111.Doi 10.1080.Recuperado de

http://www.adultfamilyproject.com/yahoo_site_admin/assets/docs/Fingerman__Perlmutter_1995_future_time_perspective_and_life_events.44113011.pdf

Ferrari, L., Nota, L. &Soresi, S. (2010).Time perspective and indecision in young and older adolescents. *British Journal of Guidance &Counselling*, 38, 61-82.

Flórez, L. (2007). *Psicología Social de la salud*. Bogotá: Manual Moderno.

Funes, J. (2003). Como trabajar con adolescentes sin empezar por considerarlos un problema. Recuperado de www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1050

García, N. (2005).*Los jóvenes no se ven como el futuro: ¿serán el presente?*.México: Universidad Autónoma de México. Recuperado de http://www.pensamientoiberoamericano.org/xnumeros/3/pdf/pensamientoIberoamericano-75.pdf

Gonzáles, F. (2005).*Adolescencia estudiantil y desarrollo de la Personalidad. México Universidad Autónoma de México*. Recuperado de http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=13206001

González, D. Maytorena, M y Escalante, F. (2006). Influencia de la perspectiva temporal y la morosidad académica en estudiantes. *Revista Colombiana de Psicología*, (015) ,15-24.Recuperadode http://redalyc.uaemex.mx/pdf/804/80401503.pdf.

Hernández, R., Fernández, C &Baptista, P. (2006).*Metodología de la investigación.*México: McGraw- Hill interamericanaeditores, S.A

Kerpelman, J., & Mosher, L. (2004). Rural African American adolescents future orientation: the importance of self-efficacy, control, responsability and identity. *Development Identity, 4, 187-208.*Doi: 10.1207

Lens, W. (1986). *El rol de la perspectiva de tiempo futuro en la motivación infantil.* Bélgica.67-94.Recuperado de http://fresno.ulima.edu.pe/sf%5Csf_bdfde.nsf/imagenes/FCB815179CE767F105256F380056E146/$file/lens.pdf

Lens, W. (1998). El rol de la perspectiva de tiempo futuro en la motivación estudiantil. *Persona 1,* 67-74. Recuperado de http://fresno.ulima.edu.pe/sf/sf_bdfde.nsf/imagenes/FCB815179CE767F105256F380056E146/$file/lens.pdf

Lens, W. & Moreas, M. (1994). Future time perspective: Individual and societal

approach. En Z. Zaleski, *Psychology of future orientation*, 39-62. Recuperado de http://kops.ub.uni-konstanz.de/bitstream/handle/urn:nbn:de:bsz:352-opus-98596/Future_time_perspective_and_control_orientation_1994_KOPS9859.pdf?sequence=1

Llovet, V. (2008). *La promoción de resiliencia en niños y adolescentes.* Argentina: Noveduc. Recuperado de http://books.google.com.co/books?id=ZCCphed_Ja4C&pg=PA130&lpg=PA130&dq=La+promoci%C3%B3n+de+resiliencia+en+ni%C3%B1os+y+adolescentes&source=bl&ots=aOyk_uvtJw&sig=Ejt2Xjq1-u2YY41zbda18UFJesc&hl=es-419&sa=X&ei=JLV8UKScN4HU9QSavoGIBQ&sqi=2&ved=0CDcQ6AEwBA

Martínez, P. (2004). *Perspectiva temporal futura y satisfacción con la vida a lo largo del ciclo vital*. Bartella: Universidad Autónoma de Barcelona. Recuperado de http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/4747/pmu1de1.pdf;jsessionid=DD499F8A54119BEEE04844144D448C2B.tdx2?sequence=1

Meyer & Krum. (2003). *Academic performance and expectations for the future in relation to a vulnerability marker for bipolar disorders: the hypomanic temperament*. Personality and individual difference. 35. 785-796. Recuperado de http://fatih.edu.tr/~hugur/study_hard/Academic%20Achievement%20and%20Future%20Time%20Perspectiv.pdf

Meriño, C. (1993) Identidad y plan de vida en la adolescencia media y tardía. *Perfiles educativos, abril-junio, (60).* Universidad Nacional Autónoma de México D.F.Recuperada de http://telematica.politicas.unam.mx/biblioteca/archivos/040106055.pdf

Miller, W. (1999). Mejorando la motivación para el cambio en el tratamiento de abuso de sustancias. Rockville: TreatmentImprovementProtocol, TIP 35, 1-32 Recuperado de: http://www.attcnetwork.org/regcenters/productDocs/1/productpdf/Manuales/TIP35/TIP35.pdf

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 de la Salud, dirigido a jóvenes de noveno a once grado de Bogotá D.C. *(tesis de pregrado)*.Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.Colombia

Nicholls, J. (1989). The competitive ethos and democratic education.Cambridge, MA: Harvard universitypress. Recuperado de http://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=CmdUo6P9CL0C&oi=fnd&pg=PA1&dq=Nicholls,+J.+G.+(1989).+The+competitive+ethos+and+democratic+education.+Cambridge,+MA:+Harvard+university+press&ots=WtDr6wMSWY&sig=Y_XVE1A3wD78T80xsuKjZrj8gSk#v=onepage&q=Nicholls%2C%20J.%20G.%20(1989).%20The%20competitive%20ethos%20and%20democratic%20education.%20Cambridge%2C%20MA%3A%20Harvard%20university%20press&f=false

Nuttin, J. (1985). Future *time perspectiva and motivation: Theory and research method*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaun Associates.

Nuttin, J. & Lens, W. (1985).*Future time perspectiva and motivation: Theory and research method*. Leuven y Hillsdale, N.J: Leuven University Press y Erlbaum.

Omar, A. (2005 a). *Bienestar subjetivo y perspectivas de futuro como predictores de resiliencia en adolescentes*. En A. Terrones (Org). Adolescencia y Salud. México: EUJED. Recuperado de http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico7/7Psico%2009.pdf

Omar, A. (2005 b) *Las perspectivas de futuro y sus vinculaciones con el bienestar y la resilencia en adolescentes.* Recuperado de http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico7/7Psico%2009.pdf

Omar., Delgado., Souza &.,Formiga. (2005). Perspectiva de futuro y búsqueda de sensaciones en jóvenes estudiantes. España. *Revista latinoamericana de estudios educativos.* Recuperado de http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=27035206

Omar, A., Uribe, H., Aguilar de Suza, M &.,Soares, N. (2005) Perspectivas de tiempo futuro y búsqueda de sensaciones en jóvenes estudiantes. México Revista Latinoamericana de Estudios Educativos. 34 (1-2), P. 165-180. Recuperado de http://redalyc.uaemex.mx/pdf/270/27035206.pdf

Papalia, D., Wedkos, &Duskin, R. (2001). *Desarrollo humano.* Madrid: McGraw-Hill

Papalia, D. & Wendkos, S. (2006). *Desarrollo humano.* Madrid: McGraw-Hill.

Platt, J., Eisenman, R. &Degross, E. (1969). Birth order and sex differences in future time perspective. *Development Psychologyl.1(1), 70.*

Raynor, J. (1974). Future orientation and motivation of immediate activity: An elaboration of the theory of achievement motivation. *Psychologicalreview,* 76, 606-610.

Robles, R. & Páez, F. (2003). *Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de afecto positivo y negativo (PANAS)*. Salud mental. 26 (1), 69-75. Recuperado de http://redalyc.uaemex.mx/pdf/582/58212608.pdf

Vásquez, S., Rapetti V & Lacroze F. (2006).Future Time Perspectiva and motivationallcategories in argentineanadolescents.SanDiego.*Adolescents*, 41(163).

Vásquez, F. (2008). Aplicación y evaluación de un taller para promover laperspectiva de tiempo futuro en estudiantes de grado décimo. *(Tesis de pregrado)*.Universidad Nacional de Colombia, Bogotá. Colombia.

Watson, D., Clark, L. &Tellegen, A. (1985). Development and validation of brief measures of positive and negative affect. The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.doi:10.1037

Wentzel, K. (1998). *Social relationships and motivation in middle school: The role of parents, teachers and peers*. Journal of EducationalPsychology, 90(2), 202-20.Recuperado de http://www.unco.edu/cebs/psychology/kevinpugh/motivation_project/resources/wentzel98.pdf

Zimbardo, P & Boyd, N. (1999).Putting time in perspective: a valid, reliable, individual-differencemetric. *Journal of personality and social Psychology,* 17 (6), 1271-1288.Recuperado de http://www.timeperspective.com/Articles/1999PuttingTimeinPerspective.pdf

Anexos

Anexo 1. Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro

Cuestionario sobre los jóvenes y el futuro

Vamos a comenzar pidiéndote que nos proporciones algunos datos generales:

Nombres y apellidos completos:			
Lugar de nacimiento:		Fecha de nacimiento: DD-MM-AAAA	
Grado:	Número de hermanos:	Edad:	Género:
Identificación: C.C __ T.I __ N.U __ Número:			

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	Con frecuencia pienso como será mi vida en el futuro.				
36	Hay que vivir la vida un día a la vez.				
37	Si quiero algo en el momento, lo compro sin importar que lo necesite.				
38	Cuando estoy haciendo algo, siento que es más importante disfrutar lo que estoy haciendo que terminarlo a tiempo.				
39	Creo que mi vida en el futuro será mejor de lo que ha sido hasta ahora.				
40	Puedo imaginarme claramente cómo será mi vida en unos años.				

Muchas gracias por tu colaboración.

Anexo2. Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF (A)

Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF

Nombre:_____**Fecha**: _____

Curso_____ **Jornada**: _____

Este cuestionario busca comprender de la mejor forma posible la visión que usted tiene acerca de lo que espera realizar en el futuro inmediato y el estado de las condiciones que pueden favorecer el logro de sus metas.

Por favor LEA CON ATENCION cada frase e indique qué tanto está usted DE ACUERDO; para contestar marque una X sobre el número que se ajuste mejor a su acuerdo con la afirmación que se hace en la frase. Las respuestas de la izquierda (1 y 2) indican DESACUERDO total o parcial. Las respuestas de la derecha (3 y 4) indican ACUERDO parcial o total, como se indica a continuación.

1 = TOTALMENTE EN DESACUERDO (TD)
2 = PARCIALMENTE EN DESACUERDO (PD)
3 = PARCIALMENTE DE ACUERDO (PA)
4 = TOTALMENTE DE ACUERDO (TA).

ITEM	TD	PD	PA	TA
1. Por ahora no considero necesario dedicarme a pensar en mi futuro	1	2	3	4
2. Son tantas las dificultades, que veo imposible poder llegar a tener éxito profesional	1	2	3	4
3. Sé bien en qué sí y en qué no me pueden apoyar mis padres respecto a mi futuro profesional	1	2	3	4
4. Considero que si no busco información o no me planteo estrategias, las metas que me propongo se van a afectar negativamente	1	2	3	4
5. Pocas instituciones o universidades ofrecen formación en el campo que me gusta para estudiar cuando termine bachillerato	1	2	3	4
6. Siempre he fracasado en lo que me he propuesto	1	2	3	4
7. Me fijo con atención en el apoyo que me puede dar mi familia para la realización de mis metas	1	2	3	4
8. Sé bien cuáles son mis puntos fuertes para orientarme en la elección de una profesión	1	2	3	4
9. Actualmente hago esfuerzos para identificar las oportunidades que existen en el campo en que pienso desempeñarme cuando salga del colegio	1	2	3	4
10. Cuando fracaso en el logro de algo trato al menos de sacar enseñanzas para el futuro	1	2	3	4
11. Poco me afecta lo que mi familia piense a cerca de la importancia de mis metas	1	2	3	4

12. Hago uso de mis recursos personales para cumplir las metas que me propongo a corto y mediano plazo	1	2	3	4
13. Rara vez me detengo a pensar en lo que me conviene para tener un mejor futuro **1= TOTALMENTE EN DESACUERDO (TD)** **2 = PARCIALMENTE EN DESACUERDO (PD)** **3 = PARCIALMENTE DE ACUERDO (PA)** **4 = TOTALMENTE DE ACUERDO (TA)**	1 **TD**	2 **PD**	3 **PA**	4 **TA**
14. Necesito conocer mejor mis propias capacidades para poder tener éxito en la vida	1	2	3	4
15. Creo que he tomado la mejor decisión solo si mis padres están de acuerdo con esta	1	2	3	4
16. Desconfío de mis habilidades y recursos personales para alcanzar mis metas	1	2	3	4
17. Desconfío de mi capacidad para ubicarme en lo que quiero hacer cuando salga del colegio	1	2	3	4
18. Prefiero vivir el momento si lo que hago me gusta, aunque no sea lo mejor para mi futuro	1	2	3	4
19. La opinión de mi familia es importante en las decisiones que tomo acerca de mis metas	1	2	3	4
20. De nada sirve ponerse a pensar en soluciones de los problemas mirando al futuro	1	2	3	4
21. Confío en mi capacidad para identificar las oportunidades que contribuyen al desarrollo personal	1	2	3	4
22. Las normas sociales solo sirven para obstaculizar lo que uno quiere hacer	1	2	3	4
23. Otras personas diferentes a mi núcleo familiar me están orientando en mis decisiones respecto a lo que voy a hacer cuando termine el bachillerato	1	2	3	4
24. Me dejo afectar fácilmente por las opiniones desfavorables acerca de las metas que me he fijado	1	2	3	4

GRACIAS POR TU COLABORACION

*Anexo 3.*Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF (B)

Cuestionario de Procesos de Cambio de la PTF

Nombre:**_____Fecha**: _____

Curso_____ Jornada: _____

Este cuestionario busca comprender de la mejor forma posible la visión que usted tiene acerca de lo que espera realizar en el futuro inmediato y el estado de las condiciones que pueden favorecer el logro de sus metas.

Por favor LEA CON ATENCION cada frase e indique qué tanto está usted DE ACUERDO; para contestar marque una X sobre el número que se ajuste mejor a su acuerdo con la afirmación que se hace en la frase. Las respuestas de la izquierda (1 y 2) indican DESACUERDO total o parcial. Las respuestas de la derecha (3 y 4) indican ACUERDO parcial o total, como se indica a continuación.

1 = TOTALMENTE EN DESACUERDO (TD)
2 = PARCIALMENTE EN DESACUERDO (PD)
3 = PARCIALMENTE DE ACUERDO (PA)
4 = TOTALMENTE DE ACUERDO (TA).

ITEM	TD	PD	PA	TA
1. Tienen razón los que piensan que uno debe estudiar lo que le dé plata y no lo que le guste	1	2	3	4
2. Cuando fracaso en algo lo dejo así en lugar de analizar las causas del fracaso para volverlo a intentar	1	2	3	4
3. Me mantengo de acuerdo con las ideas de mi familia sin cuestionarlas aunque las vea como un obstáculo en mi vida	1	2	3	4
4. Necesito que mis amigos estén de acuerdo con las metas que me he fijado para sentir que valen la pena	1	2	3	4
5. A diferencia de algunos amigos, pienso que es importante empezar una carrera profesional al salir del colegio	1	2	3	4
6. Saber en qué me pueden apoyar otros es necesario para llegar a tener éxito en la vida	1	2	3	4
7. Las decisiones que estoy tomando acerca de mi futuro están de acuerdo con lo que yo pienso que más me conviene	1	2	3	4
8. Evaluó cuales son mis puntos débiles que pueden obstaculizar el logro de las metas que me propongo.	1	2	3	4
9. Actualmente tomo decisiones pensando en lo que voy a trabajar o a estudiar cuando salga del colegio	1	2	3	4
10. Evalúo la información que suministran los medios para tomar decisiones acerca de lo que haré en mi vida	1	2	3	4
11. Hago que mis puntos de vista sean los más importantes al tomar decisiones acerca de mis metas	1	2	3	4
12. Ignoro cuáles son mis fortalezas personales que pueden favorecer el logro de las metas que me propongo	1	2	3	4

1= TOTALMENTE EN DESACUERDO (TD) **2 = PARCIALMENTE EN DESACUERDO (PD)** **3 = PARCIALMENTE DE ACUERDO (PA)** **4 = TOTALMENTE DE ACUERDO (TA)**	**TD**	**PD**	**PA**	**TA**
13. Tomo las decisiones que me parecen buenas para mi futuro profesional aunque me impliquen sacrificios a corto plazo	1	2	3	4
14. Para asegurar el éxito en alguna meta que me propongo, analizo antes los gastos y las oportunidades que esta meta puede acarrear	1	2	3	4
15. Cuando voy a tomar una decisión que afecte mis metas en la vida me aseguro de que lo más importante sea que se tomen en cuenta mis propias aspiraciones	1	2	3	4
16. Tengo planes concretos para superar las barreras que obstaculizan el logro de mis metas	1	2	3	4
17. Planear mi futuro profesional en este momento de mi vida es inútil para evitar problemas cuando sea mayor	1	2	3	4
18. Abandono un proyecto porque no poseo los recursos necesarios, sin hacerle un análisis previamente	1	2	3	4
19. Nunca tomo en cuenta lo que otras personas piensan acerca de las metas que me he propuesto	1	2	3	4
20. Evalúo los recursos personales con que cuento para plantearme metas en la vida actualmente	1	2	3	4
21. En la actualidad tomo en cuenta mis habilidades al proponerme metas para el futuro	1	2	3	4
22. Es necesario pensar a futuro para poder tener éxito en la vida	1	2	3	4
23. Desconozco las alternativas que utilizan las otras personas para alcanzar el éxito con metas similares a las mías	1	2	3	4
24. He pensado en estrategias específicas que tomen en cuenta mis fortalezas para planificar el logro de mis metas	1	2	3	4

GRACIAS POR TU COLABORACION

Anexo 4. Programa para el fortalecimiento de la PTF en jóvenes de décimo grado.

PROGRAMA PARA EL FOMENTO DE LA PERSPECTIVA DE TIEMPO FUTURO EN JÓVENES DE DECIMO GRADO

Desde el comienzo de la salud en las escuelas, se ha presentado la manera más eficaz de trabajo realizando programas de intervención, los cuales proporcionan las intervenciones desde un campo de aprendizaje, dando una relevancia sociocultural y personal a cada programa de aprendizaje. Además se encuentran diferentes maneras de evaluarla como: pruebas de tipo proyectivo, cuestionarios e instrumentos cualitativos para la claridad de las dimensiones existentes en la PTF. (Montenegro, 2008.)

Alrededor de la literatura revisada de la PTF se ha evidenciado diversas maneras de definirla, pero además se evidencian componentes muy importantes favoreciendo la formación de la PTF tales como la temporalidad, la planificación de metas, las expectativas de resultado, y la valoración de esas metas.

Por tal razón es importante aportar una forma de fortalecimiento de la PTF en jóvenes de décimo grado, se plantea el diseño de un programa en espiral en donde se aplique los procesos cognitivos-conductuales proporcionados a través de actividades a dinámicas específicas para la fomentación de la PTF. El programa está compuesto por 4 talleres los cuales están destinados a aumentar y fortalece la PTF en adolescentes de décimo grado.

Objetivo del programa: Lograr que los adolescentes de décimo grado fortalezcan la PTF en la realización de sus metas futuras.

Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la densidad de la PTF y el estado de planificación de metas, mediante la identificación de oportunidades futuras en el ámbito profesional u ocupacional. El objetivo general es lograr que los estudiantes participantes en un mínimo de80% de las sesiones del taller, identifiquen las oportunidades u opciones futuras en el ámbito profesional u ocupacional, siempre que necesiten orientación acerca de las aspiraciones profesionales u ocupacionales de su futuro temprano (Montenegro, 2008) (Ver cuadro 9).

Cuadro 9

Estructura del taller 1 "Lo que tengo y lo que quiero"

Sesión 1: Evaluación Pre e Información	**Objetivo particular:** Identificar las representaciones que tienen los estudiantes acerca de las oportunidades futuras relacionadas con el ámbito profesional/ocupacional, antes

de la implementación del taller. Lograr que los estudiantes reconozcan las oportunidades y posibilidades del futuro profesional/ocupacional que les ofrece su entorno (Montenegro, 2008).

Descripción: Hacer la presentación del taller, la aplicación de un cuestionario diagnóstico y brindar información a los estudiantes participantes, por medio de una dinámica de contenido con respecto a la identificación de opciones y oportunidades que hay para su futuro profesional/ocupacional (Montenegro, 2008).

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 5)	Materiales
Activación	20 min	Atención, Memoria, Motivación	"Agarra tu silla"	Grabadora, sillas, música.
Evaluación	15 min	Evaluación	Contesta	Esferos y cuestionarios
Presentación del taller	15 min	Motivación, Atención	Usa protector solar	Video bean y memoria USB.
Dar información clara y breve sobre el subtema	30 min	Atención, Motivación, Lenguaje	La hoja de vida	Revistas, papel periódico, marcadores, pegante, lápices, tijeras.
Socialización	20 min	Reflexión, Análisis	Hacer un circulo	Sillas

Sesión 2. Expectativas de resultado/reforzamientoento

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan y valoren las ventajas inmediatas y a largo plazo de identificar las diversas opciones y posibilidades para su futuro profesional/ocupacional

Descripción: Se comenzará la sesión con una dinámica de conocimiento personal, y luego se hará énfasis en el reconocimiento de las ventajas inmediatas y a largo plazo de las opciones y metas futuras que tienen los participantes, mediante una historia improvisada por ellos mismos.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 6)	Materiales

Activación	15 min	Atención, Coordinación, Motivación	"El baquerisimo"	
Identificar la planeación de metas inmediatas, a corto y largo plazo a partir de los recursos personales	45 min	Expectativas, Emoción, Lenguaje	El árbol de la vida	Arcilla, tijeras, hoja de papel
Reflexión	35 min	Análisis y reflexión	Grupo focal	Sillas

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes incrementen su confianza en la capacidad de identificar y valorar la importancia de las diversas posibilidades u opciones que se pueden presentar en el ámbito profesional/ocupacional

Descripción: Mediante una actividad de sensibilización, los estudiantes fortalecerán su percepción de capacidad con respecto a la identificación de las diversas oportunidades y posibilidades a nivel profesional/ocupacional en su futuro.

Sesión 3. Controlabilidad percibida

Actividad	**Duración**	**Proceso Psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 7)**	**Materiales**
Activación	15 min	Atención, Motivación, Memoria	"La caja musical"	
Incrementen la confianza en la capacidad de identificar diversas posibilidades	40 min	Controlabilidad	La bolsa del empleo	
Reflexión	35 min	Análisis y reflexión	Construye lo que piensas	Sillas

Sesión 4. Normas Subjetivas

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan las creencias de pares, modelos adultos y medios de comunicación que facilitan y/o dificultan la identificación de diversas opciones de vida a nivel profesional/ocupacional; y reestructurar las creencias que obstaculicen la conducta

Descripción: Recopilar las opiniones, creencias y actitudes que tienen otras personas con respecto a la identificación de opciones u oportunidades futuras en el ámbito profesional/ocupacional de los jóvenes.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 8)	Materiales
Activación	15 min	Motivación, Memoria, Atención	"La palabra que canta"	
Propiciar las diferentes alternativas y actitudes que se tienen con relación a sus propios intereses.	40 min	Percepción, Lenguaje, Actitudes Normativas	Si tanto lo quieres defiéndelo	Marcadores y papel periódico
Conclusiones	30 min	Reflexión	Grupo focal	Papel y lápiz

Objetivo: Lograr que la mayoría de los estudiantes participantes a esta sesión, tomen la decisión de identificar las diversas oportunidades futuras que se les presentan a nivel profesional/ocupacional, valorando los beneficios o costos que este comportamiento les representa

Descripción: Mediante una dinámica se evidenciarán que son más los beneficios que se obtienen de identificar las diversas oportunidades a futuro en el ámbito profesional/ocupacional, que los costos de ésta.

Sesión 5. Balance Decisional

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 9)	Materiales
Activación	15 min	Motivación, Atención	Cola de vaca	
Realizar un balance entre costos y beneficios, para cumplir una meta.	45 min	Atención, Motivación, Toma de decisiones	La vida de los otros	Invitados

Conclusiones	15 min	Percepción, Expectativas, Emoción	Construye lo que piensas	Papel y lápiz

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes adquieran habilidades para identificar y analizar las estrategias e implementar los recursos personales que permiten la superación de obstáculos y el logro de metas. Identificar las representaciones que tienen los estudiantes acerca de las oportunidades futuras relacionadas con el ámbito profesional/ocupacional, después de la implementación del taller (Montenegro, 2008).

Descripción: Mediante una dinámica los estudiantes adquieren herramientas para identificar las estrategias e implementar recursos personales para hacer frente a las barreras que se le presenten y puedan lograr sus objetivos propuestos para su futuro. Posteriormente, se aplicara un cuestionario que permita evaluar en los estudiantes la densidad de la PTF y el estado de planificación de metas, mediante la identificación de oportunidades futuras según el contexto profesional/ocupacional (Montenegro, 2008).

Sesión 6. Planificación de autocontrol y evaluación post

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 10)	Materiales
Activación	15 min	Coordinación, Atención, Motivación	¿Adivina quién es?	
	35 min	Planeación	Escalera	Papel, marcadores, revistas, tijeras y pegante.
Plenaria	30 min	Reflexión	Hacer un circulo	Sillas
Evaluación post	15 min	Evaluación	Contesta	Cuestionarios y esferos.

Taller 2."¿Quieres triunfar?"

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la valencia positiva y así mismo de dominancia, frente a las oportunidades futuras, mediante la elaboración de un concepto propio de éxito y fracaso. Tiene por objetivo es lograr que los estudiantes

participantes en un mínimo de 80% de las sesiones del taller elaboren un concepto propio e individual acerca del éxito y fracaso futuro, y puedan formar actitudes positivas frente a éste, en todas las situaciones que piensen en la consecución de sus metas (Ver cuadro 10).

Cuadro 10

Estructura del taller 2 ""¿Quieres triunfar?"

Objetivo particular: lograr que los estudiantes identifiquen, asocien y reconozcan los conceptos de éxito y fracaso, por medio de la implementación de este taller.

Descripción: Por medio de dinámicas se hará la presentación del taller, aplicando un cuestionario que permita evaluar el grado de conocimiento e importancia hacia las representaciones del éxito y del fracaso.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 11)	Materiales
Sesión 1. Evaluación Pre e Información				
Presentación	20 min	Memoria Aprendizaje Atención	" Me pica"	
Evaluación	30 min	Evaluación	Buscando el éxito	Formato de evaluación
Como un fracasado puede llegar a ser exitoso	30 min	Percepción Aprendizaje	" Construye el concepto"	Revistas, periódicos, tijeras, papel periódico.
Conocimientos adquiridos	20 min	Memoria Atención enguaje	¿Y tú que?	
as de esultado/				

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan las ventajas inmediatas a largo plazo para identificar el éxito social y así valorar de manera positiva el futuro**.**

Descripción: Construir con los estudiantes la identificación del éxito o del fracaso mediante la toma de decisiones que ellos tengan y en la elaboración de su concepto individual en sus meas futuras.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 12)	Materiales
Dinámica de activación	25 min	Atención Lenguaje	Nos vamos de Viaje	
¿Sabes cómo se construye el éxito?	30 min	Aprendizaje Lenguaje Percepción Expectativas de resultado	Frases y dichos	Tarjetas, lapiceros, Oraciones a completar y refranes
¿Nos rendimos?	30 min	Atención Lenguaje Memoria Expectativas de reforzamiento	Película. "circo de las mariposas"	USB, video beam, computador.

Sesión 3. Controlabilidad percibida

Objetivo: Identificar con y cada uno de los estudiantes el grado de importancia que tiene la elaboración e identificación del éxito/ fracaso individual basándose en metas futuras**.**

Descripción: lo que se quiere lograr con las siguientes actividades, es el fortalecimiento de la capacidad para elaborar un concepto propio del éxito social, y de esta manera, valorar positivamente las oportunidades futuras**.**

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 13)	Materiales
Dinámica de activación	30 min	Atención Motivación	Rompecabezas ógico	Papel y esferos
Hablemos de éxito	40 min	Percepción Autoeficacia Normatividad	Juicio	Casos, hoja, lápiz.
Conclusión	20 min	Controlabilidad Lenguaje	Yo opino…	

Objetivo específico: Lograr que los jóvenes reconozcan las creencias de sus compañeros, padres y los medios de comunicación que pueden facilitar la elaboración de un concepto propio e individual del éxito o del fracaso, haciendo una valoración del futuro.

Descripción: se busca que los jóvenes tengan en cuenta las creencias de sus compañeros, padres y medios de comunicación acerca del futuro**.**

Sesión 4. Normas Subjetivas

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 14)	Materiales
Dinámica de activación	30 min	Lenguaje	¿Qué piensas de mí?	
Los estudiantes identificaran creencias de éxito en otros jóvenes	40 min	Actitudes Normativas Percepción Sensación	¿Qué piensan los demás?	Marcadores y Tablero acrílico

Reflexión	30 min	Motivación Aprendizaje Lenguaje	Tu mundo ideal	Papel periódico, marcadores, lápiz

Sesión 5. Balance Decisional

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes tomen la decisión de laborar y mantener un concepto propio del éxito y del fracaso, valorando los beneficios o costos que este comportamiento les representa para valorar las diversas oportunidades futuras**.**

Descripción: construcción de éxito/fracaso futuro, para la toma de una decisión acertada evidenciando que los beneficios son más importantes que los costos**.**

Actividad	**Duración**	**Proceso Psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 15)**	**Materiales**
Dinámica de activación	20 min	Atención	Al pin y al pon	Lo que tengan a la mano
Hacer un balance entre costos y beneficios	40 min	Balance decisional Toma de decisión	Ponte en mis zapatos	
Plenaria	20 min	Percepción	¿y qué hacemos entonces?	
Firma de compromiso	20 min	Toma de decisiones	Mi compromiso	Hojas y Esferos

Sesión 6. Planificación de autocontrol y evaluación post

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes adquieran habilidades para elaborar un concepto propio e individual acerca del éxito/fracaso futuro valorando positivamente las oportunidades.

Descripción: se encamina la creación de un concepto individual de éxito /fracaso promoviendo la visión positiva del futuro, mediante ciertas herramientas.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 16)	Materiales
Valorar creencias positivas del éxito	10 min	Autocontrol Atención	Aprende de tus fracasos y construye el éxito	Video bean, USB.
Toma de una decisión para el éxito.	20 min	Aprendizaje Toma de decisión	El fracaso no significa…	Hoja y esfero.
Cuál va a ser mi decisión	30 min	Planificación Motivación Lenguaje	Plenaria	
Evaluación final	30 min	Evaluación	buscando el éxito	Formato de evaluación

Taller 3. ¡Gracias por tu colaboración!

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la atribución causal de logros, mediante el análisis de los diversos sistemas de soporte que contribuyen a la consecución de las metas y el éxito futuro. Su objetivo es lograr que los estudiantes participantes, al finalizar el taller, identifiquen y analicen que los modelos positivos adultos y los diversos sistemas de soporte contribuyen a la consecución de las metas y el éxito futuro, en todas las situaciones que piensen en la orientación y el logro de sus metas (Ver cuadro 11).

Cuadro 11

Estructura del taller 3 ¡Gracias por tu colaboración!

Objetivo particular: Identificar las opiniones y percepciones que tienen los estudiantes participantes a este taller acerca de la importancia del soporte social para la consecución de las metas, antes de la implementación del taller.

Lograr que los estudiantes identifiquen los conceptos asociados al soporte social como promotor de la consecución de logros en la vida.

Descripción: Mediante una dinámica se realiza la presentación del taller y de los participantes. Adicionalmente los estudiantes responden un cuestionario que permite evaluar la percepción que tienen acerca del soporte social como relevante para la consecución de las metas vitales en los estudiantes. Los estudiantes reciben y construyen información sobre la importancia de analizar la contribución que hacen los diversos sistemas de apoyo social en la consecución de los logros vitales y el alcance del éxito.

Sesión 1. Evaluación Pre e Información

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 17)	Materiales
Presenta Ción	10 min	Atención, información	Presentación del tallerista	Marcador de tablero
Evaluación	20 min	Evaluación	Atribuciones	Cuestionarios de evaluación
Encontrar en otras personas un apoyo para el logro de metas	40 min	Atención, creatividad	“La máquina”	
Socialización	30 min	Lenguaje Aprendizaje	Mesa redonda	

Sesión 2. Expectativas de resultado/reforzamiento

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan y analicen las ventajas inmediatas, a corto y largo plazo

Descripción: Mediante una dinámica los estudiantes identifican las ventajas del reconocimiento de los diversos sistemas de soporte para la consecución de los logros en la vida.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 18)	Materiales
Activación	10 min	Motivación	"El nudo humano"	
identifican las ventajas del reconocimiento de los diversos sistemas de soporte	40 min	Expectativas de resultado y de reforzamiento	"El viaje"	
Conclusiones	40 min	Aprendizaje	"Y el otro que"	

Sesión 3. Controlabilidad percibida

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes se sientan capaces de reconocer la importancia de los diversos sistemas de soporte social para la consecución de las metas vitales.

Descripción: Mediante una dinámica, el estudiante fortalece su percepción de capacidad para valorar positivamente el soporte que tienen, y los diversos guías positivos que facilita la consecución de las metas.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 19)	Materiales
Activación	20 min	Atención	"Dale a la bomba"	
Taller	50 min	Creatividad y controlabilidad percibida	Circo de las mariposas	USB y video beam

Reflexión	20 min	Controlabilidad percibida	Mesa redonda

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan las creencias que facilitan y/o dificultan la valoración positiva del soporte social como ayuda para alcanzar sus metas.

Descripción: Recopilar opiniones, creencias y actitudes que tienen otras personas con respecto a la importancia del soporte social y las guías positivas para la consecución de metas y éxito en la vida.

Sesión 4. Normas Subjetivas

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 20)	Materiales
Animación	30 min	Atención concentración	*El alambre pelado*	Hojas Lápices
Crear y contar un cuento de creencias	40 min	Normas Subjetivas Percepción Lenguaje	*Cuenta cuentos*	Lápices Tarjetas de cartulina Creencias
Plenaria	30 min	Normas Subjetivas	Plenaria	

Sesión 5. *Balance* Decisional

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes tomen la decisión de identificar la importancia del soporte social y los modelos positivos para la consecución de las metas personales y el éxito social, luego de hacer un balance entre beneficios y costos del comportamiento saludable.

Descripción: Se evidenciarán los costos y beneficios de reconocer o no, la importancia del soporte social y los modelos positivos para la consecución de las metas personales y el éxito social, además de crear un compromiso para la emisión del comportamiento proactivo.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 21)	Materiales
Activación	30	Trabajo en equipo	Carrera de relevos	
Reconocimiento de beneficios y costos del soporte social	30	Toma de decisiones Creatividad	Expresiones culturales	
Conclusiones	30	Toma de decisiones	Debate	

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes adquieran herramientas necesarias en contextos simulados, para poder planear y ejecutar el comportamiento saludable en situaciones reales.

Descripción: Mediante una dinámica, los estudiantes adquieren herramientas para identificar y analizar la importancia de diversos sistemas de soporte social y guía de modelos positivos adultos, para la consecución de logros en la vida.

Sesión 6. Planificación de autocontrol y evaluación post

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 22)	Materiales
Activación	15 min	Memoria Lenguaje	"Traba-traba"	
Analizar e identificar los diversos sistemas de soporte	40 min	Planeación	¿Cómo terminaría?	
Socialización	30 min	Lenguaje		
Evaluación post	15 minutos	Evaluación	" Contesta"	Cuestionarios y esferos.

Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la PTF, mediante la adquisición de herramientas de identificación de estrategias e implementación de recursos personales que faciliten la superación de obstáculos y el logro de metas. Tiene como objetivo lograr que al finalizar el taller, el 80% de los estudiantes participantes adquieran herramientas para identificar las estrategias e implementar los recursos personales, que permiten la superación de obstáculos y logro de metas, en todas las situaciones que piensan en la consecución del éxito futuro (Ver cuadro 12).

Cuadro 12

Estructura del taller 4 ¡Siempre hacia adelante!

Objetivo particular: Identificar y brindar información sobre las representaciones que tienen los estudiantes con respecto a la identificación de estrategias e implementación de recursos personales, para la superación de obstáculos y logro de metas, antes de la implementación del taller, además brindar información asociada a la identificación de estas estrategias

Descripción: El tallerista se presenta y comentan el objetivo general del taller. Así cada estudiante se presenta ante los mismos, Además se evalúa, mediante un cuestionario, la identificación de estrategias y la implementación de recursos personales para superar obstáculos y lograr los objetivos propuestos para el futuro. Seguido de esto, los estudiantes reciben y construyen información sobre la importancia de identificar las estrategias e implementar los recursos que permiten superar obstáculos y realizar las metas a futuro.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 23)	Materiales
Presentación	10 minutos	Atención, Información	Presentación	Marcador de tablero
Evaluación	20 minutos	Evaluación	estrategias y recursos	Cuestionarios de evaluación
Juego	40 min	Atención,	“100	cartulina, marcadores cinta

Sesión 1. Evaluación Pre e Información

		Conocimiento	estudiantes dicen”
		Lenguaje	
Socialización	30 min	Aprendizaje	plenaria
		Reflexión	

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan las ventajas inmediatas, a corto y largo plazo de identificar las estrategias e implementar recursos personales para la superación de obstáculos y el logro de metas.

Descripción: Mediante una dinámica, los estudiantes reconocen las ventajas de identificar las estrategias e implementar los recursos personales que les permiten la superación de barreras y llegar al logro de las metas propuestas.

2. Expectativas de resultado/reforzamiento

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 24)	Materiales
Activación	30 min	Percepción Atención	"Como me ven"	
Superación de obstáculos y alcance de logros	40 min	Balance decisional Toma de decisiones	Ponte en mis zapatos Reflexión	
Reflexión	20 min	Expectativas	VI	

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes se sientan capaces de reconocer la importancia de identificar las estrategias e implementar los recursos personales para la superación de obstáculos y el cumplimiento de metas.

Sesión 3. Controlabilidad percibida

Descripción: Mediante una dinámica, el estudiante fortalece su percepción de capacidad para identificar con gran importancia las estrategias e implementar los recursos personales que le permiten superar obstáculos y lograr metas a futuro.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 25)	Materiales
Activación	30 min	Atención Percepción	¿Adivina quién?	Plastilina
Visualización del comportamiento futuro	40 min	Atención Motivación Controlabilidad Percepción	¿Usted qué haría?	Lápices
Análisis y reflexión	20 min	Controlabilidad	Análisis	

Objetivo específico: construir con los estudiantes el reconocimiento de creencias que permitan identificar los recursos que facilitan o dificultan la superación de obstáculos y del logro de metas.

Descripción: los estudiantes adquirirán actitudes, creencias y posición crítica con respecto a la identificación de las estrategias e implementación de recursos personales permitiendo la acertada superación de los obstáculos, para el logro de metas.

Sesión 4. Normas Subjetivas

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 26)	Materiales
Dinámica de activación	20 min	Atención Memoria Normas subjetivas	Teléfono roto	
Como lograr mis metas sin que me afecte lo que dicen los demás.	40 min	Atención Aprendizaje	Frustraciones y tentaciones	Hojas, lápiz
Reflexión	30 min	Memoria Conocimiento		

Sesión 5. Balance Decisional

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes tomen la decisión de identificar las estrategias e implementar los recursos personales para superar obstáculos que les permiten lograr las metas vitales, luego de hacer un balance entre beneficios y costos del comportamiento saludable.

Descripción: Por medio de una dinámica, se evidencian los costos y beneficios de identificar las estrategias e implementar los recursos personales que permiten superar obstáculos para lograr las metas y el éxito futuro.

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 27)	Materiales
Activación	20 min	Motivación Lenguaje	"Por cualidades"	Hojas de papel Esferos Marcador Tablero
Recolectar Costos y beneficios	40 minutos	Balance decisional	"Que tienes y que te falta"	Hojas de papel Esferos
Socialización	30 minutos	Reflexión	"Hacer un circulo"	Sillas

Sesión 6. Planificación de autocontrol y evaluación post

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes adquieran habilidades para identificar y analizar las estrategias e implementar los recursos personales que permiten la superación de obstáculos y el logro de metas.

Descripción: Mediante una dinámica los estudiantes adquieren herramientas para identificar las estrategias e implementar recursos personales para hacer frente a las barreras que se le presenten y puedan lograr sus objetivos propuestos para su futuro

Actividad	Duración	Proceso Psicológico	Dinámica (Ver Anexo 28)	Materiales
Improvisar una solución	20 min	Autocontrol	El óscar a lo imprevisto	
Estrategias y recursos para el logro de las metas	40 min	Autocontrol	"ruleta rusa"	Ruleta y tarjetas en cartulina
Reflexión	10 min	Autocontrol	mesa redonda	
Evaluación post	20 min	Evaluación		Cuestionarios

Taller 5: Grupo Control

Este taller está dirigido al grupo control de la investigación, con el fin de realizar actividades paralelas que no interfieran con la implementación de los talleres con los grupos experimentales y prever las posibles amenazas a la validez del experimento si el grupo control no recibiese intervención alguna. Tiene como objetivo sensibilizar a un grupo de estudiantes del grado décimo del Colegio Cristóbal Colon sobre temas de violencia colectiva en Colombia y el mundo, violencia en el aula, y conciencia ambiental y social, a través de muestras cinematográficas (Ver cuadro 13).

Cuadro 13.

Estructura del taller para el grupo control

Objetivo particular: Determinar los temas de interés de la población, su motivación y actitudes que presentan hacia la etapa que están atravesando.

Descripción: Mediante dinámicas se hará la presentación del taller, aplicando 2 cuestionarios acerca de la perspectiva de tiempo futuro y componentes que de ella se derivan. De igual manera se tomaran temas de interés que quisieran tratar durante el taller.

Actividad	Duración	Dinámica (Ver Anexo 29)	Materiales
Presentación	10 min	Saludos	

Rompe hielo	20 min	Di tu nombre con un color	
Firma de consentimientos y evaluación.	35 min	Que opino yo.	Formato de evaluación y lápices.
mis temas de interés	30 min	yo que quisiera	Marcadores, lapiceros, hojas.

Objetivo específico: Crear en los estudiantes actitudes artísticas, afianzando su creatividad y trabajo en equipo.

Descripción: Por medio de los talleres, se quiere trabajar con los estudiantes la creatividad y la imaginación, esto con la ayuda del trabajo en grupo para lograr un trabajo exitoso.

Actividad	**Duración**	**Dinámica (Ver Anexo 30)**	**Materiales**
Rompe hielo	10 min	La risa del Chagualo	Moneda
Muestra tu creatividad	30 min	Artatacaso	Pintura, pliegos de papel periódico, revistas, tijeras, marcadores, pegante, cinta, papel de colores.
Exposición	20 min	Expresión artística	
Premiación	10 min	Y el ganador es...	
Conclusiones	10 min	¿Que nos enseñó?	

Objetivo específico: Fomentar conciencia acerca de la importancia del trabajo en equipo, teniendo en cuenta los diferentes puntos de vista que de este se pueden presentar.

Descripción: Se fomentara la importancia de conformar trabajo en equipo y la buena comunicación entre sus miembros. Teniendo en cuenta los puntos de vista que pueden tener cada uno y su aporte en este.

Actividad	Duración	Dinámica (Ver Anexo 31)	Materiales
Rompe hielo	10 min	La tarea	Hojas, lapiceros y esferos
Representación	20 min	No hagas a los demás lo que no quieres que te hagan.	
Competencia	35 min	Todos o ninguno.	Bombas
Reflexión	10 min	¿Qué importancia tiene?	

Objetivo específico: Crear estrategias adecuadas para control de emociones y manejo del estrés.

Descripción: Mediante actividades corporales, se les enseñara a los estudiantes a como adoptar estrategias adecuadas de manejo del estrés, manejo de emociones en una situación que requiera de exigencia.

Actividad	Duración	Dinámica (Ver Anexo 32)	Materiales
Rompe hielo	10 min	La carga eléctrica	
Contextualización	35 min	¿Qué es la meditación?	Tablero, marcadores, borrador
Practica 1	30 min	Centrar Cuerpo – mente	Colchonetas
Practica 2	15 min	Relajación	Computador

Objetivo específico: Fomentar la importancia del deporte para una vida saludable tanto física como mental.

Descripción: Se realizara una sesión lúdica, con el apoyo de un profesional en el área, en donde los muchachos podrán disfrutar y divertirse.

Actividad	Duración	Dinámica (Ver Anexo 33)	Materiales
Rompe hielo	10 min	Información	
Actividad lúdica	75 min	Clase Kickboxing	Música

Objetivo específico: Concientizar a los estudiantes, acerca de la importancia de buenos hábitos alimenticios.

Descripción: Se fomentara la importancia de la buena alimentación, teniendo en cuenta la composición de algunos alimentos y la forma de consumirlos.

Actividad	Duración	Dinámica (Ver Anexo 34)	Materiales
Rompe hielo	10 min	Pollo pía	Pañoleta
Conocimiento	20 min	¿Qué se yo?	
Aprendiendo a comer	30 min	¿Qué estoy comiendo?	Marcadores
Evaluación final	30 min	¿Y ahora que pienso?	formatos de evaluación, lápiz y/o esfero

Anexo 5.Dinámicas Sesión 1 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Dinámica	Descripción
Agarra tu silla	El tallerista da la indicación para colocar las sillas en forma de círculo, de tal manera que los estudiantes y estas queden mirando hacia afuera. Luego se coloca música, con el fin de que los estudiantes bailen alrededor de las sillas; con la condición que cada vez que se pare la música en un tiempo indefinido, se vaya sacando una silla. A medida que las personas van

	saliendo del juego, tendrán que presentarse y presentar al compañero que acabe de ser eliminado y así sucesivamente, quien no cumpla con esto, se le pedirá que haga una penitencia que se escogerá entre el grupo.
Contesta	Los talleristas hacen entrega de un cuestionario a los estudiantes, con el fin de realizar la *evaluación pre y pos del taller* "lo que tengo y lo que quiero"
Usa protector solar	Consiste en que el tallerista les coloque a los estudiantes un video llamado usa protector solar, que tienen una duración aproximada de 7 minutos y posteriormente saquen una conclusión que les permitirá entender cuál es el fin del taller
La hoja de vida	Se les pedirá a los estudiantes que realicen en medio pliego de papel periódico, a partir de recortes de periódicos y/o revistas, una hoja de vida con la siguiente información: Experiencias de la infancia que consideras importantes para tu futuro profesional u ocupacional. Experiencias actuales que consideras importantes para tu futuro profesional u ocupacional. Opciones u actividades que el colegio te brinda y promueve para el fortalecimiento de tu futuro profesional u ocupacional. Explica qué estás haciendo para lograr tus planes, objetivos o metas. Nombra las ofertas que tengas o que conozcas a nivel académico, luego de salir del colegio. Nombra para ti ofertas que conozcas a nivel laboral, para cuando salgas del colegio. Crees que tienes la información y el conocimiento de un experto que te permita realizar un análisis de tus aptitudes y expectativas profesionales u ocupacionales (si no la tiene, por qué razón cree). De qué o quién (amigo, maestro, padre, adulto, medio de comunicación…) has recibido orientación acerca de oportunidades u opciones futuras a nivel profesional/ocupacional que consideres importante.

Hacer un Círculo	consiste en que los tallerista y los estudiantes formen un círculo con sus respectivas sillas y empiecen a socializar y reflexionar acerca de la información encontrada en la actividad de la hoja de vida

Anexo 6. Dinámicas Sesión 2 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Dinámica	**Descripción**
El baquerisimo	Los participantes realizan un círculo, en el centro de este se encontrara el vaquero. Se atenderá a las siguientes instrucciones: Cada vez que el vaquero le dispare a una persona (dice "PUM"), ésta se va a agachar, y las dos que están a su lado van a dispararse (diciéndose "PUM-PAM"). Pierde el que más lento haya reaccionado. Cada vez que el vaquero señale a una persona y le diga la palabra "elefante", ésta persona hará la trompa de elefante con su brazo y los

	que están a su lado le cogerán las orejas. Pierde el que más lento haya reaccionado. Cada vez que el vaquero señale a una persona y le diga la palabra "jirafa", ésta persona se queda de pie y las dos personas que están a sus lados se agachan. Pierde el que más lento haya reaccionado.
El árbol de la vida	Se construirá un árbol en arcilla, en donde se identifique: En la base del árbol las oportunidades y posibilidades a nivel profesional/ocupacional en su futuro. En el tronco del árbol las ventajas inmediatas de identificar las diversas opciones y posibilidades para su futuro profesional/ocupacional. En las ramas del árbol las ventajas a largo plazo de identificar las diversas opciones y posibilidades para su futuro profesional/ocupacional.
Grupo Focal	Se les pide a los estudiantes que formen un círculo con sus respectivas sillas y los talleristas empiezan a preguntar cosas con relación a la actividad el árbol de la vida y uno de ellos empieza a tomar apuntes acerca de lo más relevante de dicha actividad, para que posteriormente lo lea y se genere una reflexión a los estudiantes.

Anexo 7. Dinámicas Sesión 3 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

<table>
<tr><th>Dinámica</th><th>Descripción</th></tr>
<tr><td>Caja musical</td><td>El tallerista dice: yo tengo una caja musical y quiero meter unas cosas, es ahí donde los estudiantes, tienen que decir nombres de objetos, teniendo en cuenta que empiecen por la notas de la escala musical en su respectivo orden. Por ejemplo: uno de ellos empieza con DO: domino, el segundo RE: remo; el tercero con MI: miel, y así sucesivamente. A cada estudiante se le dará 5 segundos para contestar, si llega a pasarse de este, tiene que ceder su turno a otro y queda de últimas en el círculo.</td></tr>
<tr><td>La bolsa de empleo</td><td>Se le dará un formato a cada estudiante, como el que aparece más adelante, la idea es hacer un circulo interno y un circulo externo para de esta manera rotar cada dos minutos y presentar una entrevista laboral con la persona que le toque (no puede repetir las respuestas de las preguntas), esta persona aprobara o no a la persona.
<table>
<tr><td colspan="4">BOLSA DE EMPLEO “TRABAJOS Y TRABAJILLOS”</td></tr>
<tr><td colspan="2">NOMBRE:</td><td colspan="2">PROFESION A LA QUE ASPIRA:</td></tr>
<tr><td>UNA CUALIDAD</td><td>UN DEFECTO</td><td>APROBADO</td><td>PORQUE</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>Construye lo que piensas</td><td>En esta dinámica se busca que cada uno de los estudiantes, puedan plasmar en una hoja una reflexión o conclusión acerca de lo que piensan que es importante hacer para cumplir sus metas y objetivos.</td></tr>
</table>

Anexo 8. Dinámicas Sesión 4 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Dinámica	**Descripción**
La palabra que canta	Esta dinámica consiste en que todos los estudiantes formen un círculo, luego que inicie uno de ellos cantando*: Cristo le dijo a Lázaro levántate, levántate y lázaro le contesto*, es ahí donde la persona tiene que decir una palabra y el compañero de al lado tienen que cantar una canción con esa palabra, esta dinámica se tienen que repetir hasta que todos participen. En el caso de que alguno no encuentre una canción con la palabra que le designaron, tienen que cumplir una penitencia que será escogida entre el grupo.
Si tanto lo quieres defiéndelo	Esta dinámica tiene como fin que los estudiantes según sus preferencias hacia las diferentes disciplinas o profesiones, se reúnan en grupos y construyan un cartel en donde expresen, promocionen y expliquen los beneficios y los costos que trae hacer parte de estas profesiones.
Grupo focal	Se les pide a los estudiantes que formen un círculo con sus respectivas sillas y los tallerista empiezan a preguntar cosas con relación a la actividad el árbol de la vida y uno de ellos empieza a tomar apuntes acerca de lo más relevante de dicha actividad, para que posteriormente lo lea y se genere una reflexión a los estudiantes.

Anexo 9. Dinámicas Sesión 5 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Dinámica	**Descripción**
La cola de vaca	Sentados en círculo el coordinador se queda en el centro y empieza haciendo una pregunta a cualquiera de los participantes, la respuesta siempre debe ser "la cola de vaca". Todo el grupo puede reírse menos el que está respondiendo, si se ríe pasa al frente y cumple una penitencia. Si el compañero que está en el centro se demora en hacer la pregunta, cumple una penitencia (Montenegro, 2008). Ejemplo: ¿Qué es lo que más te gusta de tu novia?: ¡La cola de vaca!
La vida de los otros	Este es un conversatorio en donde habrán dos invitados que tengan experiencia académica y laboral en un tema determinado, que hablaran de las creencias propias y de los pares, modelos adultos y medios de comunicación que facilitan y/o dificultan la identificación de diversas opciones de vida a nivel profesional/ocupacional; Así mismo, se abordara el tema de toma de decisiones y se discutirá los beneficios o costos que este comportamiento les representa.
Construye lo que piensas	En esta dinámica se busca que cada uno de los estudiantes puedan plasmar en una hoja una reflexión o conclusión acerca de lo que piensan que es importante hacer para cumplir sus metas y objetivos

Anexo 10.Dinámicas Sesión 6 del Taller 1. "Lo que tengo y lo que quiero"

Dinámica	*Descripción*
"¿Adivina quién es?"	Esta dinámica consiste en que los estudiantes formen cinco grupos y estén sentados y organizados en fila. Luego se sacará un integrante de una fila y se le pedirá que no mire a ninguno de sus compañeros, estos harán una serie de sonidos que fueron dirigidos por alguien y quien será descubierto por este. Aclarando que solo se le dará dos oportunidades para que adivine. Si lo adivina, ganara un punto para su equipo y elegirá el próximo concursante. El equipo que primero tenga 5 puntos, será el ganador del juego (premio).
Escalera	Se realizaran los grupos necesarios para jugar la escalera, en ella se encontraran preguntas, penitencias y situaciones simuladas que permitan la identificación de las diversas opciones de futuro profesional/ocupacional, para ser utilizadas en contexto natural. Números pares-Situaciones simuladas: Quiero estudiar literatura, pero mis papas no me lo permiten No sé para que soy bueno (a) y no sé qué estudiar La carrera que quiero estudiar es muy cara La carrera que quiero estudiar, no es bien valorada en mi país No creo importante estudiar después de graduarme del colegio, es mejor ponerme a trabajar (¿Estás de acuerdo? Sí, no, porque? Es posible que no pueda entrar a la universidad tan pronto termine el colegió, en este caso yo… Si quiero ser bueno en mi quehacer, en el presente debo. Si no entro a estudiar tan pronto salga del colegio puede suceder pero, si entro puede suceder. Si lo que yo quiero estudiar, les parece a mis padres y a los demás, que eso no me va a dar plata. Yo me siento _____ porque _____ ¿Qué haría? Las penitencias:

	· Las escaleras avanzan. · Las serpientes bajan posiciones. · Las imágenes ceden el turno Preguntas- múltiplos de tres: · ¿Qué sabes sobre el ICETEX? · Sabes en que universidad se encuentra la carrera que quieres estudiar · Sabes cuales son los campos de acción de tu carrera · Qué es lo que más te preocupa al momento de salir de tu colegio · Qué es lo que más te preocupa al momento de escoger tu carrera
Hacer un círculo	Esta dinámica consiste en que los tallerista y los estudiantes formen un círculo con sus respectivas sillas y empiecen a socializar y reflexionar acerca del trabajo que se realizó durante todas las sesiones que componían el primer taller (“Lo que tengo y lo que quiero")
Contesta	Evaluación post del taller

*Anexo 11.*Dinámicas Sesión 1 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?"

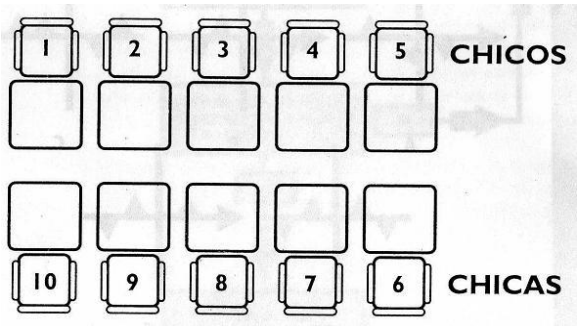
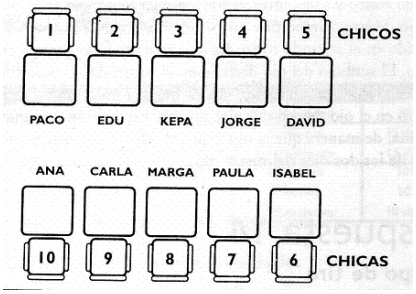
Dinámica	**Descripción**
Me pica	Consistirá en que los asistentes a la actividad formen 6 grupos, después cada uno de ellos tienen que decir su nombre y a continuación un lugar donde le pica, por ejemplo "Soy Camila y me pica la boca". A continuación el siguiente tiene que decir cómo se llamaba al anterior, y decir dónde le picaba. Él también dice su nombre y donde le pica y así sucesivamente hasta la última persona. El ganador de cada uno de los grupos, competirá con los ganadores de los otros grupos y quien sea el ganador final obtendrá un premio.
Buscando el éxito	Aplicación del cuestionario de evaluación
¿Y cómo sería?	Los estudiantes se dividirán en 6 grupos, 2 de ellos con el apoyo de periódicos, revistas, pegantes, entre otros elementos, tendrán que realizar una especie de colash, ilustrando una situación de éxito y los otros dos otra de fracaso.
¿Y tú qué?	En esta actividad se enfrentaran los 6 grupos, expondrán su caricatura y después el grupo tendrá que mirar las diferentes alternativas que tiene para llegar al éxito o al fracaso.

Anexo 12. Dinámicas Sesión 2 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?"

Dinámica	**Descripción**
"*Nos vamos de Viaje"*	En esta actividad el coordinador de la actividad, empezara una historia acerca de un viaje que va a realizar, el dirá una letra y señalara a cualquiera de los estudiantes, para que continúe la historia pero con esa misma letra y así sucesivamente.
Frases y dichos	Cada frase se escribe en dos tarjetas, el comienzo en una de ellas y su complemento en otra. Se reparten las tarjetas entre los asistentes y se les pide que busquen a la persona que tiene la otra parte de la frase. • No hay secretos para el éxito. Este se alcanza preparándose, trabajando arduamente y aprendiendo del fracaso. • El éxito no se logra sólo con cualidades especiales; es sobre todo un trabajo de constancia, de método y de organización. • No es necesario ser mejor que los otros, es suficiente ser mejor de lo que era antes. • Si hay un secreto del buen éxito reside en la capacidad para apreciar el punto de vista del prójimo y ver las cosas desde ese punto de vista así como del propio. • Lo realmente importante no es llegar a la cima; sino saber mantenerse en ella. • La llave del éxito es el conocimiento del valor de las cosas. • Se alcanza el éxito convirtiendo cada paso en una meta y cada meta en un paso. • No nos podemos quedar esperando que llegue el éxito a nuestras manos, hay que movilizar recursos personales y materiales para alcanzar mis metas. • Nadie es mejor o más fuerte, para alcanzar el éxito se necesita de

	la colaboración y la participación de otros. • Un buen maestro sólo puede enseñarte los caminos al éxito. Eres tú quien debe explorarlos. • El éxito siempre ha sido fácil de medir: es la distancia entre el punto de partida de una persona y su mayor logro. • El camino hacia el éxito se encuentra siempre en construcción.
Película "circo de mariposas"	Se busca por medio de esta actividad, sensibilizar a los jóvenes acerca de sus fracasos y de cómo a partir de ellos podemos llegar a ser exitosos
¿Qué harías tú?	En esta actividad, se recogerán los diferentes puntos de vista de los jóvenes, que piensan ellos y que harían si estuvieran en esa situación.

Anexo 13. Dinámicas Sesión 3 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?"

Dinámica	Descripción
Rompecabezas lógico	En la escuela los chicos se sientan en los pupitres numerados del 1 al 5, y las chicas se sientan frente a ellos, en los numerados del 6 al 10 La chica sentada junto a la chica frente al Nº 1 es Carla. Carla se sienta tres pupitres más allá de Isabel. Ana está frente Paco. Edu se sienta frente a la chica sentada junto a Ana. Si Paco no está en el centro, Kepa sí. David está junto a Jorge. Jorge se sienta tres pupitres más allá de Paco.  Si Carla no está en el centro, Marga sí. Ana está tres pupitres más allá de Paula. David se sienta frente a Isabel. La chica que se sienta junto a la que está frente a Kepa es Paula. Paco no se sienta en el pupitre Nº 5 Paula no se sienta en el pupitre Nº 10 Respuesta. 
Juicio	Se escogerán a diferentes personajes los cuales serán: juez, acusado, acusador, abogados, testigos y el público; teniendo una problemática central la cual mostrara una errónea toma de decisión (), en donde

	cada uno de los personajes mostrara su punto de vista acerca de esta situación; así se buscara la integración del concepto del éxito.
Yo opino….	Cada uno de los estudiantes va a postular su punto de vista acerca de la decisión tomada por el juez y lo va a sustentar diciendo cual puedo ser el éxito o el fracaso de esta situación.

Anexo 14. Dinámicas Sesión 4 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?"

Dinámica	Descripción
¿Qué piensas de mí?	Esta dinámica consiste en que todos los estudiantes tenga pegada en su espalda una hoja de papel, luego armen un circulo mirando hacia el exterior del mismo; entonces una de las personas rápidamente empieza a escribirle cosas positivas a cada uno de sus compañeros, de tal manera que permita que todos se vayan rotando. Tendrá penitencia aquella persona que escriba algo negativo.
¿Qué piensan los demás?	Cada uno de los estudiantes, tendrán que pasar al frente del tablero y escribir en una frase corta, que es para ellos el éxito, que percepción tienen sus familiares y los medios de comunicación con relación al mismo concepto y como estos a su vez los ayudaría a obtenerlo.
Tu mundo ideal	Con el apoyo de papel periódico y marcadores, los jóvenes realizaran un dibujo, colash o lo que quieran representando su mundo ideal. Después de esto cada grupo expondrá su trabajo.

Anexo 15. Dinámicas Sesión 5 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?"

Dinámica	Descripción
Al pin y al pon	En esta actividad se sentaran a los estudiantes en forma circular, cada uno teniendo un objeto en sus manos, cuando el coordinador de la orden de empezar todos deberán pasar el objeto hacia a la derecha recibiendo inmediatamente el que viene de su izquierda, mientras se canta la canción (al pin y al pon a la hija del conde simón, a la lata a latero a la hija del chocolatero…
Ponte en mis zapatos	Se dividirá al grupo en 3, a cada uno de los grupos se les presentara un caso, en el cual deberán tener en cuenta las posibles soluciones a las problemáticas presentadas, poniéndose ellos en su lugar estas son: Los papas no lo apoyan en la carrera que Juan quiere. No hay plata. Esa carrera no le va a dar, no tiene futuro, búsquese otra. Kathy es una niña que está en 11 y no sabe si entrar a la universidad apenas salga del colegio o darse un año sabático (estudiar inglés, viajar, trabajar, etc). Los papas le dicen que tiene que escoger entre la universidad o su vida privada. Tania es una niña que presento entrevista en una universidad muy reconocida, en donde los cupos son limitados; ella ingreso a esta universidad, pero se dio cuenta a mitad de segundo semestre que tenía 3 meses de embarazo. Si se retira no podrá ingresar en los próximos dos años por política de la universidad. Y su papa no le pagara más la carrera.
¿Y qué hacemos entonces?	Aquí los estudiantes expondrán su punto de vista acerca de cada uno de los casos y se debatirán.
Mi compromiso	*Yo _____ (nombre del o la participante) me comprometo desde hoy _____ (fecha del día) a: _____ (Comportamiento promotor).*

Hasta

_____ *(plazo que el participante quiera establecer), ya que estos comportamientos me ayudan a lograr*

_____ *(Beneficio no. 1)*

_____ *(Beneficio no. 2) Aunque reconozco*

que no es algo fácil, me comprometo a poner todo de mi parte para lograrlo.

_____ Firma de quien se compromete

Anexo 16. Dinámicas Sesión 6 - Taller 2. "¿Quieres Triunfar?"

Dinámica	Descripción
Aprende de tus fracasos y construye el éxito	Por medio de la presentación en un video se mostrara la valencia y dominancia que tiene el fracaso para obtener un éxito significativo más adelante.
El fracaso no significa...	Los estudiantes escribirán las diferentes aptitudes y actitudes que los caracterizan para enfrentar una situación de fracaso o para llegar al éxito.
Plenaria:	En esta actividad se compartirán los diferentes puntos de vista, que se obtuvieron referentes al video y se construirá una discusión a partir de esto.
Buscando el éxito	Aplicación del cuestionario de evaluación

Anexo 17.Dinámicas Sesión 1 - Taller 3. ¡Gracias por tu colaboración!

Dinámica	Descripción
Presentación del tallerista	Se ofrecerá a los participantes del taller información que les permita identificar al Tallerista: nombre, formación, universidad. Y se explicaran los objetivos del taller además de su duración
Atribuciones	Aplicación del cuestionario de evaluación
La máquina	Se harán grupos de seis estudiantes. El objetivo es hacer una máquina humana donde cada participante tenga una función y realice un sonido de ésta
Mesa redonda	el objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social

Anexo 18. Dinámicas Sesión 2 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!"

Dinámica	Descripción
El nudo humano	Para iniciar la actividad se indica a los participantes que hay 2 reglas: a) estar en absoluto silencio y b) jamás soltarse de las manos. El incumplimiento de cualquiera de las reglas hará que se reinicie la actividad. Una vez aclarado lo anterior, se hace una ronda (no un circulo) con los participantes. Se les indica levantar la mano derecha y darle esta mano a alguien que no esté inmediatamente junto a él (ni a los lados, ni delante, ni atrás). Se les indica levantar la mano izquierda y darle esta mano a otra persona que no esté a sus lados. Una vez todos los jóvenes estén tomados de las manos se ha formado un nudo humano que tienen que deshacer sin soltar las manos y en silencio. Pasados 15 minutos, el tallerista debe hacer una pausa indicando a los jóvenes que tienen 5 minutos para conversar entre ellos (sin soltarse las manos) y buscar una forma de deshacer el nudo; cumplido este tiempo deberá volver a estar en silencio y trabajar para resolver el nudo.
El viaje	Esta actividad se realizara en grupos de cinco personas, se les dirá que escojan un sitio al que quieran viajar como grupo (de todo el mundo), esa será la meta a largo plazo. Pero hay que tener en cuenta que para ir de viaje hay que tener unos utensilios especiales y saber a dónde van a ir: Meta 1: se les dará una lista de cosas que las deben conseguir máximo en 15 minutos
¿Y el otro qué?	el objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social

Anexo 19. Dinámicas Sesión 3 - Taller 3. "¡Gracias por tu colaboración!"

Dinámica	Descripción
Dale a la bomba	Los estudiantes van a estar por parejas y cada una tendrá una bomba amarrada en uno de los pies, consiste en que deben explotar la bomba del compañero pero sin dejar que a su propia bomba le pase algo, el estudiante que termine con su bomba intacta ese gana
"Circo de Mariposas"	Se presentará a los estudiante el video Circo de Mariposas, en donde se estable el apoyo social que recibió un joven y como ese apoyo social es importe para la realización de las metas.
Mesa redonda	el objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social

Anexo 20.Dinámicas Sesión 4 - Taller 3. ¡Gracias por tu colaboración!

Dinámica	Descripción
El alambre pelado	Se le pide a un estudiante que salga del salón. El resto de compañeros se forman en un círculo de pie y tomados del brazo se les explica que el círculo es un circuito eléctrico, dentro del cual hay un alambre que está pelado. Se le pide al compañero que está afuera que lo descubra tocando las cabezas de los que están en el círculo. Se ponen todos de acuerdo que cuando toque la cabeza del sexto compañero (que es el que representa el alambre pelado), todos al mismo tiempo y con toda la fuerza posible pegarán un grito. Se llama al compañero que estaba fuera, se le explica sólo lo referente al circuito eléctrico y se le pide que se concentre para que se descubra el cable pelado. El tallerista explica a los participantes que deberán crear un cuento entre todos los integrantes del grupo, con la creencia que se les ha asignado. Además deberán nombrar un secretario, el cual anotará el cuento. Este cuento estará basado en las creencias positivas y negativas que se tienen de los diversos sistemas de apoyo social para la realización de logros. Una vez que los subgrupos terminaron su relato, el tallerista solicita a los subgrupos que lean sus cuentos. En cada subgrupo el primer participante dará el inicio del cuento leyendo la parte o frase elaborada, luego se la pasa a su compañero de la derecha quién continuará con el relato y así sucesivamente hasta que se termine el cuento (si es necesario, los participantes que ya hicieron su aporte pueden repetir con otra parte del cuento, pero todos deben participar).
Cuenta cuentos	El tallerista divide al grupo en subgrupos de hasta 7 participantes que se forman en círculo. Luego entrega a cada grupo una tarjeta de cartulina con una de las siguientes creencias. 1. A mí me han dicho que tener habilidades para establecer y mantener un buen apoyo por parte de mi familia y amigos, aumenta la posibilidad para alcanzar mis metas. 2. Juanita dice que cuando ella siente que la cuidan y protegen, puede

	comprometerse más con los proyectos que tiene para su vida. 3. Mis padres me dicen que cuándo tenían la posibilidad de acceder y aprovechar el concejo de alguien cuando presentaban dudas y dificultades, podían corregir elementos para el cumplimiento de mis metas. 4. El hecho de que mis padres evalúen mis comportamientos y me den consejos, permite mejorar mi capacidad para alcanzar los objetivos de la vida. 5. Yo siempre he escuchado que todos los logros que se consiguen en la vida, se hacen sin necesidad de los demás. 6. Yo creo que uno nunca debe pedir la colaboración de alguien, ya que para eso uno tiene capacidades propias. 7. Un amigo me dice, que es mucho mejor trabajar solo para alcanzar mis objetivos.
Plenaria	el objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social

Anexo 21.Dinámicas Sesión 5 - Taller 3. ¡Gracias por tu colaboración!

Dinámica	Descripción
Carrera de relevos	Sentados en un círculo se lanza el balón a alguno de los participantes y se dice la palabra "ángel" o "diablo" la primera palabra significa que el participante debe decir alguna consecuencia negativa del alcohol y la segunda palabra indica que debe decir alguna consecuencia positiva del consumo de alcohol. Finalizada la actividad se orientará la reflexión a la facilidad o dificultad para identificar los riesgos y consecuencias del consumo de alcohol frente a los beneficios que se le otorgan al mismo.
Expresiones culturales	En subgrupos (mínimo 2, máximo 6 personas), los asistentes deberán crear una representación (a favor o en contra del consumo de alcohol) con respecto al consumo de alcohol. Esta representación debe ser diferente en cada grupo, siendo válidas todo tipo de manifestaciones artísticas: caricaturas, historietas, dramatizaciones, mímicas, canciones, poemas, graffitis, coplas, entre otras. Pasados 25 minutos, cada grupo presentará al curso su representación. El análisis final se encaminará al reconocimiento de comportamientos adecuados e inadecuados con respecto al consumo y cómo podría ser un saber beber o un buen beber.
Debate	Al finalizar, cada uno explicará el porqué de su reacción hacia el muñeco y qué tan reales son los tipos de reacciones en la vida diaria, reflexionando con la orientación del tallerista acerca de cómo el consumo excesivo y las reacciones que genera afectan tanto a los que consumen como a los que no consumen alcohol. el objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social

Anexo 22. Dinámicas Sesión 6 - Taller 3. ¡Gracias por tu colaboración!

Dinámica	Descripción
Traba-traba	Se reparten las hojas con las siguientes preguntas a cada participante. Cada uno debe escribir tantas respuestas a las nueve preguntas como se le ocurran, rápidamente y sin detenerse a reflexionar profundamente.
¿Cómo terminaría?	Se le entrega una hoja a cada participante con la siguiente frase: *"*Subí a un árbol para coger una manzana madura que colgaba del extremo de una delgada rama. Me dije: "Si corro el riesgo e intento coger la manzana, la rama puede romperse. Me caeré y tal vez me haga daño. ¿Vale la pena correr ese riesgo por una manzana? Quizá si tuviera mucha, mucha hambre; pero no la tengo, así que no voy a cogerla. La manzana no compensaba la posibilidad de causarme daño, por tanto bajé del árbol". Junto a este párrafo, los estudiantes deben interpretar su significado, donde se evidencie la moraleja: Cuándo la gente se arriesga, tiene que pensar que puede pasar si se gana y lo que puede ocurrir si se pierde.
Contesta	

Anexo 23. Dinámicas Sesión 1 - Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!

Dinámica	Descripción
Presentación	El tallerista elabora una presentación en donde se explicaran los objetivos y el tema del taller, además se resolverán inquietudes de los estudiantes de los talleres pasados.
Estrategias y recursos	Se divide el salón en cuatro subgrupos de 10 integrantes cada uno, la actividad consiste en hacer preguntas acerca de la utilización de estrategias y recursos personales para superar metas, gana el que conteste la respuesta más popular Inicia con el siguiente enunciado "le preguntamos a 100 estudiantes las 3 respuestas principales en nuestro tablero tienen que darme la respuesta más popular" si se contesta 3 veces mal se le da la oportunidad al otro grupo. El grupo con más puntos gana el concurso
100 estudiantes dicen	*Pregunta 1:* ¿cuáles son los recursos y habilidades más importantes que se desarrollan en el colegio en cuanto al cumplimiento de las metas? 1. la responsabilidad individual 46 puntos 2. organizar y planear el futuro30 puntos 3. desarrolla la habilidad de tomar decisiones24 puntos *Pregunta 2:* nombre tres estrategias que se utilicen para alcanzar una meta 1. Plantear objetivos realistas60 puntos 2. Construir planes20 puntos 3. Buscar una meta realista20 puntos *Pregunta 3*: nombre tres recursos personales que utilices para alcanzar una meta 1. Habilidades de afrontamiento 55 puntos 2. Autoestima25 puntos

	3. Creencias positivas 20 puntos *Pregunta 4*: ¿qué ventaja tiene cumplir las metas? 1. Realización personal 20 puntos 2. Cumplir los sueños60 puntos 3. Autodeterminación10 puntos 4. Autorrealización 10 puntos
Plenaria	las respuestas del juego se aclaran y se debaten, además los subgrupos emiten sus conclusiones y el aprendizaje que se obtuvo con la dinámica

Anexo 24.Dinámicas Sesión 2 - Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!

Dinámica	Descripción
"Como me ven"	Cada uno de los estudiantes, tendrá que mostrar una capacidad u/o habilidad al grupo y este mismo, retroalimentara diciéndole para que consideraran que sería bueno tener ese tipo de habilidad.
Ponte en mis zapatos	Se dividirá al grupo en 3, a cada uno de los grupos se les presentara una caso, en el cual deberán tener en cuenta las posibles soluciones a las problemáticas presentadas, poniéndose ellos en su lugar estas son: 1. Los papas no lo apoyan en la carrera que juan quiere. No hay plata. Esa carrera no le va a dar, no tiene futuro, búsquese otra. 2. Kathy es una niña que está en 11 y no sabe si entrar a la universidad apenas salga del colegio o darse un año sabático (estudiar inglés, viajar, trabajar, etc). Los papas le dicen que tiene que escoger entre la universidad o su vida privada. 3. Tania es una niña que presento entrevista en una universidad muy reconocida, en donde los cupos son limitados; ella ingreso a esta universidad, pero se dio cuenta a mitad de segundo semestre que tenía 3 meses de embarazo. Si se retira no podrá ingresar en los próximos dos años por política de la universidad. Y su papa no le pagara más la carrera.
Reflexión VI	Se hace análisis y reflexión acerca de las ventajas de identificar las estrategias e implementar recursos personales para la superación de obstáculos y el logro de metas, en situaciones reales y propias.

Anexo 25. Dinámicas Sesión 3 - Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!"

Dinámica	Descripción
¿Adivina quién?	En esta actividad se le dará a cada uno de los estudiantes plastilina, para que se hagan ellos mismos como se perciban a sí mismos; después de esto se recogerán los muñecos y se le darán a cada uno de los estudiantes uno y tendrán que reconocerlo y decir quién es y porque considera que es la persona quien dice ser.
¿Usted qué haría?	Consiste en la presentación de un caso (están en un banco y entran unos secuestradores, dentro del banco hay mujeres, niños, ancianos, empleados, policías y el gerente de una multinacional a quien van a secuestrar),en esta actividad se dividirán los roles entre los estudiantes y cada uno dependiendo de su rol tendrá que organizar las diferentes estrategias de cómo manejar la situación.
Análisis y reflexión	Se discutirán las diferentes posturas a las cuales llegaron los estudiantes, y después de esto se les planteara una serie de preguntas para discutir. ¿Qué estrategias han identificado para esta situación? ¿Qué recursos personales utilizarían en casos similares? ¿Estos recursos han disminuido o sobrepasado los obstáculos presentados?

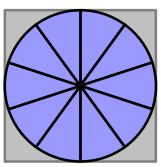
Anexo 26. Dinámicas Sesión 4 - Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!

Dinámica	Descripción
Teléfono roto	El tallerista dará una frase, la cual deberá ser comunicada de estudiante a estudiante, se dirá lo que se entienda de la frase; al finalizar se descubrirá con el último la frase que entendió y se comparara con la frase verdadera.
Frustraciones y tensiones	El tallerista divide a los participantes en subgrupos de 6 a 12 personas. Se le entrega a cada participante una hoja para que puedan desarrollar dos historias teniendo en cuanta los siguientes parámetros: Primera historia. Se trata de un joven que pretende alcanzar alguna meta específica para su futuro, como estudiar una carrera, crear un negocio, viajar, etc., pero que por vivir humildemente, en una familia con madre cabeza de hogar, su familia y vecinos le dicen que el nunca podrá alcanzar estos sueños, ya que no tiene dinero y por lo tanto no es inteligente. Los estudiantes profundizan en la historia y crean una actitud ante esta. Segunda historia. Se trata de un joven que con el desarrollo de habilidades en la escuela, los consejos y el apoyo de sus padres y amigos ha podido identificar sus Promoción de la PTF, recursos personales y las estrategias que puede implementar en el logro de sus metas. Los estudiantes profundizan en la historia y crean una actitud ante esta. De forma individual, los estudiantes completan y responden o toman actitud frente a la situación, además de escribir una nota breve de lo que supusieron sobre cada situación. Cada subgrupo discute las respuestas realizadas por sus miembros a cada situación, analizando los efectos probables para cada respuesta. A continuación se distribuye una segunda hoja en la que deben mencionar situaciones propias, en las que por creencias de otros han (o no) podido realizar. Cada subgrupo discute sus respuestas y tratan de decir qué actitud toman al respecto.

Anexo 27. Dinámicas Sesión 5 - Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!

Dinámica	Descripción
Por cualidades	El tallerista escribe en varios papeles los nombres de todos los participantes de la actividad y los introduce en una bolsa, luego se le pide a cada uno de ellos, que saque un papel y que pase al tablero a escribir el nombre que le correspondió y al lado añadir dos cualidades características de la persona. Después se mira con el grupo que características añadirían a cada uno de los participantes de dicha actividad.
Que tienes y que te falta	El tallerista les entrega una hoja cada uno de los participantes de la actividad y les dice que tienen que escribir cuatro metas y/u objetivos que quieran cumplir en su futuro y que al lado izquierdo de la hoja escriban que herramientas o cualidades que tienen para cumplirlas y en el lado derecho escriban cuales podrían ser las cosas que les faltaría para lograrlas.
Hacer un Círculo	Consiste en que los tallerista y los estudiantes formen un círculo con sus respectivas sillas y empiecen a socializar acerca de la información encontrada en la actividad de *Que tienes y que te falta*.

Anexo 28. Dinámicas Sesión 6 - Taller 4. ¡Siempre hacia adelante!

Dinámica	Descripción
El Óscar a lo imprevisto	El instructor solicita a un voluntario y le indica que salga del salón por un momento. Así mismo, le explica que a su regreso participará como actor en una escena dramática. El tallerista, sin ser escuchado por el voluntario que salió, invita a que los demás participantes inventen un chisme o momento problemático que el héroe (la persona que salió), intentará resolver con su propia participación en la escena de manera improvisada. El tallerista indica al voluntario que regrese y la escenificación se realiza. Si el héroe resuelve satisfactoriamente la problemática planteada en la escena, es premiado con el "Oscar" El tallerista solicita al voluntario que presente al grupo los sentimientos, emociones y recursos tanto utilizados como necesarios en el proceso, para enfrentar la situación (al estar esperando fuera, al enfrentar lo imprevisto, etc.) El tallerista guía un proceso, para que el grupo analice los comportamientos y emociones que se presentan cuando las personas enfrentan situaciones imprevistas y los recursos necesarios para superarlas.
Ruleta rusa	Se coloca a rodar la ruleta y se hacen las apuestas el equipo que gane no tendrá que contestar la pregunta ni realizar la acción ¿Cuál es mi necesidad? ¿Cuáles son mis objetivos? ¿Cuáles son mis metas a largo plazo? ¿Qué recursos tengo? Debo planearme actividades ¿En qué necesito ayuda? ¿Cómo distribuyo mi tiempo? Ejecutar las actividades Hacer una evaluación 

Mesa redonda	el objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social:
Estrategias y recursos	Aplicación del cuestionario de evaluación

Anexo 29. Dinámicas Sesión 1 – Grupo Control.

Dinámica	**Descripción**
Di tu nombre con un color	El instructor en primer lugar les sugiere a los estudiantes que formen una mesa redonda. Luego de esto se les explica a los estudiantes que cada uno proceder a decir su nombre así. Por ejemplo: Paola, rojo. Y así sucesivamente lo harán cada uno diciendo su nombre, el color de la persona de antes y el que él /ella escoja. Por ejemplo: David, rojo, azul. Esto hasta que de toda la vuelta y llegue al punto de origen. Esta actividad sirve como punto fundamental para trabajar la memoria y concentración de los participantes.
Yo que quisiera.	En esta actividad el instructor, le da a cada uno de los estudiantes la posibilidad de participar y dar puntos de vista acerca de temas de interés para ellos. Se les dice a los estudiantes que organizados como están en sus filas, se reúnan y piensen en temas que consideren que se deberían de tocar, a lo largo de las sesiones. Proponiendo por qué seria relevante tratarlo y para qué finalidad. Después de esto se saca un representante de cada grupo, el cual expondrá los temas importantes y su debida justificación. Al finalizar se llegara a un consenso de los temas que se eligieron.

Anexo 30. Dinámicas sesión 2- Grupo Control

Dinámica	Descripción
La risa del chagualo	Esta actividad tiene como principal objetivo recrear. El tallerista le pide a los estudiantes que hagan una mesa redonda, la mitad es un grupo y la otra mitad otro grupo. Con la ayuda de una moneda, el tallerista lanza esta misma, si caía sello correspondía al grupo No 1, y los estudiantes tenían q permanecer serios y los del otro grupo reír muy fuerte, o contar un chiste. Si caía cara al contrario. Los que reían cuando deben se estar serios, salen del juego y se les hacia una penitencia.
Art Atacaso.	El tallerista les explica a los estudiantes que esta es una actividad netamente basada en la creatividad de cada uno, el trabajo en grupo y la utilización de todos los materiales que se les iba a facilitar. Se les solicita que conformen 5 grupos y que con base a su creatividad realizaran un dibujo, maqueta, muñeco, lo que quisieran, y el ganador iba a tener un premio en particular. Teniendo en cuenta los siguientes materiales: papel periódico, pinturas, marcadores, revistas, periódicos, papel iris, pegastic, entre otros.
Expresión artística	Para esta actividad el tallerista, le pide a cada uno de los grupos que pasen y expongan su obra de arte ante todo el grupo. Comentando como fue su trabajo en equipo, la utilización de los materiales y de donde surgió la idea de hacer el dibujo. Con base a esto se analizara cuál de todos, tubo mejor desempeño, colaboración y la utilización de todos y cada uno de los materiales dados.
¿Qué nos enseñó?	Se les pide a los estudiantes que hagan una mesa redonda, en donde cada uno va a comentar su experiencia dentro del grupo, como se sintió, que mejoraría y que está bien. Esto con la finalidad de crear consciencia acerca de la importancia del trabajo en equipo.

Anexo 31. Dinámica sesión 3- Grupo control

Dinámica	Descripción
La tarea	Se les solicita a todos y cada uno de los estudiantes que en una o media hoja escribieran una tarea que le quisieran colocar a otro compañero (con nombre), todos deberían firmar el papel. Finalizado esto, el tallerista recoge las hojas de todos los participantes, y les dice que las reglas del juego han cambiado, la tarea que cada uno le coloco al compañero que escogieron no era precisamente para él, sino para que lo había escrito. Por casusa a esto los alumnos deberán realizar las actividades correspondientes. Esta actividad tiene como objetivo concientizar a los estudiantes de que no hagan lo que no quieren que les hagan.
Todos o ninguno.	El instructor les pide a los estudiantes que realicen 5 grupos de 6 personas, cada grupo debería de tener un nombre que los representara. Después de esto se les explica en qué consistía el juego, cada uno de los grupos iba a pasar por una serie de actividades, el grupo que más puntos haya obtenido, iba a ser el ganador. La primera actividad se llama "la bomba", en esta actividad se les da a cada grupo 7 bombas, el primero grupo que las infle y se las amarrara al zapato iba a ser el ganador. La segunda actividad se llama "quién soy", este consistía en sacar a un representante de cada grupo, a cada uno se le da una película, la cual tenían que imitar al frente de su grupo, el que adivinara la película, tendría un punto. Se les explico a los estudiantes que tenían que solo hacer movimientos, cero ruidos y cero palabras, el grupo que dijera alguna palabra, se le descontaría un punto. Se les explica a los estudiantes que si por algún motivo quedan en empate, se llevaría a cabo una actividad para desempatar esta consistía en realizar una actuación de lo que ellos quisieran podría ser baile, canciones, teatro, etc.
Qué	En esta actividad se hace una reflexión de la importancia que tiene el

importancia tiene	trabajo en grupo, la buena comunicación y la importancia de las diferencias a nivel de personalidad con la que cada uno cuenta. Esto basándose en lo que se vio evidenciado en la actividad pasada.

Anexo 32. Dinámica sesión 4- Grupo control.

Dinámica	Descripción
La carga eléctrica	El tallerista pide que se retire un voluntario del círculo que han formado los jugadores. En ausencia de este se explica que durante el juego todos deben permanecer en silencio y que uno de ellos " tendrá carga eléctrica". Cuando el voluntario coloque su mano sobre la cabeza de quien tenga la carga eléctrica todos deberán gritar y hacer gestos. Se llama al voluntario y el animador le explica: " Uno de los presentes tiene carga eléctrica: Concéntrese y vaya tocando la cabeza de cada uno para descubrir quién tiene la carga eléctrica. Cuando lo descubra, avise". Cuando la persona toque al designado con la carga eléctrica, todos deberán pegar un grito.
¿Qué es la meditación?	En esta actividad se tendrá el apoyo de un experto en este trabajo, el cual les explicara a grandes rasgos los elementos básicos de la meditación, como su historia, de donde viene la palabra meditación. Después de esto el tallerista con apoyo del instructor enseñaran técnicas adecuadas de respiración (respiración diafragmática y la respiración inhalación, exhalación).
Conexión mente-cuerpo	En esta actividad se harán posiciones características de Yoga, las cuales permiten conocer el cuerpo, relajar todos y cada uno de los músculos y poder de una forma u otra mostrar la importancia que tiene la mente en el cuerpo. Esta posiciones son como: el saludo al sol, espina dorsal flexiona (en posición de roca), estiramiento del nervio de la vida, posición del arquero, entre otras**.**
Relajación	El tallerista le comunica a los estudiantes que adquieran una posición lo más cómoda posible, esta puede ser sentado o acostado, en la cual se sientas sin tensión en ningún aparte del cuerpo. Diciéndoles que el instructor ira dándoles unas indicaciones las cuales tienen que ir realizando. En esta actividad se realizaran actividades como la relajación progresiva, relajación por imaginería entre otros.

Anexo 33. Dinámicas sesión 5- Grupo control.

Dinámica	Descripción
Información	En esta actividad el tallerista les comenta a los estudiantes que la actividad va a ser deportiva, esta con el objetivo de que distraigan la mente del diario y dándoles a entender la importancia que tiene el ejercicio no solo para esta saludable sino también como alternativa ante un problema, ya que al hacer algún deporte se pierden hormonas y esto hace que la persona adquiera otro tipo de actitud, al enfrentarse de nuevo al problema en particular.
Clase kickboxing.	Esta actividad lúdica, tendrá el apoyo de un experto en este deporte. El tallerista presentara al grupo al profesor y se continuara con la clase deportiva.

Anexo 34. Dinámica sesión 6- Grupo control.

Dinámica	Descripción
Pollo pía	El tallerista le pide a los participantes que formen un circulo, sentados en las sillas; a una persona se le tapan los ojos, esta se tiene que sentar encima de alguien y decir "pía pollo", el que está debajo tiene que piar y la persona que está sentada encima que adivinar quién es. También le palpa. Si acierta quien es el que ha piado, se coloca en su sitio y el que ha piado pasa al centro y así sucesivamente. Como alternativas en vez de piar, se puede cantar una canción, recitar un poema, hacer el ruido de otro animal, etc.
¿Qué se yo?	Esta actividad, tiene como objetivo conocer hasta qué punto conocen los estudiantes los hábitos de vida saludable, teniendo en cuenta los alimentos nutritivos y los que no y cuales consumen más a menudo. El tallerista, tomara en cuenta los puntos que plantean los muchachos, teniendo en cuenta el nivel de importancia que tiene para ellos, de igual manera se preguntara cuáles son los alimentos que consumen en cada comida y su frecuencia a la semana.
¿Qué estoy comiendo?	En esta actividad se plantearan los diferentes tipos de alimentos más consumidos planteados por los estudiantes y a partir de estos se explicaran cuáles son los más nutritivos, cuáles no, los proteicos, los grasos, los carbohidratos, los granos, entre otros. De igual manera se plantean los más indicados para consumirlos en el almuerzo, cuantas calorías se deberían consumir según la edad, peso y contextura.

Anexo 35. Consentimiento informado (padres).

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA, BOGOTÁ
CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES

YO _____ identificado con C.C No. _____ de_____ autorizo que mi hijo(a) _____ participe en la investigación de la Perspectiva de Tiempo Futuro, que están realizando unos estudiantes de psicología de Noveno Semestre de la Universidad de San Buenaventura, Bogotá para fines netamente académicos e investigativos.

_____
Firma del padre y/o acudiente

_____ _____
Juliana Andrea Beltrán Hellen Julieth Buendía

_____ _____
María Paula Torres Daniel Sebastián Restrepo

_____
Sonia Estefanía Vega

Anexo 36. Asentamiento informado

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA, BOGOTÁ
ASENTAMIENTO INFORMADO PARA ESTUDIANTES

YO _____ identificado con _____ No. _____ de_____ autorizo ser parte de la investigación en la Perspectiva de Tiempo Futuro, que están realizando unos estudiantes de psicología de Noveno Semestre de la Universidad de San Buenaventura, Bogotá para fines netamente académicos e investigativos.

_____
Firma del estudiante

_____ _____
Juliana Andrea Beltrán Hellen Julieth Buendía

_____ _____
María Paula Torres Daniel Sebastián Restrepo

_____
Sonia Estefanía Vega

Anexo 37. Estructura de los Nuevos Talleres

Taller 1. "¿Qué hay para mí?"

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la densidad de la PTF y el estado de planificación de metas, mediante la identificación de oportunidades futuras en el ámbito profesional u ocupacional. Tiene por objetivo lograr que los estudiantes participantes en un mínimo de 80% de las sesiones del taller, identifiquen las oportunidades y opciones futuras, construyendo por medio de esto el concepto propio de éxito y fracaso futuro, y formar actitudes positivas frente a este, en todas las situaciones que piensen en la consecución de sus metas y se hagan participes en las aspiraciones profesionales u ocupacionales de su futuro temprano (Ver cuadro 14).

Cuadro 14

Estructura del taller 1"¿Qué hay para mí?".

Objetivo particular: Lograra que los estudiantes reconozcan las oportunidades y posibilidades del futuro profesional /ocupacional, identificando los conceptos de éxito y fracaso, por medio de la implementación de este taller.

Descripción: Por medio de dinámicas se hará la presentación del taller, aplicando un cuestionario que permita evaluar el grado de conocimiento e importancia hacia las representaciones del éxito y del fracaso

Sesión 1. Evaluación Pre e Información.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 38)**	**Materiales**
Presentación	10 minutos	Memoria Aprendizaje Atención	"Me pica"	
Evaluación	30 minutos	Evaluación	Buscando el éxito	Formato de evaluación
Información pertinente	25 minutos	Atención Motivación Lenguaje	La hoja de vida	Revistas, papel periódico, marcadores,
Como conseguir el éxito y/o Fracaso	20 minutos	Percepción	Construye el concepto	pegante, lápices, tijeras.

Conocimientos adquiridos	10 minutos	Aprendizaje Memoria Atención Lenguaje	¿Y tú qué?

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan y valoren las ventajas inmediatas y a largo plazo de identificar las diversas opciones y posibilidades para su futuro profesional /ocupación. Determinando el éxito social y así valorar de manera positiva el futuro.

Descripción: Construir con los estudiantes la identificación del éxito o del fracaso mediante la toma de decisiones, haciendo el reconocimiento de las ventajas inéditas y a largo plazo de las opciones y metas futuras.

Sesión 2. Expectativas de resultado/reforzamiento

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 39)**	**Materiales**
Dinámica de activación	20 minutos	Atención Lenguaje	Nos vamos de viaje	
¿Sabes cómo se construye el éxito?		Aprendizaje Lenguaje Percepción Expectativas de resultado	Frases y dichos	Tarjetas, lapiceros, oraciones a completar y refranes.
¿Nos rendimos?	30 minutos 25 minutos	Expectativas de resultado Reflexión Análisis	Película "Circo de las mariposas" ¿Qué posición optaríamos?	USB, video bean, computador
Socialización	10 minutos			

Controlabilidad

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes incrementen su confianza en la capacidad de identificar el grado de importancia que tiene la elaboración e

identificación de posibilidades u opciones en el ámbito profesional u ocupacional contando con la elaboración del éxito/fracaso individual basado en metas futuras.

Descripción: Mediante una actividad de sensibilización se enfatizará el fortaleciendo en la capacidad para elaborar un concepto propio del éxito social, y de esta manera valorar las oportunidades futuras.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 40)**	**Materiales**
Activación	20 minutos	Atención Activación Memoria	La caja Musical	
Identificando posibilidades alternativas	45 minutos	Percepción Autoeficacia Normatividad	Ángeles y demonios	
Conclusión	25 minutos	Controlabilidad Lenguaje	Yo Opino	

Sesión 4. Normas Subjetivas

Objetivo específico: Lograr que los Jóvenes reconozcan las creencias de sus compañeros, padres y los medios de comunicación que faciliten y/o dificulten la identificación de opciones de vida a nivel profesional/ocupacional y así mismo la elaboración de un concepto propio del éxito o del fracaso construyendo una valoración del futuro

Descripción: Se busca que los jóvenes tengan en cuenta la opinión de sus padres, compañeros y medios de comunicación acerca del futuro

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 41)**	**Materiales**
Activación	20 minutos	Motivación Memoria Atención	La Palabra que Canta	
Identificación de alternativas,	40 minutos	Percepción Lenguaje	Y tu que piensas de eso.	Papel Periódico y

Actitudes y creencias de éxito con relación a sus Propios intereses		Actitudes Normativas Motivación Aprendizaje		Marcadores
Reflexión	30 minutos	Lenguaje	Tu Mundo Ideal	Papel Periódico , Lápiz y Marcadores

Sesión 5. Balance Decisional

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes tomen la decisión de identificar las diferentes oportunidades futuras que se les presentan a nivel profesional/ocupacional así como el mantenimiento propio del concepto del éxito y del fracaso valorando los beneficios o costos que este comportamiento les representa.

Descripción: Mediante una dinámica se evidenciarán la construcción del concepto de éxito y fracaso para la toma de decisión acertada evidenciado que los beneficios son más importantes que los costos en el ámbito profesional/ocupacional.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 42)**	**Materiales**
Dinámica de activación	10 minutos	Atención	Al Pin Y Al Pon	Lo que tengan a la Mano
Realizar un balance entre costos y beneficios para cumplir una meta	45 minutos	Atención Motivación Toma de Decisiones	La Vida de los Otros	
Plenaria	20 minutos	Percepción	Como lo Veo YO	
Firma de Compromiso	10 minutos	Toma de Decisiones	Mi Compromiso	Hojas y esferos

Post

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes adquieran habilidades para

lograr un concepto propio e individual acerca del éxito/fracaso futuro valorando positivamente las oportunidades futuras relacionadas con el ámbito profesional/ocupacional.

Descripción: Se encamina a la creación de un concepto individual de éxito/fracaso con el fin de promover una visión positiva del futuro, para hacerle frente a las barreras que se le presente mediante ciertas herramientas.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 43)**	**Materiales**
Actividad de Empatía	10 minutos	Percepción Atención Emoción Planeación	La Tarea	Lápices y hojas de papel
Como llegar al Éxito	30 minutos	Atención Planificación	La Escalera	Papel, Marcadores, Revistas, Tijeras y Pegante
Cual va hacer mi decisión	20 minutos	Motivación Lenguaje	Plenaria	
Evaluación Post	30 minutos	Evaluación	Contesta	Cuestionarios y esferos

Taller 2. "Construyendo caminos"

Este taller está encaminado al fortalecimiento de la PTF, mediante dos factores importantes: la atribución causal de logros, por medio del análisis de los diversos sistemas de soporte que constituyen a la consecución de las metas y el éxito futuro y las herramientas de identificación de estrategias e implementación de recursos profesionales que faciliten la superación de obstáculos y el logro de metas. Tiene como objetivo lograr que al finalizar el taller, el 80% de los estudiantes participantes adquieran herramientas para identificar las estrategias e implementar los recursos personales, que permiten la superación de obstáculos y logro de metas, en todas las situaciones que piensan en la consecución del éxito futuro (Ver cuadro 15).

Cuadro 15

Estructura del taller 2 "construyendo caminos"

Sesión 1. Evaluación Pre e Información.

Objetivo particular: identificar y brindar información sobre las representaciones que tienen los estudiantes con respecto a la identificación de estrategias e implementación de recursos profesionales, teniendo en cuenta conceptos asociados al soporte social como promotor de la consecución de logros en la vida.

Descripción: mediante una dinámica se realiza la presentación del taller y de los participantes. Adicionalmente los estudiantes responden un cuestionario que permite evaluar la percepción que tienen acerca del soporte social, identificación de estrategias y la implementación de recursos personales.

Actividad	Duración	Proceso psicológico	Dinámica (Ver Anexo 44)	Materiales
Presentación	10 minutos	Atención Información	Presentación	Marcador de tablero
Evaluación	30 minutos	Evaluación	Estrategias y recursos	Formato de evaluación
Juego	40 minutos	Atención Conocimiento Lenguaje Aprendizaje	Cien Estudiantes Dicen	Cartulina, Marcadores y Cinta
Socialización	10 minutos	Memoria Atención Lenguaje	Mesa Redonda	

Expectativas de resultado/reforza

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes reconozcan y analicen las ventajas inmediatas de identificar las estrategias e implementar recursos personales y el apoyo social con el que se puede contar para la superación de obstáculos y el logro de metas.

Descripción: Mediante una dinámica los estudiantes reconocen las ventajas de identificar las estrategias e implementar los recursos personales y los diversos sistemas de soporte que les permiten la superación de barreras y llegar al logro de las metas futuras.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 45)**	**Materiales**
Dinámica de activación	20 minutos	Percepción Atención	Como me Ven	
Superación de obstáculos y sistemas de soporte	45 minutos	Aprendizaje Lenguaje Percepción Expectativas de resultado Reflexión Análisis	Ponte en mis zapatos	
Conclusiones	20 minutos		Y el otro que	

Sesión 3. Controlabilidad percibida.

Objetivo específico: Lograr que los estudiantes se sientas capaces de reconocer la importancia de identificar las estrategias e implementar los recursos personales y diversos sistemas de soporte social para la superación de obstáculos y cumplimento de metas.

Descripción: Mediante una dinámica el estudiante fortalece su percepción de capacidad para identificar y valorar positivamente con gran importancia las estrategias y el soporte social, los cuales facilitan para la consecución de metas.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 46)**	**Materiales**
Activación	20 minutos	Atención Percepción	Adivina Quien	Plastilina

	Visualización del comportamiento futuro	45 minutos	Atención Motivación Controlabilidad	Usted que haría	Lápices
	Análisis y Reflexión	25 minutos	Controlabilidad	Mesa Redonda	

Sesión 4. Normas Subjetivas

Objetivo específico: Construir con los estudiantes el reconocimiento de creencias que permitan identificar las valoración positiva del aporte social teniendo en cuenta los recursos que faciliten o dificultan la superación de obstáculos y el logro de metas

Descripción: Recopilar en los estudiantes opiniones, actitudes y creencias y una posición muy crítica con respecto a la identificación de las estrategia y el aporte social permitiendo la acertada superación de los obstáculos para el logro de metas.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 47)**	**Materiales**
Dinámica de Activación	10 minutos	Motivación Memoria Atención	El teléfono roto	
Crear y Contar un Cuento de Creencias	45 minutos	Atención Aprendizaje Lenguaje Normas Subjetivas	Todo por una meta	Lápices, Tarjetas de cartulina.
Plenaria	30	Motivación	Plenaria	

		minutos	Aprendizaje Lenguaje		
Sesión 5. Balance Decisional	**Objetivo específico:** Lograr que los estuantes tomen la decisión de identificar la importancia del soporte social, estrategias e implementar los recursos personales para la consecución de las metas personales y superación de obstáculos luego de hacer un balance entre beneficios y costos del comportamiento saludable. **Descripción:** Por medio de una dinámica, se evidencian los costos y beneficios de reconocer la importancia del soporte social y estrategias para implementar los recursos personales que permitan superar obstáculos para lograr las metas y el éxito futuro.				
	Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 48)**	**Materiales**
	Dinámica de activación	20 minutos	Motivación Lenguaje Atención Motivación	Por Cualidades	Hojas de Papel y Esferos
	Recolectar costos y beneficios	45 minutos	Balance Decisional Percepción	Expresiones Culturales	
	Socialización-Reflexión	20 minutos		Debate	
Autocontrol y Evaluación Post	**Objetivo específico:** Lograr que los estudiantes adquieran habilidades y herramientas para identificar y analizar las estrategias e implementar los recursos personales que permitan la superación de obstáculos y la superación de metas.				

Descripción: Mediante una dinámica los estudiantes adquieren herramientas para identificar las estrategias e importancia de diversos sistemas de soporte social para hacer frente a las barreras que se les presenten para la consecución de logros en la vida.

Actividad	**Duración**	**Proceso psicológico**	**Dinámica (Ver Anexo 49)**	**Materiales**
Improvisar una Solución	10 minutos	Autocontrol	El óscar a lo Imprevisto	
Estrategias y recursos para el logro de las metas	35 minutos	Planeación	Como Terminaría	
Socialización	20 minutos	Lenguaje	Plenaria	
Evaluación Post	30 minutos	Evaluación	Contesta	Cuestionarios y esferos

Anexo 38. Dinámicas Sesión 1 del taller 1. "¿Que hay para mí?

Dinámica	**Descripción**
Me pica	Consistirá en que los asistentes a la actividad formen 6 grupos, después cada uno de ellos tienen que decir su nombre y a

	continuación un lugar donde le pica, por ejemplo "Soy Camila y me pica la boca". A continuación el siguiente tiene que decir cómo se llamaba al anterior, y decir dónde le picaba. Él también dice su nombre y donde le pica y así sucesivamente hasta la última persona. El ganador de cada uno de los grupos, competirá con los ganadores de los otros grupos y quien sea el ganador final obtendrá un premio.
Buscando el éxito	Aplicación del cuestionario de evaluación
La hoja de vida	Se les pedirá a los estudiantes que realicen en medio pliego de papel periódico, a partir de recortes de periódicos y/o revistas, una hoja de vida con la siguiente información: Experiencias de la infancia que consideras importantes para tu futuro profesional u ocupacional. Experiencias actuales que consideras importantes para tu futuro profesional u ocupacional. Opciones u actividades que el colegio te brinda y promueve para el fortalecimiento de tu futuro profesional u ocupacional. Explica qué estás haciendo para lograr tus planes, objetivos o metas. Nombra las ofertas que tengas o que conozcas a nivel académico, luego de salir del colegio. Nombra para ti ofertas que conozcas a nivel laboral, para cuando salgas del colegio. Crees que tienes la información y el conocimiento de un experto que te permita realizar un análisis de tus aptitudes y expectativas profesionales u ocupacionales (si no la tiene, por qué razón cree). De qué o quién (amigo, maestro, padre, adulto, medio de comunicación…) has recibido orientación acerca de oportunidades u opciones futuras a nivel profesional/ocupacional que consideres importante.
Construye el concepto	Los estudiantes se dividirán en 4 grupos, 2 de ellos con el apoyo de periódicos, revistas, pegantes, entre otros elementos, tendrán

	que realizar una especie de colash, ilustrando una situación de éxito y los otros dos otra de fracaso, en donde se muestren situaciones que enfaticen oportunidades y posibilidades en su futuro profesional
¿Y tú qué?	En esta actividad se enfrentaran los 4 grupos, expondrán el colash y después cada grupo tendrá que socializar el concepto que tiene de fracaso y futuro.

Anexo 39. Dinámica Sesión 2- Taller 1 "Que hay para mí"

Dinámica	**Descripción**
Nos vamos de viaje	En esta actividad el coordinador de la actividad, empezara una historia acerca de un viaje que va a realizar, el dirá una letra y

señalara a cualquiera de los estudiantes, para que continúe la historia pero con esa misma letra y así sucesivamente.

Frases y dichos

Cada frase se escribe en dos tarjetas, el comienzo en una de ellas y su complemento en otra. Se reparten las tarjetas entre los asistentes y se les pide que busquen a la persona que tiene la otra parte de la frase.

• No hay secretos para el éxito. Este se alcanza preparándose, trabajando arduamente, aprendiendo del fracaso y consiguiendo oportunidades oportunas para el futuro.

• El éxito no se logra sólo con cualidades especiales; es sobre todo un trabajo de constancia, de método y de organización.

• No es necesario ser mejor que los otros, es suficiente ser mejor de lo que era antes.

• Si hay un secreto del buen éxito reside en la capacidad para apreciar el punto de vista del prójimo y ver las cosas desde ese punto de vista así como del propio determinando las ventajas y desventajas de estas oportunidades y posibilidades.

• Lo realmente importante no es llegar a la cima; sino saber mantenerse en ella.

• La llave del éxito es el conocimiento del valor de las cosas, teniendo en cuenta las ventajas y desventajas que estas pueden traer.

• Se alcanza el éxito convirtiendo cada paso en una meta y cada meta en un paso.

• No nos podemos quedar esperando que llegue el éxito a nuestras manos, hay que movilizar recursos personales y materiales para alcanzar mis metas.

• Nadie es mejor o más fuerte, para alcanzar el éxito se necesita de la colaboración y la participación de otros.

• Un buen maestro sólo puede enseñarte los caminos al éxito. Eres

	tú quien debe explorarlos. • El éxito siempre ha sido fácil de medir: es la distancia entre el punto de partida de una persona y su mayor logro. • El camino hacia el éxito se encuentra siempre en construcción
Película "circo de las mariposas"	Se busca por medio de esta actividad, sensibilizar a los jóvenes acerca de sus fracasos y de cómo a partir de ellos podemos llegar a ser exitosos, teniendo en cuenta las oportunidades y posibilidades a nivel profesional /ocupacional.
¿Qué posición optarías tú?	En esta actividad, se recogerán los diferentes puntos de vista de los jóvenes, que piensan ellos y que harían si estuvieran en esa situación.

Anexo 40. Dinámica Sesión 3- Taller 1 "Que hay para mí"

Dinámica	**Descripción**
La caja musical	El tallerista dice: yo tengo una caja musical y quiero meter unas

	cosas, es ahí donde los estudiantes, tienen que decir nombres de objetos, teniendo en cuenta que empiecen por la notas de la escala musical en su respectivo orden. Por ejemplo: uno de ellos empieza con DO: domino, el segundo RE: remo; el tercero con MI: miel, y así sucesivamente. A cada estudiante se le dará 5 segundos para contestar, si llega a pasarse de este, tiene que ceder su turno a otro y queda de últimas en el círculo.
Ángeles y demonios	Se le pedirá a los estudiantes que armen grupos de a 6 personas. A cada grupo se le dará una situación en la cual tendrán que tomar una decisión. Dos de ellas serán los ángeles (oportunidades, posiciones de éxito, actitudes acertadas ante el fracaso), otras dos serán los demonios (Desventajas, fracasos, mala postura ante el éxito, etc) y la otra persona tendrá que tomar una decisión, teniendo en cuenta las dos posturas.
Yo opino	Cada uno de los estudiantes va a postular su punto de vista acerca de la decisión tomada por el juez y lo va a sustentar diciendo cual puedo ser el éxito o el fracaso de esta situación.

Anexo 41. Dinámica Sesión 4- Taller 1 "Que hay para mí"

Dinámica	**Descripción**
La palabra que canta	Esta dinámica consiste en que todos los estudiantes formen un

	círculo, luego que inicie uno de ellos cantando: Cristo le dijo a Lázaro levántate, levántate y lázaro le contesto, es ahí donde la persona tiene que decir una palabra y el compañero de al lado tienen que cantar una canción con esa palabra, esta dinámica se tienen que repetir hasta que todos participen. En el caso de que alguno no encuentre una canción con la palabra que le designaron, tienen que cumplir una penitencia que será escogida entre el grupo.
¿Y tú que piensas de eso?	Esta dinámica tiene como fin que los estudiantes según sus preferencias hacia las diferentes disciplinas o profesiones, se reúnan en grupos y construyan un cartel en donde expresen, promocionen y expliquen los beneficios y los costos que trae hacer parte de estas profesiones. A partir de esto determinaran que percepción tienen sus familiares y los medios de comunicación y como estos los ayudarían a obtenerlo.
Tu mundo ideal	Esta dinámica tiene como fin que los estudiantes según sus preferencias hacia las diferentes disciplinas o profesiones, se reúnan en grupos y construyan un cartel en donde expresen, promocionen y expliquen los beneficios y los costos que trae hacer parte de estas profesiones

Anexo 42. Dinámica Sesión 5- Taller 1 "Que hay para mí"

Dinámica	**Descripción**

Al pin y al pon	En esta actividad se sentaran a los estudiantes en forma circular, cada uno teniendo un objeto en sus manos, cuando el coordinador de la orden de empezar todos deberán pasar el objeto hacia a la derecha recibiendo inmediatamente el que viene de su izquierda, mientras se canta la canción (al pin y al pon a la hija del conde simón, a la lata a latero a la hija del chocolatero…
La vida de los otros	Este es un conversatorio en donde habrá dos invitados que tengan experiencia académica y laboral en un tema determinado, que hablaran de las creencias propias y de los pares, modelos adultos y medios de comunicación que facilitan y/o dificultan la identificación de diversas opciones de vida a nivel profesional/ocupacional. Teniendo en cuenta el éxitos y fracasos encontrados en el trascurso de la consecución de las metas; Así mismo, se abordara el tema de toma de decisiones y se discutirá los beneficios o costos que este comportamiento les representa.
Como lo veo yo	En esta actividad se hará una especie de foro, en donde tanto estudiantes como invitados podrán interactuar. En esta actividad también se tendrá en cuenta la postura de los estudiantes ante la consecución de las metas.
Mi compromiso	Yo _____ (nombre del o la participante) me comprometo desde hoy _____ (fecha del día) a: _____ (Comportamiento promotor). Hasta_____ (plazo que el participante quiera establecer), ya que estos comportamientos me ayudan a lograr _____ (Beneficio no. 1) _____ (Beneficio no. 2) Aunque reconozco que no es algo fácil, me comprometo a poner todo de mi parte para Lograrlo. _____ Firma de quien se compromete

Anexo 43. Dinámica Sesión 6- Taller 1 “Que hay para mí”

Dinámica	Descripción

La tarea	Se les solicita a todos y cada uno de los estudiantes que en una o media hoja escriban una tarea que le quisieran colocar a otro compañero (con nombre), todos deberán firmar el papel. Finalizado esto, el tallerista recoge las hojas de todos los participantes, y les dice que las reglas del juego han cambiado, la tarea que cada uno le coloco al compañero que escogieron no era precisamente para él, sino para el que lo había escrito. Por consecuencia a esto los estudiantes deberán realizar las actividades correspondientes.
La escalera	Se realizaran los grupos necesarios para jugar la escalera, en ella se encontraran preguntas, penitencias y situaciones simuladas que permitan la identificación de las diversas opciones de futuro profesional/ocupacional, para ser utilizadas en contexto natural. Números pares-Situaciones simuladas: Quiero estudiar literatura, pero mis papas no me lo permiten No sé para que soy bueno (a) y no sé qué estudiar La carrera que quiero estudiar es muy cara La carrera que quiero estudiar, no es bien valorada en mi país No creo importante estudiar después de graduarme del colegio, es mejor ponerme a trabajar (¿Estás de acuerdo? Si, no, porque?. Es posible que no pueda entrar a la universidad tan pronto termine el colegió, en este caso yo… Si quiero ser bueno en mi quehacer, en el presente debo. Si no entro a estudiar tan pronto salga del colegio puede suceder pero, si entro puede suceder. Si lo que yo quiero estudiar, les parece a mis padres y a los demás, que eso no me va a dar plata. Yo me siento _____ porque _____ ¿Qué haría? Las penitencias: • Las escaleras avanzan.

	• Las serpientes bajan posiciones. • Las imágenes ceden el turno Preguntas- múltiplos de tres: • ¿Qué sabes sobre el ICETEX? • Sabes en que universidad se encuentra la carrera que quieres estudiar • Sabes cuales son los campos de acción de tu carrera • Qué es lo que más te preocupa al momento de salir de tu colegio • Qué es lo que más te preocupa al momento de escoger tu carrera
Plenaria	En esta actividad se compartirán los diferentes puntos de vista, que se obtuvieron referentes al video y se construirá una discusión a partir de esto
Contesta	Evaluación Post del taller

Anexo 44. Dinámica Sesión 1- Taller 2 “Construyendo caminos”

Dinámica	Descripción
Presentación	Se ofrecerá a los participantes del taller información que les permita identificar al Tallerista: nombre, formación, universidad. Y se explicaran los objetivos del taller además de su duración.
Estrategias y recursos	Aplicación del cuestionario de evaluación
Cien estudiantes dicen	Inicia con el siguiente enunciado "le preguntamos a 100 estudiantes las 3 respuestas principales en nuestro tablero tienen que darme la respuesta más popular" si se contesta 3 veces mal se le da la oportunidad al otro grupo. El grupo con más puntos gana el concurso Pregunta 1: ¿cuáles son los recursos, habilidades y fuentes de apoyo más importantes que se desarrollan en el colegio en cuanto al cumplimiento de las metas? 1. la responsabilidad individual- padres, profesores y amigos 46 puntos 2. Organizar y planear - Medios de comunicación el futuro 30 puntos 3. Desarrolla la habilidad de tomar decisiones 24 puntos Pregunta 2: nombre tres estrategias que se utilicen para alcanzar una meta 1. Plantear objetivos realistas 60 puntos 2. Construir planes 20 puntos 3. Buscar una meta realista 20 puntos Pregunta 3: nombre tres recursos personales que utilices para alcanzar una meta 1. Habilidades de afrontamiento y fuentes de apoyo centrales 55 puntos 2. Autoestima 25 puntos 3. Creencias positivas 20 puntos Pregunta 4: ¿qué ventaja tiene cumplir las metas? 1. Realización personal 20 puntos

	2. Cumplir los sueños60 puntos 3. Autodeterminación10 puntos 4. Autorrealización 10 puntos
Mesa redonda	El objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social y herramientas necesarias para alcanzar una meta en particular.

Anexo 45. Dinámica Sesión 2- Taller 2 “Construyendo caminos”

Dinámica	Descripción
Como me ven	Cada uno de los estudiantes, tendrá que mostrar una capacidad u/o habilidad al grupo y este mismo, retroalimentara diciéndole para que consideraran que sería bueno tener ese tipo de habilidad
Ponte en mis zapatos	Se dividirá al grupo en 3, a cada uno de los grupos se les presentara un caso, en el cual deberán tener en cuenta las posibles soluciones y fuentes de apoyo posibles a las problemáticas presentadas, poniéndose ellos en su lugar estas son: 1. Los papas no lo apoyan en la carrera que juan quiere. No hay plata. Esa carrera no le va a dar, no tiene futuro, búsquese otra. 2. Kathy es una niña que está en 11 y no sabe si entrar a la universidad apenas salga del colegio o darse un año sabático (estudiar inglés, viajar, trabajar, etc). Los papas le dicen que tiene que escoger entre la universidad o su vida privada. 3. Tania es una niña que presento entrevista en una universidad muy reconocida, en donde los cupos son limitados; ella ingreso a esta universidad, pero se dio cuenta a mitad de segundo semestre que tenía 3 meses de embarazo. Si se retira no podrá ingresar en los próximos dos años por política de la universidad. Y su papa no le pagara más la carrera
¿Y el otro qué?	El objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social y herramientas adecuadas para la consecución de las metas.

Anexo 46. Dinámica Sesión 3- Taller 2 “Construyendo caminos”

Dinámica	Descripción
Adivina quien	En esta actividad se le dará a cada uno de los estudiantes plastilina, para que se hagan ellos mismos como se perciban a sí mismos; después de esto se recogerán los muñecos y se le darán a cada uno de los estudiantes uno y tendrán que reconocerlo y decir quién es y porque considera que es la persona quien dice ser.
Usted que haría	Consiste en la presentación de un caso (están en un banco y entran unos secuestradores, dentro del banco hay mujeres, niños, ancianos, empleados, policías y el gerente de una multinacional a quien van a secuestrar), en esta actividad se dividirán los roles entre los estudiantes y cada uno dependiendo de su rol tendrá que organizar las diferentes estrategias de cómo manejar la situación y con que redes de apoyo contarían para solucionar este problema.
Mesa redonda	El objetivo es guiar la temática de la mesa redonda hacia el reconocimiento de los diferentes recursos de apoyo social y estrategias importantes para tener en cuenta para la consecución de metas.

Anexo 47. Dinámica Sesión 4- Taller 2 “Construyendo caminos”

Dinámica	Descripción
El teléfono roto	El tallerista dará una frase, la cual deberá ser comunicada de estudiante a estudiante, se dirá lo que se entienda de la frase; al finalizar se descubrirá con el último la frase que entendió y se comparara con la frase verdadera.
Todo por una meta.	El tallerista divide a los participantes en subgrupos de 6 a 12 personas. Se le entrega a cada participante una hoja para que puedan desarrollar dos historias teniendo en cuanta los siguientes parámetros: Primera historia: Se trata de un joven que pretende alcanzar alguna meta específica para su futuro, como estudiar una carrera, crear un negocio, viajar, etc., pero que por vivir humildemente, en una familia con madre cabeza de hogar, su familia y vecinos le dicen que él nunca podrá alcanzar estos sueños, ya que no tiene dinero y por lo tanto no es inteligente. Los estudiantes profundizan en la historia y crean una actitud ante esta. Segunda historia: Se trata de un joven que con el desarrollo de habilidades en la escuela, los consejos y el apoyo de sus padres y amigos ha podido identificar sus Promoción de la PTF, recursos personales y las estrategias que puede implementar en el logro de sus metas. Los estudiantes profundizan en la historia y crean una actitud ante esta. De forma individual, los estudiantes completan y responden o toman actitud frente a la situación, además de escribir una nota breve de lo que supusieron sobre cada situación. Cada subgrupo discute las respuestas realizadas por sus miembros a cada situación, analizando los efectos probables para cada respuesta.
Plenaria	A continuación se distribuye una segunda hoja en la que deben

	mencionar situaciones propias, en las que por creencias de otros han (o no) podido realizar. Cada subgrupo discute sus respuestas y tratan de decir qué actitud toman al respecto.

Anexo 48. Dinámica Sesión 5- Taller 2 “Construyendo caminos”

Dinámica	Descripción
Por cualidades	El tallerista escribe en varios papeles los nombres de todos los participantes de la actividad y los introduce en una bolsa, luego se le pide a cada uno de ellos, que saque un papel y que pase al tablero a escribir el nombre que le correspondió y al lado añadir dos cualidades características de la persona. Después se mira con el grupo que características añadirían a cada uno de los participantes de dicha actividad.
Expresiones culturales	En subgrupos (mínimo 2, máximo 6 personas), los asistentes deberán crear una representación (a favor o en contra del consumo de alcohol) con respecto al consumo de alcohol. Esta representación debe ser diferente en cada grupo, siendo válidas todo tipo de manifestaciones artísticas: caricaturas, historietas, dramatizaciones, mímicas, canciones, poemas, graffitis, coplas, entre otras. Pasados 25 minutos, cada grupo presentará al curso su representación. El análisis final se encaminará al reconocimiento de comportamientos adecuados e inadecuados con respecto al consumo y cómo podría ser un saber beber o un buen beber. Al finalizar, cada uno explicará el porqué de su reacción hacia el muñeco y qué tan reales son los tipos de reacciones en la vida diaria, reflexionando con la orientación del tallerista acerca de cómo el consumo excesivo y las reacciones que genera afectan tanto a los que consumen como a los que no consumen alcohol. Teniendo en cuenta las metas y/o objetivos que se tomaron en cuenta para llegar a la meta.
Debate	En esta actividad se retoman las conclusiones vistas en la actividad pasada, teniendo en cuenta que herramientas o cualidades que se tuvieron en cuenta para realizarle prevención al problema del consumo.

Anexo 49. Dinámica Sesión 6- Taller 2 “Construyendo caminos”

Dinámica	Descripción
El óscar a lo imprevisto	El instructor solicita a un voluntario y le indica que salga del salón por un momento. Así mismo, le explica que a su regreso participará como actor en una escena dramática. El tallerista, sin ser escuchado por el voluntario que salió, invita a que los demás participantes inventen un chisme o momento problemático que el héroe (la persona que salió), intentará resolver con su propia participación en la escena de manera improvisada. El tallerista indica al voluntario que regrese y la escenificación se realiza. Si el héroe resuelve satisfactoriamente la problemática planteada en la escena, es premiado con el "Oscar" El tallerista solicita al voluntario que presente al grupo los sentimientos, emociones y recursos tanto utilizados como necesarios en el proceso, para enfrentar la situación (al estar esperando fuera, al enfrentar lo imprevisto, etc.) El tallerista guía un proceso, para que el grupo analice los comportamientos y emociones que se presentan cuando las personas enfrentan situaciones imprevistas y los recursos necesarios para superarlas.
¿Cómo terminaría?	Se le entrega una hoja a cada participante con la siguiente frase: "Subí a un árbol para coger una manzana madura que colgaba del extremo de una delgada rama. Me dije: "Si corro el riesgo e intento coger la manzana, la rama puede romperse. Me caeré y tal vez me haga daño. ¿Vale la pena correr ese riesgo por una manzana? Quizá si tuviera mucha, mucha hambre; pero no la tengo, así que no voy a cogerla. La manzana no compensaba la posibilidad de causarme daño, por tanto bajé del árbol". Junto a este párrafo, los estudiantes deben interpretar su significado, donde se evidencie la moraleja: Cuándo la gente se

	arriesga, tiene que pensar que puede pasar si se gana y lo que puede ocurrir si se pierde.
Estrategias y recursos	Aplicación del cuestionario de evaluación

Anexo 50. Análisis Resultados Cualitativos

El taller 1 "Lo que tengo y lo que quiero" estaba conformado por 40 estudiantes. En la primera sesión se observa que el 90% de los alumnos tienen definido la carrera. La actividad central llamada "La hoja de vida", se desarrolló con gran creatividad y disposición por parte de los estudiantes, de lo que se identifica lo siguiente: Los estudiantes tienen una clara proyección hacia un futuro, sin embargo se les dificulta reconocer cómo lograrlo, es decir, poseen poca información acerca de las oportunidades futuras para desarrollar sus metas. Sin embargo están muy motivados ya que identifican el origen de esa opción que la representa mayoritariamente en los modelos familiares y escolares. Son muy perceptivos a la importancia que tiene el poseer un apoyo, preferiblemente el de los papas.

Finalmente, los estudiantes se muestran motivados a investigar más sobre becas, universidades e institutos para concretar mucho más cómo lograr sus metas. Con respecto a la pertinencia de la actividad se considera muy buena ya que ayudó a identificar las representaciones que tienen los estudiantes acerca de las oportunidades futuras relacionadas con el ámbito profesional/ocupacional, además fue del agrado de un 80% de los estudiantes. Sin embargo el tiempo no fue el suficiente para socializar en su totalidad la actividad.

En la segunda actividad se prosiguió con la actividad "el árbol de la vida", participaron el 80% de los estudiantes de manera individual. Como retroalimentación por parte de los estudiantes, ellos consideran que lo más difícil fue encontrar las oportunidades y opciones que tienen a futuro (pues la indicación era que tenía que ser muy concreta, es decir: ¿Qué va a estudiar, donde, tiene apoyo, de quien?). Se les dificulto también encontrar las ventajas a corto plazo, (no se entendía el concepto de ventaja). Como resultado de la sesión se evidencia que lograron encontrarle sentido a valorar e identificar las ventajas inmediatas y a largo plazo de identificar las diversas opciones y posibilidades para su futuro profesional/ocupacional. Muchos estudiantes están enterados e informados de las opciones que hay, sin embargo les cuesta ser concretos a la hora de desagregar sus metas en hechos facticos, tanto a cortó como a largo plazo. Las personas que trabajaron lo hicieron con gran creatividad y dedicación. Al final de la sesión se tuvo que llamar la atención por la indisciplina en que a veces recaía el curso a causa de unos estudiantes que no querían trabajar.

La dinámica número 3 del taller “Lo que tengo y lo que quiero” tenía como objetivo lograr que los estudiantes incrementen su confianza en la capacidad de identificar y valorar la importancia de las diversas posibilidades u opciones que se pueden presentar en el ámbito profesional/ocupacional. La actividad no fue muy efectiva, debido a que los estudiantes se dejaron llevar por juicios personales, y no por valoraciones objetivos frente a sus compañeros, lo cual tuvo como efecto en los estudiantes que reafirmaran sus decisiones pese a los comentarios de sus compañeros, sin incrementar la confianza en sí mismos.

La última dinámica “si tanto lo quieres defiéndelo” se tuvo que modificar ya que por variables externas como tiempo (condiciones del colegio) y disposición de los invitados no se pudo llevar a cabo. Así que lo que se realizo fue un juego de escalera, aquí los estudiantes se agruparon según preferencias profesionales, la actividad fue de gran interés ya que la escalera contaba con preguntas se elaboraron con el fin de debatir acerca de las creencias de pares, modelos adultos y medios de comunicación que facilitan y/o dificultan la identificación de diversas opciones de vida a nivel profesional/ocupacional.

En el taller número 2 se evidenció en primera instancia que los estudiantes estaban resistentes a la aplicación del taller, sin embargo en el transcurso de las sesiones los estudiantes se vieron motivados y participativos en cada una de las dinámicas planteadas para las mismas.

Ahora bien, dado al poco espacio con el que se contaba para la aplicación del taller (salón de clases), con la gran cantidad de estudiantes con los cuales se trabajó (aproximadamente 39), surgieron una serie de dificultades tales como: se prolongaba el tiempo planteado para la ejecución de las dinámicas, se afectaba el desarrollo pleno de las mismas y se generaba en algunas oportunidades desorden y distracción por parte de los estudiantes.

Finalmente, hay que resaltar que el acompañamiento de los docentes es clave para el desarrollo de cada una de las sesiones de taller. Sin embargo, es recomendable que se les deje en claro a estos, que no intercedan en las dinámicas con los estudiantes, con el fin de regañar o amenazar por su comportamiento en las mismas, ya que esto causa pérdida total del interés y disposición en lo que se está haciendo en el momento.

En el taller no. 3 ¡Gracias por tu colaboración! El cual se aplicó en el colegio Ramón de Zubiria donde se evidenció que los jóvenes no toman en cuenta la opinión o la ayuda de sus padres o familiares, pues argumentan que no los entienden y no les van a dar la ayuda que ellos requieren y necesitan, con las sesiones los jóvenes reconocen que para lograr sus metas a corto o largo plazo es necesario la opinión o la ayuda de algún mayor que los oriente y les muestre el camino más indicado hacia el logro de esas metas. Algunos jóvenes requieren y muestran mayor interés a ese cambio frente al apoyo social, aunque requieren y prefieren que sus mayores sean conscientes de sus gustos y sus preferencias.

Aunque en el desarrollo de las sesiones los jóvenes evidenciaron interés y cambio hacia la opinión de sus mayores, requieren de herramientas que les permita conocer el cómo hacerlo, pues se les dificulta empezar a tomar en cuenta, pues su entorno social los cohíbe para pedir o escuchar la ayuda de sus mayores.

Finalmente el taller 4 ¡Siempre hacia adelante! fue aplicado en colegio distrital Ramón de Zubiria, conto con la participación de 40 estudiantes de grado decimo y todo el apoyo de la institución, a la hora de facilitar los espacios físicos y el acompañamiento de algunos docentes. En cuanto a la experiencia con los alumnos fue satisfactoria, debido al compromiso de ellos con el taller, se mostraban atentos y colaboradores en el desarrollo de las actividades, ya que percibían este trabajo como una actividad que los orienta hacia su futuro y les da pautas básicas para construir su proyecto de vida, todo esto expresado por ellos mismos en la última sesión del taller, en la cual se les pedía una retroalimentación final de la experiencia vivida.

El éxito de este trabajo se debe al acompañamiento que brindaba el director de curso a las sesiones, esta figura ayudaba a dar orden a la sesión y participaba activamente en las actividades, en la sesión 2 se percibió esta diferencia ya que el docente no asistió al taller, por una reunión general de los profesores, esta sesión en particular los alumnos se mostraron un poco dispersos y ansiosos por terminar la actividad, sin embargo se desarrolló con éxito.

En la sesión 3 (controlabilidad percibida) se contó con la participación de un cotallerista (Juliana Beltrán) este factor fue decisivo en el desarrollo de la dinámicas, gracias a la división del trabajo y a el apoyo con el manejo de la disciplina del curso. Es

de resaltar que estas actividades tienen mayor éxito, cuando se cuenta con ayuda, es complicado manejar una actividad con 40 jóvenes y un solo tallerista.

Finalmente, el balance general fue bueno, muchos estudiantes se acercaban haciendo preguntas sobre orientación profesional y la búsqueda de herramientas, mostrando gran interés por aprender más acerca del tema. En cuanto al objetivo general del taller los jóvenes identificaron sus fortalezas y las aplicaban al cumplimiento de sus metas, evidenciando que este factor es de vital importancia a la hora de fortalecer la perspectiva de tiempo futuro.

Por último, el grupo control enfatizo sus actividades en factores que no tuvieran en cuenta la perspectiva de tiempo futuro. Para esto se tomó en cuenta las destrezas del ser humano (físicas, mentales, artísticas, etc.), estas se utilizaron para tocar aspectos importantes tales como: solución de problemas, trabajo en equipo, manejo del estrés, etc. Todas estas formaron parte de un bagaje de actividades de aproximadamente 1 hora y media. Para algunas de ellas se contó con la participación de profesionales (Física y Mental).

El desarrollo de estas actividades tuvo como toda una estructura en particular con un tiempo específico se empezaba con una actividad rompe hielo, seguido de una breve explicación de la temática a tratar, teniendo en cuenta los parámetros establecidos se empezaba con el desarrollo de la temática en su totalidad y se terminaba con una conclusión de lo aprendido.

Lo que se esperaba por parte de los estudiantes, se cumplió, su participación fue activa, participaron con todas y cada una de las actividades a tratar. Se vio el agradecimiento por parte de ellos. Algunos de los inconvenientes que posiblemente fueron los que afectaron los resultados, fue el intercambio de información por parte de los estudiantes y uno muy importante a tener en cuenta que es el haber hecho el grupo control en el mismo colegio que los grupos experimentales.