

LA ADOLESCENCIA UNA ETAPA PARA EL DESARROLLO DE UN PROYECTO  
DE VIDA EXISTENCIAL

Daniel Felipe Serralde Rodríguez

Universidad de La Sabana

Chia Febrero 2006

### Resumen

La adolescencia es una etapa marcada por cambios significativos, en las diferentes dimensiones del ser humano. El desarrollo de un proyecto de vida en la etapa de la adolescencia, es una herramienta válida para que el adolescente supere esta etapa de una forma más eficiente, y que esa transición de pasar de ser niño a ser adulto, no sea traumática o problemática; para esto el individuo debe satisfacer las necesidades básicas y de desarrollo, apoyado por la tendencia actualizante y un proceso de autoconocimiento que lo lleva a la búsqueda del sentido de vida, a la elaboración de valores, a la búsqueda de la autorrealización y finalmente orientado hacia la trascendencia, todas estas características se reúnen cuando el individuo se plantea el desarrollo de un proyecto de vida

Palabras Claves: Tendencia Actualizante, Auto realización, Necesidades Básicas Proyecto de vida

### Abstract

Teenage years, or youth is a stage that is marked by significant changes in the different dimensions of a human being. The development of a life project at this point is a valid tool for a teenager to outcome this stage in a more efficient way, and permits the transition from youngster to adult to be less traumatic or problematic. To fulfill this, the individual must satisfy basic needs and needs of development supported by the “force of life” that is also known as the actualizing tendency, as well as an auto evaluating process which leads him to search for auto realization. Finally, oriented towards this tendency, all these characteristics come together when the individual enters the process of developing a life project.

Key Words: Actualizing Tendency, , Basics needs, Life Project Teenager

## LA ADOLESCENCIA UNA ETAPA PARA EL DESARROLLO DE UN PROYECTO DE VIDA EXISTENCIAL

Este trabajo tiene como propósito, mostrar el por que la adolescencia es una buena etapa para realizar un proyecto de vida existencial. La idea nace, después de observar que en esta etapa el ser humano se desprende de sus progenitores, y comienza a buscar su propio camino, es por esto que la primera parte de este artículo, muestra el contexto en el que se ve inmerso el adolescente y los cambios a los que este se debe enfrentar, para dejar la etapa de la niñez y encontrar la etapa adulta. Durante esta búsqueda, ocurren diferentes procesos que van a ir formando a la persona, que va recorriendo las etapas ya mencionadas. Entre estos procesos se encuentran el de la búsqueda de identidad, individualidad, solución del duelo, y otros que más adelante serán mencionados. La segunda parte inicia con el desarrollo moral del ser humano, este tema toma importancia, ya que es parte del desarrollo de cualquier persona y va trazando el camino de cómo esta persona va ingresando en un contexto social y podrá dar muestra de cómo actuará en un futuro. De allí se pasará a dar la visión antropológica del ser humano, lo que permitirá, ubicarnos y entender como se entenderá el hombre en este artículo. En este punto, uniremos este concepto con las ideas de algunos de los representantes del enfoque humanista, lo que permitirán ir mostrando los lineamientos de lo que es un proyecto de vida y lo que este contiene.

Desde el inicio de la vida del ser humano, cuando es concebido, esa pequeña persona está en constante cambio, hasta cuando la madre da a luz, es el inicio a una nueva vida, en la cual muchas cosas están por suceder, y el deberá ir aprendiendo a medida que su cuerpo y su mente vayan madurando. Es clave mencionar esto ya que en los primeros años esta persona dependerá en gran medida de sus padres, hasta que vaya adquiriendo las capacidades y habilidades para valerse por si mismo; con todos estos

cambios el niño inicia su independencia y la autonomía hacia sus padres y la búsqueda de la individualidad; ejemplo de esto puede ser que eligen que vestir, que quieren comer y a donde quieren ir, esto se va dando en la medida en que los niños van creciendo y madurando.

De esta forma para Oro (2003) el término de individualidad adquiere el doble aspecto de unicidad y singularidad, características que se incrementan con la complejidad de los organismos y con la madurez de los individuos, además el grado de autonomía aumenta con el grado de evolución que haya alcanzado el individuo.

Es evidente que el niño recién alcanza cierta autonomía después del primer año de vida., por lo cual Adolf Portmann (1974) habla de ‘año extrauterino prematuro’, que se refiere a los distintos tonos y grados de la autonomía de la existencia, que van desde la posibilidad de conservar la propia vida sin ayuda ajena, hasta el desplazamiento del individuo a cualquier lugar.

Por todo lo anterior podemos decir que el término individualidad posee un triple significado, que en palabras de Oro (2003) se da como “unicidad, peculiaridad y autonomía” y que “en las distintas especies se produce una individuación progresiva”. Lo que permite explicar como el ser humano a través de su desarrollo va adquiriendo nuevas características, comienza a madurar; todo esto en búsqueda de apropiarse de su vida y vivirla de su forma.

Llega el momento en que el niño inicia su camino para convertirse en adulto y es allí donde comienza de nuevo otro proceso de cambios drásticos, porque su cuerpo cambia y su contexto también lo hace, además es dejar de ser niño para ir transformándose en adulto; de nuevo se enfrenta a algo desconocido y que no puede controlar. De esta forma entramos en la adolescencia, “una etapa crítica de la vida

caracterizada por profundas transiciones en la conducta emocional, intelectual, sexual y social de los seres humanos “ (Papalia, et. al. 2001).

La adolescencia es también un concepto construido socialmente que surge en la historia de Occidente como parte de un proceso en el que se dio nombre a una nueva división etaria entre la niñez y la adultez. Debido a las variaciones de clase y de cultura, los límites de la adolescencia no pueden universalizarse, a pesar de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) los ha fijado entre los 10 y los 19 años.

En todo caso, las definiciones comunes de adolescencia otorgan a los jóvenes un estatus social inferior al del adulto, y les niegan voz o voto, derechos políticos o laborales, además de someterlos a la tutela, protección y supuesto buen juicio del estado o la familia. Ser adolescente significa, en nuestra cultura, ser considerado aún incompleto y en transición, o calificado como inmaduro, precoz, inútil, desorientado, perezoso, rebelde, etcétera. De manera contraria, también se les adjudica a los adolescentes una mágica omnipotencia y felicidad, además de una fuerza física que produce la confusión de pensar que poseen cierta inmunidad frente a las enfermedades.

El mundo exterior y la sociedad que rodea a ambos (el adolescente y adulto) también en estado de transición, aportan factores que influyen en el proceso de transformación de los adolescentes, en esta transformación se distinguen dos elementos, uno de carácter positivo y el otro negativo. En el primero, la fuerza ascendente de la personalidad que se acentúa, así como de la vitalidad que se abre paso, y el segundo que se refleja en la falta de experiencia sobre la realidad. Según Papalia, et. al. (2001)

de una realidad familiar y social que se ven alteradas por profundos cambios producidos casi de un día para otro como consecuencia de este aspecto negativo, el período de la

adolescencia se desarrolla en un marco de inseguridades (como debo comportarme, lo que hago esta bien o mal, aceptación de los pares), pérdidas (el no ser tratado como niño pequeño, el no tener responsabilidades), duelos (de pasar de una etapa a otra), angustias y temores que condicionan el comportamiento individual y social de los jóvenes.

Bercovich (1994) quien piensa en la adolescencia como “un proceso universal de cambio, en busca de una identidad adulta, la cual solo es posible si se hace un duelo por la identidad infantil.”, además agrega: “se debe pensar en la adolescencia como un período de generación de profundos temores”.

Pero cabe hacer la aclaración que no se quiere presentar al adolescente como un ser lleno de temor, por el contrario es mostrar las diferentes variables que influyen en el, y a la presión que debe soportar para salir adelante, y aceptar los nuevos cambios.

Ante cualquier cambio o situación nueva el ser humano de cualquier edad experimenta una sensación de temor (cambio de empleo, cambio de estado civil, cambio de nivel educativo, etc.). Recordemos entonces los miedos que nos provocaron cambios tan bruscos y radicales como el cambio de voz, cambios corporales, cambios en el núcleo familiar en la búsqueda por diferenciarse, cambio de nivel de enseñanza y el cambio psicológico fundamental que significa la búsqueda de una identidad adulta.

Con respecto al duelo que debe hacer el adolescente por la pérdida de su identidad infantil, la idea de la muerte aunque sea simbólica es siempre el lugar común de todos los miedos y angustias. Bercovich (1994) se refiere a la muerte como “la generadora real de todos los miedos que el ser humano deposita en distintas situaciones. El sujeto adolescente es interpelado por un reordenamiento biológico, que lo lleva a una muerte

necesaria para nacer otra vez “, otra idea con la que se complementa este pensamiento sobre la muerte, es que esta también radica en el abandono la renuncia al universo infantil para entrar a un mundo de adultos.

El individuo es llamado a ocupar otro lugar y deberá efectuar el pasaje doloroso, de duelo. Duelo por la dimensión de pérdida y de renuncia. Para Bercovich (1994) "el dolor del adolescente es el duelo de crecer, que no es armonioso ya que crecer es romper, y romper también es desgarrar”.

En la normalidad del proceso de la adolescencia como se refería Papalia, et al (2001) surgen conflictos de índole emocional, que ponen de manifiesto los desequilibrios sufridos por el individuo que busca establecer su identidad adulta.

La identidad es característica en cada período de la vida y se modifica según el momento evolutivo. La meta es el logro de la individuación, objetivo que se plantea el adolescente al querer dejar atrás la etapa de la niñez y transformarse en adulto. Rogers (1979) lo tomaría como el conocimiento de sí mismo el verdadero yo (self), siendo este el verdadero “tú”, en otras palabras el yo ideal.

Para alcanzar este propósito el individuo hace uso de la tendencia actualizante o fuerza de vida, la cual se puede definir como: Una motivación innata presente en toda forma de vida dirigida a desarrollar sus potenciales hasta el mayor límite posible.

Rogers (1972) entendía que todas las criaturas persiguen hacer lo mejor de su existencia, y si fallan en su propósito, no será por falta de deseo, además que el individuo está forzado a vivir bajo condiciones de valía que no pertenecen a la valoración orgánica, y finalmente, que solo se recibe recompensas positivas condicionadas; de esta manera se desarrolla un ideal de sí mismo (ideal del yo).

Por otra parte el espacio comprendido entre el verdadero self y el self ideal; del “yo soy” y el “yo debería ser” se llama incongruencia. A mayor distancia, mayor será la incongruencia. De hecho, la incongruencia es lo que esencialmente Rogers (1979) define como: neurosis que es estar desincronizado con tu propio self.

Esto puede ser una hipótesis de lo que pasa con el adolescente, este está en el proceso de identificarse como un adulto, pero solo hasta este momento lo está realizando, está buscando ese yo real, produciendo una desintegración en la persona

Rogers (1979) se refiere a ideal como algo no real; como algo que está siempre fuera de nuestro alcance; aquello que nunca alcanzaremos; un ejemplo de esto, es lo que sucede con los medios de comunicación y la información que dan sobre los modelos propuestos por la sociedad y que en su gran mayoría son copiados por los adolescentes, siendo cada vez mas difíciles de alcanzar, ya que estos cambian con facilidad según la moda que la sociedad y los medios vayan postulando como modelos a seguir.

La transición cultural marca una tendencia clara en cuanto al cambio en los modelos de identidad: de configuraciones cerradas y estáticas se pasa a formas dinámicas flexibles que señalan marcas de identificación más lábiles. Los adolescentes se socializan en este modelo, lo que implica otra forma de plantearse la relación consigo mismo y con los demás, punto clave para lograr seguridad.

Para Curiel (1996) el adolescente en la lucha por moldear su personalidad definitiva, se expone a la angustia que le causa obtener su autonomía e independencia y definir sus aspiraciones a desarrollarse como persona adulta, provocada por tener que desenvolverse en un medio que no conoce ni domina, y el que muchas veces considera como amenazador. Además en su interior el adolescente entiende que para acceder al mundo de los adultos (con sus ventajas y libertades) debe arriesgarse a perder la seguridad y los privilegios de los que goza por ser un niño. Esto significa abandonar



voluntariamente la protección que le ofrece el entorno familiar y social, para abordar, sin mucho conocimiento, las tareas de una vida adulta.

A su vez el medio social, de los adultos, condiciona este proceso de formación de la personalidad, imponiendo reglas o normas sobre el tipo de conducta esperada (modelo de éxito). Estos códigos difieren de los aprendidos durante la niñez, donde se enfatizaba la cooperación, la consideración de los derechos ajenos y el compartir con los demás.

La persona que pase por la etapa de la adolescencia de una forma no adaptativa y no supere las diferentes crisis que allí se pueden presentar, no se encontrara en este caso, con una buena salud mental, esto si se tienen en cuenta los conceptos vertidos por el Dr. G. Acevedo en su libro "El modo humano de enfermar"(1994). Quien escribe que la salud supone: (a) Sentido de vida, en un plan de vida incluido en un proyecto familiar y social (b) Posibilidad de escribir la propia historia vital en la propia familia, el trabajo y la comunidad.(c) Posibilidad de expresar lo –no dicho- en el diálogo y la reflexión, (d) Posibilidad de sentirse querido y de querer, privilegiando el encuentro con el otro (e) Posibilidad de transformar y de transformarse, (f) Posibilidad de comprometerse, de participar y de sentirse participando y – (g) Posibilidad de establecer vínculos afectivos y solidarios y de convivir.

A esto se le agrega lo que Oro (2001) entiende por salud “Salud es unidad, armonía, orden de impulsos, creencias, sentimientos, pensamientos, orden establecido en torno a un eje de valores objetivos, asumidos como tales desde la propia subjetividad”.

Se menciona el concepto de salud, y se integra a todo lo ya expuesto, ya que el adolescente debe pasar por esta etapa que le presenta varias crisis, y en la cual inicia diferentes procesos de individuación, autonomía, busca su identidad, además de definir su personalidad; debido a lo siguiente el adolescente se encuentra en riesgo de no superar de una forma adecuada, su adolescencia y las crisis que esta arrastra, dando

como resultado un individuo con poca percepción de su Yo y con dificultades para encontrar su camino de vida .

Para D'Angelo (1994) una cuestión básica, desde el punto de vista existencial, es el tema de la seguridad que el adolescente necesita ir conquistando. Esto va unido a la construcción de su propia imagen y autoestima. Las identidades que se planteaban de una vez y para siempre daban gran margen de seguridad. Es esta falta de resguardo y seguridad lo que incomoda a gran parte del mundo adulto cuando deben plantearse las relaciones con los jóvenes. Los adolescentes construyen desde planteamientos flexibles como "mañana veremos cómo hacemos, hoy resolvemos las cosas de este modo". Parece que nada tiene carácter definitivo, ni se considera "para siempre". El adolescente descubre que el mundo se rige por reglas diferentes de las que ha sido entrenado para cumplir.

Kohlberg (1992) se refiere a esto en su teoría del desarrollo moral, donde se encuentran dos etapas que se desarrollan en la adolescencia.

La primera en la adolescencia temprana y la segunda hasta que esta etapa de la adolescencia finaliza aproximadamente a los 19 años, y donde el adolescente se da cuenta que la moral esperada no es la recibida. También el entorno impone al adolescente la necesidad de dominar conocimientos que requieren de largo aprendizaje o entrenamiento, lo que agrava los sentimientos de insuficiencia, ya que mientras dure el proceso de aprendizaje deberá, en la mayoría de los casos, continuar ligado a la protección familiar, de la que precisamente se desea despegar.

Kohlberg (1992) definió el razonamiento moral como los juicios sobre aceptación o desviación a la norma, también notó que el desarrollo moral estaba relacionado a la edad y estableció tres niveles con 2 etapas cada uno, con la característica que estas van

apareciendo según el individuo interactúa con el entorno social. Para el objeto de este artículo se mencionaran el nivel 2 y el nivel 3 ya que se encuentran en la etapa de La adolescencia.

Nivel II: Moralidad de conformidad con el papel convencional (de los 10 a los 13 años)  
adolescencia Temprana

Los niños ahora quieren agradar a otras personas. Todavía observan los patrones de otros pero los han interiorizado en cierta medida. Ahora quieren ser considerados “*buenos*” por gente cuya opinión es importante para ellos. Son capaces de asumir los papeles de figuras de autoridad lo suficientemente bien como para decidir si una acción es buena según sus patrones. Con lo cual, tienen en cuenta las expectativas de la sociedad y sus leyes sobre un dilema moral.

Etapa 3. La orientación de concordancia interpersonal o de “niño bueno-niña buena”.

El buen comportamiento es aquél que complace o ayuda a otros y es aprobado por ellos. Hay mucha conformidad a imágenes estereotipadas de lo que es mayoría o comportamiento “natural”. El comportamiento frecuentemente es juzgado por la intención (“tiene una buena intención”), se convierte en algo importante por primera vez. Se gana aprobación por ser “bueno”. El niño mantiene buenas relaciones y busca la aprobación de los otros, en el caso del adolescente busca identificarse con sus pares y una aceptación de los mismos.

Etapa 4. La orientación de “ley y orden”.

Hay una orientación hacia la autoridad, las reglas fijas y el mantenimiento del orden social. El comportamiento correcto consiste en hacer el propio deber, mostrar respeto por la autoridad, y mantener un orden social dado que se justifica en sí mismo. Al

decidir el castigo para una mala actuación, las leyes son absolutas. En todos los casos, debe respetarse la autoridad y el orden social establecido.

Nivel III: Moralidad de los principios morales autónomos (de los 13 años en adelante, si acaso)

En este nivel se llega a la verdadera moralidad. Por primera vez, la persona reconoce la posibilidad de un conflicto entre dos patrones aceptados socialmente y trata de decidir entre ellos. El control de la conducta es interno ahora, tanto en los patrones observados como en el razonamiento acerca de lo correcto y lo incorrecto. Los juicios están basados en lo abstracto y por principios personales que no necesariamente están definidos por las leyes de la sociedad.

Etapa 5. La orientación legal o de contrato social.

Generalmente tiene tonalidades utilitaristas. La acción correcta tiende a ser definida en términos de los derechos generales del individuo, y de los estándares que han sido críticamente examinados y acordados por la sociedad entera. Hay una clara conciencia del relativismo de los valores y opiniones personales y un énfasis correspondiente hacia los procedimientos y reglas para llegar al consenso. Aparte de lo que es constitucionalmente y democráticamente acordado, lo correcto es un asunto de “valores” y “opiniones” personales. El resultado es un énfasis en el “punto de vista legal”, pero con un énfasis sobre la posibilidad de cambiar la ley en términos de consideraciones racionales de utilidad social (más que “congelarse” como en los términos de “ley y orden” de la Etapa 4). Fuera del ámbito legal, el contrato libremente acordado, es cumplido como obligatorio.

Etapa 6. La orientación de principios éticos universales.

Lo correcto es definido por la decisión de la conciencia de acuerdo con los principios éticos auto-elegidos que apelan a la comprensión lógica, consistencia y universalidad. Estos principios son abstractos y éticos y no son reglas morales concretas como los Diez Mandamientos. La etapa 6 supone principios universales de justicia, de reciprocidad e igualdad de derechos humanos, y de respeto por la dignidad de los seres humanos como personas individuales. Lo que es bueno y conforme a derecho, es cuestión de conciencia individual, e involucra los conceptos abstractos de justicia, dignidad humana e igualdad. En esta fase, las personas creen que hay puntos de vista universales en los que todas las sociedades deben estar de acuerdo.

Todos los procesos básicos implicados en el desarrollo del conocimiento del mundo físico son también fundamentales en el desarrollo social. Pero aparte de éstos, el conocimiento social requiere una capacidad específica para la adopción de distintos papeles; es decir, el conocimiento de que el otro es, en cierto sentido, como el yo y que aquél conoce o responde a éste en función de un sistema de expectativas complementarias. En otras palabras, conocemos a los demás al ponernos en su lugar y nos conocemos a nosotros mismos al compararnos y diferenciarnos de ellos.

Ya revisado estos niveles y etapas propuestos por Kohlberg, se encuentra un adolescente que comienza a interiorizar todo un mundo exterior, pero con la diferencia que es el quien elige, este se encuentra en un contexto que lo lleva a negociar esas nuevas normas y a tomar decisiones por el mismo, llevándolo a asumir nuevos roles.

La adopción de roles o perspectivas sociales, es también una capacidad evolutiva y sigue unas secuencias de desarrollo o etapas. El afecto y el conocimiento se desarrollan

paralelamente. El papel del afecto y la comprensión de las emociones (“empatía”), por tanto, va a ser fundamental también en el desarrollo moral, no sólo como una fuerza motivadora sino como una importante fuente de información.

Cifelli (2002) agrega a lo anterior que los adolescentes quienes se vinculan principalmente a partir de los sentimientos y emociones, debido a nuevos procesos de socialización en los cuales los medios de comunicación juegan un rol preponderante, se transforma en un mundo de lo afectivo, con toda la ambigüedad que acarrea, donde se juega actualmente para los jóvenes la búsqueda del sentido de sus vidas, sus deseos y proyectos. A partir de esto aparece la necesidad de trabajar conjuntamente esta ambigüedad para dilucidarla, incluso para evitar cierta tendencia a desarrollar formas de irracionalidad que incluso llegan a presentarse como resurgimiento de una religiosidad ligh, descomprometida, espiritualista y, en gran medida, alienante.

La relación que se establece entre el adolescente y el desarrollo moral, consiste en mostrar como el adolescente pasa por deferentes etapas en su forma de actuar y de pensar, sobre esto es importante mencionar que al hacer esta referencia lo que se quiere decir, es que el adolescente a medida que va creciendo, su contexto le esta haciendo una exigencias en todas sus esferas, ya sean sociales, emocionales, intelectuales etc., para esto el adolescente debe desarrollarse de una manera integral. El desarrollo moral le permitirá integrarse de una mejor manera a todo ese nuevo mundo social, además de presentarle la oportunidad de interactuar desde si mismo con los demás y la sociedad.

Para efecto de este artículo se complementara todo lo anterior, con la visión de hombre que encontraremos en el siguiente párrafo.

La concepción antropológica que se manejara en este trabajo, se basa en la consideración del ser humano de Bazzi y Fizzoti (1989), como un ser “bio-psico-socio-

espiritual”, haciendo hincapié en la búsqueda de sentido de la vida y en la temática de los valores.

Existen diferentes ideas acerca de lo que es el hombre, pero solo existe una que distingue al hombre de los demás seres y que exalta su peculiar dignidad ontológica. Esta idea, está sintetizada en la aseveración: el hombre es persona. Para Sto. Tomás (1982), persona significa lo más perfecto que hay en toda naturaleza, de ahí, su valor por encima de todo lo existente; ser persona significa fundamentalmente poseer espíritu y por ende libertad.

Para Landaboure (2000) esa unidad que es la persona hace que lo material, lo biológico, lo instintivo y todo aquello presente en el hombre, participe de esa dignidad que le es propia. Esto es importante ya que no divide al ser humano en ninguna de sus esferas sino que lo une y lo observa como un todo que hace parte de un contexto, con el cual hace una relación bi-direccional.

Al definirse al hombre como persona humana se alude a su real pertenencia al mundo del espíritu y al universo material. En esa complejidad humana, integrada en la unidad persona, nacen las posibilidades de realización, perfeccionamiento y humanización.

Según Bazzi y Fizzoti (1989). Ser hombre, no reside en los hechos, sino en las posibilidades y agrega “ser hombre no significa solamente ser otro, sino también poder ser otro.” Esas posibilidades de ser otro se cristalizan en la captación y realización de valores, en la donación, entrega y compromiso como afirmación de la libertad y responsabilidad que le supone el ser persona. Esas posibilidades, singulares y únicas, habitan desde el nacimiento en estado potencial y el hombre puede o no desarrollarlas en virtud de la autonomía y libertad que le son propias. Así podrá pensar y concretar a lo largo de la existencia su proyecto personal, ejercer la responsabilidad de sus acciones,

autodeterminarse, es decir elegir; como señala Jaspers (1968): aquel que quiere ser, elige aquel que quiere ser, desde esa unidad y complejidad que es la persona, en donde habita el pluralismo dinámico de impulsos, deseos, tendencias y también sus facultades y proyectos.

Al tener clara esta idea, sobre la visión antropológica del hombre, pasáremos a relacionarla con las ideas y principios de la logoterapia propuesta por Víctor Frankl. De esta manera se ira recorriendo el camino hacia la formulación de un proyecto de vida que integre e incluya los temas que se han desarrollado anteriormente.

La Logoterapia procura ayudar al individuo a encontrar un sentido para su existencia. No se trata de otorgar un sentido sino de ayudar a que cada uno encuentre el propio. Para Frankl (1998), el hombre no es solamente un ser social y psicosomático, sino que, además, tiene la potencialidad de lo espiritual, a través de la búsqueda de sentido. Tal vez, el hombre no pueda evitar el sufrimiento, pero otorgándole un sentido se lo puede transitar de otra manera.

La logoterapia, según Bazzi y Fizzoti (1989) no pone el acento en el hombre enfermo, sino justamente en su fuerza, esa potencia espiritual propia de la persona de oponerse a la triada trágica, a los conflictos y crisis que tiene que vivir y a partir de ellas superarlas, encontrarles sentido y autotranscender.

Se conectan estas ideas a la teoría de Abraham H. Maslow (1991), que se refiere a las necesidades del ser humano. Si estas están satisfechas el individuo alcanzará su meta máxima que será la autorrealización, por el contrario si estas no son alcanzadas, los problemas se harán presentes impidiendo de esta forma que el individuo alcance su autorrealización, si esto sucede tendremos personas con problemas en salud mental, a lo que ya se había hecho referencia con el concepto de tener individuos sanos.



Los adolescentes se pueden encontrar con esta dificultad de satisfacción de necesidades en el transcurso de esta etapa del desarrollo, para esto es significativo encontrar cuales de las necesidades no han sido cubiertas. Maslow (1991) hace una división en la cual se encuentra el primer grupo que son las necesidades básicas y un segundo grupo que son las necesidades relacionadas con el desarrollo.

Las necesidades básicas son las necesidades mínimas para mantener un equilibrio psicofísico, sin estas, las demás no serán viables. Es aquí donde la teoría de Maslow y los adolescentes se encuentran, ya que el adolescente busca seguridad, pertenecía, amor y afirmar su autoestima, Las otras necesidades son las relacionadas con el desarrollo y que tiene como meta la autorrealización, que es hacia donde va dirigido el ser humano.

La jerarquía propuesta por Maslow, se compone de las siguientes necesidades, en orden ascendente:

1. Necesidades fisiológicas: hambre, sed, sueño, etc.
2. Necesidades de seguridad: sentirse seguro y protegido, fuera de peligro.
3. Necesidades de pertenencia a un grupo y amor: agruparse con otros, ser aceptado y pertenecer al grupo.
4. Necesidades de estima: lograr el respeto, ser competente, y obtener reconocimiento y buena reputación.
5. Necesidades de autorrealización: utilización plena del talento y realización del propio potencial.

El ideal de Maslow es la persona autorrealizada, que muestre altos niveles de las siguientes características: percepción de la realidad; aceptación del yo, de los otros y de

la naturaleza; espontaneidad; capacidad de resolver problemas, auto dirección; identificación con otros seres humanos; aislamiento y deseo de privacidad; serenidad de apreciación y riqueza de reacción emocional; frecuencia de experiencias máximas; satisfacción y cambio en la relación con las demás personas; estructura democrática de carácter, creatividad y sentido de valores.

Para lograr la auto trascendencia y la autorrealización, se encuentra un tema que es común en las dos y es la realización de valores.

La realización de valores es el camino que conduce al encuentro del sentido. Los valores, aun siendo múltiples, no existen en forma desordenada, sino que se estructuran en esferas o áreas con cierta autonomía entre si. Se encuentran tres principales categorías de valores que son:

Valores Creativos: son aquellos que se refieren a lo que el hombre da al mundo a través de su trabajo

Valores experienciales o vivenciales: son aquellos que se refieren a lo que el hombre recibe del mundo (naturaleza) y de los otros (amor)

Valores de actitud: son aquellos que nos permiten realizar el máximo grado de significado de nuestra vida, ya que radican la actitud con la cual el hombre enfrenta las situaciones límites

Los valores, esas realidades capaces de despertar el interés vital de la persona o de estimular su perfeccionamiento, son descubiertos por el hombre en el mundo que el mismo habita, como mencionaba Kohlberg (1992) el individuo desarrolla los diferentes

niveles en su desarrollo moral, donde se encuentran los valores como parte de ese desarrollo y estos se ponen en práctica en cuanto interactúa con el entorno social.

En la vida psíquica de un individuo uno de los elementos constitutivos más importantes y dinamizadores es el proyecto de vida. Las preguntas sobre sí mismo, el esfuerzo por dirigir con responsabilidad y sentido, la intuición y búsqueda del sentido de la vida van aportando elementos al proyecto. Proyecto que presenta un aspecto dinámico fundamental ya que va cambiando, reajustándose y definiéndose con la evolución de la persona. En la infancia el proyecto de vida está unido al deseo de los padres; en la preadolescencia al mundo de los sueños; en la adolescencia a la voluntad de independencia, identidad, libertad; en la juventud y edad adulta el proyecto se transforma en experiencia práctica, realizada.

El proyecto ayuda a la construcción de la identidad personal y un motor propulsor de la misma suele ser el asumir roles, tareas en las cuales plasmar de manera original, única e irrepetible el ser. El proyecto representa la posibilidad de unificar e integrar la energía vital que impregna todas las dimensiones de la personalidad. Propone una dirección autónoma, original, con estaciones y caminos propios, que abre las puertas a la libertad interior, a la responsabilidad y a la creatividad. La construcción del proyecto despierta la sensibilidad hacia el momento más importante de nuestra vida, por lo que se transforma en una experiencia riquísima en emociones. Por supuesto que construir y definir un proyecto no evita la angustia de reajustar el camino o de padecer estancamientos o de dosificar la velocidad del recorrido. Por otra parte, tiene un carácter ideal que debe ser concretado en lo cotidiano para no ser una realidad idílica. Para que sea creíble y real se debe apoyar en:

Autoconocimiento: saber quién soy más allá de rótulos, etiquetas y espejismos. Conocer

lo que nos tensiona, lo que nos gusta y disgusta, nuestras reacciones espontáneas, temores, fortalezas, en qué momentos actuamos agresivamente y cuáles son las causas.

Autoestima: sano afecto por lo que somos en realidad; sin complejos de inferioridad o sobrestima.

Auto aceptación: capacidad de aceptar nuestros límites sin negarlos, buscando su superación, con paciencia, optimismo y deseo sincero de cambio.

Un proyecto de vida se hace con base en tres preguntas existenciales que son: quiénes somos, hacia donde vamos y qué debemos hacer, para lograr los objetivos y metas propuestos.

El proyecto existencial lo que busca es llevar al hombre hasta lo mejor de sí mismo, basado en las capacidades de reflexión, libertad y amor, características de la logoterapia, eliminando al mismo tiempo, poco a poco las tendencias negativas del yo. El proyecto existencial no se basa en hombres perfectos, por lo contrario, se basa en la constante superación de sus debilidades y errores. Como el hombre es un ser en continuo cambio y migración es importante evaluarlo desde esta perspectiva y mostrar que se intenta no llegar a ser perfecto, sino la lucha continua por alcanzar la perfección.

Con el fin de desarrollar el proyecto de vida se tomaran el concepto de personalidad que sería la noción que designa el espacio de interacción entre procesos y estructuras psicológicas constituidas en subsistemas reguladores a manera de configuraciones individualizadas y personalidad que se referiría al individuo humano concreto que funciona en un contexto sociocultural específico de normas, valores y un sistema de instituciones y esferas de actividad social, en los que asume responsabilidades y compromisos ciudadanos, manifiesta roles ejecutados desde su

posición social, realiza sus proyectos de vida y mantiene estilos de vida específicos en las diversas relaciones sociales concretas de una sociedad y momento histórico determinados.

Para D'Angelo (1994) la formación de la identidad de la persona es un proceso complejo de construcción de su personalidad desde los primeros años de vida, pero este proceso transcurre en un contexto sociocultural específico, a través de la mediación de los adultos y la influencia de normas y patrones sociales definidos. Por tanto, la propia formación de la identidad social es el marco en el que se configuran las identidades individuales. “El estudio de la formación de la identidad es, pues, el de procesos que articulan el espacio de lo social y lo individual desde muchas perspectivas. Se necesitan categorías abarcadoras de la multiplicidad y complejidad de estas interacciones entre estructuras psicológicas y sociales, que permitan un enfoque holístico de las direcciones esenciales en que se construye la identidad personal y social” (D'Angelo 1994).

En este sentido la formulación de categorías integradoras como la de “proyecto de vida” pueden propiciar ese objetivo. Otras nociones como la vigotskiana de “situación social de desarrollo” pueden servir de sustento articulador entre las dimensiones de lo social y lo psicológico que integran construcciones categoriales como el proyecto de vida. Esto quiere decir que las direcciones vitales específicas de la persona se ubican en su contexto social propio y se conforman en sistemas individualizados constituidas por funciones autorreguladoras de procesos y estructuras psicológicas como las motivacionales, auto valorativas, autor reflexivas y otras.

El proyecto de vida articula la identidad personal-social en las perspectivas de su dinámica temporal y posibilidades de desarrollo futuro. Se comprende, entonces, como un sistema principal de la persona en su dimensionalidad esencial de la vida. Es

un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada.

En el proyecto de vida se articulan funciones y contenidos de la personalidad, en los campos de situaciones vitales de la persona:

- valores morales, estéticos, sociales, etc...
- programación de tareas-metas-planes-acción social.
- estilos y mecanismos de acción que implican formas de autoexpresión: integración personal, autodirección y autodesarrollo.

Según D'Angelo, O., 1998) "La formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida supone, efectivamente, la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflexivo-creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida social".

La proyección personal y social constructiva y desarrolladora es la expresión del ser y hacer de un individuo armónico consigo mismo y con la sociedad, con una conciencia ética ciudadana para la responsabilidad, la libertad y la dignidad humana, en este párrafo integra el desarrollo moral, como factor importante para el desarrollo del adolescente y para el desarrollo del proyecto existencial de vida.

En este contexto, la propuesta de desarrollo integral del proyecto de vida presta una atención especial a las áreas de auto expresión y autodesarrollo, relaciones interpersonales, relaciones sociales y vida profesional.

En esta propuesta, el desarrollo integral está vinculado a una intención propiciadora de la construcción de proyectos de vida con fundamentos críticos, reflexivos y orientados

a la autorrealización personal en un contexto de dignidad y plenitud ciudadanas, termino usado por Maslow para describir el último piso de su pirámide y cumplimiento de las necesidades de desarrollo.

El proyecto de vida -entendido desde la perspectiva psicológica y social- integra las direcciones y modos de acción fundamentales de la persona en el amplio contexto de su determinación por las relaciones entre la sociedad y el individuo.

Para comprender las características de la formación de los proyectos de vida en cada etapa de la vida resulta particularmente útil, la ayuda de la noción de “situación social de desarrollo”, introducida por Vigotsky, que es retomada y desarrollada por L.I. Bozhovich y colaboradores, según Bozhovich,(1976, p.93-99). En esta noción se expresa el vínculo entre las condiciones de vida del individuo, en una etapa vital dada, y sus particularidades psicológicas, lo que condiciona la dinámica del desarrollo psicológico

La situación social de desarrollo (*ssd*) para Bozhovich, (1976, p.108) comprendería, entonces, la relación entre la posición que se ocupa en el sistema de las relaciones sociales accesibles y la posición interna del individuo, en cada etapa (La importancia de la noción de *ssd*, radica en que permite una caracterización amplia y precisa del carácter de los vínculos concretos de determinación entre la sociedad y el individuo, explicando los factores de su desarrollo psicológico, en cada momento de su vida, y en el tránsito de una a otra etapa de vida, lo que es particularmente importante en la configuración de sus proto-proyectos de vida. Así, el concepto de “posición externa” , en la *ssd*, no sólo se definiría por las peculiaridades históricas, nacionales, de clase, etc., en las que se inserta el individuo, sino por el tipo de sus interacciones con los otros y las exigencias que se le plantean, confiriéndole una ubicación o posición real en esa red de relaciones. Precisamente, considera Bozhovich

(1976) que la posición interna se forma de la actitud que el niño sobre la base de su experiencia, posibilidades, necesidades y aspiraciones surgidas anteriormente, adopta ante la posición objetiva que ocupa en la vida y ante la que desea ocupar.

Estos son, básicamente, los componentes de un proyecto de vida (*pv*), que alcanzan un despliegue pleno en etapas desde la adolescencia. Se concibe la formación del *pv* a partir de la “posición externa” del individuo y la configuración de su experiencia personal, las posibilidades o recursos disponibles, el sistema de necesidades, objetivos y aspiraciones y las orientaciones (o actitudes) y valores vitales de la persona.

Es lógica esta coincidencia puesto que, en definitiva, lo que interesa destacar a Bozhovich es demostrar la hipótesis planteada acerca de lo que constituye el centro o dirección de la personalidad como estructura integral. O sea, Bozhovich, (1976, p.114, 134, 282) trata de comprender el sistema de sus actitudes y motivaciones (orientaciones) esenciales que conforman, en definitiva, la “tendencia general” o “dirección” de la personalidad.

En la propuesta conceptual del proyecto de vida, las orientaciones de la personalidad (con los demás componentes descritos) constituyen la dirección de la personalidad hacia el futuro de la vida individual-social, aunque esta posición difiere en varios aspectos de la de L.I.Bozhovich, También en Bozhovich, el conjunto de valores que conforman la concepción del mundo (y el sentido de la vida) forman parte de esa dirección de la personalidad, haciendo otra vez referencia a las ideas de Víktor Frankl, donde es importante rescatar el sentido de la vida y los valores.

El proyecto de vida, precisamente, es la estructura general que encauzaría las direcciones de la personalidad en las diferentes áreas de la actividad y la vida social,



de manera flexible y consistente, en una perspectiva temporal que organizan las principales aspiraciones y realizaciones actuales y futuras de la persona.

En este sentido, la construcción del futuro personal abarca todas las esferas de la vida, desde la sentimental, amorosa, socio-política, la cultural y recreativa, hasta la profesional. Todas estas esferas de vida pueden poseer una importancia fundamental en la vida del adolescente y determinan la formación de orientaciones o direcciones de su personalidad muy significativas. Por lo tanto, se trata de distintos planos de consideración de las dimensiones de los proyectos de vida, entre los que pueden presentarse situaciones de oposición, contradicciones y conflictos, que se reflejan en las motivaciones y planes específicos de esas esferas de vida, lo que puede afectar la coherencia y consistencia general de los proyectos de vida del joven, la representación y función armónica de su identidad personal.

Esto va conformando lo que para K.Obujowsky (1976), constituye el fin de la personalidad: el logro de la autonomía; o para Bozhovich (1976, p.292), la “tendencia general del desarrollo ontogenético” consistente en la transformación del niño de un ser sometido a las influencias externas en un sujeto capaz de actuar de forma independiente sobre la base de objetivos conscientemente planteados y de decisiones también adoptadas de manera consciente. Es decir, que el trabajo de formación y orientación dirigido a la construcción de proyectos de vida, en el adolescente y en el joven, presenta toda la complejidad, amplitud y contradicciones propias de su vida en estas etapas.

“ Es aquí posible y necesario, en mayor grado, abarcar la estructura total de la vida presente y futura para determinar las líneas esenciales de desarrollo, su consistencia, bases de

sustentación, carácter multifacético, etc. que se dirijan en la perspectiva de proyectos de vida reflexivos, creativos, flexibles, integrados armónicamente y autorrealizadores” (D’ Angelo 1994) .

Pero este proyecto de vida no es realizado eficientemente si el individuo no es capaz de orientarse adecuadamente acerca de lo que siente, piensa, cómo se valora y cuáles son sus potencialidades reales. La capacidad de autoescudriñarse y explorar el ambiente con sus posibilidades, factibilidades y oportunidades es una importantísima función de la persona en la dirección de sus proyectos de vida.

De esta forma, un proyecto de vida eficiente no es concebible sin un desarrollo suficiente del pensamiento crítico (autocrítico)-reflexivo que se conecte con las líneas fundamentales de la inspiración de la persona y de su acción. Pensar-sentir-actuar son dimensiones de coherencia valorativo-práctica que forman las bases de los proyectos de vida eficientes. Además, la construcción y ajuste sucesivos de los proyectos de vida supone la superación positiva de conflictos cotidianos, de situaciones de crisis personal y social inherente al movimiento mismo de la vida y su dinámica. Se requiere una evaluación constante de los sucesos vitales y la toma de decisiones efectivas. Este aspecto problemático del quehacer cotidiano de la persona fundamenta la necesidad del alto nivel de funcionamiento reflexivo y creador.

Los proyectos de vida, desintegrados, no realistas, pueden ocurrir así al nivel de la persona y colectivamente si no hay estructurados procesos de comunicación e intercambio reflexivos y aperturas creadoras, capaces de orientar hacia la

transformación positiva de las condiciones de vida material y espiritual, en lo personal y en lo social.

En las investigaciones se ha detectado algunos de estos factores individuales, institucionales y sociales que intervienen como elementos desintegradores de los proyectos de vida o paralizan su realización temporalmente.

En situaciones de crisis social, la incertidumbre y variabilidad en el curso de los acontecimientos, la frustración objetiva de expectativas y metas sociales, el deterioro de las condiciones de vida, pueden producir conmociones y revaloraciones importantes de los proyectos de vida individuales y colectivos. En estos períodos de conmoción emocional fuerte se ponen a prueba los valores y las orientaciones personales y la capacidad de analizar las bases del conflicto, de elaborar estrategias para sortear los obstáculos de manera creativa y con fidelidad a la identidad personal, lo que lleva a recordar la idea de Rogers sobre la tendencia actualizante y su funcionamiento en la vida del hombre. De esta manera el adolescente se plantea su proyecto de vida de acuerdo a toda la experiencia adquirida durante la niñez y la incertidumbre de lo que le espera en la vida adulta, en ese momento podrá evaluar sus capacidades, limitaciones y relaciones con el mismo y con los demás, proyectándose hacia el futuro.

## CONCLUSION

Planear la vida permite ubicar en forma más clara sus posibilidades dentro de un contexto real, para que sus conductas se proyecten hacia el futuro. Elementos como la toma de decisiones, la asertividad, los valores, el sentido de vida y la autoestima si son integrados en la estructura psico-socio-espiritual del adolescente contribuirán a definir su nivel de aspiraciones y las posibilidades de cumplirlas. Llegar al final de la vida satisfechos de haberla vivido plena y adecuadamente es una de las metas principales del ser humano, y la vida se va en este esfuerzo. Mientras mas temprana sea la planeación mayores posibilidades habrá de alcanzar las metas.

El proyecto de vida puede sufrir variaciones en el transcurso de la vida, y esto no quiere decir que se haya perdido todo lo realizado en ese tiempo, o que se deba cambiar en su totalidad, pero si hay que hacerlo se deberá hacer.

Esta es una de las cualidades que tiene el proyecto de vida, permite esa flexibilidad de incluir o sacar lo que sea necesario, este es mas una brújula que ira guiando a su dueño a su destino final, destino que el adolescente hasta ahora camina por sus propios medios.

Finalmente la adolescencia es pues, una etapa en la cual el adolescente adquiere su independencia, deja entonces de ser el niño de papa y mama, para hacerse cargo de su propia vida y de esta manera comenzar a delinear su camino futuro. Es entonces el proyecto de vida una herramienta que ayudara al adolescente a conocerse mejor a si mismo integrando todas sus dimensiones como ser humano.

## Referencias

- Acevedo, G. () *El modo Humano de enfermar*. Buenos Aires: Fundación Argentina de Logoterapia.
- Bercovich, S. (1994) *El sujeto de la adolescencia*. N°2 Junio - diciembre.
- Bozhovich, L.I.(1976).- *La personalidad y su formación en la edad infantil*. La Habana Cuba. Edit. Pueblo y Educación
- Cifelli P. (2002) *Extracto de Vida Pastoral*, Año XL – No 234, Buenos Aires, San Pablo, Marzo / Abril
- D'Angelo H., O.- (1982) *Las tendencias orientadoras de la personalidad y los proyectos de vida futura del individuo*. La Habana Cuba Edit. Pueblo y Educación,
- - *Modelo integrativo del proyecto de vida*.- Provida. La Habana, Cuba, 1994.
- .- *El desarrollo personal y su dimensión ética*.- Prycrea-, La Habana, Cuba, 1996.
- . *Proyectos de vida y autorrealización de la persona*. Edit. Academia, La Habana, Cuba, 1997.
- . *Desarrollo Integral de los Proyectos de Vida*. Provida. La Habana, Cuba, 1998.
- Frankl V E (1998) *El hombre en busca de sentido*, Barcelona .Ed: Herder
- Jaspers, Karl, (1968) *La fe filosófica*, Editorial Losada, Buenos Aires, segunda edición
- Kohlberg, L. (1992): *Psicología del desarrollo moral*. Bilbao, Ed: Desclée de Brouwer
- Landaboure B .Noemí (2000)"Misión de los agentes de salud en la sociedad contemporánea" *II Ponencia presentada en el XV Congreso Argentino de Logoterapia: "Salud y sentido. Aportes de la Logoterapia"*. Santa Fé, 2000.

- Maslow, A. H. (1991) *Motivación y personalidad*. Ediciones Díaz de Santos,
- Obujowsky, K.- La autonomía individual y la personalidad. *Rev. Dialectics and Humanismn*. no.1 Varsovia, 1976.
- Oro O. R. (2001) *Psicología Preventiva y de la Salud* Ediciones Buenos Aires Ed: Fundación Argentina de Logoterapia
- Oro O. R. (2003) *Persona y Personalidad*. Buenos Aires Argentina. Ed: Fundación Argentina de Logoterapia
- Papalia,D.Olds, S.Feldman. R (2001), *Desarrollo Humano* México: Ed: Macgraw Hill
- Portmann Adolf (1974) *El Anhelos fáustico*. Caracas. Venezuela. Ed : Monte Avila Editores
- Rogers, C. y Kiget M (1971) *Psicoterapia y relaciones humanas* (dos tomos). Madrid: Ed:Alfaguara
- Rogers, C. (1979) *El proceso de convertirse en persona*. Buenos Aires: Ed: Paidós.
- Tapia Curiel A. (1996) *Adolescencia*. Guadalajara. Jalisco, Mexico. Ed: Visea
- Tomas de Aquino(1982) *De ente et essentia*. Buenos Aires: Ed: Aguilar.
- Tullio Bazzi y Eugenio Fizzotti . *Guía de la Logoterapia*. Editorial Barcelona 1989