

MODELO DE PROYECTO DE VIDA PARA PREVENIR LA VIOLENCIA JUVENIL

Life project model to prevent juvenile violence

Cristina Eugenia Mego Jara

Universidad César Vallejo (España)

(cristmego.9@gmail.com) (<https://orcid.org/0000-0001-8526-6649>)

Información del manuscrito:

Recibido/Received: 12/12/24

Revisado/Reviewed: 20/05/25

Aceptado/Accepted: 01/07/25

RESUMEN

Palabras clave:

proyecto de vida, violencia juvenil, sentido de vida

Esta investigación tuvo el objetivo de diseñar un modelo de proyecto de vida para prevenir la violencia juvenil dirigido a estudiantes del Perú, 2020. Fue cuantitativa, con diseño no experimental, transeccional y explicativo. Estuvo orientado a ser aplicado a estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de Instituciones Educativas del Perú. La técnica utilizada fue la revisión bibliográfica, y como instrumento principal la propuesta de investigación que incluyó la guía del expositor, el marco conceptual y el cuaderno de trabajo para cada participante. Se asoció a la violencia juvenil con la pérdida del sentido de vida, y al proyecto de vida como una herramienta eficaz que permite al individuo encontrar el sentido de vida anhelado, estos hallazgos permitieron diseñar el modelo como alternativa de prevención de la violencia juvenil, a través un programa conformado por catorce sesiones, el mismo que fue revisado y validado por cuatro profesionales expertas en el campo psicoeducativo, quedando listo para su futura aplicación. Se concluyó que el modelo de proyecto de vida propuesto debe ser aplicado e implementado en las instituciones educativas del país, ya que es una herramienta eficaz para prevenir la violencia en los jóvenes del Perú.

ABSTRACT

Keywords:

Life project, youth violence, meaning of life

The main objective of this research was to design a life project model to prevent youth violence aimed at students in Peru, 2020. It was quantitative, with a non-experimental, transectional and explanatory design. It was aimed at being applied to fourth and fifth year high school students from educational institutions in Peru. The technique used was the bibliographic review, and as the main instrument, the research proposal designed by the author that included the speaker's guide, the conceptual framework and the workbook for each participant. Youth violence was associated with the loss of the meaning of life, and the life project as an effective tool that allows the individual to find the desired meaning of life, these findings allowed to design the project model of life as an alternative for the prevention of youth violence, through a program consisting of fourteen sessions, which was reviewed and validated by four expert professionals in the psychoeducational field, being ready for its future application. It was concluded that the proposed life project model should be applied and implemented in the educational institutions of the country, since it is an effective tool to prevent violence in the youth of Peru.

Introducción

Una de las problemáticas que más impacta en los jóvenes del mundo es la violencia. Durante la adolescencia, ocurren los cambios más significativos de la existencia de todo ser humano, por lo que esta población está expuesta a incidir en ella (Marín, 2016). Esto lo señala la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (2015): al final de la adolescencia e inicio de la edad adulta, la violencia juvenil se agudiza, manifestándose y perjudicando los diferentes aspectos de su vida y de la sociedad. La violencia ejercida por los jóvenes, responde a dos fines: expresivo e instrumental. La violencia expresiva está relacionada con la búsqueda y manifestación de la propia identidad o como muestra del desacuerdo con lo establecido por la sociedad, mientras que la instrumental, como medio y solución para el logro de objetivos personales y colectivos. (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, CEPAL, 2008). Ambas formas, son perjudiciales y violentas para el individuo y su entorno.

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el 2018, refirió que los jóvenes y adultos jóvenes son más propensos a cometer actos delictivos. En el país, en los últimos años los delitos cometidos por jóvenes menores de edad se han elevado en 80% (Marín, 2016) y hasta la fecha, hay más de 3941 menores de edad detenidos por actos violentos: homicidio, violación y robo (Ávila, 2018).

Durante la adolescencia, el individuo experimenta un conflicto existencial, el cual desde el enfoque de esta investigación corresponde a diferentes necesidades propias de esta etapa: búsqueda de su propia identidad, proyectar su futuro y encontrar el sentido de sus vidas; sin embargo, al no ser resuelto adecuadamente y al estar reforzado por un entorno de riesgo, desencadena en violencia juvenil, en cualquiera de sus formas y niveles. Teniendo como base los datos recopilados, es necesario diseñar una alternativa de prevención de la violencia juvenil, por lo cual se planteó la siguiente interrogante ¿En qué medida un modelo de proyecto de vida dirigido a estudiantes del Perú, ayudará a prevenir la violencia juvenil?

La presente investigación tuvo el objetivo principal de diseñar un modelo de proyecto de vida capaz de guiar al individuo en la búsqueda del sentido de su vida y en el logro de su autorrealización, a fin de prevenir la violencia juvenil. Para ello, se partió por analizar epistemológicamente el modelo de proyecto de vida, para luego construir la propuesta a través de un programa, y posteriormente, validar la propuesta desde la opinión de profesionales expertos en el tema. Por lo tanto, se formuló la siguiente hipótesis: el diseño y validación de un modelo de proyecto de vida, servirá como una alternativa de prevención de la violencia juvenil, ya que, al ser aplicada e implementada, permitirá que los participantes encuentren el sentido de su vida, a partir del autoconocimiento y reflexión de su realidad, identidad, misión, visión, valores; del planteamiento de objetivos, metas, estrategias, recursos y de la proyección futura a través del tiempo. Lo que constituirá una salida oportuna ante la violencia personal, socio económico cultural y ambiental de los jóvenes.

Este estudio ofreció una visión diferente del problema, asociando la violencia juvenil con la pérdida del sentido de vida y la poca claridad de un proyecto de vida. De esta manera, se diseñó una alternativa de prevención innovadora, multidimensional, integral y dinámica que enfrenta la problemática desde la raíz, partiendo del conocimiento que las estrategias implementadas por el Estado en las instituciones educativas del país para frenar la violencia juvenil, se limitan a intervenciones secundarias y terciarias.

Asimismo, el diseño de este modelo de proyecto de vida estuvo revisado y validado por expertos en el tema, por lo que se consolidó como un antecedente para futuras investigaciones que busquen nuevas formas de prevenir y contrarrestar la violencia juvenil y fue un aporte para

el campo psicoeducativo, ya que funcionó como herramienta psicológica y educativa que ofrece al profesional un modo novedoso de estudiar y prevenir el problema.

Desde el enfoque estratégico – administrativo, se percibe al proyecto de vida como un “plan estratégico” (Fred, 2003), medio y fin para alcanzar las metas personales (Suarez, Alarcón y Reyes, 2018). Según el enfoque psicosocial de Erik Erickson, el ser humano se enfrenta a conflictos en cada etapa de su desarrollo (Lizaso et al., 2017). Por lo que el proyecto de vida es una herramienta eficaz para la solución de conflictos, principalmente en el trance de la adolescencia a la juventud, que es donde la identidad del ser humano debe ser definida y mantenida. De acuerdo al enfoque sistémico, Suarez, Alarcón y Reyes (2018) afirma que el proyecto de vida es un modelo ideal – real, es decir, un modelo de lo que se es, se quiere ser y hacer, como individuo dentro de un contexto. Y acorde al enfoque humanista, el proyecto de vida es un plan elaborado por la propia persona para alcanzar el bienestar y autorrealización personal, propuesta por Maslow (1970). Siendo la principal motivación del ser humano encontrar el sentido y dirección de su vida: por qué vivir, qué esperar y la razón de ser (Correa, 2017).

El proyecto de vida ofrece un sentido, una razón y una motivación para la vida (Gualtero, 2016) y sirve como un marco de referencia que impulsa o detiene el ritmo en que se está llevando la vida, regula la conducta y dirige a la persona por el camino correcto (Álvarez, Reyes y Hernández, 2016). A su vez permite la prevención, orientación y toma de decisiones en los diferentes aspectos de la vida (Remuzgo, 2018).

Álvarez, Reyes y Hernández (2016) afirman que la adolescencia es la mejor etapa para edificar un proyecto de vida. Lizaso et al. (2017) nos dicen que, durante la adolescencia, ciertos ideales y valores se vuelven significativos para el adolescente, lo cual facilita la madurez para tomar decisiones. Asimismo, durante esta etapa, los jóvenes enfrentan el conflicto de desarrollar y mantener una identidad fuerte, el cual debe resolver adecuadamente, caso contrario, la probabilidad de tomar decisiones incorrectas se incrementarán. (Erickson en Lizaso et al. 2017). Por ello, la presencia de un proyecto de vida durante la adolescencia, reduce los efectos negativos de los factores de riesgo y fomenta el desarrollo de hábitos saludables en la salud integral del individuo (D'Angelo, 2000).

Correa (2017) refiere que los adolescentes que no tienen un proyecto de vida planeado, pierden la dirección de su vida y pueden sentir que no tienen nada que perder, conviéndolos a involucrarse en conductas de riesgo, por lo que el proyecto de vida se convierte en un factor protector y preventivo. Protector porque ofrece una motivación y un sentido para la vida para asumir con compromiso y responsabilidad el rol protagónico en los diferentes ámbitos de la vida. Y preventivo de conflictos, porque es un recurso generador de conductas saludables y estrategias para afrontar situaciones difíciles y conflictos. Betancourth, Paz y Obando (2019) añaden que, al tener un proyecto de vida con metas y estrategias claras, se puede evitar situaciones de riesgo y de violencia como: alcoholismo, drogadicción, suicidio, etc.

De esta manera, se conceptualiza al proyecto de vida como un plan, guía y directriz que le permite al individuo proyectar su crecimiento integral en el tiempo, orientándolo a alcanzar su realización en las diferentes dimensiones y aspectos de su desarrollo, dándole sentido a su vida, regulando su conducta, y actuando como factor protector y preventivo de violencia.

Después de conceptualización teórica de la primera variable, se procede a conceptualizar la violencia juvenil desde diferentes enfoques y postulados.

Galtung (1998) en Calderón (2009) propone la teoría de conflictos. El autor percibe al conflicto como la contradicción o dilema de intereses, valores y necesidades entre dos o más actores; esta contradicción genera oportunidad o crisis. Oportunidad cuando el conflicto desencadena una transformación, caso contrario, si hay un fracaso en la transformación de conflictos o este se agudiza desencadena meta-conflicto, o también llamado violencia (Calderón, 2009). Osorio (2012) refuerza el postulado de Galtung, indicando que la violencia es la

tramitación inadecuada del conflicto, sobre todo cuando, a través del uso intencional del poder físico, psicológico o verbal, se elimina una necesidad o presunción de alguna de las partes.

Erik Erikson en su teoría psicosocial, comenta que las personas atraviesan una serie de conflictos a lo largo de la vida, siendo el conflicto durante la adolescencia la búsqueda y mantenimiento de la identidad (Lizaso et al., 2017) por ende, el sentido de su vida. Cuando el conflicto es resuelto adecuadamente, gana una virtud, caso contrario adquiere una dificultad que se va incrementando a través de los años, en el caso de los adolescentes, la difusión de su identidad, y como consecuencia, la pérdida del sentido de su vida.

En el modelo ecológico de la violencia propuesto por Bronfenbrenner en Calle (2011) recalca las diferentes causas de la violencia y la interacción de los factores de riesgo que operan en el individuo y en las diferentes etapas de su vida, dentro un contexto familiar, social económico y cultural. Por lo tanto, para que exista violencia en cualquiera de sus niveles, obligatoriamente interactúan diferentes factores de riesgo de las diferentes dimensiones de la persona.

Desde la perspectiva de esta investigación, la violencia juvenil es el resultado de un conflicto no resuelto adecuadamente, siendo el principal, el conflicto existencial experimentan los jóvenes en los diferentes aspectos de su vida. El cual conlleva a la pérdida y aceptación de una vida sin sentido, a la insatisfacción de las necesidades del desarrollo o a la satisfacción de las mismas a través del uso del poder físico, psicológico y social, manifestándose a nivel personal o hacia uno mismo como el suicidio, las autolesiones y la drogadicción, a nivel socio económico cultural como la pobreza, la exclusión social y la delincuencia, e incluso a nivel ambiental mediante la muy conocida contaminación ambiental.

Método

La presente investigación fue de tipo cuantitativo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014) es cuantitativa porque parte de una idea que se convierte en el planteamiento de un problema delimitado. A su vez, comprendió un diseño no experimental, transeccional y explicativo. Hernández, Fernández y Baptista (2014) comentan que las investigaciones no experimentales no presentan manipulación intencional de las variables, se observa al fenómeno en su ambiente natural y no hay variación deliberada de alguna variable para evaluar su efecto sobre otra. Asimismo, el diseño transeccional describe, analiza y recolecta información de las variables en un único tiempo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Mientras que el diseño explicativo o analítico va más allá de solo describir el fenómeno, sino también lo analiza y explica su porqué a través de la relación o asociación causa – efecto de sus variables (Salinas, 2012). En esta investigación, sin manipulación alguna, se analizaron y explicaron epistemológicamente las variables proyecto de vida y violencia juvenil, para determinar cómo el proyecto de vida se convierte en alternativa protectora y preventiva de la violencia juvenil.

La población es el conjunto de elementos, casos o personas con características comunes, que se pueden encontrar en un área de interés para ser estudiados (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018). Este estudio, estuvo orientado a una población beneficiaria conformada por estudiantes adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de Instituciones Educativas públicas y privadas del Perú, que, de acuerdo a la etapa de vida en la que se encuentran, presentan el conflicto de definir e identificar su identidad, proyectarse en el tiempo y encontrar el sentido de su vida.

La principal técnica que se utilizó en esta investigación fue la revisión bibliográfica o revisión de la literatura. La cual, de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014) permite seleccionar las dimensiones, indicadores y parámetros adecuados de las variables, ofrece teorías de respaldo, antecedentes de estudio, conceptos clave, hallazgos importantes a lo largo del tiempo, situación real y actual de problema en diferentes contextos, así como también formas de abordar y profundizar en él. A través de esta técnica se revisaron diversas fuentes bibliográficas y estadísticas de entidades internacionales y nacionales, se revisó, analizó y

organizó la literatura existente y los antecedentes de investigación de diversos autores que han estudiado de manera independiente las variables proyecto de vida y violencia juvenil, otorgando los fundamentos teóricos necesarios para sustentar el estudio, elaborar el marco teórico, establecer la relación causa – efecto entre ambas variables, determinar sus dimensiones, indicadores y parámetros para así diseñar epistemológicamente el modelo de proyecto de vida.

Esta investigación se realizó en 4 fases, en la fase reconocimiento de la problemática se partió por reconocer la situación actual del problema violencia juvenil, la cual ha sido enfrentada desde intervenciones secundarias y terciarias, usualmente poco eficaces, por lo que surge la necesidad de proponer alternativas de solución de corte preventivo, que tomen en cuenta los diferentes enfoques y dimensiones de la vida del ser humano. Seguidamente, en la fase del análisis epistemológico se realizó una exhaustiva revisión bibliográfica y documental de cada variable, lo cual permitió establecer la relación existente entre ambas y determinar el modo en que la variable proyecto de vida puede prevenir la aparición de variable violencia juvenil en la población de estudio. Durante la fase de diseño del modelo, partiendo del análisis epistemológico se estructuró y diseño el modelo de proyecto de vida a través de un programa, el cual comprendió el manual para el facilitador o expositor, el marco conceptual y el cuaderno de trabajo para los participantes. Finalmente, en la fase de validación del modelo se sometió al programa a una evaluación y validación por profesionales especialistas en el campo psicológico y educativo, a fin de determinar mejoras que permitan su correcta aprobación y presentación, quedando listo para su ejecución futura.

De acuerdo al Código de Ética del Psicólogo Peruano (2017) se consideraron los siguientes principios: Principio de beneficencia y no maleficencia, ya que, a través del diseño de un modelo de proyecto de vida, se pretende prevenir un problema de salud pública, por lo tanto, se garantiza y fortalece el bienestar físico, psicológico y social de los participantes y de su entorno. Principio de responsabilidad, ya que se actuó con responsabilidad y respeto en cada fase de la investigación. El consentimiento informado, al estar dirigido a una población beneficiaria conformada por estudiantes adolescentes menores de edad, se solicitará dicho consentimiento informado a los participantes y apoderados. Asimismo, el derecho a la confidencialidad, ya que de ser necesario la publicación de esta investigación se protegerá la identidad de los involucrados.

Resultados

La finalidad fue diseñar un modelo de proyecto de vida para prevenir la violencia juvenil en estudiantes del Perú, 2020. Para diseñar dicho modelo, fue necesario realizar un minucioso análisis de los antecedentes de investigación, enfoques y estudios previos que brindaron sólidos fundamentos teóricos para identificar las dimensiones del modelo de proyecto de vida, reconocer la relación existente entre las variables proyecto de vida y violencia juvenil, y facilitar la construcción del modelo a través de un programa de prevención dirigido a estudiantes del nivel secundario, el cual fue multidimensional, integral y dinámico. De esta manera, los resultados obtenidos fueron los siguientes:

Tabla 1

Análisis de los antecedentes relacionados al proyecto de vida como alternativa de prevención de violencia juvenil.

Autor/año	Procedencia	Nº de participantes	Descripción	Resultados
Cornejo (2015)	La Paz, Bolivia.	90 estudiantes de 4°, 5 y 6° de secundaria.	Lograr que los estudiantes elaboren su proyecto de vida basado en valores.	El proyecto de vida basado en valores que integre aspectos cognitivo, afectivo y conductual del individuo es una necesidad educativa que debe ser implementada.
Gualtero (2016)	Tolima, Colombia.	98 estudiantes de 6° a 11° grado, 135 egresados y 11 docentes de la I.E.	Reconocer en el proyecto de vida la estrategia didáctica pertinente, que motive a los estudiantes a continuar sus estudios superiores.	El proyecto de vida fortalece la motivación en los estudiantes a continuar sus estudios superiores.
Cari y Roca (2017)	Arequipa, Perú.	53 adolescentes abandonados en centros INABIF.	Determinar la relación entre la resiliencia y el proyecto de vida.	Existe relación positiva entre la resiliencia y proyecto de vida, y que ayudan a tener esperanza y proyección respecto de lo que anhelan lograr en el futuro.
Huamani y Arias (2018)	Arequipa, Perú.	357 jóvenes entre 18 a 30 años.	Proponer un modelo predictivo para el Bienestar Psicológico en los jóvenes.	Los indicadores del sentido de vida personal: establecimiento de proyectos, planes y metas, es lo que más influye en el bienestar psicológico.
Benique (2018)	Juliana, Perú	33 estudiantes del nivel secundario de una I.E.	Identificar las percepciones en la construcción del proyecto de vida en la tutoría grupal.	Al elaborar su proyecto de vida sus percepciones y expectativas de hacerlo realidad aumentan favorablemente. Asimismo, la implementación de estos espacios permite la toma de decisiones significativas para su presente y proyección futura.
Lebete, Valencia y Álvarez (2018)	Medellín, Colombia.	6 estudiantes y 1 coordinadora de una I.E.	Evidenciar la importancia del Proyecto Educativo Institucional, en la formación del proyecto vital de los jóvenes.	Los proyectos de vida permiten el desarrollo del individuo, la familia, la comunidad, el medioambiente, y la I.E., familia y maestros favorecen la construcción.
Navas (2019)	Guatemala.	4 docentes, 4 autoridades y 52 estudiantes de una I.E.	Identificar áreas de oportunidad para la prevención de la violencia juvenil desde la comunidad educativa.	Las I.I.E.E. representan un área de oportunidad para la implementación de programas de prevención de la violencia.

Fuente: Mego (2020)

Tabla 2

Análisis de los enfoques y estudios teóricos que fundamentan el diseño del proyecto de vida como alternativa de prevención de violencia juvenil.

Autor/año	Concepto	Comentario
Gualtero (2016)	Proyecto de vida.	Herramienta útil para lograr la autorrealización personal, ya que ofrece un sentido, una razón y una motivación para la vida.
Alvarez, Reyes y Hernández (2016)	Proyecto de vida.	Marco de referencia que impulsa o detiene el ritmo en que se está llevando la vida, regula la conducta y dirige a la persona por el camino correcto. La adolescencia es la mejor etapa para edificar un proyecto de vida.
D'Angelo (2000)	Proyecto de vida factor preventivo de violencia.	La presencia de un proyecto de vida durante la adolescencia, reduce los efectos negativos de los factores de riesgo y fomenta el desarrollo de hábitos saludables en la salud integral del individuo.
Correa (2016)	Proyecto de vida: factor protector y preventivo de violencia.	Los adolescentes que no tienen un proyecto de vida planeado, pierden la dirección de su vida y pueden sentir que no tienen nada que perder, conviértelos a involucrarse en conductas de riesgo, por lo que el proyecto de vida se convierte en un factor protector y preventivo. Protector porque ofrece una motivación y un sentido para la vida para asumir con compromiso y responsabilidad el rol protagónico en los diferentes ámbitos de la vida. Y preventivo de conflictos, porque es un recurso generador de conductas saludables y estrategias para afrontar situaciones difíciles y conflictos.
Betancourth, Paz y Obando (2019)	Proyecto de vida frente a la violencia juvenil.	Tener un proyecto de vida con metas y estrategias claras, puede evitar situaciones de riesgo y violencia como: embarazos adolescentes, alcoholismo, drogadicción, suicidio, etc.
Erik Erikson en Lizaso et al. (2017)	Conflictos de la adolescencia.	El conflicto durante la adolescencia es la búsqueda y mantenimiento de la identidad. Cuando el conflicto es resuelto adecuadamente, gana una virtud, caso contrario adquiere una dificultad que se va incrementando a través de los años, en el caso de los adolescentes, la difusión de su identidad, y como consecuencia, la pérdida del sentido de su vida.
Erik Erikson en Lizaso et al. (2017)	Proyecto de vida y el conflicto de la adolescencia.	El proyecto de vida es una herramienta y estrategia eficaz para la solución de conflictos, principalmente en el tránsito de la adolescencia a la juventud.
Galtung (1998) en Calderón (2009)	Violencia como conflicto.	El conflicto como la contradicción o dilema que genera oportunidad o crisis. Oportunidad cuando desencadena una transformación, caso contrario, se agudiza y desencadena meta-conflicto, o también llamado violencia.
Osorio (2012)	Violencia como conflicto.	La violencia es la tramitación inadecuada del conflicto, sobre todo cuando, a través del uso intencional del poder físico, psicológico o verbal, se elimina una necesidad o presunción de alguna de las partes.
Bronfenbrenner en Calle (2011)	Modelo ecológico de la violencia	Para que exista violencia en cualquiera de sus niveles, obligatoriamente interactúan diferentes factores de riesgo de las diferentes dimensiones de la persona.

Fuente: Mego (2020).

Tabla 3

Construcción del modelo de proyecto de vida a través de un programa.

Nº	SESIONES
1	¿Por qué elaborar mi proyecto de vida?
2	¿Cuál es mi realidad?
3	¿Quién soy? parte 1
4	¿Quién soy? parte 2
5	¿Para qué estoy?
6	¿Qué quiero ser?
7	¿Qué valores me identifican?
8	¿Qué quiero lograr?
9	¿Cómo lo voy a lograr? parte 1
10	¿Cómo lo voy a lograr? parte 2
11	¿Cuáles son mis recursos?
12	¿Cuál es mi proyección en el tiempo?
13	Seguimiento a mi proyecto de vida
14	Cuando surgen cambios

Fuente: Mego (2020).

Tabla 4

Validación del modelo de proyecto de vida por juicio de expertos

Nombres Apellidos del juez	Nacionalidad	Grado Académico	Formación académica	Áreas de experiencia profesional
Ingrid Lizbeth Nanfuñay Meoño.	Peruana.	Doctorado.	Licenciada en Magíster en universitaria.	Psicología, docencia Educativa Clínica.
Jazmín Aranzazú Munguía Cortés.	Mexicana.	Doctorado.	Licenciada en Magíster y Doctora en Ciencias de la Salud Pública, docente de pre y posgrado.	Psicología, Investigación y Comunitari
María Guadalupe Valerio Gómez.	Mexicana.	Maestría.	Licenciada en Psicología, Magíster en Ciencias de la Salud en Adolescencia y Juventud, docente universitaria.	Clínica.
Katherine Johana Silva Plasencia	Peruana.	Maestría.	Licenciada en Psicología, Magíster en Psicología Educativa.	Educativa Clínica.

Fuente: Mego (2020)

Discusión y conclusiones

Durante la adolescencia, el individuo experimenta diferentes conflictos, uno de ellos el conflicto existencial. Desde la perspectiva de esta investigación el conflicto existencial surge cuando el individuo busca descubrir su identidad (Erik Erikson en Lizaso et al. 2017) y proyectar su futuro teniendo en cuenta su propia realidad, es decir, busca el sentido de su propia vida. Sin embargo, este conflicto existencial al no ser resuelto adecuadamente desencadena violencia.

La teoría principal que refuerza esta premisa, es la Teoría de Galtung (1998) citada en Calderón (2009) quien menciona que una inadecuada tramitación de los conflictos desencadena en un meta-conflicto o también llamado violencia. Por su parte, Osorio (2012)

concuerda con esta teoría al comentar que la violencia es la tramitación inadecuada del conflicto. Por lo tanto, cuando el conflicto existencial no es resuelto adecuadamente, el adolescente será vulnerable a incidir en cualquier manifestación de violencia, ya sea a nivel personal, social o ambiental.

Al profundizar sobre los conflictos que originan violencia en cualquiera de sus manifestaciones, se encontraron algunas diferencias en ciertos autores: Clemente y González (1996) comentan que el suicidio es la expresión de desmotivación del ser humano ante la vida, como el resultado de un conflicto no resuelto entre el individuo y su existencia y el individuo y su realidad social. Cobo (2014) afirma que la drogadicción, alcoholismo, suicidio y delincuencia, están asociadas al conflicto existencial de perder o no encontrar el sentido de la propia vida. Mientras que Jiménez (2005), menciona que la delincuencia juvenil es una respuesta personal, carente de proyección futura, frente a un vacío existencial, esta respuesta personal, en algunas situaciones, asume mayor relevancia en la vida del individuo y se convierte en una manera de darle sentido a la vida y de lograr el autodesarrollo anhelado.

Sin embargo, todos los autores mencionados en el párrafo anterior, coinciden con la idea que durante la etapa de la adolescencia existe mayor predisposición a experimentar conflictos que podrían originar cualquier manifestación de violencia.

Ante esta problemática, se propone una alternativa de prevención a través de un modelo de proyecto de vida dirigido a adolescentes, la cual surge a partir de la asociación de la violencia juvenil con la pérdida del sentido de vida, y al proyecto de vida como una herramienta eficaz capaz de ofrecer al individuo el sentido de vida anhelado. La propuesta planteada está sustentada en las afirmaciones de Gualtero (2016), Correa (2016) y de Lizaso et al (2017).

Gualtero (2016), por su parte afirma que el proyecto de vida ofrece un sentido y motivación para la vida. Álvarez, Reyes y Hernández (2016) concuerda con el autor al mencionar que tener un proyecto de vida, con metas y objetivos en las diferentes dimensiones de la vida claramente definidos, permite al individuo encontrar el sentido de su vida y tener un marco de referencia en el que desea dirigirla, ya que, al haber claridad en el futuro, el individuo tiende a orientar sus acciones hacia el logro de los objetivos y metas planeados. Correa (2016) percibe al proyecto de vida como un factor protector y preventivo de violencia capaz de orientar al individuo hacia su propio autodesarrollo. Las investigaciones realizadas por D'Angelo (2000) y Betancourth, Paz y Obando (2019) concuerdan con Correa (2016) y mencionan que es un factor protector para los jóvenes, generador de conductas saludables que previenen y reducen las posibilidades de incurrir en situaciones de riesgo que afecten su salud mental. Por su parte, Lizaso et al (2017), menciona que el proyecto de vida es una herramienta y estrategia eficaz para la solución de conflictos, principalmente en el trance de la adolescencia a la juventud. Dicho enunciado, coincide con la afirmación de Álvarez, Reyes y Hernández (2016): "la adolescencia es la mejor etapa para edificar un proyecto de vida".

A partir de la discusión de resultados, se infiere que la existencia de la claridad respecto de lo que uno es (identidad) y desea ser y hacer (proyección futura), ayuda al adolescente a asumir un rol protagónico de su propia vida, la cual cobra mayor sentido y motivación. Por lo tanto, le ayuda a ser más responsable y consciente sobre sus propias acciones y decisiones.

De esta manera, se reafirma que el diseño del modelo de proyecto de vida sirve como una alternativa eficaz de prevención de la violencia juvenil, ya que a partir de la reflexión de ¿quién soy? ¿de dónde vengo? ¿a dónde voy? ¿para qué estoy? ¿qué quiero ser, hacer y lograr en el futuro?, facilita la resolución del conflicto existencial que experimentan los adolescentes, y les permite ser artífices y protagonistas de su realización personal, asumiendo con responsabilidad su existencia y las consecuencias de sus actos, disminuyendo así, el riesgo de desencadenar conductas reactivas, desorientadas, poco saludables y perjudiciales para sí mismos y su entorno.

En esta investigación se logró diseñar un modelo de proyecto de vida como alternativa de prevención de la violencia juvenil, el cual es capaz de ofrecer al individuo un sentido de vida, orientarlo hacia su propia autorrealización, regular su conducta y disminuir factores de riesgo. A través de la revisión de diferentes fuentes bibliográficas y del análisis epistemológico del modelo de proyecto de vida, se concluyó que la violencia juvenil viene asociada a la pérdida del sentido de vida, y el proyecto de vida funciona como una herramienta eficaz capaz de ofrecer al individuo el sentido de vida anhelado.

La construcción del modelo de proyecto de vida se realizó a través de un programa de prevención compuesto por 14 sesiones interdependientes y secuenciales de entre 75 y 90 minutos cada una, con frecuencia de 1 vez por semana. El programa fue construido para ser desarrollado con estudiantes de entre los 14 y 18 años de edad, que de acuerdo a la etapa de vida en la que se encuentran presentan el conflicto de definir e identificar su identidad, proyectarse en el tiempo y encontrar el sentido de sus vidas. La propuesta de esta investigación fue revisada y validada por 4 profesionales nacionales e internacionales, expertas en los campos de la psicología clínica, educativa y social, quienes confirmaron la claridad, coherencia y relevancia de la misma en el campo psicoeducativo. A través del diseño y validación del modelo de proyecto de vida, se confirmó la hipótesis de investigación, y se afirma que esta propuesta sirve como una alternativa de prevención de la violencia juvenil.

Referencias

- Álvarez, F., Reyes, M. y Hernández, C. (2016). Construyendo mi proyecto de vida a tiempo. Jóvenes en la Ciencia. 2(1), 851-855. <http://www.jovenesenlacienca.ugto.mx/index.php/jovenesenlacienca/article/view/1221>
- Ávila, S. (2018). Hay más de 1,700 menores recluidos por robo, violación y homicidio. Peru21. <https://peru21.pe/peru/delincuencia-juvenil-peru-hay-1-700-menores-recluidos-robo-violacion-homicidio-398023-noticia/?ref=p21r>
- Bahamón, M., Alarcón, Y. y Trejos, A. (2019). Manual de intervención: prevención del riesgo suicida en adolescentes, CIPRÉS. Manual Moderno.
- Benique, A. (2018). Construcción de proyecto de vida desde la tutoría grupal en estudiantes de segundo grado de I.E. secundaria Perú BIRF – Juliaca, 2017 [tesis de segunda especiales en Psicología Educativa, Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez]. Repositorio de UANCV. <http://repositorio.uancv.edu.pe/handle/UANCV/2401>
- Betancourth, S., Paz, O. y Obando, M. (2019). Evaluación de un programa de proyecto de vida a través de la controversia. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, (57), 60-72. doi: <https://doi.org/10.35575/rvucn.n57a5>
- Calderón, P. (2009). Teoría de conflictos de Johan Galtung. Revista de paz y conflictos, (2), 60-81. <https://www.redalyc.org/pdf/2050/205016389005.pdf>
- Calle, C. (2011). Prevención de la violencia en adolescentes y jóvenes: intervenciones que funcionan. Psicología.om. 15. <http://psiqu.com/1-6856>
- Cari, V. y Roca, P. (2017). Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes en estado de abandono [tesis para obtener título profesional de licenciadas en psicología, Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa]. Repositorio de UNSA <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/4787>
- Clemente, M. y González, A. (1996). Suicidio: una alternativa social. Editorial Biblioteca Nueva, S. L., Madrid.
- Cobo, D. (2014). El consumo de drogas y el sentido de vida en los alumnos de bachillerato, de la Unidad Educativa Fiscomisional Técnico “Ecuador” cuyas edades oscilan de 16 a 21 años [Tesis para el título profesional de Psicóloga Clínica, Universidad Central de Ecuador].

- Repositorio de la UCE <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/3633/1/T-UCE-0007-124.pdf>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017). Código de ética del psicólogo peruano. https://www.colpsic.org.co/aym_image/files/CodigoEticaPeru.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2008). Youth and social cohesion in Latin America: a model to build. United Nations, Santiago de Chile. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/3639/1/S2008100_es.pdf
- Cornejo, M. (2015). Elaboración de proyecto de vida basado en valores en estudiantes del colegio Amoretti. Scielo, 13, 26-43. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322015000100004
- Correa, A. (2017). Aportes de la psicología humanista existencial a la comprensión de la configuración del proyecto de vida en adolescentes [Artículo como tesis de maestría, Universidad de San Buenaventura Medellín]. Repositorio USB <http://hdl.handle.net/10819/4746>
- D'Angelo Hernández, O. (2000). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Revista Cubana de Psicología, 17(3), 270+. <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf>
- Fred, D. (2003). Conceptos de gestión estratégica (9th ed.). Pearson Education Mexico.
- Gualtero, M. (2016). Importancia Del Proyecto De Vida, Como Eje Motivacional Para El Ingreso A Estudios Superiores, En Los Estudiantes De Los Grados 10° Y 11°, De La Institución Educativa Técnica La Chamba, Del Guamo – Tolima [tesis de maestría, Universidad del Tolima]. Repositorio Institucional UT. <http://repository.ut.edu.co/handle/001/1668>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación (6ta edic.). McGraw-Hill Editores.
- Huamani, J. y Arias, W. (2018). Modelo predictivo del Bienestar Psicológico a partir de la Satisfacción con la Vida en jóvenes de la ciudad de Arequipa (Perú). Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica, 10(2), 1-20. doi: <http://dx.doi.org/10.5872/psiencia/10.2.21>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2018). Perú: Anuario Estadístico de la Criminalidad y Seguridad Ciudadana 2011-2017. Lima, Perú. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1534/libro.pdf
- Jiménez, R. (2005). La delincuencia juvenil: fenómeno de la sociedad actual. Papeles de Población. 11 (43), 215-261. <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v11n43/v11n43a9.pdf>
- Lebete, K. Valencia, F. y Álvarez, L. (2018). El sentido y significado del proyecto de vida en el PEI de la Institución Educativa República de Uruguay [Trabajo de Grado Especialización en Gerencia Educativa y Docencia Universitaria, Universidad de San Buenaventura Colombia]. Repositorio institucional USB. <http://hdl.handle.net/10819/5781>
- Lizaso, I., Acha, J., Reizabal, L. y García A. (2017). Desarrollo biológico y cognitivo en el ciclo vital. Ediciones Pirámide.
- Marín, P. (2016). Violencia juvenil y políticas de seguridad. El Peruano. Recuperado de <http://www.elperuano.pe/noticia-violencia-juvenil-y-politicas-seguridad-40675.aspx>
- Maslow, A. (1970). Motivation and personality (2nd Ed). New York: Harper & Row.
- Navas, M. (2019). Factores De Prevención De La Violencia Juvenil [tesis de maestría, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio USAC. <http://www.repository.usac.edu.gt/13087/>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) y Organización Panamericana de la Salud. (2015). Youth Violence: Role of the health sector in prevention and response.

- https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/youth/Preventing_youth_violence_infographic_ES.pdf?ua=1
- Osorio, S. (2012). Conflict, violence and peace: a scientific, philosophical and bioethical approach. *Revista latinoamericana de Bioética*, 12(2), 052-069. <https://www.redalyc.org/pdf/1270/127025833006.pdf>
- Remuzgo, S. (2018). El proyecto de vida en el desarrollo de una sexualidad humana saludable para adolescentes de instituciones educativas del Perú [tesis de grado de Bachiller en Educación, Universidad Católica San José]. Repositorio de FTPCL <http://repositorio.ftpcl.edu.pe/handle/FTPCL/632>
- Salinas, P. (2012). Metodología de la investigación científica. Mérida-Venezuela: Universidad de Los Andes. https://www.academia.edu/34056515/Metodologia_investigacion
- Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Universidad Ricardo Palma, Perú.
- Suárez, A., Alarcón, Y. y Reyes, L. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. 37(5), 387-393.