

Proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar)

Angie Katerinne González Pérez

Jose Andrés López Cabana

Asesora

Diana Paola Mahecha Duarte

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela De Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – ECSAH

Psicología

2024

Resumen

El consumo excesivo de alcohol es un problema de salud pública que afecta especialmente a los jóvenes. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2016, el consumo de alcohol provocó más de 3 millones de muertes. El objetivo de este proyecto es generar un proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander del municipio de Agustín Codazzi (Cesar). La falta de autoestima, los problemas familiares y la ausencia de interés en el proyecto de vida pueden contribuir al consumo de alcohol.

La adolescencia es una etapa vulnerable para el consumo de alcohol, que puede alterar el desarrollo cerebral y la salud mental, la investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo, utilizando el paradigma experimental en ciencias sociales. Se utilizó un diseño pre-experimental con un grupo de intervención, manipulando una variable independiente y midiendo el cambio en la variable dependiente.

El estudio reveló que la edad juega un factor fundamental en la inteligencia emocional, que los hombres regulan mejor las emociones que las mujeres y que los estudiantes reconocen los riesgos del alcohol su impacto en la salud física y mental. El desarrollo de habilidades emocionales y sociales es clave para prevenir el consumo de alcohol, tener metas u objetivos personales y académicos es fundamental y, además el proyecto de vida es una herramienta efectiva para prevenir el consumo de alcohol. Siendo este el que actúa en la vida como un factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado.

Los estudiantes desarrollan habilidades emocionales y sociales, reconocen los riesgos del alcohol, establecen metas y objetivos personales, académicos. Esta herramienta puede ser efectiva para reducir el consumo de alcohol y mejorar la calidad de vida de los jóvenes.

Palabras Claves: Proyecto de vida, adolescencia, alcohol, inteligencia emocional, habilidades, factor protector y de riesgo.

Abstract

Excessive alcohol consumption is a public health problem that especially affects young people. According to the World Health Organization (WHO), in 2016, alcohol consumption caused more than 3 million deaths. The objective of this project is to generate a life project as a protective factor against alcohol consumption in eighth grade students of the Francisco de Paula Santander Educational Institution in the municipality of Agustín Codazzi (Cesar). Lack of self-esteem, family problems and lack of interest in the life project can contribute to alcohol consumption.

Adolescence is a vulnerable stage for alcohol consumption, which can alter brain development and mental health. The research was framed in a quantitative approach, using the experimental paradigm in social sciences. A pre-experimental design was used with an intervention group, manipulating an independent variable and measuring the change in the dependent variable.

The study revealed that age plays a fundamental factor in emotional intelligence, that men regulate emotions better than women, and that students recognize the risks of alcohol and its impact on physical and mental health. The development of emotional and social skills is key to preventing alcohol consumption, having personal and academic goals or objectives is essential, and, in addition, the life project is an effective tool to prevent alcohol consumption. This is what acts in life as a protective factor against alcohol consumption in eighth grade students.

Students develop emotional and social skills, recognize the risks of alcohol, establish personal and academic goals and objectives. This tool can be effective in reducing alcohol consumption and improving the quality of life of young people.

Keywords: Life project, adolescence, alcohol, emotional intelligence, skills, protective and risk factor.

Tabla de Contenido

| | |
|------------------------------------|----|
| Introducción | 11 |
| Planteamiento Problema | 13 |
| Pregunta de Investigación | 16 |
| Justificación | 17 |
| Objetivos | 19 |
| Objetivo General | 19 |
| Objetivos Específicos | 19 |
| Antecedentes Referenciales | 20 |
| Antecedentes Internacionales | 20 |
| Antecedentes Nacionales | 22 |
| Antecedentes Regionales | 25 |
| Antecedentes Locales | 27 |
| Marco Teórico | 30 |
| Metodología | 40 |
| Procedimiento | 41 |
| Primera Fase | 41 |
| Preguntas de entrevista. | 41 |
| Segunda Fase | 43 |
| Tercera Fase | 44 |
| Plan de Actividades. | 44 |
| Cuarta Fase | 48 |
| Población y muestra | 48 |

| | |
|---|----|
| Población..... | 48 |
| Muestra..... | 48 |
| Cronograma..... | 49 |
| Resultados..... | 50 |
| Análisis Pre-Prueba del TMMS-24..... | 52 |
| Actividad 1 - Taller si el Alcohol Espera mi Corazón no se Altere y mi Vida Prospera..... | 58 |
| Actividad 2 - Ahora Siento | 59 |
| Actividad 3 – Que Ocurre en mi | 59 |
| Actividad 4- Taller: la Ruta de mi Futuro es Importante | 60 |
| Actividad 5 – Inventario de la Vida | 60 |
| Actividad 6 - Árbol de la Vida..... | 61 |
| Evaluación de Emociones Post del TMMS-24 | 64 |
| Discusión..... | 69 |
| Conclusiones..... | 75 |
| Recomendaciones | 79 |
| Referencias Bibliográficas | 80 |
| Apéndices..... | 86 |

Lista de Tablas

Tabla 1 *Escala de Medición del (TMMS-24)*. 43

Tabla 2 *Estrategias para Desarrollar un Proyecto de Vida*. 45

Lista de Figuras

| | |
|---|----|
| Figura 1 <i>Cronograma de Actividades</i> | 49 |
| Figura 2 <i>Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Atención Emocional en Mujeres.</i> | 52 |
| Figura 3 <i>Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Atención Emocional en Hombres.</i> | 53 |
| Figura 4 <i>Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Claridad Emocional en Mujeres</i> | 54 |
| Figura 5 <i>Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Claridad Emocional en Hombres</i> | 55 |
| Figura 6 <i>Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Reparación Emocional en Mujeres</i> ... | 56 |
| Figura 7 <i>Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Reparación Emocional en Hombres.</i> | 57 |
| Figura 8 <i>Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Claridad Emocional en Mujeres.</i> | 64 |
| Figura 9 <i>Análisis de los Resultados de la Post-prueba de Atención Emocional en Hombres.</i> | 65 |
| Figura 10 <i>Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Claridad Emocional en Mujeres.</i> | 65 |
| Figura 11 <i>Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Claridad Emocional en Hombres.</i> .. | 66 |
| Figura 12 <i>Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Reparación Emocional en Mujeres</i> | 66 |
| Figura 13 <i>Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Reparación Emocional en Hombre</i> | 67 |

Lista de Apéndices

| | |
|---|----|
| Apéndice A <i>Permiso por Parte del Rector de la Institución</i> | 86 |
| Apéndice B <i>Consentimiento Informado</i> | 87 |
| Apéndice C <i>Validación del Instrumento Utilizado</i> | 88 |
| Apéndice D <i>Aplicación del Instrumento</i> | 89 |
| Apéndice E <i>Aplicación del Pretest y Post TMMS-24</i> | 90 |

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el consumo excesivo de alcohol causó más de 3 millones de muertes en 2016, representando el 5% de la carga mundial de morbilidad. La mayoría de estas muertes (75%) afectaron a hombres. El Informe Mundial de Situación sobre Alcohol y Salud 2018 de la OMS revela que 27% de los jóvenes de 15-19 años consumen alcohol y los continentes con la tasa más alta de consumo en adolescentes son Europa, las Américas y el Pacífico Occidental. El consumo de alcohol comienza antes de los 15 años en muchos países, con pocas diferencias entre niños y niñas. Estos datos resaltan la necesidad de abordar el consumo nocivo de alcohol, especialmente entre los jóvenes, para reducir su impacto en la salud pública.

Además, según la Organización Mundial de la Salud (2018), el consumo nocivo de bebidas alcohólicas es uno de los principales factores de riesgo para la salud de la población en todo el mundo tiene una repercusión directa sobre muchas de las metas relacionadas con la salud de los objetivos de desarrollo sostenible (ODS). El proyecto de vida puede ser una parte importante de esta respuesta, ya que puede ayudar a las personas a desarrollar habilidades para manejar el estrés y las emociones, y a mejorar su autoestima y confianza. El proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol es un tema relevante en la prevención y tratamiento de los trastornos relacionados con el alcohol. Según Seligman (2011), “un proyecto de vida es esencial para la salud mental y el bienestar”. Los resultados de este estudio sugieren que un proyecto de vida puede ser una herramienta efectiva para reducir el consumo de alcohol y mejorar la calidad de vida.

Según Covey (2012) el desarrollo de un proyecto de vida permite a los individuos transformar sus hábitos, destacando la importancia del Autocontrol, auto concepto, disciplina,

sentido de responsabilidad y autonomía. De igual forma, García-Yepes (2017) sostiene que, al asumir responsabilidades adultas, algunos adolescentes desarrollan mayor compromiso y autoconfianza. Al actuar con autonomía en la construcción de su proyecto de vida les permite visualizarse con un futuro prometedor también establecer y alcanzar metas personales. En resumen, ambos autores resaltan la importancia del proyecto de vida en la formación de hábitos y actitudes positivas que favorecen el crecimiento personal y el éxito en la vida.

El objetivo de este proyecto, fue implementar el proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol a estudiantes del grado octavo de la escuela pública Francisco de Paula Santander, de Agustín Codazzi, César fortaleciendo la autoestima y la confianza a través de un proyecto de vida bien definido para mejorar la percepción de sí mismo y la capacidad de manejar desafíos, disminuyendo la capacidad de consumir alcohol para sentirse bien consigo mismo y su entorno.

Planteamiento Problema

Según la organización mundial de la salud (OMS 2024) la adolescencia es un período de la vida que produce cambios cognitivos, físicos, sociales y emocionales. Esta se comprende que va desde los 10 a los 19 años la cual está dividida en dos etapas; adolescencia temprana de 12 a 14 años, y adolescencia tardía de 15 a 19 años. La adolescencia es la etapa de la vida en la que ocurren importantes cambios físicos, cognitivos, sociales y emocionales. La Organización Panamericana de la salud OPS 2023 refiere que la salud mental se vio afectada durante y posterior a la pandemia. “mayores aumentos de la prevalencia de los trastornos se registraron en los países más afectados por la pandemia, prevalencia de trastornos en las mujeres que, en los hombres, probablemente porque las mujeres tenían más probabilidades de sufrir las consecuencias sociales y económicas y en los grupos etarios más jóvenes que en los mayores, lo que podría reflejar el profundo impacto del cierre de las escuelas y de las restricciones sociales en la salud mental de la población joven. (p.44)

El consumo de alcohol en esta etapa puede alterar el crecimiento vital saludable, llevar a comportamientos poco saludables y aumentar el riesgo de sufrir trastornos relacionados con el alcohol en la edad adulta. Según la Organización Mundial de la Salud (2018) el consumo de alcohol en la adolescencia puede afectar negativamente el desarrollo cerebral y la salud mental el bienestar general. También la OPS (2022) en su estudio que, en el 2016, alrededor del 38% de la población de entre 15 y 19 años había bebido alcohol durante el año y el 18,5% había tenido episodios de consumo excesivo. Así mismo la OPS (2022) 14 de los países de América Latina y el Caribe, la mayoría de los adolescentes había consumido se primera bebida alcohólicas antes de los 12 años. en general la población joven obtenía acceso a las bebidas en el hogar o facilitadas por familiares.

UNICEF (2021) señala que la adolescencia es una etapa necesaria e importante en la transición a la edad adulta. Pero esencialmente es una etapa valiosa y rica por derecho propio, que ofrece infinitas posibilidades para aprender y desarrollar fortalezas. Este es un período de desafío, cambio y preocupación para ellos, pero también para sus padres y adultos cercanos.

A través de un estudio Willhelm (2024) demostró que los acosadores adolescentes reportaron niveles altos en ira e impulsividad a comparación con el resto del grupo este estudio se realizó con el objetivo comparar la impulsividad, la agresión y el consumo de alcohol y drogas en 115 adolescentes de 14 a 17 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Uso de Sustancias, la Escala de Impulsividad para Adolescentes de Barratt y la Escala de Expresión Estado-Rasgo. Aunque no hubo diferencias entre los grupos en el experimento de bebida, aquellos que bebieron tuvieron puntuaciones más altas en impulsividad y agresión.

La investigación indicó que los adolescentes que tuvieron la experiencia con las sustancias psicoactivas obtuvieron un puntaje alto en impulsividad. Las personas que realizaban ejercicio extenuante mostraron niveles más bajos de ira que los arrestados por delincuencia juvenil. Los resultados sugieren que la agresión y la impulsividad pueden ser factores de riesgo en los jóvenes y aumentar la incidencia de conductas violentas y consumo de drogas.

Por otra parte, una investigación realizada por faler (2024) relacionada con los factores sociodemográficos y sistemas familiares donde se llegó a la conclusión que se debe prestar más atención a las relaciones familiares relacionadas con el tabaquismo y el consumo de alcohol, dado que el consumo de estas sustancias está asociado al embarazo adolescente. El propósito de este estudio fue examinar la asociación entre factores demográficos, características psicosociales familiares, consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, y vergüenza en la adolescencia. Variables demográficas, psicosociales, familiares y de estilo de vida.

En la anterior investigación se evidencio que los que no convivían con sus padres presentan bajos niveles de integración económica los cuales están en las edades de 10 a 14 años el 95% afirmo que tener experiencia como padre, tener hermanos mayores de 20 años, intentar fumar y llegar a casa borracho) se asocian con vergüenza en la adolescencia. Dado que fumar y beber se asocian con vergüenza en la adolescencia, se debe prestar mayor atención a las relaciones familiares en relación con fumar y beber.

Jaramillo et al. (2019) en Medellín, realizó proyecto titulado promoción y prevención integral para el uso y consumo de sustancias psicoactivas que tuvo como objetivo diseñar estrategias para la prevención del uso de sustancias psicoactivas mediante el proyecto (PIUCSPA) fortaleciendo las competencias ciudadanas en la comunidad educativa la población participante constituida por el 10% de los estudiantes se utilizaron técnicas de tipo cualitativo dichas técnicas permitieron la recoger información y generar reflexión sobre el tema de las drogas demostrando que la mayoría de los estudiantes consumen alcohol y cigarrillo porque son percibidas con menor riesgo que las otras sustancias, algunos estudiantes no las consideran sustancias psicoactivas por ser legal el mayor consumo se identificaron en los grados superiores de octavo a once.

En la institución educativa francisco de paula Santander donde se dialogó que los estudiantes presentan carencia en la atención emocional, problemas relacionados con su entorno familiar y que en muchos de ellos se evidencia la falta de interés sobre su proyecto de vida, metas a corto y mediano plazo así como también la importancia de imaginar que podría realizar en un futuro cuando salgan de sus estudios de bachillerato también un alto consumo de bebidas alcohólicas donde lo justifican por tener problemas personales y baja autoestima, el orientador escolar en entrevista personal refiere que se percibe en las reuniones de padres de familia poca

asistencia por parte de ellos. Refiere los maestros que brindan clases en las aulas que los jóvenes hablan con mucha franqueza y familiaridad del consumo de alcohol, indican que hacen referencia que en los hogares este se consume con frecuencia.

Pregunta de Investigación

¿Cómo un proyecto de vida se constituye como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar)?

Justificación

Teniendo en cuenta que la mayoría de los estudiantes pasan más tiempo realizando actividades que procrastinan sus deberes como estudiante también muestran desinterés o desconocen la importancia de realizar procesos de autoconocimiento desperdiciando la oportunidad de encontrar nuevas motivaciones y conocer todas las habilidades que poseen. A través de un proyecto de vida les permitirá planificar su vida de la forma que desean. Para ello es necesario e importante desarrollar un autoconocimiento de habilidades, limitaciones, gustos y deseos que permitirán a los estudiantes crear metas y aspiraciones personales, familiares y sociales esto contribuirá en la construcción de valores como factor fundamental en la búsqueda de la unión colectiva y como factor protector del consumo de alcohol. Es importante la integración familiar, no sólo trabajar con los estudiantes, la familia también es importante, el grupo de profesorado de la institución juega un papel fundamental en la formación de los jóvenes.

De acuerdo con (Vázquez y Díaz, 2019), el proyecto de vida debe construirse en un ambiente propicio, donde se promueva un proceso de reconocimiento de los recursos propios y los del entorno, donde se identifiquen potencialidades. No obstante, para que dicho proceso sea exitoso y logre alcanzar el objetivo propuesto, se requiere de un trabajo interdisciplinar con apoyo de diferentes estamentos, y que sea evaluado periódicamente. Es decir, se necesita que los jóvenes tengan los medios que los ayuden a identificar sus potencialidades, y a explotarlas al máximo, en beneficio de su crecimiento personal.

Reconocer y potenciar los factores protectores, proporcionar directrices a los estudiantes, familias y profesores de las instituciones, y la base básica de estrategias para reducir los factores de riesgo del consumo de alcohol, convirtiendo la institución en centros de aprendizaje y

formación adecuados para quienes tienen mayores necesidades, habilidades intelectuales jóvenes con conocimientos y buena base moral. La propuesta es importante para la institución porque al realizar la investigación esta permite mitigar el impacto del consumo de alcohol y reconocer principalmente, sus causas, consecuencias y los factores protectores; a su vez la investigación permitirá a los docentes de la institución tener información más detallada sobre el consumo de alcohol y como identificar si los jóvenes están consumiendo alguna bebida alcohólica.

También ayudara a los estudiantes a reconocer que es un proyecto de vida y su importancia brindando una orientación y guía para que descubran sus habilidades permitiendo a los adolescentes proyectar su vida hacia el destino que deseen para ellos es necesario el autoconocimiento de sus fortalezas y limitaciones, gustos y sus necesidades que les permita elaborar metas y aspiraciones realistas y alcanzar una mayor satisfacción personal, social y familiar.

Objetivos

Objetivo General

Generar un proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar).

Objetivos Específicos

Conocer las características socioemocionales de los estudiantes de octavo grado de la Institución.

Fomentar herramientas para la vida a los estudiantes frente al consumo de alcohol.

Reconocer la eficacia del proyecto de vida en los estudiantes de octavo de la Institución Educativa.

Antecedentes Referenciales

Para darle sustento teórico al presente trabajo de investigación, se tuvo en cuenta algunos lineamientos como antecedentes internacionales, nacionales, regionales y locales, conceptos que influye el proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar).

Antecedentes Internacionales

En este apartado se describen los antecedentes referenciales que hacen parte del propósito del estudio, en el, que se identifican autores a nivel internacional que aportan a la presente investigación.

Ferreiro et al. (2020) en aguas frías, Ecuador realizo un proyecto titulado Intervención educativa para la prevención del alcoholismo en adolescentes en colegio ecuatoriano, cuyo objetivo determinar el consumo de alcohol en adolescentes del colegio Manuel Daza del Cantón Bolívar Junín Y al identificar la relación con el funcionamiento familiar, diseñamos estrategias educativas de prevención para promover la salud. En el patrón de consumo de alcohol es del 76,9% en los hombres y el 25,5% en las mujeres y el 73,1% tenían un nivel de conocimiento inadecuado el cual cambio después de aplicar el proyecto a un 95,1%.la aplicación es este logro elevar el nivel conocimiento sobre el riesgo por lo que demostró la efectividad del programa educativo.

Por otra parte, Caperos et al. (2020) con su proyecto titulado consumo de alcohol en adolescentes, el papel predictor de los motivos de consumo que tuvo como objetivo analizar los motivos de consumo de alcohol en menores y sus diferencias según el género a través de del cuestionario diseñado ad hoc donde se evaluaron las variables del consumo problemático que

identificaba las cuatro categorías de motivos de cooper lo cual los resultados mostraron que no hubo diferencia de género en el consumo los menores que abusaban del alcohol informaron de más presencias de reforzadores de todo tipo, siendo el consumo una fuente importante de reforzamiento intrínseco. Este estudio sugiere que no sería de interés centrar la prevención en las consecuencias negativas del consumo, sino en el entrenamiento de las habilidades concretas.

Al igual que Ocaña et al. (2020) con su artículo de investigación cuales son las actitudes hacia el consumo de alcohol en adolescentes chiapanecos cuyo objetivo fue identificar las actitudes que llevan al consumo de alcohol Este estudio utilizó una muestra no aleatoria de 1.646 estudiantes de tercer año de secundaria. La distribución por género fue 48,2% hombres y 52,8% mujeres, y el rango de edad estuvo entre 11 y 20 años. El instrumento utilizado para recoger los pensamientos y actitudes de los jóvenes sobre el alcohol (ACTICOL-92) (Pons y Berjano, 1999).

Este instrumento se le aplico a estudiantes de secundaria encontró que los jóvenes mayores y con mayor educación tenían más probabilidades de ser adictos al alcohol y sus efectos, el grupo de secundaria obtuvo puntuaciones en las subescalas de afecto negativo y actitudes de evitación, que indican actitudes que se centran en los peligros del consumo de alcohol y la percepción de que puede provocar problemas de consumo de alcohol. Puede ser controlado o temporal, es bueno evitar la realidad y los problemas, que son más visibles en la adolescencia.

En México Jara y Echeverría (2020) realizaron una investigación titulada Proyecto de vida y autoconcepto: una intervención en adolescentes institucionalizados de Yucatán- México. El objetivo de este trabajo fue describir una intervención para fortalecer el autoconcepto y facilitar la construcción de un proyecto de vida en adolescentes ello para favorecer una toma de decisiones autónoma. Algunos de los jóvenes exploraron algunas posibilidades para alcanzar sus

objetivos los jóvenes que lo hicieron lograron proponerse metas conformes a lo que se trabajó en los proyectos de vida para conseguir sus metas a corto, mediano y largo plazo.

Guerra (2019) en su proyecto titulado factores psicosociales de riesgo por el consumo de alcohol en adolescentes escolarizados de Coclé (panamá), cuyo objetivo es identificar los factores individuales, familiares e intrafamiliares asociados al consumo de alcohol utilizando una metodología cuantitativa en estudiantes que se encontró una mayor proporción de consumo de alcohol desde temprana edad de 15 a 16 años el presente estudio encontró que una de las variables que mejor discriminó a los adolescentes de ambos sexos con conductas de riesgo de aquéllos sin ellas, fue la percepción de consumo de alcohol en el grupo de pares. El hallazgo del grupo de amigos como factor de riesgo para las distintas conductas de riesgo estudiadas.

Antecedentes Nacionales

En este apartado se describen los antecedentes referenciales que hacen parte del propósito del estudio, en el, se identifican autores a nivel nacional aportan a la presente investigación.

Acevedo, Buitrago, Luna y Silva (2023). en su proyecto de investigación titulado, estrategias para la prevención del consumo de alcohol y tabaco dirigidas a una comunidad educativa de una universidad de Cúcuta tiene el objetivo de establecer las estrategias para la prevención del consumo de alcohol y tabaco dirigidas a una comunidad educativa. Donde realizó un estudio de tipo descriptivo de corte transversal a un total de 621 estudiantes, 92 estudiantes y 65 administrativos mayores de 18 años.

En los resultados se observar que, en los dos primeros estudios, se encuentran similitudes en cuanto al consumo de tabaco y alcohol, el porcentaje de los estudiantes, docentes y administrativos que no consumieron cigarrillo equivale a un 95%, 100% y 97% respectivamente, Así mismo, con relación al consumo de alcohol se pudo observar que durante los últimos 30 días

previos a la ejecución de la encuesta el 38% de los estudiantes, el 49% de los docentes y el 49% de los administrativos no tomaron bebidas alcohólicas. analizando que en el presente estudio se encuentra una disminución mínima hacia el consumo de estas sustancias con respecto a los estudiantes.

También Cerquera et al (2022), en su tesis titulada Formulación de una estrategia para disminuir el riesgo de consumo de alcohol en los niños y niñas que conforman el equipo de rugby del Corregimiento el Pedral, Santander, como aporte a su plan de vida propuso formular una estrategia para disminuir el riesgo de consumo a través del proyecto de vida. Por medio de una investigación cualitativa, tipo acción participativa se analizó y comprendió la experiencia de los niños.

Teniendo en cuenta las acciones realizadas se pudo observar que el deporte permite tener aportes positivos en las comunidades, con el trabajo realizado en la ciudad de Barrancabermeja se tuvo la oportunidad de tener un encuentro deportivo donde el grupo de rugby del corregimiento el Pedral, Santander compartió con otros niños que se encuentran en situaciones vulnerables y compartir experiencias enriquecedoras de esta manera que van a lograr reflexionar sus metas y objetivos al elaborar el proyecto de vida les ayudara a tomar las mejores decisiones.

Gómez Restrepo, C. M. (2021). En su investigación fortalecimiento del proyecto de vida y valores a través de Edmodo como estrategia de desarrollo personal y toma de decisiones con estudiantes de secundaria, cuyo objetivo fue aplicar estrategias de fortalecimiento del proyecto de vida y valores en estudiantes de grado noveno mediante el uso de EDMODO para mejorar su capacidad de desarrollo personal y toma de decisiones, en la Institución Educativa Finca La Mesa de Medellín (Antioquia). Con una población mixta de 200 estudiantes con edades entre 14 y 18 años desde un enfoque mixto.

Los resultados más evidentes es la forma como los estudiantes aplican los valores al desarrollo personal (o dimensión conductual), donde el 100 % de los estudiantes que realizaron las actividades evidencian un incremento de competencias para solucionar conflictos, con un incremento del 67.7 % de estudiantes con respecto a la fase diagnóstica; ese resultado implica que los estudiantes aplican el valor del respeto, la tolerancia, la comprensión y la empatía en sus relaciones interpersonales, en la solución de los casos propuestos en las actividades.

Entre otros aportes tenemos los de Muñoz Silva, M. (2020). En su proyecto titulado construcción de un proyecto de vida para los estudiantes del grado undécimo la Institución Educativa de Cerinza (Boyacá) cuyo objetivo es desarrollar habilidades para la vida en estudiantes con la construcción de un proyecto de vida y la herramienta tecnológica Google Classroom cuya muestra poblacional la representan 17 estudiantes, 6 mujeres y 11 hombres a través del enfoque cualitativo. los estudiantes si creen que se pueden disminuir los factores de riesgo con el desarrollo de las habilidades para la vida frente a la prevención del consumo de alcohol ya que el desarrollo de estas habilidades está estrechamente relacionado a una pedagogía de aprendizaje activo, por medio de métodos de enseñanza participativos comprometiendo en forma activa a los jóvenes en su proceso de desarrollo.

Se comprueba la hipótesis ya que según los resultados si es probable que los estudiantes de grado undécimo, que construyan y apliquen para sí, un proyecto de vida, desarrollen habilidades para la vida con factores protectores logrando disminuir los factores de riesgo a los que están expuestos y puedan mejorar su calidad de vida, lo que quiere decir que se da validez a los resultados presentados, entonces, podemos concluir que el proceso educativo y la respuesta al aprendizaje con los resultados arrojados se deben en gran medida a la utilización de las herramientas tecnológicas utilizadas.

Aunque González et al. (2020) en su trabajo de grado titulado relación entre las características sociodemográficas y los estilos de vida en estudiantes en una institución de educación media de Cúcuta que con una metodología de tipo mixto (cuantitativo cualitativo). Cuya población fue de 60 personas, a las cuales se les aplicó el cuestionario fantástico, formulado por el Dr. Douglas Wilson y la Dra. Donna Ciliska en 1984. De esta manera se puede concluir que gran parte de la población del estudio no tiene buenos hábitos saludables, presentan inactividad física, alimentación poco sana y mal manejo del estrés, siendo estas causales de factores de riesgo para el sobrepeso, la obesidad y la hipertensión.

En los resultados del estudio de la referencia citada, con respecto al consumo de alcohol, reportaron que el 17% de los estudiantes nunca han tomado alcohol, similar al estudio relacionado, puesto que 11,8% de los estudiantes nunca han consumido bebidas alcohólicas, lo cual representa que una gran mayoría de jóvenes están consumiendo alcohol, hecho que puede representar un riesgo en la salud.

Antecedentes Regionales

A Nivel regional se encontró una investigación realizada por Medrano Génesis (2024) titulada construyendo sueños: fortaleciendo proyectos de vida integrando dimensiones académicas, sociales y emocionales para la transición a la educación superior de los estudiantes de grado 11 de la Institución Educativa Clemente Manuel Zabala en Cartagena. El estudio tiene como propósito principal desarrollar una secuencia didáctica para orientar a los estudiantes de grado 11 hacia la planificación de proyectos de vida este estudio fue de tipo cualitativo. Los resultados obtenidos mostraron avances significativos en la promoción del autoconocimiento y la planificación de proyectos de vida, a pesar de las dificultades encontradas durante la

implementación. Se identificaron áreas de mejora en cuanto a la disponibilidad de recursos tecnológicos y la adaptabilidad de las estrategias educativas.

Betancourt y Copete (2023) aportan con su estudio titulado *Influencia de las representaciones sociales en la definición del proyecto de vida en estudiantes de media vocacional de una institución pública* comprender cómo influyen las representaciones sociales de la familia, comunidad (sociedad y escuela) y pares en la definición del proyecto de vida en estudiantes de media vocacional de la institución educativa en la ciudad de Valledupar este estudio fue de tipo mixto descriptivo cuanti-cualitativo. La población fue de 112 estudiantes. En la revisión de la literatura surgieron categorías preexistentes consideradas importantes al momento de definir por parte del adolescente su proyecto de vida, las cuales fueron: Aspecto financiero, Relación familiar, motivacional, referentes sociales, formación educativa y profesional. Así mismo, surgen las categorías relacionadas con tradición y cultura familiar.

Ampoli (2020) titulado *Contextos de consumo de alcohol en adolescentes de la localidad de Pasco, Córdoba* tuvo como objetivo describir los contextos de consumo de alcohol en adolescentes en una localidad del interior de la provincia de Córdoba. Para ello, se utilizó un diseño descriptivo y transversal. Se encuestó a adolescentes de entre 12 y 19 años (N=157) Los resultados hallados dan cuenta del elevado porcentaje de adolescentes menores de 15 años que ha consumido alcohol y con un patrón de consumo problemático o de tipo binge (es un patrón de consumo que implica tomar una cantidad elevada de alcohol).

Se evidenció una correlación inversa entre la edad de inicio de consumo de alcohol y los contextos parentales que de algún modo autorizan dicha conducta, y los contextos de aceptación entre pares, de los cuales se puede inferir que mientras más se retrase el inicio de consumo de

alcohol, menor será el consumo en dichos contextos. Un contexto parental permisivo y la interacción social entre pares sugieren una influencia en el consumo de alcohol en adolescentes.

Antecedentes Locales

A continuación, se dan a conocer los antecedentes locales relacionados con el consumo de alcohol e investigaciones cuya temática se asocian al proyecto de vida.

Corzo Carrillo (2021) con su trabajo de grado proyecto de vida basado en valores para los estudiantes del grado undécimo de la institución educativa técnica la esperanza de la ciudad de Valledupar con el objetivo de describir los conceptos previos que tiene los estudiantes de undécimo este proyecto se realizó con una metodología cualitativa con una muestra de 63 estudiantes el proceso de la implementación del proyecto, se logró reconocer en primera instancia la falta de conocimiento frente al proyecto de vida y acercamientos con las carreras universitarias. Conforme se desarrollaban las actividades los adolescentes comenzaron a expresar y reconocer sus habilidades, fortalezas, conocimientos y capacidades relacionadas con valores honestidad, solidaridad y respeto.

Reyes y Ardon (2019), quienes presentaron su tesis de grado para optar al título de Magister en educación, ante la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales universidad Área Andina, El cual tiene como objetivo desarrollar una estrategia pedagógica para fortalecer la visión de futuro y el proyecto de vida de los y las estudiantes del grado once de la Institución Educativa La Loma, municipio de la Paz esta investigación desarrolló con un enfoque cualitativo, llevada a cabo bajo el método inductivo, y tipo investigación-acción, que contó con una muestra conformada por los 13 estudiantes de grado once, cuyas edades oscilan entre los 15 y 16 años.

Los resultados obtenidos fueron al explorar la visión de futuro de los estudiantes y examinar cómo la influencia de factores familiares y sociales afecta la construcción de su proyecto social, se identificaron patrones, perspectivas y detalles que esclarecen la relación entre la visión de futuro y los contextos familiares y sociales. Para comenzar, el análisis revela que la mayoría de los estudiantes (8 de 13) tienen una visión de futuro centrada en la obtención de empleo y la independencia financiera, ya que las respuestas proporcionadas se caracterizan por una perspectiva pragmática y orientada a la realidad, con énfasis en "trabajar o "ganar dinero, tendencia que evidencia una falta de exploración de opciones profesionales más allá de la esfera laboral y económica.

Al igual que Martínez Medina (2019) con su proyecto de grado en la institución educativa Alfonso López Valledupar titulado auto concepto asociado al rendimiento académico en estudiantes con el objetivo de describir las dimensiones de auto concepto presente en los estudiantes y establecer la relación con el rendimiento académico este estudio tiene un enfoque cuantitativo y su población estuvo constituida por los estudiantes de noveno a undécimo un total de 225 estudiantes los resultados obtenidos afirma que el autoconcepto familiar influye en el mismo autoconcepto social como un patrón que influye en la formación de los adolescentes.

Los resultados al realizar la prueba kolmogorov(kolmogorov-smirnov,1930) esta es una prueba no paramétrica que determina la bondad de ajuste en dicha aplicación la distribución de datos de las 5 dimensiones de autoconcepto (académico, social, emocional, familiar y físico) la dimensión con mayor numero correlación fue la de autoconcepto académico todos los niveles de correlación significativo de las demás dimensiones fueron bajas.

Como sustento teórico se tuvieron en cuenta unos antecedentes a nivel internacional, nacional, regional y local que hacen parte del propósito del estudio donde Ferreiro et al. (2020)

en su proyecto donde realizo una prevención del alcoholismo en adolescentes de 14 y 19 años de un colegio ecuatoriano donde en el análisis realizado en base a los resultados se demostró que los padres y familiares eran el principal factor de riesgo debido a su consumo frecuente de bebidas alcohólicas a causa de esto el 59,7% de los jóvenes fueron consumidores de alcohol con regularidad a temprana edad convirtiéndose así la familia en el factor principal de riesgos para que los adolescentes generen este hábito.

Por otro lado una investigación realizada en la ciudad de Bucaramanga por Cerquera et al.(2022) donde se realizaron estrategias para disminuir el consumo de alcohol en adolescentes por medio del deporte teniendo en cuenta las acciones realizadas se pudo observar que a través del deporte permite tener aportes positivos para los adolescentes en situaciones vulnerables generando motivación de esta manera logran reflexionar sus metas y objetivos fortaleciendo el pensamiento crítico de los adolescentes en el momento de elaborar su proyecto de vida mejorado así su capacidad de desarrollo personal y toma de decisiones.

En un estudio realizado en una escuela pública de la ciudad de Valledupar realizando por Betancourt y copete (2023) donde los estudiantes consideran importante las categorías del aspecto financiero, relación familiar, motivacional, formación educativa y profesional al momento de definir el proyecto de vida así reconociendo sus habilidades, conocimientos y fortalezas relacionadas con estas categoría también demostrar la gran influencia que tiene los factores familiares y sociales que pueden afectar la construcción del proyecto ya que el 96% de los participantes llegaron a la conclusión de que los pilares de sus proyectos de vida son los factores familiares afirmando que el autoconcepto familiar influye en el autoconcepto social a la vez influye en la formación de los adolescentes.

Con lo anterior se puede inferir que el hábito de consumir bebidas alcohólicas se genera la mayoría de las veces en el entorno familiar debido a las costumbres familiares de consumir alcohol frecuentemente sin un límite sano y dado que el alcohol es una sustancia psicoactiva legal los adolescentes tienen mayor acceso a estas bebidas convirtiéndose en un factor de riesgo ocasionando daños a su salud y su desarrollo personal por supuesto al realizar un proyecto de vida conlleva a establecer metas que los mantiene enfocados y motivados reduciendo la probabilidad de recurrir al alcohol como mecanismo de afrontamiento ya que consideran el alcohol como una bebida relajante que les hace olvidar de los problemas que enfrentan.

Marco Teórico

Conceptos que influye el proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar). Dicha investigación está centrada. Desde el enfoque humanista, autores como Erick Erickson, Bronfenbrenner, Carl Rogers, Mayer y Salovey desde los estadios psicosociales, modelo ecológico y habilidades emocionales. A continuación, se inicia una revisión detallada que hace parte de la presente investigación

La psicología humanista, es un enfoque que está centrada en comprender la experiencia subjetiva de los seres humanos, su libertad, su capacidad para crear su propio destino, así como su necesidad de encontrar significado y propósito en la vida. Desde este enfoque dos de los estadios psicosociales según Erik Erikson, el cuál es el de: Laboriosidad vs Inferioridad, la exploración de la identidad vs difusión de identidad; dichos estadios buscan que los niños muestran un interés real por cómo funcionan las cosas e intentan realizar muchas actividades por sí mismos mediante su propio esfuerzo y utilizando sus conocimientos y habilidades. Es importante la estimulación positiva proporcionada por la escuela, la familia o a través de grupos

de padres. Esto último empieza a tener una relevancia trascendente para ellos. Si esto no es un fracaso lo lleva a compararse con los demás, el niño puede desarrollar algún sentimiento de inferioridad que lo haga sentir inseguro en presencia de los demás.

Este estudio tiene lugar durante la adolescencia. En esta etapa, una pregunta se formula de forma insistente: ¿quién soy?, y es aquí en dónde se empieza a mostrar las primeras etapas de la independencia y a su vez en como los jóvenes toman distancia de sus padres, también comienzan a vivir experiencias con sus amigos; las cuales van proyectándose a futuro o comienzan a pensar en el futuro va a decidir quién quieren ser, qué quieren estudiar y dónde planean vivir. Ya que para ellos es muy importante saber en realidad quiénes son o qué quieren para su vida.

Autores como (Carl Rogers, 1951). Presenta una apropiación innovadora a la psicoterapia que enfatiza la autonomía y la conciencia del individuo en el proceso de desarrollo personal entre los principios básicos de la terapia centrada en el cliente sobre el desarrollo personal encontramos la autonomía que es la capacidad para tomar decisiones y dirigir su propio proceso de crecimiento, la conciencia, comprensión de los propios pensamientos y sentimientos. Esta terapia facilita el crecimiento personal y las relaciones de un individuo, por lo que les permite explorar y utilizar sus propias fortalezas y la identidad personal. Esta cuenta con tres etapas: catarsis consiste en la exploración del individuo sobre la situación actual y sus propias emociones la cual tiene el objetivo de centrar la problemática logrando comprender y resolver dificultades para el individuo, insight es la segunda etapa que es donde establecen metas personales construyendo así un nuevo escenario donde se establecen nuevos objetivos y la última etapa que es de acción la cual va relacionada con la anterior donde el individuo toma ese escenario elegido

desarrollando estrategias de acción actuando de manera que se pueda lograr las metas deseadas donde también se pretende solucionar los problemas que impiden el desarrollo personal.

El modelo de habilidad de la inteligencia emocional de (Mayer y Salovey 1997) describe que la inteligencia emocional es una capacidad para procesar información emocional y utilizarla para guiar el pensamiento y la conducta. Este modelo contiene componentes de habilidad de la inteligencia emocional como la percepción emocional que es la capacidad para reconocer e identificar y en los demás, la regulación emocional la capacidad para utilizar las emociones para facilitar el pensamiento y la conducta, comprensión emocional la capacidad para comprender y analizar las emociones, manejo emocional es la capacidad para regular y gestionar las emociones propias y ajenas utilizando así las emociones para tomar decisiones.

El enfoque sistémico sirve como guía para cuestionar el comportamiento del sistema. A diferencia de los métodos analíticos, los métodos de sistemas cubren todos los elementos del sistema en estudio, así como sus interacciones e interdependencias. Desde este enfoque se utilizó el modelo ecológico de Bronfenbrenner. Este busca dar respuesta a en cómo el individuo es afectado por el entorno. Álvarez Carneros, P (2015) señala que, este modelo está centrado en la relación del individuo con el: Microsistema que representa el entorno más cercano al individuo que incluye la familia, los amigos, la escuela desde allí tanto el individuo influye en su entorno como el entorno influye en él el cual es crucial para el desarrollo saludable del individuo, el Mesosistema es la interconexión entre diferentes microsistemas resaltando las relaciones entre estos entornos que influyen en el desarrollo y Exosistema el cual incluye los contextos en los que el individuo no participa directamente pero tienen un impacto en su vida. Esta teoría ecológica de los sistemas del psicólogo ruso Uriel Bronfenbrenner (1979) se basa en un enfoque ambiental

para el desarrollo del individuo a través de diversos entornos en los que la persona se desarrolla y que influyen en el cambio y en su desarrollo cognitivo, moral y relacional.

Esta teoría puede aplicarse en todos los ámbitos de la Psicología y otras ciencias, ya que partimos de la base de que el desarrollo humano se da en interacción con las variables genéticas y el entorno, expone de manera clara los diferentes sistemas que conforman las relaciones personales en función del contexto en el que se encuentran. Esta teoría puede ser utilizado en todas las áreas de la psicología y otras ciencias, pues, partiendo de la base del desarrollo humano a partir de las variables genéticas y su interacción con el medio ambiente, son claramente visibles según la situación de los diferentes sistemas que forman las relaciones individuales. los sistemas de Bronfenbrenner van de mayor a menor globalidad estos sistemas envuelven el núcleo primario entendido como el mismo individuo.

Microsistema: Álvarez Carneros, P (2015) “Constituye el nivel más inmediato o cercano en el que se desarrolla el individuo. Los escenarios englobados en este sistema son la familia, padres o la escuela.”

Mesosistema: Álvarez Carneros, P (2015) Incluye la interrelación de dos o más entornos en los que la persona participa de manera activa. También se puede entender como la vinculación entre microsistemas. Ejemplos claros pueden ser la relación entre la familia y la escuela, o entre la familia y los amigos.

Exosistema: Álvarez Carneros, P (2015) Se refiere a las fuerzas que influyen a lo que sucede en los microsistemas. En este caso, el individuo no es entendido como un sujeto activo. Lo conforman por ejemplo la naturaleza del trabajo de los progenitores, relaciones que mantiene un profesor con el resto del claustro, etc.

Teniendo en cuenta los referentes teóricos, los objetivos y las actividades planteadas para desarrollar, podemos inferir que: el enfoque humanista enfatiza el estudio de los seres humanos como personas completas, no solo como una colección de síntomas y que en él yace la responsabilidad y la capacidad de cambiar. Desde el modelo ecológico de Bronfenbrenner que es un enfoque ambiental sobre el desarrollo del individuo a través de los diferentes ambientes en los que se desenvuelve y que influyen en el cambio y en su desarrollo cognitivo, moral y relacional. Y que gracias a los aportes de estas teorías o enfoques se han demostrado ser efectivas para respaldar las técnicas científicas en diferentes tipos de investigación.

Estas teorías permitirán permitirá dar desarrollo y mitigar el impacto de la problemática Proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar).

Abuso: Consuegra Anaya, N. (2010) afirma que las adicciones son: “Patrón de control obligado que una persona ejerce sobre otra.” Se hacen manifiestos durante un período de doce meses aspectos como el consumo recurrente de sustancias, que da lugar al incumplimiento de obligaciones en el trabajo, la escuela o en casa; el consumo recurrente de la sustancia en situaciones en las que hacerlo es físicamente peligroso; problemas legales repetidos relacionados con la sustancia; el consumo continuado de la sustancia, a pesar de tener problemas sociales continuos o recurrentes o problemas interpersonales causados o exacerbados por los efectos de la sustancia”. (Pág.2)

Adicción: Consuegra, (2010) afirma que la adicción es todo agente físico o químico capaz de producir una respuesta en un organismo viviente. Habitualmente se los clasifica en interoceptivos (provenientes del ambiente, como un rayo luminoso o un sonido) e interoceptivos

(p.e. dolor). En psicoanálisis son especialmente importantes el objeto y la palabra (estímulos externos) y las pulsiones (estímulos internos). / Forma de interacción entre el ser vivo y el medio, es el agente, condición o energía capaz de provocar una respuesta en un organismo determinado. En el campo de la psicología, los estímulos están unidos al proceso de aprendizaje, ya que a través de ellos se desencadenan conductas específicas. La disminución o desaparición de una respuesta ante un determinado estímulo es la forma más elemental de aprendizaje. Todo estímulo requiere de una intensidad para poder ser percibido. Existen seis clases: mecánicos, térmicos, ópticos, acústicos, químicos y eléctricos. / En psicología social, es cualquier fenómeno cuya presencia provoca en el organismo una reacción diferente a la que provocaría en su ausencia. En sociología se habla de “estímulos sociales” como aquellos que generan una respuesta en el individuo como miembro de grupo. Estímulos sociales son la opinión pública, los usos y costumbres, los fenómenos de masas y otros. / Estímulo adverso o aversivo: denominación genérica de estímulos con cierta probabilidad de ser reforzadores negativos o estímulos punitivos. Evento inicialmente neutro que adquiere propiedades aversivas gracias a su apareamiento con otros eventos aversivos o con señales de que no ocurrirá reforzamiento. Tiene el efecto de reducir la fuerza de una conducta cuando se presenta como una consecuencia de esa conducta; se constituye en un estímulo que el individuo se esforzará por evitar. Es lo opuesto al estímulo reforzador; algo que es percibido como displacentero o doloroso. (p.4)

Adolescencia: Consuegra (2010) afirma que la adolescencia es una etapa de transición en el desarrollo que se da entre la niñez y la adultez, caracterizada por cambios biológicos y psicológicos. Los principales cambios físicos que se producen son un rápido aumento de estatura y peso. Los cambios psicológicos más importantes son los signos de autonomía (manteniendo sin

embargo los lazos que los unen a sus padres y familiares). Se considera que comienza a los 12 años y suele extenderse hasta el comienzo de los 20 años. (Consuegra, 2010, p.38)

Alcoholismo: Condición caracterizada por la dependencia física y emocional del alcohol. La OMS (2018) define el alcoholismo como la ingestión diaria de alcohol superior a 50 gramos en la mujer y 70 gramos en el hombre (una copa de licor o un combinado tiene aproximadamente 40 gramos de alcohol, un cuarto de litro de vino 30 gramos y un cuarto de litro de cerveza 15 gramos). El alcoholismo parece ser producido por la combinación de diversos factores fisiológicos, psicológicos y genéticos. Se caracteriza por una dependencia emocional y a veces orgánica del alcohol, y produce un daño cerebral progresivo y finalmente la muerte. (Consuegra,2010, Pág.11)

Calidad de vida: Juicio subjetivo del grado en que se ha alcanzado la felicidad, la satisfacción o un sentimiento de bienestar personal; se encuentra estrechamente vinculado a determinados indicadores “objetivos” (biológicos, psicológicos, conductuales y sociales). Entre estas condiciones externas objetivas tienen un lugar variables socio-demográficas (p.e. ingresos, edad, sexo, nivel educativo, estatus de empleo y estatus marital y familiar), variables comportamentales; variables sociales (p.e. disponibilidad, accesibilidad y calidad de los servicios educativos, comerciales, de transporte, de salud, etc. que existan en la oferta de la comunidad para la persona); y componentes como tipo de vivienda, confort y elementos sanitarios, seguridad de ocupación, costo del alojamiento, etc. (Consuegra, 2010, p.38)

Causas del Consumo: En palabras del instituto Nacional sobre el abuso de droga de Estados Unidos NIDA (2022). Las personas adictas a menudo tienen uno o más problemas de salud relacionados con las drogas, que pueden incluir enfermedades pulmonares o cardíacas, embolia, cáncer o problemas de salud mental. Las escenografías, las radiografías de tórax y los

análisis de sangre pueden comprobar los efectos perjudiciales del consumo de drogas a largo plazo en todo el organismo.

Ciclo vital: El ciclo vital humano implica un proceso continuo de crecimiento, desarrollo y cambio desde la concepción hasta la muerte, abarcando etapas que influyen en la evolución física, emocional, cognitiva y social (Berk,2018, p.5).

Consecuencias del consumo: Para NIDA. (2022). El consumo de drogas aumentar el riesgo de contraer infecciones. Al compartir elementos que se usan para la inyección de drogas o tener conductas sexuales no seguras (como actividad sexual sin condón), es posible contraer el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y el de la hepatitis C (una enfermedad hepática grave).^{40,41} También es posible contraer infecciones del corazón y sus válvulas (endocarditis) y de la piel (celulitis) debido a la exposición a bacterias que puede ocurrir con el consumo de drogas inyectables.

Consumo de sustancias psicoactivas: El consumo de sustancias psicoactivas es considerado en la actualidad como un fenómeno social que afecta especialmente a los adolescentes, la prevalencia del uso y abuso de sustancias en la etapa adolescente son altas, ante la alta disponibilidad, en la actualidad los adolescentes tienen que aprender a convivir con las drogas, tomando decisiones sobre su consumo o la abstinencia de las mismas. Es importante reconocer las causas por las cuales los(as) jóvenes son vulnerables al consumo de drogas, sean estas categorizadas como lícitas o ilícitas. Esta vulnerabilidad es el resultado final de un conjunto de factores que pueden moderar positiva o negativamente dicho consumo y puede estar ligada a los cambios sociales, culturales, políticos y económicos que están siendo percibidos en la esfera global, conllevando a la adopción de diferentes comportamientos y actitudes de riesgo. (Caravaca Morera, y otros, 2015)

Consumo problemático: Un consumo es problemático cuando este afecta la salud, las relaciones con la familia y amigos. También cuando altera las actividades diarias como el trabajo o el estudio, o cuando implica problemas económicos o con la ley. Se considera que todo consumo de sustancias lícitas o ilícitas en mujeres embarazadas o en periodo de lactancia así como en niñas, niños y adolescentes, son problemáticos. (Minsalud 2016)

Estimulo: Consuegra Anaya, N. (2010), todo agente físico o químico capaz de producir una respuesta en un organismo viviente. Habitualmente se los clasifica en exteroceptivos (provenientes del ambiente, como un rayo luminoso o un sonido) e interoceptivos (p.e. dolor). En psicoanálisis son especialmente importantes el objeto y la palabra (estímulos externos) y las pulsiones (estímulos internos). / Forma de interacción entre el ser vivo y el medio, es el agente, condición o energía capaz de provocar una respuesta en un organismo determinado. En el campo de la psicología, los estímulos están unidos al proceso de aprendizaje, ya que a través de ellos se desencadenan conductas específicas. La disminución o desaparición una respuesta ante un determinado estímulo es la forma más elemental de aprendizaje. Todo estímulo requiere de una intensidad para poder ser percibido. Existen seis clases: mecánicos, térmicos, ópticos, acústicos, químicos y eléctricos. (Pág.105)

Factores de riesgo: Minsalud (2016) La características o atributos individuales, familiares sociales, que posibilitan o aumentan el consumo de sustancias psicoactivas. A nivel individual los factores de riesgo están asociados a baja tolerancia a la frustración, conductas agresivas, baja autoestima, entre otros; entre los factores familiares se encuentran: consumo de sustancias psicoactivas por parte de padres de familia o cuidadores, disciplina autoritaria, sobreprotección, falta de supervisión de los padres o cuidadores en las actividades de los hijos, violencia intrafamiliar, entre otros; entre los factores de riesgo social se encuentran: bajo apoyo de redes

sociales, disponibilidad de las sustancias psicoactivas, uso de sustancias psicoactivas por parte de pares, violencias en el entorno escolar y social, entre otros. (p. 3)

Factores protectores: Minsalud (2016). Los factores protectores son características o atributos individuales, familiares o sociales, que reducen la posibilidad de uso, abuso o dependencia de las sustancias psicoactivas. Entre los factores individuales se encuentran: empatía, habilidades sociales, capacidad para afrontar problemas, entre otros; entre los factores familiares se encuentran el respeto, la confianza, las normas y reglas del hogar, entre otros; entre los factores sociales se encuentran la participación en actividades comunitarias, la normatividad respecto a las sustancias psicoactivas, el acceso a servicios de salud y educación, entre otros.

(Pág. 3)

Prevención: Consuegra Anaya, N. (2010) “Proceso activo de implementación de iniciativas tendientes a modificar y mejorar la formación integral y la calidad de vida de los individuos, fundamentando el autocontrol individual y la resistencia colectiva ante problemáticas o fenómenos particulares.” (p.218)

Metodología

La investigación formulada pertenece al enfoque metodológico cuantitativo. Este conlleva el uso del paradigma experimental en las ciencias sociales, donde se hace un abordaje objetivo y deductivo basado en la comprobación de hipótesis (Pimienta et al 2017). Así mismo, con un ejercicio secuencial y estructurado de toma de datos y análisis estadístico, caracterizado por la restricción de la subjetividad del investigador (Hernández-Sampieri et al 2018), se busca la generalización de resultados y búsqueda de leyes generales (Bernal, 2016)

Se llevó a cabo un diseño pre-experimental Según Salas Blas (2013) son útiles cuando se investigan en situaciones naturales o como lo diría Hernández Sampieri et al (2014) en estudio de caso con Pre-Prueba y Post-prueba, se tiene un solo grupo de intervención, se manipula una variable independiente y se mide el cambio de la variable dependiente. De acuerdo con el análisis realizado por Salas-Blas (2013), los pre-experimentos, pese a carecer de validez interna y, por ende, de generalización, tienen mucho valor y aplicación en las ciencias sociales, donde por razones de complejidad o ética en la intervención con seres humanos, no es posible la experimentación.

Los estudios exploratorios se llevan a cabo cuando el propósito es examinar un fenómeno o problema de investigación nuevo o poco estudiado, sobre el cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan solo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si se desea indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas Hernández Sampieri (2018) p.106

Al ser de diseño pre-experimental, necesariamente la investigación se clasifica dentro de un alcance exploratorio, destinado a problemas de investigación poco conocidos, con pocos

antecedentes o donde hay dudas o inquietudes respecto a su abordaje (Hernández-Sampieri et al., 2018).

Procedimiento

En primera medida, se realizó un acercamiento a las autoridades de la institución para el establecimiento de acuerdos de trabajo, con una carta de permiso y aceptación de la realización de la investigación en la institución, luego de ello, se realizó un consentimiento informado para los participantes, una entrevista semiestructurada; Toscano, G. T. (2009). reconoce a la entrevista de investigación como un proceso comunicativo, en el cual se obtiene información de una persona, la cual se encuentra contenida en su biografía, entendiéndose por biografía el conjunto de las representaciones asociadas a los acontecimientos vividos por el entrevistado (p.48).

Primera Fase

Recolección y verificación de datos a través de la entrevista semiestructurada con el psicoorientador, el director del curso y cuestionario percepción y consumo de sustancias psicoactivas en población escolar, con el fin de recolectar los datos sociodemográficos, socioemocionales y aspectos relevantes acerca de la percepción del consumo de alcohol de los estudiantes del octavo grado en la jornada de la tarde en institución educativa.

Preguntas de entrevista

Cual o cuales son las problemáticas que más se presentan en la institución.

Usted porque cree que se den este problema.

Cuál es la bebida alcohólica más consumida.

Considera que esta problemática se da por influencia de los padres.

Esta problemática pueda afectar a los jóvenes en la parte académica o en el comportamiento.

Para la recolección de datos sociodemográficos, socioemocionales y aspectos relevantes acerca de la percepción del consumo de alcohol de los estudiantes del octavo grado de la institución educativa. Se aplicó cuestionario libreto de entrevista sobre el alcohol y los factores socioemocionales, el cual antes de su aplicación fue valorado por dos expertos de diferentes campos de la psicología en los que tuvieron en cuenta criterios como: credibilidad, aplicabilidad, consistencia y neutralidad. Dicho cuestionario fue ajustado, debido a las recomendaciones y sugerencia de estos jueces expertos.

Conoce usted que son sustancias psicoactivas.

Menciona las sustancias psicoactivas que has escuchado.

Alguien de su familia consume sustancias psicoactivas.

Conoces el deterioro que produce el consumo de alcohol.

Que miembros de tu familia consumen alcohol.

Con que frecuencias consume tu familia alcohol.

Posterior a ello, la aplicación del cuestionario de habilidades emocionales TMMS 24 como proceso pre-intervención.

Teniendo en cuenta el TMMS-24, los análisis de los resultados se dividen en los siguientes ítems del 1 – 8 inteligencia emocional, del 9 – 16 claridad emocional y del 17 – 24 reparación emocional. Los cuales se evalúan de la siguiente forma:

Tabla 1*Escala de Medición del (TMMS-24).*

| Puntuación Mujeres | Puntuación Hombres |
|---|---|
| Atención emocional: Menos de 25 puntos: Debes mejorar tu atención, ya que presentas poca atención a tus emociones. De 25 a 35 puntos: Adecuada atención. Más de 35 puntos: Debes mejorar aspectos, porque prestas demasiada atención tus emociones | Atención emocional: Menos de 22 puntos: Debes mejorar tu atención, ya que presentas poca atención a tus emociones. De 22 a 32 puntos: Adecuada atención. Más de 32 puntos: Debes mejorar aspectos, porque prestas demasiada atención tus emociones |
| Claridad emocional: Menos de 24 puntos: Debes mejorar en este aspecto, no sueles identificar adecuadamente tus emociones. De 24 a 34 puntos: La mayoría del tiempo logras tener claridad sobre tus emociones. Más de 34 puntos: excelente claridad, felicidades. | Claridad emocional: Menos de 26 puntos: Debes mejorar en este aspecto, no sueles identificar adecuadamente tus emociones. De 26 a 36 puntos: La mayoría del tiempo logras tener claridad sobre tus emociones. Más de 36 puntos: excelente claridad, felicidades. |
| Reparación emocional: Menos de 24 puntos: Te cuesta mucho trabajo reponerte de emociones fuertes y no controlas adecuadamente tus sentimientos, necesitas trabajar en ello. De 24 a 35 puntos: Logras una adecuada reparación de tus emociones, aunque a veces te cueste trabajo. Más de 35 puntos: Excelente reparación, felicidades. | Reparación emocional: Menos de 24 puntos: Te cuesta mucho trabajo reponerte de emociones fuertes y no controlas adecuadamente tus sentimientos, necesitas trabajar en ello. De 24 a 35 puntos: Logras una adecuada reparación de tus emociones, aunque a veces te cueste trabajo. Más de 35 puntos: Excelente reparación, felicidades. |

Nota. Escala de medición del (TMMS-24) en mujeres y hombres.

Segunda Fase

Se planteó un segundo momento, llevar a cabo una serie de encuentros para la formación de talleres y actividades relacionadas al Proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en la adolescencia. Posterior a la realización de los encuentros, y luego

también dos semanas después de terminado el proceso, se aplicó el cuestionario de habilidades emocionales TMMS 24.

La complementariedad de los métodos en investigación en lo relacionado a la entrevista y a la aplicación de un cuestionario y aplicación de estrategias tiene como objetivo comprender y analizar fenómenos sociales desde una perspectiva más profunda y subjetiva, de ahí la importancia de la entrevista semiestructurada. Teniendo en cuenta que a través del conocimiento que identifican los estudiantes sobre el tema del consumo de alcohol y lo relacionado al proyecto de vida, así como la percepción que tienen sobre las habilidades emocionales se construyen unas estrategias encaminadas a fomentar el proyecto de vida como factor protector.

Tercera Fase

Desarrollo de las estrategias encaminada al proyecto de vida como factor protector frente al consumo del alcohol, para ello se estructuró un plan de trabajo de acuerdo a las temáticas y análisis de las entrevistas y el cuestionario de habilidades emocionales TMMS 24. A continuación se describe el plan de trabajo.

Plan de Actividades. Para el desarrollo de las actividades que se plantearon en las fases de intervención se creó el siguiente cronograma con el fin de facilitar los tiempos para la realización de las mismas. Igualmente, estas actividades se plantearon para un periodo de cuatro meses de ejecución.

Tabla 2*Estrategias para Desarrollar un Proyecto de Vida.*

| Actividad | Objetivo | Metodología | Recursos |
|--|--|---|---|
| Taller: Si el alcohol espera, mi corazón no se altera y mi vida prospera | Busca propiciar la escucha activa entre los participantes logrando informar sobre los efectos y consecuencias que trae a largo, mediano y corto plazo el consumo de esta bebida a temprana edad ya sean físicas o psicológicas ayudándolos a reflexionar sobre los riesgos de beber alcohol. | Se les presenta a los estudiantes las acusas y efectos que ocasiona el alcohol en el organismo ya sea físico y emocional. | Pizarra, marcadores y carteleras |
| “TU DECIDES” | Generar un pensamiento crítico y reflexivo sobre la toma de decisiones siendo su mensaje principal: la detección temprana de un problema de alcoholismo | Se reúne a los estudiantes en la sala de informática y se realiza una reflexión grupal | Video-debate cortometraje , computador y video beam |
| Ahora siento | Aprender a identificar emociones y saber identificar qué emociones estamos sintiendo en cada momento. | Se utilizan las tarjetas emocionales para socializar las emociones y socializar las emociones de la semana | Hojas, lapiceros, tarjetas de emociones y semanario emocional |
| Que ocurre en mi | Saber distinguir las emociones, el comportamiento y el pensamiento. | Ser consciente de la influencia de las emociones sobre el comportamiento y del | Espacio en donde los estudiantes debatan y compartan sus |

| | | | |
|--|--|--|---|
| Taller: La ruta de mi futuro es importante | Identificar la importancia de trabajar los valores a la hora de diseñar el proyecto de vida, porque nuestros valores van a regir nuestra manera de comportarnos. | comportamiento sobre las emociones. Se dividen los estudiantes en dos grupos para realizar la discusión se realiza una charla donde se les socialice la importancia | emociones y pensamientos. Video beam y computador |
| Inventario de la Vida | Analizar los valores personales dentro de un grupo y por parte del él, así mismo ampliar la concepción del mundo y de la vida. | Se les proporciona a los estudiantes una hoja con las preguntas con las que está elaborado el inventario | Hoja de Trabajo para cada participante, lapiceros o lápices para cada participante. |
| Árbol de la vida | Permite indagar sobre los vínculos emocionales, sus metas y el conocimiento que tiene de sí mismo para alcanzar sus aspiraciones. | Los participantes podrán trabajar en su propio crecimiento en tres niveles: interno, relacional y social. Ofrecemos un impulso de crecimiento y desarrollo humano creativo encontrando un equilibrio entre los niveles físico, emocional, mental y espiritual. Alumbrando las zonas en sombra para liberar todo tu potencial y en un | Hojas de block y marcadores para cada participante |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | entorno seguro, donde toda persona pueda expresar-se, explorar-se y disfrutar-se desde la creación de vínculos sanos, creando nuevas oportunidades para interpretar y vivir el mundo. | |
| Panel la discusión sobre la importancia del proyecto de vida | Llevar a reflexionar a los estudiantes sobre la importancia de la prevención del alcoholismo y del proyecto de vida ayudándolos a reforzar su gratitud y el comportamiento frente a los temas | Teniendo en cuenta las actividades anteriormente realizadas con el grupo de estudiantes se dividirá el grupo en dos donde se realizará una discusión de por qué es importante mitigar el consumo de alcohol a temprana edad para lograr las metas establecidas en su proyecto de vida. | Salón amplio para poder separar el grupo en dos. |
| Evaluación de emociones TMMS-24 | Evaluar el meta conocimiento de los estados emocionales a partir de las tres dimensiones percepción, comprensión y regulación. | Se aplica la evaluación individualmente a cada estudiante | Instrumento TMMS-24 |

Nota. Temáticas de las estrategias a desarrollar para generar un proyecto de vida en los estudiantes de octavo grado de la IE. Francisco de Paula Santander.

Cuarta Fase

Análisis de la información, conclusión, recomendaciones y socialización de los resultados a la comunidad educativa.

Población y Muestra

Población

Según el autor Arias (2006) define población como “el conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación” (p. 81).

Para llevar a cabo este proyecto se tomó como población de 29 estudiantes del grado octavo la jornada de la tarde de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander (concentración), ubicada en la calle 25 número 14A -62 en el barrio Socorro del municipio de Agustín Codazzi, Cesar. Esta institución tiene población urbana, migrante de bajos recursos de Agustín Codazzi. El programa académico de la institución educativa ofrece desde preescolar, básica primaria, secundaria, educación media y técnico a estudiantes de grado decimo y undécimo por un convenio con el Sena.

Muestra

Según Arias (2006) define muestreo como “un proceso en el que se conoce la probabilidad que tiene cada elemento de integrar la muestra” (p. 83).

La muestra seleccionada que se benefició con esta intervención correspondió a los estudiantes del grado 8^o1 el cual cuenta con una población mixta de estudiantes el cual está dividido entre 15 mujeres y 14 hombres, para un total de 29 estudiantes que participaron en este proyecto. El salón está conformado por género y estrato socioeconómicos mixto.

Cronograma

Figura 1

Cronograma de Actividades

| ACTIVIDADES | MES 1 | MES 2 | MES 3 | MES 4 | MES 5 | MES 6 | MES 7 | MES 8 | MES 9 | MES 10 | MES 11 | MES 12 |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|
| Fase 1. Acercamiento, reconocimiento de la población y verificación de problemática. Aplicación de las actividades 1, 2 y 3 | | | | | | | | | | | | |
| Fase 2. Ejecución de plan de acción sobre la prevención del consumo de alcohol y la importancia de proyecto de vida. Aplicación de las actividades 4, 5, 6 y 7. | | | | | | | | | | | | |
| Fase 3. Herramientas para prevenir el consumo de alcohol y elaboración del mi proyecto de vida. Aplicación de las actividades 8, 9, 10, 11 y 12 | | | | | | | | | | | | |
| Fase 4 Evaluación y socialización de las actividades implementadas. | | | | | | | | | | | | |

Resultados

Para darle respuesta al objetivo general, el cual es generar un proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en los estudiantes de octavo grado de la institución educativa Francisco de Paula Santander del municipio de Agustín Codazzi (César) se comienza brindando los resultados obtenidos en cada uno de los objetivos específicos propuestos, en un primer lugar tenemos el primer objetivo específico el cual tiene presente los aspectos psicosociales identificados por los estudiantes, la creación de espacios lúdico y pedagógicos y el proporcionamiento de herramientas para la proyección e implementación de un plan de vida como estrategia para la prevención del consumo de alcohol.

El objetivo consistió en la finalidad de dar cumplimiento a los resultados, el cual consistió en reconocer las características sociodemográficas de los estudiantes a través de las entrevistas y la información obtenida con respecto al conocimiento identificado sobre el consumo de alcohol en los estudiantes los cuales expresan a través de esta que en su núcleo familiar la mayoría tiene algún familiar que consume bebidas alcohólicas de manera frecuente siendo el mayor factor de riesgo para los estudiantes. Esto se observa en la que la mayoría consume bebidas alcohólicas en festividades familiares por curiosidad también reconocen el alcohol como una sustancia psicoactiva y las causas, efectos que ocasionan estas bebidas en la salud física y mental teniendo en cuenta lo anterior 25 de los estudiantes niegan que los padres de familia les den permiso fiestas nocturnas fuera de su hogar los cuales 15 son mujeres y 10 hombres como también no les permiten salir de noche a ningún lugar sin la supervisión de un adulto y 4 de ellos todos hombres si tienen permiso.

Las fases y herramientas empleadas para el desarrollo de las actividades para la consecución del primer objetivo se describen a continuación.

Cuestionario libreto de entrevista sobre el alcohol y los factores socioemocionales esta actividad tiene como objetivo recolectar y verificar de datos sobre la percepción que tiene los jóvenes sobre la prevención del consumo de alcohol y como los factores socioemocionales que afectan o influyen al consumo de alcohol comenzamos con una dinámica rompe hielo “el restaurante” consiste en que el grupo hace una ronda y uno de ellos queda por fuera y cada persona dentro de la ronda le pide la comida que en este caso seria los nombres de los compañeros y la persona que se encuentra a fuera debe recordar todo el pedido para poder seguir luego se les presento en hojas impreso el cuestionario libreto y se les explico a los estudiantes lo que debían realizar.

Primer objetivo específico, el cual es conocer las características socioemocionales de los estudiantes de octavo grado de la institución. En este espacio el grupo focal realizo un libreto el cual permitió conocer la percepción que tiene los jóvenes sobre el consumo de alcohol, los factores socioemocionales y los factores protectores.

En esta actividad los jóvenes estuvieron atento a cada una de las explicaciones que se les dio para realizar el cuestionario local permitió identificar la problemática, y la gran mayoría de los jóvenes del grado octavo que consumen alcohol a temprana edad al mismo tiempo se comprobó que los estudiantes tienen factores de riesgo en sus micro y macro sistema, en los que se pueden identificar un padre o madre de familia, hermanos y los tíos, siendo que hay jóvenes que no viven con su padres sino con cualquier otro pariente, otro de los factores de riesgo es el fácil acceso que tienen a estas bebidas alcohólicas también el libertinaje ya que hay padres o representante legales que no les ponen limite ni hora de llegada a su casa cuando salen.

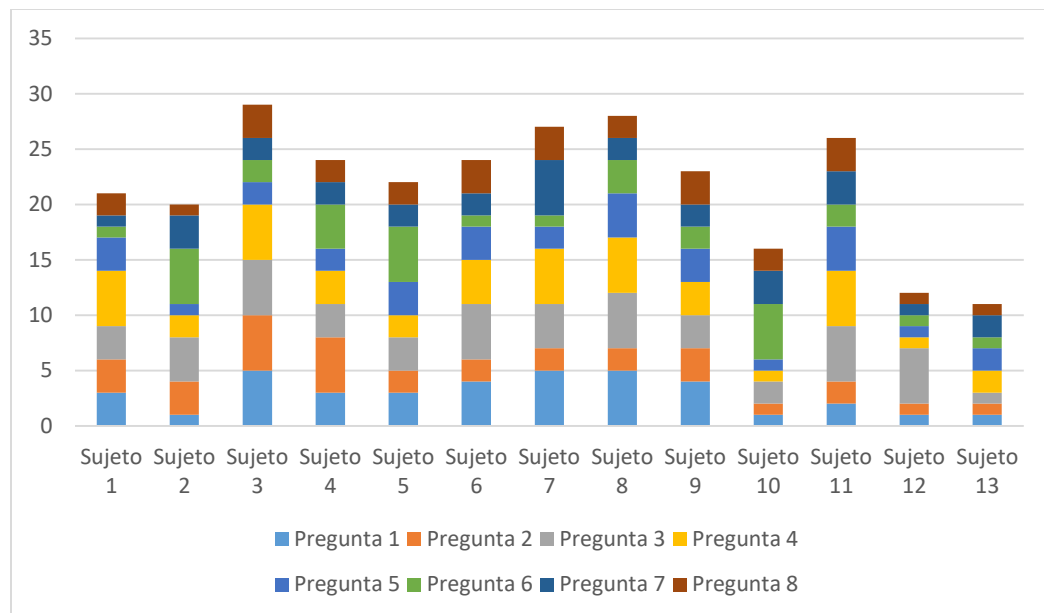
Los barrios en donde viven son barrios de estrato 1 y 2 vulnerables Beck(1992) define la vulnerabilidad como la exposición a riesgos peligrosos que pueden afectar la vida de las personas

y comunidades este entorno donde los jóvenes ven el consumo de alcohol como algo normalizado dado que se presenta este consumo todos los fines de semana.

Análisis Pre-Prueba del TMMS-24

Figura 2

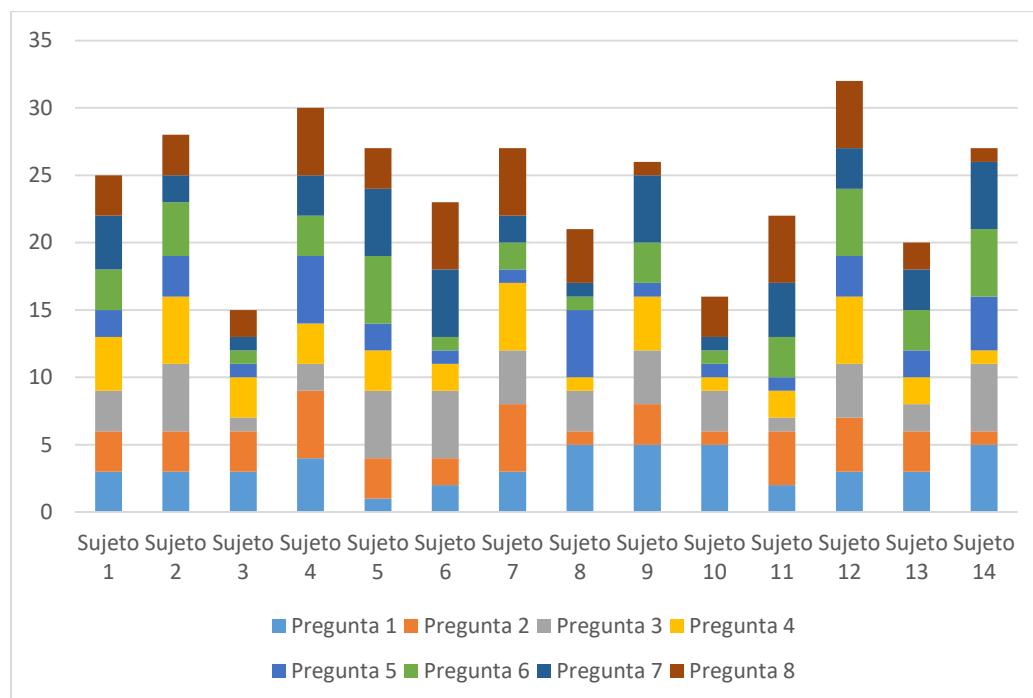
Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Atención Emocional en Mujeres.



Considerando los resultados obtenidos y el nivel de evaluación de TMMS 24 Atención Emocional, podemos inferir que 8 de 13 participantes deberían mejorar su atención ya que rara vez prestas atención a tus emociones porque tus resultados de evaluación muestran que obtuvieron una puntuación inferior a 25 puntos en este ítem, y 5 de los 13 participantes tiene una adecuada a tención yaqué en este ítem sacaron más de los 25 y menos de los 35. Al mismo tiempo, se puede determinar que entre los factores que influyen, la edad juega un papel importante, las mujeres jóvenes de entre 15 y 16 años son el grupo de edad con menor concentración emocional y las mujeres jóvenes de entre 12 y 14 años son un grupo con suficiente atención emocional.

Figura 3

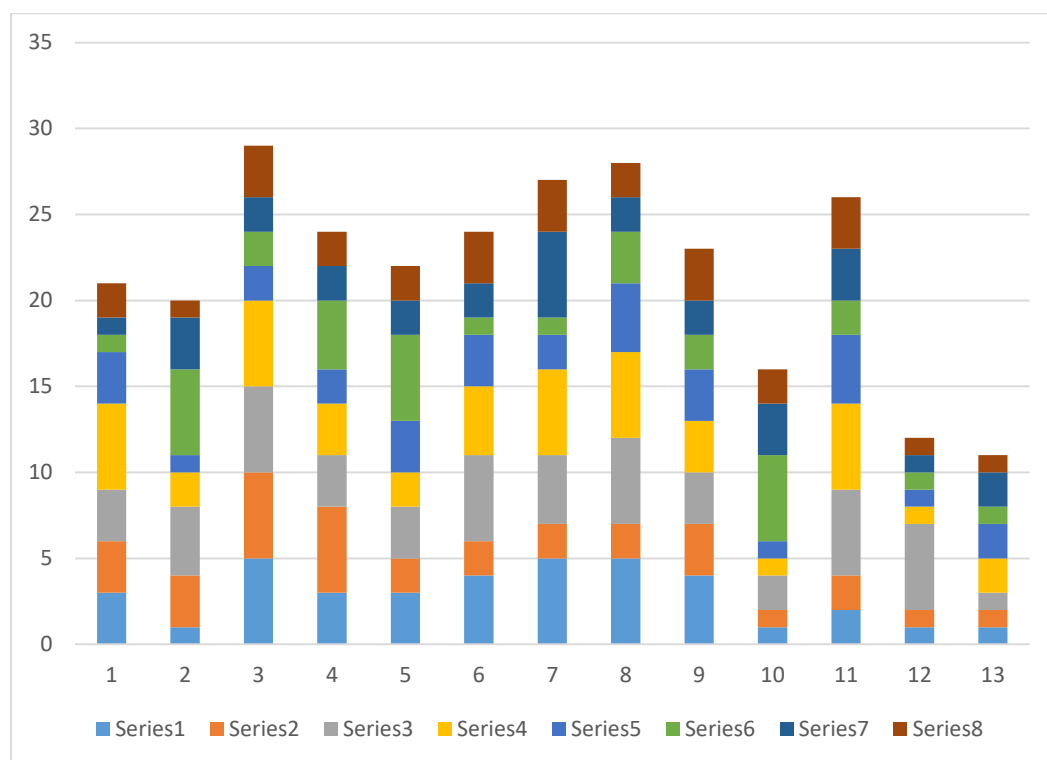
Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Atención Emocional en Hombres



Al respecto, se observó que 5 de 14 participantes deberían mejorar su atención porque rara vez presta atención a sus emociones, con resultados por debajo de 22 puntos, mientras que 9 de 14 participantes tiene una buena atención emocional, las emociones surgieron al anotar más de 22 puntos y menos de 32 puntos, donde la edad se convirtió en un factor fundamental ya que los jóvenes de 13, 14 y 17 años obtuvieron mejores resultados en comparación a los rangos de edad de 15 y 16 en donde los resultados más bajos.

Figura 4

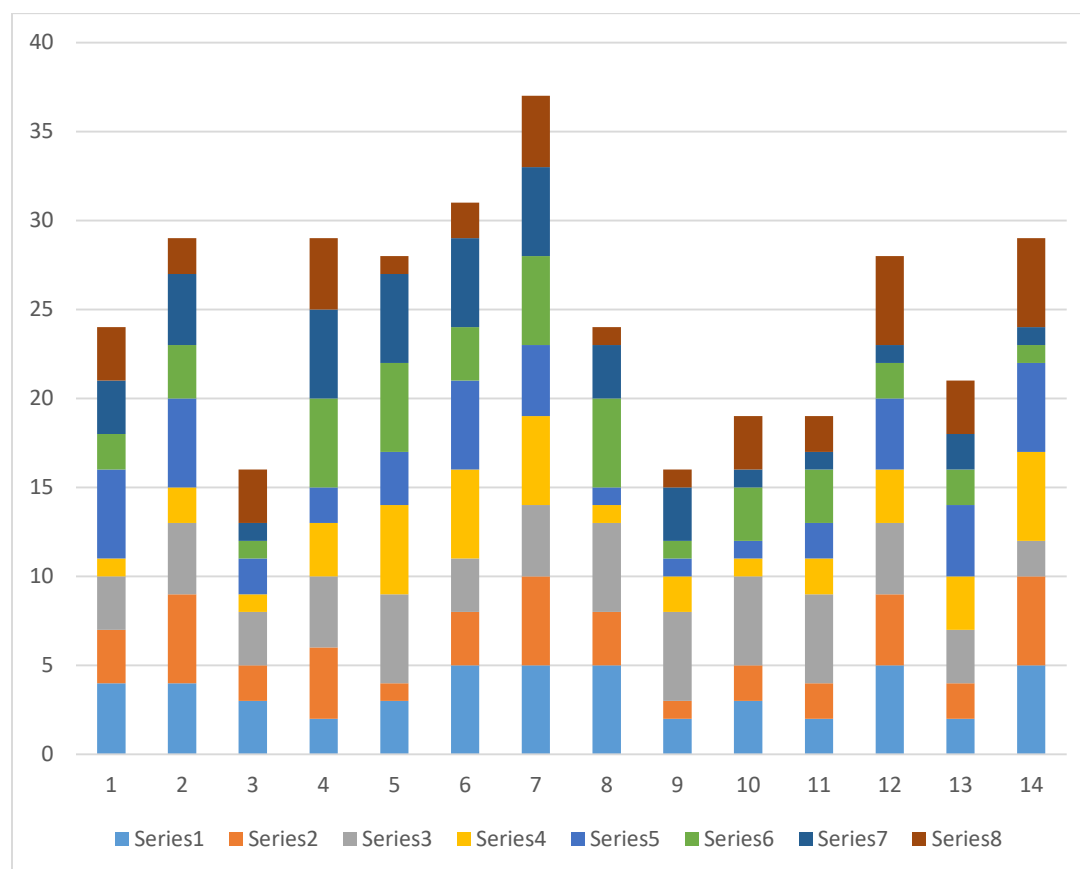
Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Claridad Emocional en Mujeres



Se observó que la edad no jugó un papel importante ya que 7 de 13 participantes de diferentes edades obtuvieron los resultados más bajos y obtuvieron menos de 24 puntos, en donde deben mejorar en este aspecto, no sueles identificar adecuadamente tus emociones, pero se observó que 6 de 13 participantes recibieron puntuaciones entre 24 y 34, lo que lleva a inferir que eres claramente consciente de tus emociones la mayor parte del tiempo, donde la edad es un factor esencial y oscila de 12 a 15 años.

Figura 5

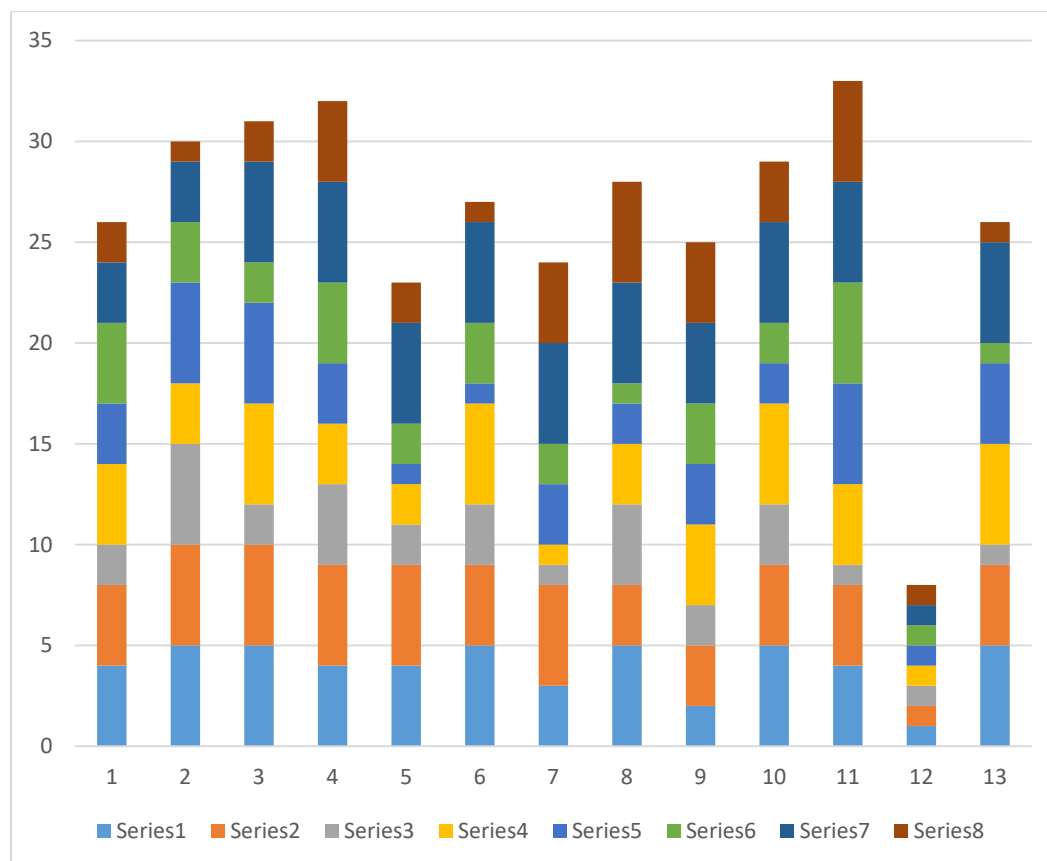
Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Claridad Emocional en Hombres



Observando los resultados obtenidos en los ítems de claridad emocional se puede observar que la edad juega un factor fundamental siendo que los resultados más bajos lo obtuvieron los jóvenes que están entre los 14 y 15 años los cuales son la mitad de los participantes obteniendo menos de 26 puntos en donde deben mejorar en este aspecto, no suelen identificar adecuadamente tus emociones. Y que 7 de 14 participantes La mayoría del tiempo logras tener claridad sobre tus emisiones, en donde la edad lo es un factor fundamental por el rango de edad varía entre los 13, 14 y 17 años.

Figura 6

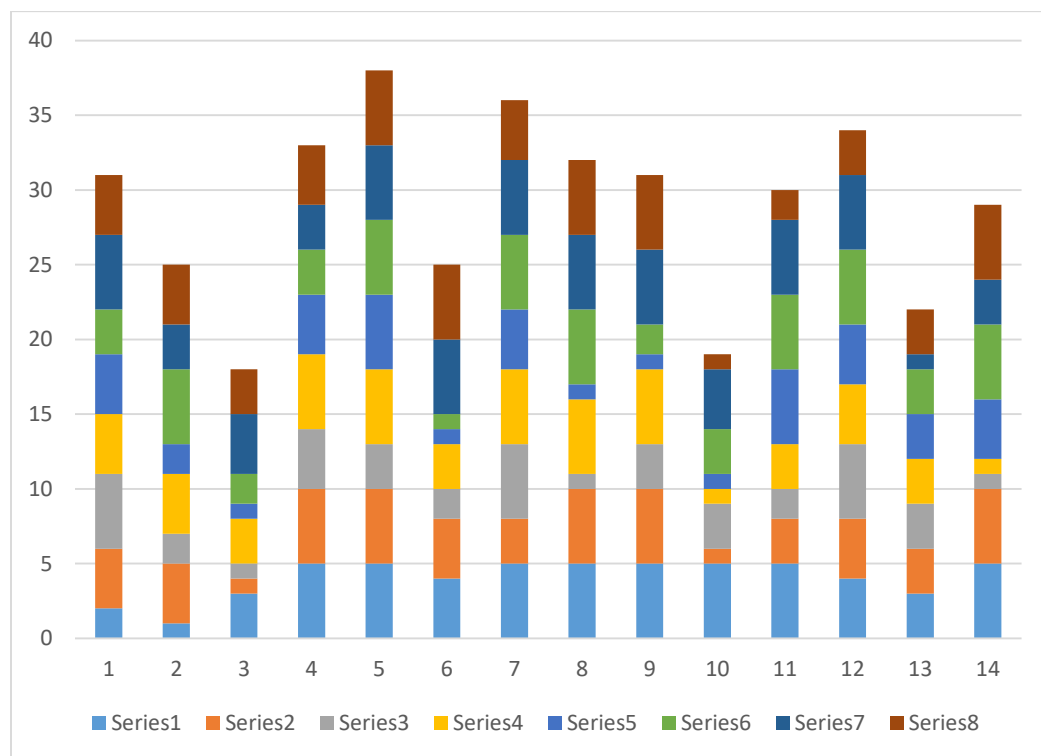
Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Reparación Emocional en Mujeres



Considerando los resultados obtenidos podemos afirmar que 6 de los 13 participantes obtuvieron menos de 24 puntos, a los cuales les cuesta mucho trabajo reponerte de emociones fuertes y no controlas adecuadamente tus sentimientos, necesitas trabajar en ello, en donde el rango de edad no juega un papel fundamental ya que las edades no son iguales y en donde 7 de los 13 participantes obtuvieron más de 23 y menos de 35 puntos logras una adecuada reparación de sus emociones, aunque a veces les cueste trabajo en donde la edad no juega un papel fundamental.

Figura 7

Análisis de los Resultados de la Pre-Prueba de Reparación Emocional en Hombres



Considerando los resultados obtenidos, podemos estar seguros que la edad sí influye, ya que 5 de los 14 participantes que obtuvieron puntuaciones inferiores a 24 tenían entre 14 y 15 años, por lo que les cuesta mucho trabajo reponerse de emociones fuertes y no controlas adecuadamente tus sentimientos, necesitas trabajar en ello, 7 de los 14 participantes obtuvieron más de 24 puntos y menos de 35 puntos, logrando una reparación suficiente de las emociones, aunque a veces esto te resulta difícil, donde la edad no tuvo efecto ya que la edad varió entre 13, 16 y 17 años.

Teniendo en cuenta los resultados de los ítems de inteligencia emocional del TMMS-24 se pudo observar que los jóvenes en especial las mujeres tiene dificultad en: la atención emocional ya que tiene dificultad en el reconociendo de emociones ya que no son consiente de lo que sienten. A diferencia de los hombres los cuales son más consciente de sus emociones y

prestan una adecuada atención. Pero desde la claridad emocional se pudo observar y analizar que los tanto los hombres como las mujeres deben mejorar en este aspecto, no suele identificar adecuadamente sus emociones siendo que estos no tienen la capacidad para definir las emociones que sienten, para distinguirlas y expresarlas. Y desde la reparación de las emociones se pudo observar que tanto los ambos sexos, logran una adecuada reparación de las emociones, aunque a veces les cuesta un poco de trabajo pasar de las negativas a las positivas.

En el segundo objetivo específico se desarrolló con el fin de cumplir con el objetivo de Implementar estrategias de habilidades para la vida frente al consumo de alcohol a estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar). A través de herramientas que alientan el establecimiento de metas de corto, mediano y largo plazo sirven como factores protectores. Asimismo, el desarrollo y construcción de un plan de vida es visto como un factor motivador que lleva a los estudiantes a ganar aceptación y reconocimiento. Realiza estrategias implementadas que se ayudó a seguir aprendiendo hasta alcanzar las metas que se propusieron cuando elaboraron el Árbol de los Sueños.

Actividad 1 - Taller si el Alcohol Espera mi Corazón no se Altere y mi Vida Prospera

Los estudiantes reconocen que el alcohol es una sustancia psicoactiva que su consumo excesivo ocasiona daño a su salud física también manifiesta que han consumido esta sustancia por curiosidad o por diversión, pero no lo hacen de forma frecuente igualmente niegan que el alcoholismo sea una enfermedad solo afecte a los adultos. Ya que ellos consideran que consumir estas bebidas de alcohol siendo menores de edad puede traerles dificultades a su salud física al momento de consumir de forma excesiva estas bebidas alcohólicas causa dependencia y adicción provocando problemas de salud mental como depresión ansiedad a largo plazo como también

daño cognitivo trayendo problemas de aprendizaje, memoria y como mayor riesgo enfermedades crónica como el cáncer con esto los jóvenes llegaron a la conclusión que es importante tener en cuenta los riesgos asociados que ocasiona el consumo de alcohol la temprana edad. y mental al igual que su desarrollo personal y les ocasionaría problemas con sus familias.

Actividad 2 - Ahora Siento

Los estudiantes identificaron situaciones donde se sintieron cada emoción de esta manera aprendieron a distinguir las emociones que sienten en cada momento al mismo tiempo expresaron que durante una semana lograron identificar las diferentes emociones que sentían durante esos días ellos expresaron que diferentes circunstancias sobre todo cuando debían realizar tareas del hogar sentían enojo cuando los padres los mandaban a realizar estas tareas debido a que ellos solamente querían realizar actividades recreativas con sus amigos se sentían de igual manera cuando les tocaba realizar las tareas educativas pero se sentían alegría cuando les daban permiso para realizar dichas actividades recreativa pudieron expresar esto con sus familiares logrando un autoconocimiento de otra manera desarrollaron conciencia social comprendiendo los sentimientos de las personas de su entorno y la capacidad de regular sus emociones logrando una comunicación asertiva con sus padres y amigos.

Actividad 3 – Que Ocurre en Mi

En esta actividad se les planteo una situación a través de diferentes cuentos donde los estudiantes desarrollaron la capacidad de distinguir las emociones y el comportamiento vividos en esos relatos y porque cada uno de los protagonistas actúa de esa manera logrando que los estudiantes analicen las situaciones que ellos han vivido identificando el comportamiento que genera las diferentes emociones en ellos realizando un autoconocimiento.

Actividad 4- Taller: la Ruta de Mi Futuro es Importante

En esta actividad los estudiantes identificaron el concepto de proyecto de vida donde lograron identificar la importancia de este como también los valores al momento de diseñarlo ya que los valores rigen la manera de comportarse de esta manera consiguieron obtener una lista con sus habilidades donde muchos desconocían estas habilidades con esto logrando plasmar sus metas a corto, media y largo plazo tanto personal como académicamente las cuales la más común entre todos ellos fue lograr pasar al grado siguiente donde los adolescentes mostraron claridad y propósito al definir sus metas, valores y prioridades también los motivo a mantenerse enfocado en sus objetivos identificados mejorando así su autoestima al identificar las acciones que debe realizar para ir por la ruta que ellos desean crear desarrollando mayor confianza para enfrentar los obstáculos que se les puede presentar durante su proceso de desarrollo.

Actividad 5 – Inventario de la Vida

En esta parte los estudiantes plasmaron de manera detallada esas metas de acuerdo a sus habilidades antes identificadas y planificando las acciones que deben realizar para llevarlas a cabo permitiéndoles crecer y desarrollar habilidades que antes no sabían que tenían entre esas metas muchos concluyeron con lo mismo que una de las metas que realizarán a corto plazo es lograr pasar al grado noveno identificando todo las acciones que deben elaborar para llevar a cabo esta meta planificando así las demás metas establecidas por ellos mismos al mismo tiempo identificaron todas las amenazas que causa el consumo de alcohol para cumplir sus metas y también identificar cómo realizar este inventario les ayudó a determinar todos los pasos que deben realizar y cuándo deben realizar cada paso para poder aplicar esto en su proyecto de vida logrando los objetivos establecidos.

Actividad 6 - Árbol de la Vida

Al inicio de la actividad los estudiantes indicaron en el árbol de la vida, dudas e inquietudes sobre la actividad, siendo que para ellos era la primera vez que realizaban este tipo de actividad tan compleja. Igualmente, indicaban tener temores e inseguridades (personales, socioeconómicas y familiares) sobre su capacidad de poder elaborar un plan que les permitiera alcanzar alguno de los sueños que tenían. Lugo de la socialización de la actividad y la explicación sobre la actividad. Esta les permitió pautar metas a corto, media y largo plazo, así como descubrir y reflexionar sobre sus habilidades, aptitudes esta actividad les ayudo a descubrir lo que ellos le ofrecen sus familiares, amistades y personas que los rodean; también les permitió identificar sus factores protectores, en los que para muchos son su familiares y amigos los cuales les ayudan a salir adelante, no dejarse influenciar por los vicios ni malas compañías.

Este árbol de la vida para ellos también es un motor que los impulsa a lograr sus metas, sueños y mejorar las condiciones socioeconómicas de su familia, a pensar y reflexionar sobre los malos hábitos y vicios que quieren dejar como: el celular, malas actitudes, para algunos dejar de tomar alcohol, malas compañías, dejar los cortes o autolesiones, etc. También identificaron esas acciones que deben realizar para ejecutar esas metas que desean alcanzar las cuales una de ellas es lograr pasar al siguiente año que vendría siendo el grado noveno y como meta de mediano plazo lograr terminar todo el bachillerato sin ningún obstáculo y poder comenzar la carrera que desean aunque muchos de ellos no sabían cuál eran las acciones que debían realizar para poder llegar a esa meta tan deseada alguno de los estudiantes pensaban que podrían realizar esa meta sin terminar un bachillerato como los estudiantes varones que desean ser futbolista la pregunta más frecuente es si lo para hacer futbolistas necesitaba ser bachiller, pero también desconocían totalmente toda la información relacionada los demás estudiantes sobre las carreras que desean

realizar cómo en qué universidades se encuentran esas carreras se encuentran esas carreras, qué requisitos necesitan para ingresar, el costo y las oportunidades como apoyo económico por eso al final de esta actividad se realizó un análisis de las diferentes carreras que los estudiantes escogieron y se les brindó la información necesaria para que ellos pudieran establecer esas metas que deben cumplir para llegar a ese objetivo que es entrar a la carrera deseada logrando motivar a los estudiantes para mejorar su rendimiento académico.

Con la finalidad de realizar el tercer objetivo específico de evaluar la eficacia de las estrategias, a través de la recopilación y el análisis de los datos procesos obtenidos durante las fases 1, 2 y 3. Evaluando la eficacia de las estrategias desarrolladas e implementadas en una muestra de estudiantes.

En un panel discusión que se realizó al finalizar la actividad, ellos manifiestan que la herramienta antes mencionada es un factor protector frente al consumo de alcohol ya que les permite centrarse en su crecimiento personal, profesional siendo que este y la escuela es una base fundamental para alcanzar sus metas, sueños y anhelos.

En el tercer objetivo específico Evaluar la eficacia del proyecto de vida en los estudiantes de octavo de la Institución Educativa.

A través de un panel de discusión tiene una retroalimentación de los participantes donde se evidencia la efectividad de las estrategias implementadas donde los participantes estaban algo temerosos, por lo que los investigadores tuvieron que iniciar el panel de discusión, realizando preguntas abiertas como: “cuál era la importancia del árbol de la vida en proyecto de vida.” A lo que ellos manifestaron que era una herramienta de vital importancia en el crecimiento personal, siendo que esta permite pautar metas claras, concisa que se quieren y se deben cumplir a corto, mediano y largo plazo permitiendo seguir escalando o estar más cerca de alcanzar su proyecto de

vida. “consideras el proyecto de vida como un factor protector de frente al consumo de alcohol” los estudiantes exclamaron que: Si porque este permite centrarse en su crecimiento personal y profesional siendo que este y la escuela es una base fundamental para alcanzar sus metas, sueños y anhelos.

Por lo consiguiente otras de las preguntas fueron “Creen que las emociones juegan un factor fundamental en tu vida” Si porque estas son adaptativas al entorno; por lo que no las consideramos ni buenas ni malas; los participantes afirman que: son señales e información sobre las cosas que nos rodean y sobre nosotros mismos. Nos ayudan a comprender nuestras necesidades, nuestros objetivos y valores prioritarios, preparándonos y motivándonos a actuar ya sea de forma positiva o negativa. “Consideras el alcohol como un factor de riesgo a tu proyecto de vida” los estudiantes en consenso afirman que: Si porque uno de los mitos más comunes sobre el alcohol es que uno puede manejar su consumo y eso es totalmente falso porque el alcohol es una droga que también ocasiona daño de forma física en el sistema nervioso y emocional afecta su autoestima cabe destacar que los estudiantes identifican el alcoholismo como la dependencia al alcohol e igualmente niegan que está enfermedad afecte solamente a las personas adultas también afirman que el consumo de las bebidas alcohólicas trae consecuencias a su salud como también a su desarrollo personal debido a que el consumir estas bebidas frecuentemente puede crear una adicción afectando su nivel educativo y puede afectar nuestro proceso para pasar al siguiente grado incluso puede ocasionar que perdamos la motivación para terminar nuestro bachillerato y con ello las esperanzas para lograr nuestras metas afectando así nuestra salud mental.

Evaluación de Emociones Post del TMMS-24

Para poder realizar un análisis estadístico se realiza un post test del cuestionario de habilidades emocionales TMMS 24 en el cual se observa estadísticamente (si hubo cambios o si se mantuvo los mismos rangos en cuanto a atención, claridad y relación emocional)

Figura 8

Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Claridad Emocional en Mujeres

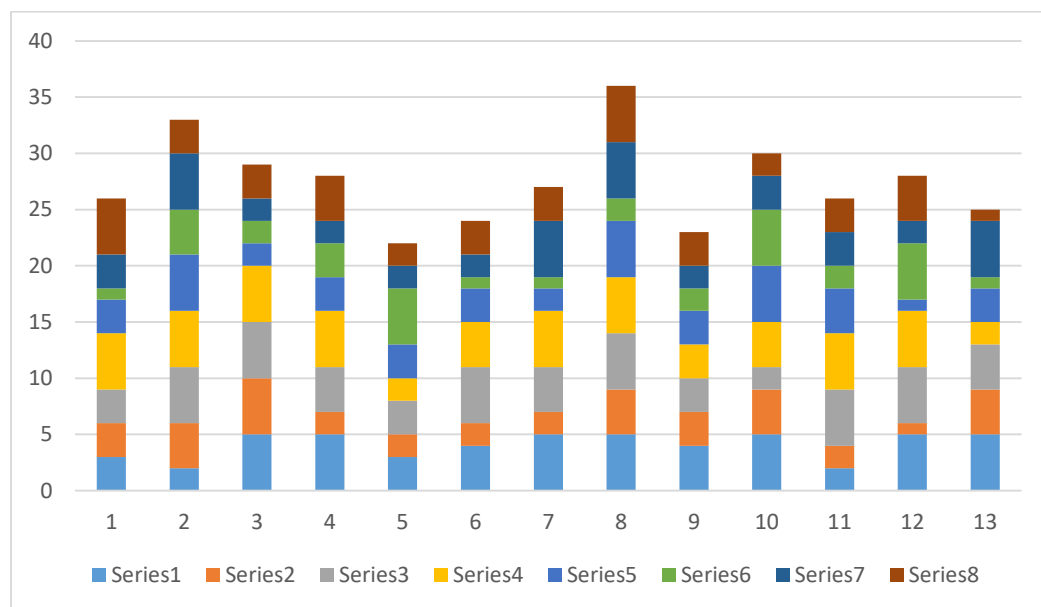


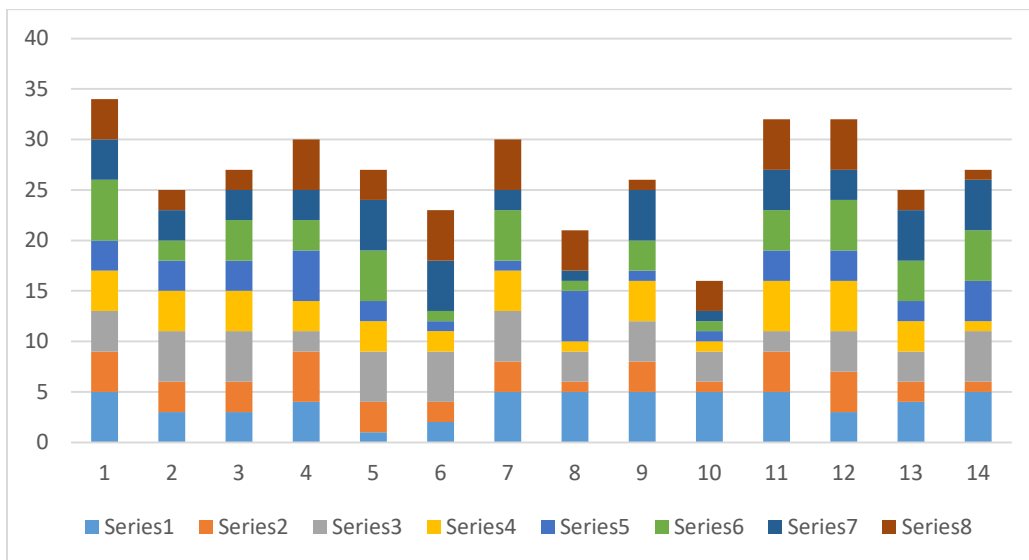
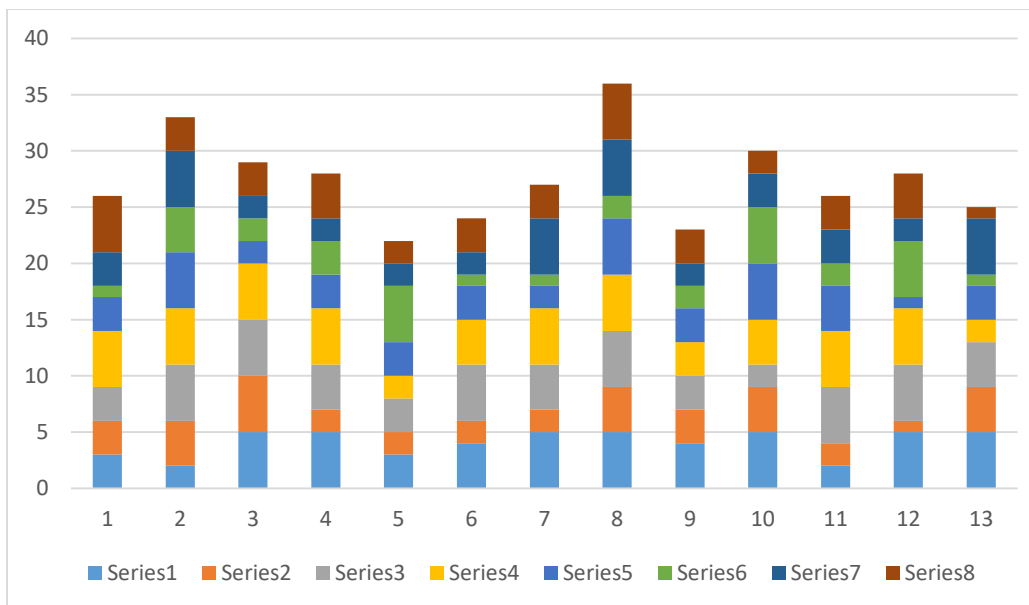
Figura 9*Análisis de los Resultados de la Post-prueba de Atención Emocional en Hombres***Figura 10***Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Claridad Emocional en Mujeres*

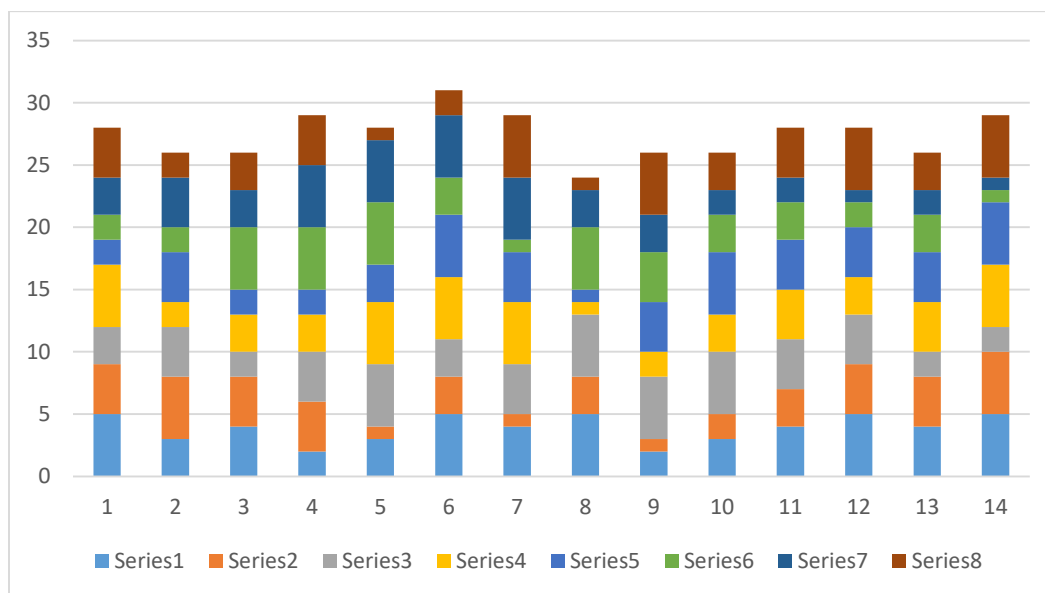
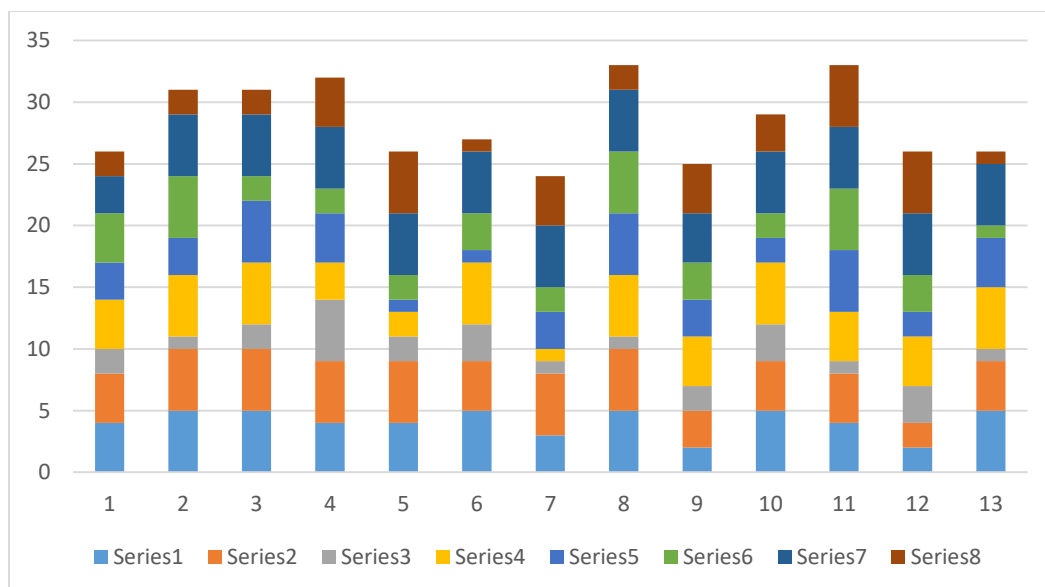
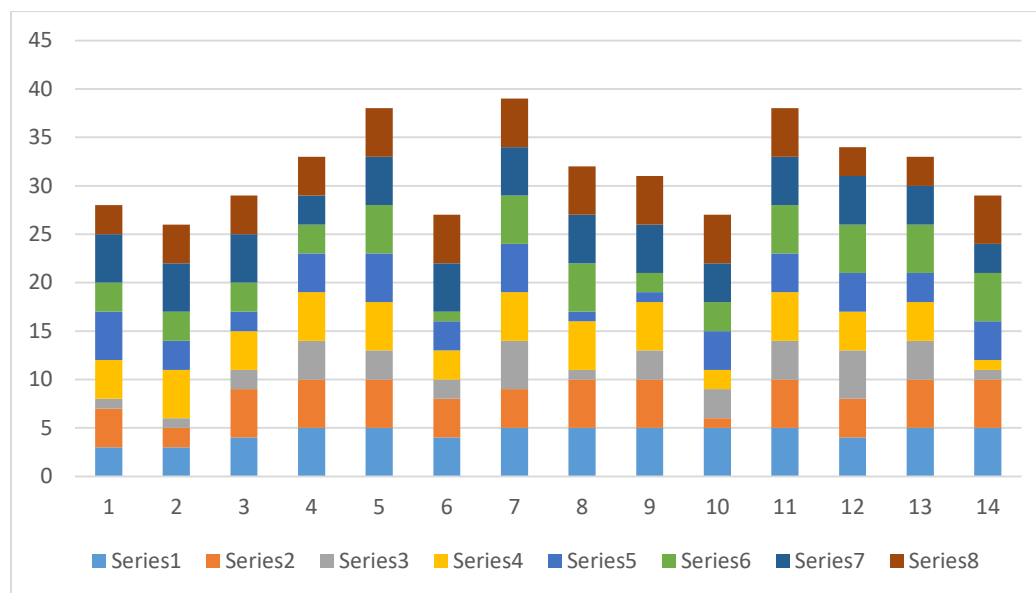
Figura 11*Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Claridad Emocional en Hombres***Figura 12***Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Reparación Emocional en Mujeres*

Figura 13

Análisis de los Resultados de la Post-Prueba de Reparación Emocional en Hombres



En la segunda aplicación de la prueba se encontraron aumentos significativos en:

Atención emocional, donde tanto hombres como mujeres fueron conscientes de sus emociones y prestaron la atención adecuada. Y en la claridad emocional, donde tanto mujeres como hombres también se observaron crecimientos significativos y como ambos han progresado en este ámbito, y ambos tienen la capacidad de definir y expresar sus sentimientos, gracias a su capacidad para expresar sus emociones con claridad la mayor parte del tiempo. Y desde la reparación emocional, el valor puede mantenerse: independientemente del género y la edad, los jóvenes logran una reparación emocional adecuada, aunque a veces cuesta algo de esfuerzo pasar de las emociones negativas a las positivas.

Y con base a los resultados obtenidos en una segunda aplicación del TMMS-24, se puede afirmar que con las herramientas necesarias y con una buena orientación, los jóvenes pueden ser emocionalmente más estables o mejorar en su: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional, los cuales buscan que sean hábiles para identificar y comprender sus

propios estados emocionales reconociendo la causa que los genera y volverlos más maduros emocionalmente.

Discusión

Los resultados encontrados de las actividades aplicadas son equivalentes con los datos proporcionados por la instrucción, mostrando que los jóvenes de octavo grado e la jornada de la tarde de Institución Educativa Francisco de paula Santander del municipio de Agustín Codazzi viven en entorno o barrios en donde el consumo de bebidas alcohólicas se ve frecuentemente, lo cual contribuye y predispone a los jóvenes al consumo de esta sustancia. Al observarse también las percepciones que presentaron los estudiantes en las preguntas de carácter cualitativos del cuestionario de percepción y consumo de sustancias psicoactivas en población escolar, se encontraron resultados alarmantes es que 25 de los jóvenes refiere que es fácil comprar bebidas alcohólicas. Aunque a su vez se encontraron resultados favorables como: quienes son sus factores protectores, las causas de porque los jóvenes comienzan a consumir alcohol a temprana edad y quiénes son sus factores de riesgos y como el proyecto de vida es un factor de protector para el consumo de alcohol.

En este sentido, al inicio del desarrollo de las actividades correspondientes al si el alcohol espera mi corazón no se altere y mi vida prospera. En donde los jóvenes del grado octavo de la institución educativa manifiestan que el alcohol es una sustancia psicoactiva que el consumo excesivo ocasiona daño a su salud física también manifiesta que han consumido esta sustancia por curiosidad o por diversión, pero no lo hacen de forma frecuente igualmente niegan que el alcoholismo sea una enfermedad solo afecte a los adultos. Y que algunos miembros de familia son los que les facilitan esta sustancia y a los cuales ellos identifican como factores de riesgos.

Resultados similares han sido encontrados en otros investigaciones cómo el estudio de Ferreiro et al. (2020) donde realizo una prevención del alcoholismo en adolescentes de 14 y 19 años de un colegio ecuatoriano donde en el análisis realizado en base a los resultados se

demonstró que los padres y familiares eran el principal factor de riesgo debido a su consumo frecuente de bebidas alcohólicas a causa de esto el 59,7% de los jóvenes fueron consumidores de alcohol con regularidad a temprana edad donde se resalta el fácil acceso a las bebidas alcohólicas Según la opinión de los investigadores de este estudio el entorno social en el que se desarrollan los adolescentes un factor determinante la adopción de hábitos nocivos estos comportamientos de riesgo pueden desembocar en problemas más graves como la drogadicción, el alcoholismo y conductas delictivas siendo la familia el principal contexto influyente.

El consumo de alcohol en adolescentes es un problema grave que afecta no solo a los jóvenes, sino también a la sociedad en general. Recientes estudios han demostrado que el contexto familiar, escolar y social juega un papel fundamental en la decisión de consumir alcohol. En particular, se ha encontrado que un funcionamiento familiar positivo, caracterizado por la vinculación emocional y la adaptabilidad, se relaciona con un menor consumo de alcohol en adolescentes. Sin embargo, cuando los familiares y amigos consumen alcohol, se convierten en modelos que influyen en el comportamiento de los adolescentes esto puede llevar a un patrón de consumo episódico y explosivo. Este tipo de consumo no solo es perjudicial para la salud, sino que también se asocia con conflictos familiares, accidentes de tráfico, violencia y delincuencia.

También uno de los resultados más importantes se ha observado que el apoyo percibido de los miembros de la familia (padres y hermanos) se relaciona con el consumo de alcohol en adolescentes. Estos resultados son convergentes con los obtenidos por López (1998), McGee (2000) y Musitu & Cava (2003). Es preocupante que, en muchos países, el consumo de alcohol se considere normal y aceptable, lo que reduce la percepción del riesgo y la alarma social. Esto es especialmente cierto en la adolescencia, cuando los jóvenes exploran y experimentan con su

entorno. La fácil accesibilidad y aceptación del alcohol en este grupo de edad es particularmente problemática, ya que están prohibidos de consumirlo.

Como afirma Moffitt (1993), “la adolescencia es un periodo de transición y experimentación, en el que los jóvenes exploran y prueban diferentes roles y comportamientos”. En este sentido, la adolescencia se vuelve una etapa vulnerable donde se desarrollan problemas de salud mental y comportamientos de riesgo, como el consumo de alcohol.

En actividades como: *ahora siento*, *Que ocurre en mí*, los jóvenes identificaron cada una de sus emociones durante una semana, y como se sentían en distintos contextos como: educativo, familiar y cuando convivían con sus amigos, ellos manifestaron que sintieron distintas emociones como: alegría, tristeza, enojo logrando un autoconocimiento de otra manera desarrollaron conciencia social comprendiendo los sentimientos de las personas de su entorno y la capacidad de regular sus emociones logrando una comunicación asertiva con sus padres y amigos.

Estas actividades también le generaron habilidades y las capacidades de conectar con nuestros sus sentimientos, pensamientos, acciones y a su vez siendo consciente de ellos mismos buscando el reconocimiento de que son seres capaces de reconocer cómo los ven los demás. Las personas que se conocen a sí mismas reconocen sus fortalezas y desafíos. Para Goleman (2000) un individuo que posee un buen nivel de inteligencia emocional no necesariamente dominará diversas competencias emocionales, ya que el primer concepto sólo indica la potencialidad que tiene la persona para el uso de habilidades inter e intrapersonales como lo indica en el siguiente extracto: “Una competencias emocional es una capacidad adquirida basada en la inteligencia emocional que da lugar a un desempeño sobresaliente” (Goleman p.33).

En actividades como: *taller la ruta de mi futuro, inventario de vida y árbol de la vida*: los jóvenes fueron capaces de identificar el concepto de proyecto de vida donde lograron identificar la importancia de este como también los valores al momento de diseñarlo ya que los valores rigen la manera de comportarse de esta manera consiguieron obtener una lista con sus habilidades donde muchos desconocían estas habilidades con esto logrando plasmar sus metas a corto, media y largo plazo tanto personal como académicamente, los cuales para ellos son pasar de años escolar, en donde los adolescentes mostraron claridad y propósito al definir sus metas, valores y prioridades también los motivo a mantenerse enfocado en sus objetivos identificados mejorando así su autoestima al identificar las acciones.

A su vez establecieron metas por ellos mismos y al mismo tiempo identificaron todas las amenazas que causa el consumo de alcohol para cumplir sus metas y también identificar cómo realizar este inventario les ayudó a determinar todos los pasos que deben realizar y cuándo deben realizar cada paso para poder aplicar esto en su proyecto de vida logrando los objetivos establecidos.

Cómo se puede apreciar los padres son un factor influyente en la creación de hábitos de igual forma en la elaboración del proyecto de vida de sus hijos es de gran importancia el apoyo de la familia de forma económica y social. Sin embargo, se nota una gran preocupación en las acciones de los adolescentes frente al consumo de alcohol debido a la influencia en su entorno familiar. Según Pineda y Rodríguez (2010) el apoyo familiar y social es esencial para la formación integral de los adolescentes ya que en estas relaciones se aprenden las normas y valores que rigen las convivencias sociales y se moldean sus comportamientos y actitudes.

Con la elaboración del árbol de la vida los jóvenes pudieron identificar sus factores protectores, que para la gran mayoría fueron sus padres, abuelos, etc. Los factores de riesgo,

ellos manifiestan que son malas compañías, amigos, primos, tíos, etc. Con la identificación de metas a corto, mediano y largo plazo, es importante que todos tiene una en común a corto plazo que es ganar el año escolar o pasar de octavo a noveno. También invita al estudiante a cuestionar innovar, cuestionar, producir nuevas ideas y reflexionar críticamente, para generar en él la autodirección como característica importante de la persona reflexiva-creativa destacada en el aspecto de su proyección y realización personal, profesional y social, autónoma y desarrolladora (D' Angelo, 2000).

A su vez identificaron los vicios que deben dejar como: celulares, internet, redes sociales, amigos, el consumo de alcohol, otro de los benéficos del proyecto de vida fue que ellos es un motor que los impulsa a lograr sus metas, sueños y mejorar las condiciones socioeconómicas de su familia, a pensar y reflexionar, en las cosas que quieren cambiar o mejorar de sí mismo logrando ser una mejor versión de ellos mismos.

Los estudiantes por su parte manifiestan tener el apoyo y la confianza de sus padres convirtiéndose en el pilar fundamental para el desarrollo de su proyecto de vida con autonomía pero cómo se ha manifestado previamente el consumo de alcohol frecuentemente en el entorno familiar de los adolescentes afecta significativamente al desarrollo del proyecto de vida sin embargo a través de la prevención del consumo de alcohol realizado a los estudiantes se logró concientizar que el consumo de sustancias alcohólicas a tempranas que se convierte en conducta de riesgo para su salud.

A través del proyecto de vida se proporcionó un sentido dirección y propósito lo que reduce la necesidad de buscar a través del consumo de alcohol una motivación o diversión en la vida de los adolescentes. Carl Rogers (1951) enfatiza la importancia de la autocompresión y la dirección personal para alcanzar la plenitud y evitar patrones negativos lo cual esto genera

motivación a tomar decisiones saludables y evitar el comportamiento de riesgo del consumo excesivo del alcohol ayudando a mejorar el autoestima y la confianza desarrollando habilidades para la vida como la resolución de problemas y la toma de decisiones proporcionando una visión positiva del futuro aumentando así la autoconciencia y la comprensión de las propias necesidades y objetivos de los adolescentes.

Arrita (2018) destaca la importancia de la detección intervención efectiva del consumo de psicoactivas para prevenir consecuencias negativas en la salud y el bienestar de los adolescentes. Por otra parte, diferentes investigaciones Fein et al., 2013; Pascual et al. 2014 han demostrado que los adolescentes con elevados niveles de consumo tienen más probabilidades de tener problemas físicos importantes a nivel del sistema nervioso central, lo que a su vez puede tener expresiones psicosociales, como agresividad, dificultades de aprendizaje y conductas oposicionistas.

Conclusiones

En este proyecto se puede reconocer la eficacia de la acción para fomentar el proyecto de vida como factor protector frente al consumo a través de las actividades para construir un proyecto de vida como el árbol de la vida donde los estudiantes reconocían sus habilidades, transformando sus hábitos y desarrollando un autoconcepto el cual generó un impacto positivo en las necesidades presentadas por la problemática que se abordó durante el desarrollo de la intervención. Aunque los primeros resultados del libreto aplicado muestra que 15 de los estudiantes de los cuales 10 son hombres presentaron desinterés, falta de conocimiento y motivación frente al proyecto de vida y en la parte emocional los estudiantes mostraron dificultades en la atención emocional en las mujeres y en los hombres claridad emocional, luego de realizar las actividades y el análisis de los resultados, se pudo observar que la mayoría de los estudiantes lograron establecer metas a corto, mediano y largo plazo desarrollando motivación para realizarlas en esta actividad identificaron las acciones que deben realizar para lograr estas metas como también los recursos y los límites aprendiendo a gestionar el tiempo encontrando factores de motivación para seguir con el autoconocimiento.

Con lo anterior mencionado lograron descubrir sus habilidades y amenazas a través del árbol de la vida estableciendo metas a largo, mediano y corto plazo como también que pueden impedirles alcanzar esas metas también es de importancia las emociones para realizar estas actividades alcanzaron a identificar las emociones que sienten en las diferentes situaciones que se les presenten desarrollando las habilidades para tener claridad de estas emociones. A nivel general se concluyó que, durante la elaboración del árbol de la vida y el panel de discusión sobre el consumo de alcohol que fueron unas de las actividades desarrolladas, los estudiantes concluyeron que el consumo de alcohol no es la solución más efectiva a los problemas que se

presentan en las familias, porque al hacerlo afecta su proyecto de vida perdiendo las oportunidades en su futuro.

En este aspecto, lograron cambiar sus apreciaciones sobre la importancia de estudiar, encontrando la motivación para superarse para lograr una buena calidad de vida tanto para ellos como lo que los sostiene que es la familia esto expresado por los estudiantes en una de las actividades desarrolladas es el motivo principal para cumplir sus metas generando motivación. Bozhovich (1976, citado en D' Angelo, 2000) expresa que la autorregulación “es la manifestación de un funcionamiento armónico de la personalidad, una dirección consciente del comportamiento, estimulada por motivaciones y necesidades específicamente humanas que se forman en las relaciones sociales” y aporta al desarrollo de la autoconciencia y el autorreflexión; y destaca la efectividad del desempeño del estudiante. El proyecto de vida les motivo a terminar su bachillerato ya que la mayoría de los estudiantes se logró observar poco interés por asistir a clases o realizar las actividades que los ayudara a culminar el grado octavo, al abordar actividades de construcción de las metas este factor ejerció una gran motivación ya que logaron reflexionar que es de gran importancia terminar su bachillerato para la construcción de las mismas.

El proyecto de vida se implementa de diversas maneras entre las cuales podemos encontrar el auto concepto que tienen los estudiantes a futuro, así como establecer metas corto, mediano y largo plazo como también que fases o herramientas necesitan para lograr dichas metas junto con el descubrimiento de habilidades, actitudes, fortalezas y debilidades junto a un cambio de hábitos. (D' Angelo, 1997) utiliza el concepto de “Proyecto de vida”, entendido éste como un subsistema autorregulado de la personalidad en el que se integran elementos cognoscitivos e instrumentales y afectivos, motivacionales en determinadas tareas generales a desarrollar en

la vida del individuo. Según Erik Erickson un proyecto de vida bien estructurado para proporcionar varios beneficios en diferentes etapas de desarrollo psicosocial los cuales son claridad de la identidad personal, propósito, dirección de la vida desarrollo y mejora de la toma de decisiones.

Cerquera et, al (2022) en su investigación titulada Formulación de una estrategia para disminuir el riesgo de consumo de alcohol en adolescentes la cual a través del proyecto de vida y el deporte ha sido un pilar fundamental en la construcción de factores protectores de los jóvenes de manera significativa a través de distintas formas en las que el deporte es un factor protector junto a las experiencias previas y significativa que comentan los jóvenes en sus espacios de recreación junto a sus familias el cual según su resultado teniendo en cuenta las acciones realizadas se pudo observar que el proyecto de vida, el deporte y las experiencias reflexivas deporte permite tener aportes positivos en las comunidad.

Con lo anterior lograron reflexionar sus metas y objetivos al elaborar el proyecto de vida les ayudara a tomar las mejores decisiones para su desarrollo personal y profesional. Otro de las investigaciones tenidas en cuenta para dar fundamento teórico al proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol son de Muñoz Silva (2020) en su investigación titulada construcción de un proyecto de vida para los estudiantes del grado undécimo en una escuela pública en Boyacá.

Los estudiantes de la investigación anterior afirman que el proyecto de vida si es un factor protector porque les permite crear y desarrollar habilidades para la vida frente a la prevención del consumo de alcohol ya que el desarrollo de estas habilidades para la vida con factores protectores logrando disminuir los factores de riesgo a los que están expuestos y puedan mejorar su calidad de vida. Un proyecto de vida claro proporciona un sentido de dirección y

propósito también motiva a decisiones saludables y evitar comportamientos de riesgo lo que reduce la necesidad de buscar evasiones a través del alcohol.

Recomendaciones

Como recomendaciones para futuras investigaciones e intervención, es necesario realizar actividades conjuntas con los estudiantes y su núcleo familiar cercano, siendo que el proceso de intervención será más efectivo, gracias a la información obtenida en el cuestionario, se pudo observar en los resultados de estudio que las categorías familiares tienen un fuerte impacto en las metas, toma de decisiones y la motivación de los estudiantes para mejorar sus condiciones socioeconómicas.

Que la institución brinde orientación y capacite a los docentes con la participación de la escucha activa con la finalidad proporcionar apoyo educativo y emocional a los estudiantes de la institución, ya que al contar con personal de docentes capacitado en el campo psicológico y emocional se genera un factor protector y motivador para los estudiantes que les permita salir adelante, no dejarse influenciar por los vicios ni malas compañías. Creando así espacios de ayuda para estudiantes que, estén pasando por situaciones de riesgos y un punto de apoyo mientras aprenden.

Como última recomendación, se sugiere que las instituciones puedan incorporar en el horario de clases una hora específica para la fomentar el proyecto de vida, orientación vocacional. Con los grados de básica primaria y bachillerato, con el fin de que los niños, niñas piensen y reflexionen sobre sus habilidades, actitudes o en lo que son buenos. Ya que esto puede ayudar a que desde temprana edad se pueda empezar a crear una base sólida que le permita al estudiante explorar y descubrir con mayor tiempo aquellas áreas de interés en las que puede desarrollarse y encontrar metas que les motiven a culminar con éxito su proceso educativo.

Referencias Bibliográficas

- Acevedo Hernández, Y. A., Buitrago Flórez, J. P., Luna Castro, C. A., & Silva Moreno, J. J. (2023). Estrategias Para la Prevención del Consumo de Alcohol y Tabaco Dirigidas a una Comunidad Educativa de una Universidad de Cúcuta, 2023. Cúcuta: Universidad de Santander. Obtenido del repositorio UDES
- Bernal, C. A. (2006). Metodología de la investigación: para administración, economía, humanidades y ciencias sociales. Pearson Educación. Retrieved from
- D' Angelo, O. (2000). El Desarrollo Profesional Creador (DPC) en la actividad científica. Artículo 4. Clacso. Recuperado el 15 de enero de 2013, de Caravaca Morera, J., Noh, S., Hamilton, H., Brands, B., Gastaldo, D., & Mi otto W
- right, M. (2015). FATORES SOCIOCULTURAIS E O CONSUMO DE DROGAS ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITARIOS COSTARRIQUENHOS. Scielo, 24(spe), 145-153.
- Casas Anguita, J., Repullo Labrador, J. R., & Donado Campos, J. (2003). En La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionario y tratamientos estadísticos de los datos. (pp. 527 - 538). Aten Primaria
- Cerquera Cadena, E. Y., Gallardo Bastos, F. A., Martínez Miranda, L. P., & Trujillo Álvarez, L. C. (2022). Formulación de una estrategia para disminuir el riesgo de consumo de alcohol en los niños y niñas que conforman el equipo de rugby del Corregimiento el Pedral, Santander, como aporte a su proyecto de vida. Santander, Pedral: Javeriana. Obtenido de repositorio Javeriana
- Chacón, B. E. G., Zabala, S. P. G., Trujillo, A. Q., Velásquez, Á. M. V., & Cotos, A. M. G. (2002). Técnicas interactivas para la investigación social cualitativa. Fundación Universitaria Luis Amigo.

- Consuegra Anaya, N. (2010). *Diccionario Psicologico*. Bogota: Ecoe Ediciones. Obtenido de
- Covey, S. (2012). *Los siete hábitos de los adolescentes altamente efectivos*. Distrito Federal, México: Penguin Random House
- Díaz-Barriga, F. Vázquez-Negrete, V., & Díaz-David, A. (2019). Sentido de la experiencia escolar en estudiantes de secundaria en situación de vulnerabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 17 (1), 237-252.
- Fein, G., Greenstein, D., Cardenas, V. A., Cuzen, N. L., Fouche, J.-P., Ferrett, H., & Stein, D. J. (2013). Cortical and subcortical volumes in adolescents with alcohol dependence but without substance or psychiatric comorbidities. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 214(1), 1-8.
- Fernández-García, Paula, Vallejo-Seco, Guillermo, Livacic-Rojas, Pablo E., & Tuero-Herrero, Ellián. (2014). Validez Estructurada para una investigación cuasi-experimental de calidad: se cumplen 50 años de la presentación en sociedad de los diseños cuasi-experimentales. *Anales de Psicología*, 30(2), 756-771.
- García-Yepes, K. (2017). *Construcción de Proyectos de Vida Alternativos (PVA) en Urabá, Colombia: papel del sistema educativo en contextos vulnerables*. *Estudios pedagógicos*, 43 (3), 153-173.
- Goleman, Daniel, (2000), *La inteligencia emocional aplicada a las organizaciones*, Barcelona, Kairos
- Gómez-Restrepo, C. M. (2021, 5 marzo). *Fortalecimiento del Proyecto de Vida y Valores a Través de Edmodo Como Estrategia de Desarrollo Personal y Toma de Decisiones con Estudiantes de Secundaria*. Repositorio Universidad de Santander.

<https://repositorio.udes.edu.co/entities/publication/df1d3555-7d28-4f74-9804-05eccef5e67d>

Gómez-Restrepo, C. M. (2021, 5 marzo). *Fortalecimiento del Proyecto de Vida y Valores a Través de Edmodo Como Estrategia de Desarrollo Personal y Toma de Decisiones con Estudiantes de Secundaria*. Repositorio Universidad de Santander.

<https://repositorio.udes.edu.co/entities/publication/df1d3555-7d28-4f74-9804-05eccef5e67d>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. las rutas en investigación cuantitativa, cualitativa y mixta. México DF: McGraw-Hill/Interamericana editores, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. México DF: McGraw-Hill/Interamericana editores, 6ª ed.

Jonathan, J. (15 de octubre de 2015). Psicología y mente. Obtenido de Psicología y mente:

Kure, W. A. (2019). Diseño e implementación de un sistemas de información para el área de orientación escolar en la institución educativa policarpa salavarrieta de la ciudad de Girardot – Cundinamarca. [Proyecto aplicado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD]. Repositorio Institucional UNAD.

López, J.S., Martín, M.J. y Martín J.M. (1998). Consumo de drogas ilegales. En A. Martín, J.M. Martín (Eds.), comportamientos de riesgo: violencia, prácticas sexuales de riesgo y consumo de drogas ilegales. Madrid: Entinema.

Maslow, A.H. (1954). Motivación y personalidad. Harper & Brothers.

McGee, R., Williams, S., Poulton, R. y Moffitt, T.(2000). A longitudinal study of cannabis use and mental health from adolescence to early adulthood:

Minsalud. (octubre del 2016). Prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA).

Obtenido de Prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA):

Moffitt, T. E. (1993). Adolescence-limited and life-course-persistent antisocial behavior.

Muguirra, s.f (s.f.). Questionpro. Obtenido de Questionpro:

Gómez-Restrepo, C. M. (2021, 5 marzo). *Fortalecimiento del Proyecto de Vida y Valores a Través de Edmodo Como Estrategia de Desarrollo Personal y Toma de Decisiones con Estudiantes de Secundaria*. Repositorio Universidad de Santander.

<https://repositorio.udes.edu.co/entities/publication/df1d3555-7d28-4f74-9804-05eccef5e67d>

Gómez-Restrepo, C. M. (2021, 5 marzo). *Fortalecimiento del Proyecto de Vida y Valores a Través de Edmodo Como Estrategia de Desarrollo Personal y Toma de Decisiones con Estudiantes de Secundaria*. Repositorio Universidad de Santander.

<https://repositorio.udes.edu.co/entities/publication/df1d3555-7d28-4f74-9804-05eccef5e67d>

Narvaez, M. (2024, 9 diciembre). *Método de investigación cualitativa: Qué es y cómo usarlo*.

QuestionPro. <https://www.questionpro.com/blog/es/metodo-de-investigacion-cualitativo/>

NIDA. 2022, marzo 22. *La adicción y la salud*. Retrieved from

<https://nida.nih.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/la-adiccion-y-la-salud>

Organización Mundial de la Salud (2024) Indicadores de salud del adolescente propuestos por la Acción Mundial para la Medición de la Salud del Adolescente Orientación para el seguimiento de la salud del adolescente a nivel nacional, regional y mundial.. ISBN 978-92-4-009547-2 (versión electrónica) ISBN 978-92-4-009548-9 (versión impresa)

Organización Mundial de la Salud. (2018). Informe sobre la situación mundial del alcohol y la salud. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51352/OPSNMH19012_spa.pdf

Organización panamericana de la salud (2023) el alcohol en la adolescencia

<https://iris.paho.org/handle/10665.2/56381>

Organización panamericana de la salud. (2023) Informe mundial sobre la salud mental:

Transformar la salud mental para todos. ISBN: 978-92-75-32771-5 (PDF) ISBN: 978-92-75-12771-1 (versión impresa) 2023

Pascual, M., Pla, A., Miñarro, J., & Guerri, C. (2014). *Neuroimmune activation and myelin changes in adolescent rats exposed to high-dose alcohol and associated cognitive dysfunction:*

A review with reference to human adolescent drinking. *Alcohol and Alcoholism*, 49(2), 187-192. Doi:10.1093/alcalc/agt164.

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S0123-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S0123-9155201800020025800023&lng=en)

[9155201800020025800023&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S0123-9155201800020025800023&lng=en)

Piedra, T., Reyes Masa, B., Tapia Chamba, A., & Sanchez Ruiz, J. (20 de marzo de 2019). *El consumo de sustancias psicoactivas y su influencia en el desarrollo integral*. Obtenido de

El consumo de sustancias psicoactivas y su influencia en el desarrollo integral:

<https://www.redalyc.org/journal/5736/573667940004/html/>

Rogers, C. (1951). *Client-Centered Therapy*. Houghton Mifflin.

Salas Blas, E (2013) Diseños preexperimentales en psicología y educación: una revisión conceptual. Universidad de San Martín de Porres, Perú.

Salud y mente. Obtenido de La Teoría Ecológica de Urie Bronfenbrenner:

<https://psicologiymente.com/desarrollo/teoria-ecologica-bronfenbrenner>

Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. <https://www.redalyc.org/journal/778/77849972006/html/>

Triglia, A. (9 de mayo de 2017). Psicología y mente. Obtenido de La Logoterapia de Viktor Frankl teoría y técnicas: <https://psicologiaymente.com/clinica/logoterapia>

UNICEF Uruguay. (21 de julio del 2021). *¿Qué es la adolescencia?* | Adolescentes | UNICEF Uruguay. [Archivo de video]. YouTube.

https://www.youtube.com/watch?v=Tx_ARgiKlE&t=3s

Apéndices

Apéndice A

Permiso por Parte del Rector de la Institución

Agustín Codazzi, César 31 mayo del 2024

Señor:

Antonio Luquetta Quintero

Rector de la institución educativa Francisco de Paula Santander

Calle 25 N° 14*-62

Agustín Codazzi -César

Asunto: solicitud para realizar un artículo científico

Cordial saludo

Por medio de la presente los suscritos, **Angie katerinne González Pérez CC 1.007.511.509** y **Jose Andrés López Cabana CC 1.003.377.173**, estudiantes de noveno semestre de la carrera de psicología en la universidad nacional abierta y a distancia (UNAD), nos dirigimos a usted para solicitarle nos conceda permiso de realizar un proyecto cuyo objetivo es fomentar proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar).

Las acciones están dadas a solicitar el consentimiento informado a usted y de los padres de familia de los grados octavo, cuyas acciones psicosociales están dadas a construir calidad de vida en los adolescentes, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar). Las intervenciones psicosociales que se realizarán dentro de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, se diseñaron unas estrategias de aprendizaje que se centran en la prevención del consumo de alcohol por parte de adolescentes en institución.

Lo anterior para su conocimiento y fines pertinentes.

Atertamente



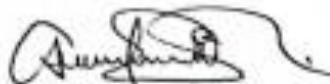
Angie katerinne González Pérez

ESTUDIANTE DE PSICOLOGÍA



Jose Andrés López Cabana

ESTUDIANTE DE PSICOLOGÍA



Antonio Luquetta Quintero

RECTOR

Apéndice B

Consentimiento Informado

Consentimiento Informado

Cordial saludo. El fin de este formato de consentimiento es proveer a los participantes con una clara explicación de la naturaleza del estudio y su rol en el mismo. De esta manera, el participante podrá tomar una decisión voluntaria y razonable, conociendo las implicaciones y el propósito general de su participación.

1. El proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar)

2. Programa de psicología, escuela ECSAH y semillero de Investigación **YANAPAY VALLEQUIPAR**.

Yo [REDACTED] identificado(a) con la cédula de ciudadanía número [REDACTED] de [REDACTED] de Agustín Codazzi, en pleno uso de mis facultades legales, mentales, cognitivas y volitivas, de manera consciente y en calidad de acudiente o tutor(a) legal de [REDACTED] deseo manifestar a través de este documento, que fui informado(a) lo suficiente y comprendo la justificación, los cuyo objetivo fomentar el proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar). Los procedimientos y las posibles molestias y beneficios implicados en la participación de nuestro hijo(a), en el proyecto titulado "El proyecto de vida como factor protector frente al consumo de alcohol en estudiantes de octavo grado, de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar)", que se describe a continuación:

La participación en esta investigación es completamente voluntaria. El participante tiene el derecho a no aceptar participar o a retirar su consentimiento y retirarse (o retirar a su hijo/hija, familiar o representado) de esta investigación en el momento que lo estime conveniente.

Los datos y resultados individuales serán usados de manera confidencial, según lo exige el artículo 2 numeral 5 de la Ley 1090 de 2006 al rol del psicólogo. La única excepción a esta condición sucede si alguna autoridad judicial competente (por ejemplo, fiscalía) solicita a los investigadores el acceso a la información, o si hay inminencia de riesgo al bienestar físico o mental del participante. En cualquier instante se puede acceder a la propia información, previa solicitud escrita firmada por usted.

En caso de cualesquiera preguntas y/o dudas que el acudiente o participante tenga acerca de esta investigación, puede hacerlas en cualquier momento durante y después de su participación, contactándose con los investigadores, cuyo equipo está conformado por:
Los datos de contacto del investigador principal e investigadores son:

Apéndice C

Validación del Instrumento Utilizado

| | | | | |
|--|---|--------------------------------|---|------------------------|
|  | Universidad Nacional Abierta Y A Distancia (UNAD) | |  | |
| | Escuela De Ciencias Sociales, Artes Y Humanidades - (ECSAH) | | | |
| Guía de validación de instrumento por parte de los expertos | | | | |
| Título: Relaciones socioemocionales y la percepción del consumo de sustancias psicoactivas. | | | | |
| Objetivo: Conocer las características socioemocionales de los estudiantes de octavo grado de la Institución Educativa Francisco de Paula Santander, del municipio de Agustín Codazzi (Cesar). | | | | |
| DATOS DEL EXPERTO | | | | |
| Nombre y Apellido: Evangelina Pérez Corzo | | | | |
| Formación académica: psicóloga especialista en Educación, magister en prosocialidad y logoterapia. | | | | |
| Instrumento: CUESTIONARIO | | | | |
| Cargo: psicóloga | | | | |
| Instrumento para evaluar: CUESTIONARIO PERCEPCIÓN Y CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN POBLACION ESCOLAR | | | | |
| Indicadores: Utilice la siguiente escala para cada indicador | | | | |
| Total, desacuerdo | En desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | De acuerdo | Total mente de acuerdo |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| CRITERIO | INDICADORES | ESCALA | | | | |
|--|---|--------|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Credibilidad | Existe relación del instrumento con los objetivos de la investigación. | | | | | x |
| | El lenguaje utilizado en el cuestionario está acorde con las características de los informantes. | | | | x | |
| | Las preguntas son precisas y no generan distorsiones o confusiones a las posibles respuestas dadas por los participantes. | | | | x | |
| Aplicabilidad | El esquema es coherente con la realidad de la población participante. | | | | | x |
| | El fenómeno estudiado puede trasladarse a otros contextos. | | | | x | |
| | Las preguntas utilizadas posibilitan la generación de categorías emergentes que permitan comprender aún más el fenómeno. | | | | x | |
| Consistencia | La investigación tiene relación con el contexto estudiado. | | | | | x |
| Neutralidad | El investigador presenta el tema o problema de investigación sin generar sesgos. | | | | | x |
| Observaciones: Realizar ajustes de redacción. | | | | | | |
| Recomendaciones: | | | | | | |
| Firma:  | | | | | | |

Apéndice D

Aplicación del Instrumento

CUESTIONARIO PERCEPCIÓN Y CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN POBLACION ESCOLAR.

El siguiente cuestionario tiene como objetivo conocer cuál es la información sobre sus emociones y sobre las sustancias psicoactivas, alcohol. Las preguntas no tienen respuestas buenas ni malas. La información suministrada es totalmente a nivel académico, confidencial y su uso será netamente para la presente investigación sobre el tema, por favor responda todas las preguntas con la mayor sinceridad, dado que este cuestionario ha sido diseñado solo para fines académicos.

Datos Socioemocionales de los Estudiantes

Fecha: _____

Datos personales:

Nombre y apellidos: _____

Sexo: F ___ M ___ Edad: ___ fecha de nacimiento: ___/___/___ Grado: _____

Apéndice E

Aplicación del Pretest y Post TMMS-24

