

Desarrollo humano, concepciones del bienestar y crecimiento personal en la educación universitaria.

MARÍA DEL PILAR CARDONA SÁNCHEZ

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – ECSAH

Maestría en Desarrollo Alternativo Sostenible y Solidario – MDASS

Bogotá

10 de agosto de 2020

Desarrollo humano, concepciones del bienestar y crecimiento personal en la educación universitaria.

MARÍA DEL PILAR CARDONA SÁNCHEZ

Trabajo de investigación como opción de grado para optar al título de Magíster en Desarrollo Alternativo, Sostenible y Solidario

Directora de trabajo de grado: Adriana María Rojas Angarita

Mg. Psicología Clínica y de la Familia.

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – ECSAH

Maestría en Desarrollo Alternativo Sostenible y Solidario – MDASS

Bogotá

10 agosto de 2020

### **Dedicatoria**

*Este gran logro es dedicado a mi hija, **Mariana Ibáñez Cardona**, quien es mi mayor inspiración y mi motor para ser cada día mejor, contribuyendo a que se sienta orgullosa de mí por ser su mamá y ser un ejemplo de admiración para ella, de perseverancia, superación personal y profesional. A mi esposo, **Jefferson Alexander Ibáñez Cárdenas**, mi apoyo incondicional, con quien he construido lo mejor que me ha pasado en mi vida, mi familia, los amo.*

*A mis padres **María Adelaida Sánchez** y **José Iván Cardona** quienes siempre han sido mi respaldo y mi guía, a mis hermanos **Laura Patricia Valencia Sánchez** y **Jorge Iván Cardona Sánchez** quienes son parte fundamental de mi vida y mi hermoso sobrino **Juan David Cardona Vanegas** en quien siempre he encontrado un amor puro y verdadero.*

***Vive para ser feliz***

***María del Pilar Cardona Sánchez***

### **Agradecimientos**

*Este gran logro es dedicado a Dios quién me bendice cada día de mi vida y quien me ha brindado las oportunidades para cualificarme cada vez más; Agradezco a la vida por encontrar en el camino a Leidy Daian Arias González, Sindy Johana Acevedo Velandia y Adriana María Rojas, quienes contribuyeron en este proceso de formación de manera significativa, cada una de diferentes maneras, pero gracias a su apoyo y solidaridad hoy el título de magister se convierte, en un sueño hecho realidad.*

*Y, por último, pero no menos importante, le agradezco a la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD, institución que me ha permitido crecer como persona y profesional, y se ha convertido en una fuente de progreso en mi vida.*

## Resumen

Este proyecto es de Investigación e intervención, es realizada en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia –UNAD desde la línea de Crecimiento Personal del Sistema de Bienestar Integral, en el que se aborda el Desarrollo Humano como eje fundamental del Bienestar, en el que se aborda la calidad de vida desde un enfoque subjetivo, trabajando desde el desarrollo del Ser en búsqueda de su autorrealización, sin desconocer que es un sujeto social que requiere de su entorno.

En la primera parte del proyecto se hace una búsqueda de la concepción que tienen los estudiantes acerca de desarrollo humano, calidad de vida y bienestar; para aportar con pertinencia a las expectativas e intereses de la comunidad, articulando estas a la política pública de Bienestar de Instituciones de Educación Superior, a la política de Salud Mental y a la política de Atención Integral en Salud, ya que las tres tienen un enfoque de calidad de vida y bienestar.

A través de las estrategias implementadas para dinamizar la línea de crecimiento personal, se evidencia como se fortalece la formación integral de la comunidad Unadista, además del impacto positivo que generan las experiencias desarrolladas en los participantes, mitigando los riesgos psicosociales y aportando a su bienestar y calidad de vida.

Evidentemente con el desarrollo del proyecto se evidencia la importancia de trabajar en la dimensión psicoafectiva del Ser humano, para impactar en su bienestar y por ende en su calidad de vida para un desarrollo personal con dignidad. Es decir que el crecimiento personal es igual de importante al crecimiento económico y cuidado del medio ambiente, que se definiría como un desarrollo humano sostenible; por lo que desde las políticas públicas se debe seguir trabajando por la inclusión social y la equidad, aumentar las posibilidades de progreso para los más vulnerables, permitiendo la autorrealización y por ende la satisfacción personal.

**Palabras clave:** Desarrollo humano, crecimiento personal, bienestar, calidad de vida, políticas públicas, salud mental.

## Tabla de contenido

Dedicatoria.....	3
Agradecimientos.....	4
Resumen .....	5
Introducción.....	12
1. Planteamiento del problema de investigación .....	16
1.1. Preguntas generales.....	18
1.2. Justificación .....	19
1.3. Objetivos.....	19
1.3.1. Objetivo general .....	19
1.3.2. Objetivos específicos.....	20
2. 21	
3. Estado del arte: punto de partida para comprender el bienestar - Calidad de vida Como ejes del desarrollo humano en ambientes universitarios.....	21
2.1. Eje de bienestar.....	21
3.2. Eje calidad de vida .....	24
2.3 Eje desarrollo humano .....	30
2.4. Diálogo entre autores.....	31
4. Marco teórico y conceptual .....	34
3.1 Teoría de pirámide de Maslow 1991 .....	34
3.2 Teoría desarrollo a escala humana Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986,).....	35
3.3 Diálogo entre las teorías humanistas anteriores .....	37

3.4. Educación y desarrollo .....	38
3.5. Fundamentación -análisis de la importancia de la investigación .....	44
4. Marco Legal.....	49
4. 1 Lineamientos de política de bienestar para instituciones de educación superior .....	49
4.2 Política de salud mental .....	52
4.3. Política de atención integral en salud .....	54
5. Marco metodológico.....	56
5.1. Tipo de investigación .....	56
5.2. Enfoque de la investigación.....	56
5.3 Procedimiento.....	57
5.4 Organización de la información .....	59
5.5 Población .....	60
5.5.1 Participantes .....	61
5.6 Instrumentos .....	61
6. Análisis de resultados .....	62
6.1. Análisis encuesta de desarrollo humano.....	62
6.2. Análisis foro: Subjetividad y sentido de vida.....	66
6.2.1 Categorías inductiva .....	67
6.3 Actividades de intervención de la línea de crecimiento personal.....	68
6.4 Análisis de encuestas de la línea de crecimiento personal en el primer periodo 2020. ....	71

6.4.1. Encuesta de impacto de la línea de crecimiento personal .....	71
6.4.2 Encuesta de satisfacción del nodo de crecimiento personal .....	72
6.4.3. Encuesta de satisfacción de actividades sincrónicas de la línea de Crecimiento personal.....	75
7. Análisis final.....	79
7. Conclusiones.....	90
8. Referencias bibliográficas .....	92
9. Anexos .....	97



### **Lista de ilustraciones**

Ilustración 1: Ilustración Pirámide de Necesidades de Maslow .....	35
Ilustración 2: Cómo concibe el desarrollo humano .....	62
Ilustración 3: Cómo el Crecimiento Personal, aporta al desarrollo humano. ....	63
Ilustración 4: Qué es calidad de vida.....	63
Ilustración 5: Bienestar .....	64
Ilustración 6: Cuáles aspectos de la vida se articulan con un buen desarrollo humano .	64
Ilustración 7: Cómo aporta la UNAD a su crecimiento personal .....	65
Ilustración 8: Qué falta para que la UNAD aporte a su crecimiento personal .....	65
Ilustración 9: Resultado categorías inductivas .....	67
Ilustración 10: Colocar en práctica lo aprendido.....	71
Ilustración 11: Utilidad de las acciones.....	72

### Lista de tablas

Tabla 1. Categorías y subcategorías del análisis cualitativo .....	16
Tabla 2. Actividades de la línea de crecimiento personal .....	69
Tabla 3. Participantes del nodo.....	70
Tabla 4. Respuestas de participantes por estamento en el nodo.....	73
Tabla 5. Pertinencia del nodo. ....	73
Tabla 6. Temas para trabajar en el nodo.....	74
Tabla 7. Calidad del servicio del nodo. ....	75
Tabla 8. Pertinencia en tiempo de invitación. ....	75
Tabla 9. Contenidos temáticos.....	76
Tabla 10. Facilitador con dominio del tema. ....	76
Tabla 11. Pertinencia del espacio y herramientas utilizadas. ....	77
Tabla 12. Pertinencia en el horario.....	77

**Lista de anexos**

Anexo A. Encuesta .....	97
Anexo B. Foro de crecimiento personal .....	98
Anexo C. Matriz .....	99

## **Introducción**

En el presente documento se abordan los temas de bienestar, calidad de vida, desde la perspectiva de desarrollo humano, articulando la política pública de Bienestar en Instituciones de Educación Superior, la política pública en Salud Mental, la política de Atención Integral en Salud, con la finalidad de aportar al desarrollo humano sostenible de la comunidad unadista desde la línea de crecimiento personal del Sistema de Bienestar Integral de la UNAD; por lo que es necesario reconocer las percepciones de la comunidad Unadista, alcanzando comprensiones que permitan el fortalecimiento de estrategias, material educativo y los servicios que presta la línea de manera pertinente.

Se toma el desarrollo humano, desde la evolución del ser, en la búsqueda del crecimiento personal, orientado a las necesidades de autorrealización, sin desconocer que el sujeto es un ser social, que requiere del entorno y de los otros para su propio desarrollo.

Al hablar de crecimiento personal, se concibe como una dimensión subjetiva de lo que cada sujeto contempla como autorrealización y en la que cada uno desde su identidad es único. La identidad personal es lo que diferencia a cada una de las personas desde su individualidad, con características propias que se reflejan en los pensamientos, comportamientos, decisiones y acciones, que van ligados a la voluntad, a la habilidad para resolver conflictos, a los procesos de aprendizaje y a la forma cómo se concibe a sí mismo y se desenvuelve en sociedad.

El centro del desarrollo humano es el sujeto, un ser dinámico inmerso en un contexto social, político, cultural, merecedor de una vida digna. El sujeto es un ser humano, integrado por factores biológicos, psicológicos y socioculturales, que son fundamentales en su desarrollo como ser, en todas las etapas de su ciclo vital. Cabe resaltar, la pretensión de las personas por satisfacer sus necesidades básicas de subsistencia, además de las aspiraciones personales que son las motivaciones que los llevan a fortalecer sus estilos de vida, y la forma como se van gestando en su interior, su ideal de calidad de vida, bienestar y felicidad.

Es oportuno para el tema retomar la teoría de la pirámide de necesidades de Maslow (1991)<sup>1</sup> en la que propone: la *Teoría de la Motivación Humana*, en la cuales exponen cinco categorías de necesidades humanas, en forma ascendente. En primer lugar se encuentran las necesidades fisiológicas (respirar, comer, dormir, sexo, homeóstasis); en segundo lugar, se encuentran las necesidades de seguridad (empleo, salud, seguridad física, familiar, de propiedad privada); en el tercer lugar las necesidades de afiliación (amigos, afecto, intimidad sexual); en el cuarto lugar están las necesidades de reconocimiento (confianza, auto reconocimiento, respeto, éxito); y finalmente, en el quinto lugar están las necesidades de autorrealización (moralidad, creatividad, la resolución de conflictos, es decir crecimiento personal, etc.). Es decir que para que se contemple un desarrollo humano, lo primero es, que el hombre tenga cubiertas sus necesidades fisiológicas, de seguridad, de afiliación, de reconocimiento y de autorrealización, lo que, de alguna manera, le asegura la calidad de vida y bienestar.

En relación a lo anterior es importante hacer mención a Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn y su concepción del Desarrollo a Escala Humana 1986, donde plantean la existencia en términos de la teoría de las necesidades humanas fundamentales, la cual está conformada por tres subsistemas, el de las necesidades, los satisfactores y los bienes.

Por lo que es importante reconocer que las necesidades fundamentales del Ser humano son algo propio y natural, hacen parte del estar vivos, ahí hay una articulación clara con la teoría de Maslow y su pirámide de necesidades, en cuanto a los satisfactores hacen referencia a como al sentido mismo que da el sujeto a sus necesidades, y se plantea como una interfaz entre lo que es la interioridad y exterioridad y los bienes que hace alusión a lo material.

Con las claridades anteriores se plantea la presente investigación, donde se aborda la parte subjetiva del Ser, pretendiendo identificar la percepción que tienen los estudiantes de los programas de Psicología y Administración de Empresas de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) de Cundinamarca, que son el

---

<sup>1</sup> La teoría de Maslow, surge en 1943, sin embargo, el texto desde el cual se retoman las bases teóricas y conceptuales de esta investigación, corresponde al año 1991.

estamento con mayor población dentro de la comunidad Unadista, por lo que se busca comprender que entienden por la calidad de vida y bienestar desde un enfoque de desarrollo humano, con la perspectiva de la teoría de necesidades de Maslow, con la finalidad de fortalecer los servicios que ofrece la Línea de Crecimiento Personal del Bienestar Universitario de la UNAD.

Para luego desarrollar actividades que aporten a esa percepción que tienen los estudiantes frente a calidad de vida, bienestar y desarrollo humano, que logren un impacto positivo en la comunidad, dando respuesta a las políticas públicas de Bienestar en Instituciones de Educación Superior, Salud Mental y a la de Atención Integral en Salud, contribuyendo como institución al desarrollo integral de una sociedad

Por lo que se plantea la investigación e intervención en dos fases, la primera fase es de medición de la percepción de los estudiantes con un enfoque cualitativo y se implementa la técnica de análisis de discurso, a través de una encuesta y el uso de un foro interactivo, la cual se estructuró de acuerdo con la teoría de las necesidades (Maslow) , para generar las preguntas con relación al tema de interés, logrando indagar la concepción que tienen los estudiantes de calidad de vida, bienestar desde la perspectiva de desarrollo humano.

La segunda fase es la de intervención con la de implementación de nuevas estrategias que fortalezcan el accionar de la línea de acuerdo a los resultados obtenidos de las percepciones, estrategias que articuladas con las políticas públicas de Bienestar en Instituciones de Educación Superior, la política de Salud Mental y la política de Atención Integral en Salud, para que la UNAD como institución siga contribuyendo con el desarrollo sostenible desde una perspectiva de desarrollo humano, aportando a la transformación social del país, iniciando por impactar en la formación integral de los sujetos.

En los resultados se evidencia como el contexto en el que vive, crece y se desarrolla cada individuo es determinante en la construcción de ideal de vida, por lo que se hace referencia a que el sujeto es un ser complejo que se debe analizar de manera sistémica,

ya que la familia, las costumbres, y su entorno en general, influyen en los gustos, actitudes y maneras de pensar y de percibir el mundo.

Por lo anterior, es claro que el hombre se construye a través de la experiencia, esto lo lleva a construir sus pensamientos, tomar decisiones, comportarse y tomar acciones, basadas en su propia realidad, en la forma cómo concibe el mundo y se relaciona con él y con los otros. Por lo tanto, los proyectos de vida se construyen desde la realidad individual, desde los problemas y las utopías de cada individuo, de su formación y de su entorno social, y son la base para establecer la autorrealización de las personas, que es el último nivel de la teoría de la pirámide de necesidades (1991).

Es así como el mismo desarrollo personal lleva a los individuos a pensar en su futuro, en sus opciones de vida, en la necesidad de aprender para ser parte y participar de la sociedad, tomando decisiones que los llevan a buscar alternativas académicas que llenen sus expectativas de superación. Por tal motivo, para la UNAD es importante fortalecer al Ser desde todas las dimensiones, impactando en los proyectos de vida de los miembros que integran la comunidad, desde la formación integral, contribuyendo al desarrollo personal que conlleva a hablar de la calidad de vida y bienestar, impactando de manera directa en políticas públicas que tienen que ver con bienestar y calidad de vida, como son las de educación y salud.

## 1. Planteamiento del problema de investigación

Para el ser humano es muy importante lo que siente, la manera cómo percibe el mundo, su realidad y el contexto en el que se desenvuelve. La concepción que tiene cada sujeto de su realidad es una construcción que cada día se va alimentando producto de la información que va recibiendo.

Sen (1999) en su propuesta sobre la teoría del Desarrollo Humano resalta la importancia de abordar el desarrollo en el ser y hacer del ser humano, dejando atrás esa visión economicista. Además, argumenta el alcance de las instituciones en el desarrollo (bienestar y capacidades).

Actualmente es indispensable que el sujeto desarrolle capacidades en pro del bienestar eligiendo la libertad individual.

En el año 2017, desde el Nodo de Bienestar de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), se practicó una prueba diagnóstica a estudiantes, egresados, cuerpo académico y cuerpo administrativo, con el fin de reconocer necesidades de esta población en temas de crecimiento personal.

De acuerdo con el análisis de los datos recogidos en la prueba diagnóstica, permite organizar la información suministrada por los participantes de manera cualitativa, a través de las siguientes categorías y subcategorías.

*Tabla 1. Categorías y subcategorías del análisis cualitativo*

<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>
<b>Bienestar</b>	Organización de las actividades
	Actividades de preferencia en los tiempos libres
	Hábitos que realiza con frecuencia
	Frecuencia con que realiza actividad física



<b>Desarrollo personal</b>	Inteligencia emocional Resolución de conflictos Reacción ante situaciones irritantes Manejo del tiempo Relaciones interpersonales
<b>Calidad de vida</b>	Satisfacción con el estilo de vida que lleva Área personal que requiere cambio

A partir de esta información se ve la necesidad de profundizar en lo que se comprende desde desarrollo humano y calidad de vida, pues las respuestas otorgadas por los encuestados, si bien se articulan con categorías que se relacionan con el Sistema de Bienestar Unadista, no brindan información suficiente que permita indagar cómo la comunidad universitaria concibe el tema de bienestar, calidad de vida desde la dimensión de desarrollo humano, lo que es fundamental para poder contribuir desde los servicios, el material psicoeducativo y estrategias pedagógica en general que plantea la línea de crecimiento personal desde la institución, además se busca fortalecer el Sistema de Bienestar Integral con la implementación de estrategias que respondan a algunas de las políticas públicas relacionadas con bienestar y calidad de vida establecidas en Colombia, para seguir aportando como institución de educación al progreso del país.

Debido a lo anterior se hace establece este proyecto de investigación e intervención, donde en su primera fase se establece con estudiantes que es el estamento con mayor población, por lo que se toma como unidad de análisis estudiantes de los dos programas con mayor demanda de la institución y matriculados en sede de Bogotá José Acevedo y Gómez, que es la sede con el mayor número de estudiantes matriculados en el país, lo cual permitía una población amplia de análisis para efectos de confiabilidad.

Desde el contexto anterior, nacen las preguntas problema:

### 1.1. Preguntas generales

- ¿Cómo conciben el desarrollo humano desde la perspectiva de crecimiento personal los estudiantes de los programas de Psicología y Administración de Empresas, de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia de Colombia?
  
- ¿Qué es calidad de vida según las concepciones de los estudiantes de programas de Psicología y Administración de Empresas, de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia de Colombia?
  
- Cómo responde la línea de crecimiento personal del Sistema de Bienestar Integral a las necesidades en términos de bienestar y calidad de vida de los estudiantes.
  
- ¿Cómo se articula la propuesta del Sistema Integral de Bienestar de la UNAD con la Política Pública de Bienestar de Instituciones de Educación Superior, la Política de Salud Mental y la Política de Atención Integral en Salud?

Esta investigación es interpretativa, en la medida que retoma cómo los sujetos perciben y abordan su realidad frente a la calidad de vida, su bienestar y su crecimiento personal. Estas percepciones de la comunidad Unadista, sin duda brindarán herramientas para a partir de estas concepciones e intereses, diseñar y dinamizar los servicios y material psicoeducativo que contribuya al proceso de formación que cada uno tiene como *Ser*, en el desarrollo de las competencias y habilidades para la vida. Por esta razón, es que se gestiona esta investigación desde un enfoque humanista con la “teoría de las necesidades” de Abraham Maslow (1991), ya que esta teoría abarca todas las necesidades del ser humano en orden jerárquico, hasta llegar a la autorrealización. Además, el autor explica que no se puede pasar de escalón sino están cubiertas las necesidades de primer nivel.

Además, se potencializa desde la teoría de Desarrollo a Escala humana que es centrado en las necesidades humanas fundamentales, la generación de niveles crecientes de auto dependencia (refiere a economías locales y regionales) y la articulación orgánica entre seres humanos, naturaleza y tecnología, como plantea Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986,), lo que repercute sin duda en la calidad de vida.

## **1.2. Justificación**

La Línea de Crecimiento Personal de Bienestar Universitario de la UNAD, trabaja en pro de la formación integral del ser, la construcción de comunidad y la calidad de vida desde un enfoque de desarrollo humano, por lo que es importante comprender cómo concibe la comunidad Unadista el bienestar, la calidad de vida y su desarrollo como *Ser*; para desde esta línea del Bienestar Universitario aportar a su formación como sujetos sociales y profesionales con responsabilidad social, que contribuyan al progreso de Colombia desde su quehacer y su desempeño como ciudadanos.

El ser humano es la fuente del cambio y del progreso, es la base de la sociedad, por lo que es fundamental su desarrollo como ser humano en todas sus dimensiones, por ende, la UNAD busca contribuir al crecimiento personal del sujeto desde su integralidad, teniendo en cuenta la diversidad cultural, partiendo de la diferencia y la particularidad y aportando a la inclusión social.

El Sistema de Bienestar Integral Unadista busca fortalecer a los miembros de la comunidad desde su *Ser*, en este sentido el proyecto es fundamental para conocer la percepción de los integrantes en lo que consideran ellos qué es bienestar, calidad de vida y crecimiento personal, para luego poder ofertar actividades y servicios acordes a sus necesidades y a la vez articular estas acciones, servicios, estrategias y experiencias significativas a las políticas públicas que están directamente relacionadas en Colombia con bienestar y calidad de vida desde un enfoque de desarrollo humano, para contribuir a un desarrollo sostenible, con estrategias alternativas con perspectivas solidarias, desde la educación integral brindada por la UNAD como institución.

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Conocer la percepción que tienen los estudiantes de los programas de Psicología y Administración de Empresas, frente al desarrollo humano, la calidad de vida y el bienestar desde la perspectiva de la teoría de necesidades de Maslow, a través de un análisis de discurso, para el fortalecimiento de la Línea de Crecimiento Personal del Sistema de Bienestar Universitario y la implementando de estrategias que aporten a la

dinamización de políticas públicas de bienestar, calidad de vida desde un perspectiva del Desarrollo Humano en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD .

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar la concepción de los estudiantes de los programas focalizados en cuanto a calidad de vida, bienestar y desarrollo humano.
- Implementar estrategias de intervención en la línea de crecimiento personal de acuerdo a las percepciones de los estudiantes con relación al desarrollo humano, la calidad de vida y el bienestar de acuerdo con la técnica de análisis de discurso.
- Reconocer factores asociados al desarrollo humano, la calidad de vida y el bienestar desde la perspectiva de la teoría de necesidades de Maslow, en los estudiantes del programa de Psicología y Administración de Empresas de la UNAD.
- Comprender de qué manera la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) contribuye al desarrollo personal de los estudiantes participantes de la investigación.
- Articular las nuevas estrategias, acciones, servicios y experiencias significativas de índole alternativo, que surgen desde el diagnóstico a los elementos de bienestar y calidad de vida contemplados en la política pública de Bienestar de las Instituciones de Educación Superior, la política pública de Salud Mental y la política en Atención Integral en Salud, desde la línea de crecimiento personal.
- Medir el impacto y la satisfacción de las acciones y estrategias planteadas en la línea de acción de crecimiento personal a través de los participantes.

## 2.

### 3. Estado del arte: punto de partida para comprender el bienestar - Calidad de vida Como ejes del desarrollo humano en ambientes universitarios

Con este trabajo se busca indagar por la comprensión que se le da al concepto de desarrollo humano, desde una perspectiva del crecimiento personal en contextos universitarios, acudiendo directamente al estamento de los estudiantes, a partir de una dimensión de bienestar y calidad de vida.

Las instituciones universitarias contribuyen a la formación integral de los sujetos, para el desarrollo mismo del capital humano, lo que impacta directamente en el crecimiento personal de los miembros de las instituciones educativas. Por esto, el primer punto a indagar es qué investigaciones se han desarrollado en este contexto, en los ámbitos nacional e internacional, en los que se hayan tenido en cuenta los temas de calidad de vida, desarrollo humano y bienestar, así como otras fuentes de interés asociadas a los mismos.

Al indagar se encuentran proyectos propuestos por instituciones educativas tanto de Colombia como de otros países de Latinoamérica, universidades tanto públicas como privadas, que buscan a partir de la formulación de diferentes variables, medir la satisfacción personal de los individuos en relación a sus necesidades básicas que les permita una vida digna y de calidad, repercutiendo de manera directa en su bienestar; encontrándose que en las mismas no se trabajan los temas en conjunto, si no se abordan de manera individual.

En este sentido, las investigaciones encontradas se clasifican en los siguientes ejes de análisis:

#### 2.1. Eje de bienestar

Marrero, Carballeira, & González, (2014) se centraron en el estudio del bienestar subjetivo a partir del análisis de sus componentes, así como de las variables socio demográficas y personales que se asocian a esta investigación, la cual surgió teniendo

en cuenta las inconsistencias encontradas en cuanto a la relación entre características sociales de los habitantes y su bienestar, así como el escaso consenso acerca del peso que tiene cada área vital en el bienestar.

Para ello abordaron un estudio de tipo transversal correlacional, utilizaron una entrevista semiestructurada, la cual fue diseñada por el equipo de investigación, con el propósito de registrar diversas características socio demográficas y de estilo de vida de los participantes. Para el caso se emplearon diferentes conceptos centrándose en el bienestar subjetivo. Se concluyó que las características de los habitantes y su entorno apenas inciden en el bienestar, la satisfacción vital y la felicidad, debido a que van más allá del efecto aditivo que supone estar satisfecho en distintos dominios de la vida.

De este trabajo se puede señalar como aspecto positivo que se demostró que las características sociodemográficas, se asocian en menor medida, al bienestar que el optimismo; debido al momento en que se valoraron las situaciones de la vida cotidiana de los estudiantes, por ser de primer año.

Entre los aspectos negativos, se encuentran que la primera muestra que se tomó, teniendo en cuenta que eran estudiantes de primer curso de Psicología, tan solo el 3.1% estaba activo laboralmente, la mayor parte eran estudiantes que no tenía un trabajo remunerado, un elemento que puede ser trascendental en el análisis. Estos son aspectos subjetivos relevantes, ya que el no tener una ocupación laboral, de cierta manera, puede ubicar a los estudiantes en un contexto de comodidad, porque hasta ahora están iniciando su carrera y pueden concebir un nivel de bienestar alto, a diferencia de los estudiantes de otros semestres. Por lo que es de considerar que la investigación que se pretende realizar con los estudiantes Unadista es más integral y abarca otras variables que pueden llegar a dar más claridad en cuanto a estos términos, ya que se pretende indagar desde la perspectiva del crecimiento personal en contextos universitarios, acudiendo directamente al cuerpo de estudiantes, desde una dimensión de bienestar y calidad de vida.

Es decir, que los aspectos referentes a la vida social de los sujetos cobran un gran valor y sentido cuando se hace referencia a la calidad de vida, lo que tiene relación con

los índices de satisfacción, el bienestar económico, las actividades recreativas, el desarrollo personal, la autoimagen, la familia en general y la familia de origen. (Banda & Morales, 2012).

Sin duda, hay una relación directa entre estos resultados con la teoría de jerarquía de las necesidades humanas de Abraham Maslow, ya que se aborda la calidad de vida en sus dimensiones, enmarcadas en los índices de sociabilidad y amigos, expuestas en el nivel de afiliación. En cuanto a los índices de ambiente social se puede resaltar el nivel de autorrealización, en el que se tienen en cuenta aspectos como: autoimagen, desarrollo personal y reconocimiento, los cuales se exponen de forma textual en dicha investigación.

Otra investigación de gran interés es la realizada por Portela Cañón & Ipuz Martín (2016), sobre el bienestar y la satisfacción en áreas vitales, variables sociodemográficas, de personalidad, autoestima y optimismo, la cual se centró en determinar el nivel de relación entre el bienestar psicológico y subjetivo con variables sociodemográficas, de personalidad, de autoestima y optimismo en adultos residentes en Bogotá, Colombia, y en la que se encontró que los temas de bienestar subjetivo, calidad de vida y satisfacción personal, son elementos que se relacionan con la felicidad.

Por tanto, el bienestar subjetivo se enmarca en las relaciones con los demás, en la creación de vínculos, la autonomía, el crecimiento personal y el propósito que se tiene en la vida como ser humano. En este sentido, sentirse bien, disfrutar de la vida y estar satisfecho se relaciona con la felicidad, y, por ende, se tiene un buen bienestar y una buena calidad de vida.

En esta investigación se rescata que se toma de manera más integral lo que el estudiante contempla como bienestar, y la relación directa que este tiene con la satisfacción personal que hace parte de la felicidad, y que se comprende como calidad de vida. Una falencia evidente es que esta investigación no permite evidenciar como se define la calidad de vida, tiene un enfoque subjetivo pero no hay una definición concreta, ya que solo se mencionan los elementos con los que se relaciona ese bienestar intrínseco del ser, pero no lo plantean de manera integral; este vacío conceptual

pretende suplirse en la investigación presente, además de evidenciar la relación directa que hay entre la calidad de vida y el desarrollo humano, que en las investigaciones anteriores no se establece.

### **3.2. Eje calidad de vida**

Tal como afirman Cuellar López, Montoya Pipicano, & Castaño Mora (2016) en su investigación, percepción subjetiva de la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad pública, publicada por la Universidad de Nariño, sobre la calidad de vida en relación con la salud, cada día sobresale el aspecto ético, en cuanto a la toma de decisiones de los tratamientos médicos, en el caso del consentimiento informado como en el de intervenciones para mantener la vida, y en el campo de los servicios de salud, para establecer prioridades y diseñar, implementar, seguir y evaluar programas de prevención, atención y rehabilitación, usada como complemento de los indicadores tradicionales de morbilidad, mortalidad o expectativa de vida; es así que pretendieron determinar el nivel de calidad de vida subjetivo percibido por estudiantes de enfermería de una universidad pública (Pág. 464).

Para conseguir su objetivo aplicaron la encuesta de datos sociodemográficos y la Escala GENCAT de calidad de vida, diseñada por Miguel Ángel Verdugo Alonso, de forma asertiva y positiva a 112 estudiantes, siendo la totalidad de la población. Con encuesta se evaluó el bienestar emocional, bienestar físico, bienestar en materia de las relaciones interpersonales, inclusión social y desarrollo personal, autodeterminación y derechos. Es así como con estos instrumentos y gracias a la metodología utilizada, investigación descriptiva, correlacional y un estudio de tipo transversal correlacional, lograron los autores determinar que los estudiantes de enfermería perciben favorablemente su calidad de vida, desde procesos relacionales y de trascendencia.

La autodeterminación fue la segunda dimensión con puntaje más alto en esta investigación, lo que determinó que los estudiantes poseen la capacidad de tomar sus propias decisiones, priorizar metas y asumir preferencias personales, contando con autonomía en sus procesos personales y académicos.



La dimensión menos puntuada fue la de bienestar físico, esto indica que los estudiantes no se vinculan con el desarrollo de hábitos de vida saludable, no conservan un patrón fijo y constante de sueño y descanso, no frecuentan en su mayoría los servicios de salud y recreativos, no llevan una alimentación adecuada y dedican la mayor parte de su tiempo a sus actividades académicas; lo cual puede afectar negativamente su estado de salud física, sin implicar alteraciones de su percepción subjetiva de calidad de vida.

Se hace importante desde la Universidad, según los resultados de la aplicación de los instrumentos, un acompañamiento y soporte de carácter afectivo, espiritual y emocional, esto a partir de lo que denominan una red de apoyo sólida, con pares y personas de otras áreas dentro del ambiente académico, lo que puede representar una base afectiva y de sostén en este proceso vital de formación profesional. (Cuellar López, Montoya Pipicano, & Castaño Mora, 2016).

Del mismo modo, y teniendo como referente la investigación realizada por Fuentes Triviño,(2013)en la Universidad de Chile, Facultad de Ciencias Sociales, Escuela de Ciencias Sociales de la Carrera de Psicología, en la cual se aborda el concepto de calidad de vida universitaria, y en la cual de cierta manera la calidad de vida está relacionada con la satisfacción de los estudiantes con la calidad y pertinencia de los programas; y de los docentes en la seguridad en las instalaciones de la universidad, el clima organizacional, hasta la calidad de la infraestructura de la institución, lo que hace parte del bienestar del estudiante desde su proceso de formación.

El termino de calidad de vida puede ser subjetivo en la medida que cada ser humano lo construye de acuerdo con sus experiencias y por ende le da sentido a su existir, Bartola (2016) manifiesta que calidad de vida es la “percepción subjetiva, de igual manera se relaciona con sentimiento; donde el logro de los proyectos aporta dando inicio a la satisfacción como la gratificación; por consiguiente, la calidad de vida es la satisfacción percibida y vivida de manera personal e individual.” (Pág. 134.). De hecho la calidad de vida nos destina condiciones en las que vive la persona que hacen que su existencia sea agradable y digna de ser vivida, es un concepto extremadamente subjetivo y muy vinculado a la sociedad en la que el individuo se desarrolla y vive.

Por lo anterior, la calidad de vida tiene diferentes definiciones desde el aspecto filosófico, psicológico, entre otros; ya que a través del tiempo se ha intentado plantear una definición que abarque todas las áreas que implica el concepto de calidad de vida puesto que se armoniza con componentes subjetivos y objetivos en el que el lugar en común es el bienestar individual.

En este sentido Moreno y Ximénez (Citado por Fuentes Triviño, 2013), reconoce al menos tres elementos que contribuyen a complejizar el concepto de calidad de vida.

El primero de estos lo atribuyen a que, como ya ha sido señalado, la naturaleza del mismo es de carácter global, inclusivo y multidisciplinar. Del mismo modo, también Fernández-Ballesteros y Macia (1993) reconocen que el concepto tiene un carácter multidimensional, y señalan que se debe considerar el estudio de factores personales, así como también de factores socio-ambientales. El segundo elemento, consiste en que es necesario incluir en el concepto de calidad de vida, aspectos objetivos y subjetivos, entendiéndose como objetivos aquellos datos que serían inmediatamente posibles de cuantificar; y como aspectos subjetivos, los que tienen que ver con la percepción de los sujetos acerca de la calidad de vida (Meeberg, 1993; Cortés, 2001; Carrasco, 2003). Finalmente, el tercer elemento es que la calidad de vida pasaría por las aspiraciones, expectativas y referencias vividas o conocidas por el sujeto, por lo tanto, implicaría los valores de este (Pág. 10.).

Según concluye Carrasco, Urza y Caqueo-Urizar (Citados por Fuentes Triviño, 2013), indican que:

El primero de ellos hace referencia a la calidad de vida conceptualizada como las condiciones de vida objetivamente medibles, es decir, la calidad de vida de una persona equivale a la calidad de las condiciones de vida tales como: salud física, relaciones sociales, actividades funcionales u ocupación. Desde esta perspectiva sería posible comparar a dos sujetos a partir de indicadores objetivos. El segundo punto de vista respecto de la definición hace alusión a la calidad de vida entendida como satisfacción con la vida, desde esta perspectiva se la consideraría como sinónimo de satisfacción personal con las condiciones de vida. Y finalmente, la tercera agrupación planteada por Borthwick-Duffy propone que la calidad de vida sería equivalente a la calidad de las condiciones de vida de una persona y la satisfacción que ésta experimenta, es decir se incluyen en esta definición tanto indicadores objetivos como subjetivos (Pág. 10-11).

En este sentido se aborda la investigación desarrollada en la ciudad de México en el año 2012, en la que los investigadores se centran en indagar por la calidad de vida

subjetiva del estudiante universitario en proceso de formación, y cuyo objetivo general es identificar las variables que brindan calidad de vida subjetiva a los estudiantes universitarios (Banda & Morales, 2012).

En esta investigación se expone la subjetividad basada en elementos como: la felicidad y la satisfacción. Sin embargo, desde el punto de vista de la psicología, los teóricos han postulado este concepto como un factor que viene de la forma como el ser humano interpreta su realidad y sus condiciones o estilos de vida, los cuales están determinados por el contexto, los valores y los pensamientos tanto individuales como sociales. Es decir, que los aspectos principales de su investigación son el bienestar subjetivo, el bienestar psicológico y la calidad de vida.

Palomar (Citado por Banda y Morales, 2012), encontró que:

Los factores determinantes de la calidad de vida son la sociabilidad y los amigos, y en orden decreciente de importancia se encuentran la familia nuclear y los aspectos relacionados con las redes sociales. Asimismo, los factores mayormente relacionados con la calidad de vida entre sujetos de 21 a 35 años de edad fueron el bienestar económico, el desarrollo personal, las actividades recreativas y el ambiente social (Pág. 33).

En esta investigación se logra evidenciar la importancia de lo subjetivo y de lo que cada ser humano establece como calidad de vida, es de resaltar que contempla la parte socio afectiva del sujeto y las relaciones o vínculos que crea con los demás. Como vacío en esta investigación, es de considerar, que no hace referencia a los recursos materiales y económicos del ser, los sujetos lo consideran o no como parte de bienestar y si está o no relacionado con las expectativas de vida de las personas en relación con su desarrollo personal, variables que se contemplan en la investigación de bienestar Unadista, para lograr comprender e interpretar lo que el estudiante considera como calidad de vida, desde la perspectiva del desarrollo humano.

En esta misma perspectiva en Colombia se desarrolló en el 2015 un estudio por Cruz Moreno & Perea Peñalosa(2016) quienes indagaron sobre la calidad de vida del estudiante de la Facultad de Ciencias Administrativas Económicas y Contables, de la Universidad de Cundinamarca, programa de Administración de Empresas y Contaduría

Pública sede Fusagasugá; en la que buscaban identificar las variables que caracterizaban la calidad de vida de los estudiantes, y en la que encuentra que no todos alcanzan una calidad de vida objetiva cuando el nivel de ingresos es mínimo.

Cabe resaltar que en esta investigación se hace referencia directa a la capacidad de recursos económicos como un factor importante, ya que está directamente relacionado con tener calidad de vida, haciendo referencia a que, si no se tiene dinero suficiente, se tiende a un servicio de salud deficiente, bajo nivel educativo, no se cuenta con una vivienda propia, entre otros. Es decir, que la calidad de vida está articulada de manera directa con la capacidad de los recursos económicos. Esto con el fin de que los estudiantes logren suplir sus necesidades básicas y de seguridad de una manera pertinente y oportuna, las cuales son el primer y segundo nivel de la pirámide de necesidades Maslow.

Lo anterior, es muy relevante en la presente investigación, ya que se pretende interpretar desde los estudiantes, qué contemplan como bienestar y calidad de vida, yendo más allá de lo material y aunando en la parte subjetiva de su ser, indagando por sus aspiraciones, sus anhelos y metas, se busca ver de manera integral el bienestar y la calidad de vida, lo que no solo implica el crecimiento económico, sino también el crecimiento personal, la felicidad y el cuidado por el entorno como parte de un todo que repercute en la calidad de vida.

En este sentido, Rojas & Suárez (2016) en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, desarrollaron una investigación bajo los parámetros de bienestar y calidad de vida, vivencias y percepciones del proyecto de vida como elemento asociado al bienestar y éxito en el desempeño académico en estudiantes en la modalidad virtual de aprendizaje de la UNAD. Este proyecto se desarrolló a través de un curso virtual llamado Proyecto de Vida, en el que mediante actividades como relatos autobiográficos, dibujos auto representativos y propuestas de proyectos de vida, que eran parte de las actividades académicas del curso, y con apoyo de grupos focales, se logró conocer de los estudiantes la complejidad y caracterización de lo social, las representaciones sociales y por ende la heterogeneidad de lo cultural, que identifica a la población y a la institución.

En los resultados se muestra cómo se caracterizaron las concepciones y vivencias de los estudiantes frente a su proyecto de vida, en el que manifiestan que se cumple en la medida que tengan: autorregulación, bienestar, perspectiva temporal, identidad, valores, el desempeño académico, el cual asocian a tener metas, hábitos, valores, aprendizaje significativo, recursos, autorrealización y a seguir normas. En cuanto a su éxito personal se lo atribuyen a que tienen un plan de acción, son personas con visión, con autorrealización, metas, perspectiva temporal, motivación, que evalúan su proceso, que han tenido aprendizaje significativo y responsabilidad social.

En esta investigación el resultado que predomina en la narrativa es el yo, donde el sujeto se coloca de manera consiente como el responsable de su proyecto de vida y se manifiesta la necesidad intrínseca de buscar la satisfacción de necesidades y por ende su bienestar para un buen vivir, así como la autorrealización como parte importante de su proyecto y calidad de vida. Se vincula esto con las teorías de las discrepancias de Alex Michalos y los factores de felicidad y el modelo multidimensional de Riff, en la que se hace énfasis en la diferencia entre lo que se tiene y lo que se pretende conseguir en un futuro, el sentido de perspectiva, la felicidad como prioridad. (Rojas & Suárez, 2016, pág. 43).

Por lo que hay que resaltar el valor de las perspectivas del sujeto en lo que lo considera calidad de vida, y como asume su vida, para lograr dicho bienestar, buscando satisfacer sus necesidades desde las fisiológicas y de seguridad, hasta las de autorrealización que van acompañadas de lo que consideran la felicidad.

Se asocia lo anterior con las categorías Identidad (Id- quien soy y que deseo), bienestar (Bn y autorrealización (su deseo de alcance, de logro, de satisfacción, de plenitud), frente a una trayectoria transversal del tiempo (Pt), como constante dinámica que determina los momentos y el análisis de lo alcanzado. En las expresiones se aprecia una postura emocional de certidumbre, frente a que siempre se debe saber que alcanzar (Categoría Vi) y el compromiso personal de que lo proyectado es responsabilidad del sujeto, así como la planificación, la gestión y el logro. Se observa como esta población valora dimensiones para alcanzar estados de plenitud y bienestar, como auto aceptación, autonomía, propósito, dominio el entorno, propósito en la vida y crecimiento personal (Rojas & Suárez, 2016, pág. 44).

Es de destacar que en la investigación anterior, y en los trabajos analizados a lo largo del documento, donde en las instituciones universitarias se ha investigado de manera fragmentada por calidad de vida o por el bienestar, se evidencia carencia del análisis desde una de las perspectivas fundante del desarrollo humano, como se plantea en la reconceptualización del mismo, en la cual se trabajaba el ser humano con dignidad, por lo que se define “El desarrollo, desde nuestra perspectiva, es el proceso social auto-definido por el cual los seres humanos potencian su bienestar y afirman su dignidad mientras crean las condiciones estructurales para la sustentabilidad del proceso mismo del desarrollo” (Castells & Himanen, 2016, pág. 27).

Es desde la relevancia que tiene el sujeto como actor activo, dinámico y protagónico de su progreso, que genera la necesidad de indagar el cómo percibe el desarrollo humano desde su crecimiento personal, desde la búsqueda de su bienestar el cual repercute en su calidad de vida. Por lo que en la presente investigación se busca conocer e interpretar desde el contexto universitario de la UNAD, cómo los estudiantes perciben el desarrollo humano, desde la perspectiva del crecimiento personal, en la que se tienen en cuenta factores como el psicosocial y los valores subjetivos del estudiante como ser social, que hace parte de un contexto y de una realidad.

### **2.3 Eje desarrollo humano**

Desde el enfoque de desarrollo humano y bienestar en Colombia hay una investigación sobre la experiencia en la coordinación de programas de bienestar universitario: la tensión entre el asistencialismo y el desarrollo humano de los estudiantes, realizada en el 2014, y orientada en comprender la experiencia en la coordinación de programas de bienestar universitario en facultades e institutos de la Universidad de Antioquia, Colombia, desarrollada por (Montoya Vásquez, Urrego Velásquez, & Páez Zapata,(2014). En este proceso investigativo se buscó comprender al hombre desde su subjetividad, acercándose a sus vivencias íntimas, e incluyendo el ámbito histórico dentro de las explicaciones y teorías científicas (Pág. 357).

En esta investigación se evidencia que los programas de intervención son un poco asistencialistas, enfocados en el subsidio y la suplencia de necesidades básicas inmediatas como alimentación y el transporte, que son lo mínimo que debe tener

cubierto un estudiante para su supervivencia en la vida académica. De igual manera se resalta que los programas contribuyen a promover el bienestar como una dimensión del desarrollo humano, contemplando los procesos académicos, durante el paso por la universidad, se resalta lo importante que es para el desarrollo del bienestar la cobertura de las necesidades básicas del estudiante para que tenga un buen desarrollo y nivel académico. Como falencia, dejan de lado la parte motivacional subjetiva ya que en ninguna parte se contemplan los anhelos, sueños y perspectivas de los estudiantes, lo que, si pretende hacer la investigación de la UNAD, con la que se logre comprender de manera holística el bienestar para los estudiantes.

#### **2.4. Diálogo entre autores**

Es relevante rescatar que desde el eje de bienestar los autores Marrero, Carballeira, & González(2014) y Portela Cañon & Ipuz Martín(2016), se centran en el bienestar subjetivo, en la importancia que tienen las expectativas del sujeto, a nivel de autorrealización personal y como incide el bienestar psicológico y subjetivo en la calidad de vida, elementos que tienen relación directa con la felicidad.

Desde el eje de calidad de vida los autores coinciden en que no hay una definición específica del concepto, así lo manifiestan Carrasco, et al y Moreno y Ximénez ( Citados por Fuentes Triviño, 2013), quienes coinciden de manera directa con que la definición de calidad de vida contempla tres aspectos importantes: 1) el concepto tiene un carácter multidimensional que contempla los factores personales y los socioambientales; 2) se debe contemplar los aspectos subjetivos y objetivos del bienestar; y 3) que se tienen en cuenta las expectativas del sujeto y su satisfacción personal.

Es importante resaltar que en las investigaciones realizadas los autores se complementan desde sus diversas posturas, sin embargo, ninguno abarca de manera holística el bienestar como calidad de vida y por ende esta como parte del desarrollo humano. Así mismo es fundamental reconocer que los autores de cierta manera hacen referencia a la parte subjetiva, a lo importante que es que el sujeto se sienta bien consigo mismo, a la parte socioafectiva, los vínculos y relaciones que teje con los demás como parte de su bienestar.

Rojas & Suarez (2016) manifiestan que el bienestar y el proyecto de vida en la comunidad universitaria son los elementos principales que permiten el desarrollo del ser humano en una forma integral. El bienestar como el desarrollo permite explorar ambientes saludables en el proyecto de vida, visto como una meta personal en la cual cada individuo trabaja constantemente para cumplir sus expectativas personales, familiares, académicas. Definir los proyectos de vida y el bienestar, es establecer una perspectiva en la cual la prioridad es adelantar acciones que conlleven al cumplimiento en función de las actividades proyectadas, y con ello alcanzar los objetivos del desarrollo de vida de cada ser humano.

En este sentido el bienestar es un conjunto integral, salud física y mental equilibrada, el cual es la clave para el desarrollo exitoso en la vida de los seres humanos, desde este eje se puede visualizar una proyección de vida clara y planificada, permitiendo al estudiante ser recursivo y explorar sus propias herramientas, para afrontar las vivencias y su propia realidad.

Hay que mencionar, que mientras Banda & Morales, (2012), Rojas & Suarez (2016) se centran en la parte subjetiva, en las expectativas de vida de los estudiantes, la satisfacción personal y la felicidad, como referentes a la calidad de vida, autores como Cruz Moreno & Perea Peñalosa(2016) manifiestan que los recursos económicos son los determinantes para tener unas condiciones de vida con calidad.

En cuanto a calidad de vida, Banda & Morales(2012)y Rojas & Suárez(2016) analizan los diferentes factores que brindan la calidad de vida a la comunidad universitaria, en el que una de las prioridades que se manifiestan en sus investigaciones es la de evaluar el contexto psicosocial, familiar y económico, como datos que permitan enfatizar en la calidad de vida de la comunidad universitaria, ya que alguna de estas áreas afecta muy posiblemente la calidad de vida de un estudiante, puesto que, si un ser humano se encuentra bien física, emocionalmente y cuenta con recursos económicos para sus necesidades primarias tendrá la capacidad de asumir los diferentes retos que se le puedan presentar, de lo contrario tiende a un desequilibrio, que desnivela su proyecto de vida en alguno de los aspectos.



Lo anterior permite evidenciar la relevancia de la investigación, ya que desde el bienestar universitario se debe contribuir al desarrollo de los sujetos en todas las dimensiones, para propender por la calidad de vida de la comunidad educativa, desde la formación integral, aportando a fortalecer las competencias no solo académicas sino socio afectivas de los estudiantes, para que estas impacten en las buenas relaciones familiares y sociales, en las que el sujeto tenga un libre desarrollo de su personalidad y se favorezcan a las buenas prácticas sociales que construyan a su comunidad.

Cabe también resaltar que en las investigaciones analizadas se evidencia que es fundamental desde el bienestar universitario contribuir a los diferentes factores que integran el desarrollo humano, como insumo en la formación integral, y que debe ser complementaria independientemente del programa que desarrolle el estudiante, puesto que se debe ver como un proceso que permita adquirir destrezas y habilidades para desenvolverse en la vida cotidiana; además como manifiesta Montoya Vásquez, Urrego Velásquez, & Páez Zapata(2014)lograr equilibrar diferentes aspectos de la vida cotidiana es una forma de analizar y vivenciar la variedad de circunstancias que se experimentan en la vida universitaria y formación del desarrollo humano.

#### **4. Marco teórico y conceptual**

El ser humano es complejo y está integrado por diversos componentes que van desde los factores físicos y emocionales hasta la dimensión social y cultural que lo fundamentan como parte de una sociedad, lo que es esencial en su desarrollo como ser en cada etapa de su vida, y de acuerdo con estas, sus necesidades y prioridades como persona se van transformando, ya no solo es el suplir necesidades fisiológicas básicas, si no que van más allá de acuerdo con sus proyecciones personales.

##### **3.1 Teoría de pirámide de Maslow 1991**

A lo largo de cada etapa del ciclo vital del ser humano se va complejizando la satisfacción de sus necesidades en la medida que se va desarrollando en todos los aspectos. Por ejemplo, a nivel cognitivo ve más allá de suplir sus necesidades básicas de subsistencia y comienza a buscar su autorrealización personal, en la cual busca alcanzar metas y objetivos que lo hagan sentir feliz y satisfecho con su proyecto y calidad de vida.

En este sentido, se retoma la teoría de la pirámide de necesidades de Maslow(1991), en la que propone la Teoría de la Motivación Humana, la cual se estructura en cinco categorías que van en forma ascendente: como base están las necesidades fisiológicas; en segundo lugar se encuentran las necesidades de seguridad; en la tercer lugar están las necesidades de afiliación, las cuales tienen relación directa con el afecto y las relaciones interpersonal; en el cuarto lugar están las necesidades de reconocimiento, que van desde el amor propio hasta el reconocimiento por parte de los demás de lo que soy y realizo como persona en cuanto a logros alcanzados; y por último y en el quinto lugar están las necesidades de autorrealización, que hacen referencia a los valores éticos y morales para vivir en sociedad hasta el crecimiento personal.



*Ilustración 1: López B. 2019; Ilustración Pirámide de Necesidades de Maslow: Qué es y sus aplicaciones prácticas; disponible en: <https://blog.cognifit.com/es/piramide-de-maslow/>*

Desde esta perspectiva, para que se contemple un desarrollo humano, lo primero es que el hombre tenga cubiertas sus necesidades fisiológicas, de seguridad, de afiliación, de reconocimiento y de autorrealización, lo que de alguna manera le asegura calidad de vida y bienestar.

### **3.2 Teoría desarrollo a escala humana Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986)**

Es importante abordar la teoría de Desarrollo a Escala Humana, donde Elizalde (S.F) manifiesta que:

“las necesidades son pocas, finitas y consecuentemente pensamos que son clasificables. A nuestro entender existen nueve necesidades humanas fundamentales las cuales serían las siguientes: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, creación, participación, ocio, identidad y libertad. Cada una de estas necesidades fundamentales constituyen a su vez un subsistema del subsistema de necesidades dentro del sistema de las necesidades humanas fundamentales” (Pág. 2)

Por tal razón ninguna necesidad es de menor nivel que otra, todas son relevantes y hacen parte de la existencia propia del Ser, de la naturaleza y simple hecho de vivir, es por esto que no hay una jerarquía dentro del sistema. Por lo que Elizalde (S.F)

“Al ser las necesidades humanas fundamentales iguales para todos e iguales en importancia cambia el concepto de pobreza y también el de riqueza, porque en la visión tradicional, la pobreza está asociada exclusivamente a ausencia de subsistencia, vale decir de pan, techo y abrigo. Según nuestra concepción para todas las necesidades existe un umbral presistémico. La privación en cualquiera de ellas más allá de un cierto nivel conduce al desmoronamiento del sistema de necesidades y consecuentemente de la vida. La gente se muere no solamente de hambre, sino que se muere también por carencia de afecto o por carencia de identidad.” (Pág. 3)

Lo cual demuestra la importancia de contribuir con la formación de los seres humanos desde la educación, para que tengan un desarrollo integral, que implica un trabajo de valorización cultural, de dar sentido a los valores éticos, para desvalorizar los deseos del consumo, que es la enfermedad de la actualidad contribuyendo a un desarrollo materialista, que no tienen consciencia del cuidado del medio ambiente, lo que se evidencia especialmente en equipos tecnológicos.

Cómo lo Señalan Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986,):

“Son los satisfactores los que definen la modalidad dominante que una cultura o una sociedad imprimen a las necesidades. Los satisfactores no son los bienes económicos disponibles, sino que están referidos a todo aquello que, por representar formas de ser, tener, hacer y estar, contribuye a la realización de necesidades humanas. Pueden incluir, entre otras, formas de organización, estructuras políticas, prácticas sociales, condiciones subjetivas, valores y normas, espacios, contextos, comportamientos y actitudes; todas en una tensión permanente entre consolidación y cambio”. (Pág. 35)

Sobre la bases de la ideas expuestas en la teoría de la pirámide de Necesidades de Maslow (1943) y la Teoría de Desarrollo a Escala Humana de Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986), se ve la relevancia de fortalecer desde el sector educativo la formación integral del Ser humano, abordar la parte subjetiva es decir su crecimiento personal, porque para abordar el Desarrollo de manera Sostenible y Solidario, se debe repensar el contexto social de las necesidades desde las políticas mismas del desarrollo.

Dentro de este marco Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986) plantean la necesidad de pensar formas de organización económica dentro de la sociedad, en la que los bienes materiales potencien satisfactores para vivir las necesidades de manera coherente, sana y plena y no desde el consumismo.

### 3.3 Diálogo entre las teorías humanistas anteriores

Es desde la teoría humanista que se busca que el sujeto se reencuentra con su naturaleza, que se desenvuelva dentro del marco de los valores, que sea un intelectual para tenga un desarrollo ideal, que cuente con unos sentimientos, emociones y una educación acorde a las necesidades sociales y humanas, así como lo expone Abraham Maslow, quién fue uno de los fundadores y principales exponentes del humanismo, que el hombre busque la autorrealización y la salud mental.

Como lo manifiesta García Fabela (2006):

De acuerdo con ese aspecto, el humanismo incorpora del existencialismo las siguientes nociones: El ser humano es electivo, por ende, capaz de elegir su propio destino. El ser humano es libre para establecer sus propias metas de vida; y El ser humano es responsable de sus propias elecciones. (Pág. 3)

Lo anterior está en relación con lo que se plantea desde bienestar, libertad y capacidad en el texto Desarrollo y Libertad, en el que: la capacidad es un tipo de libertad, libertad fundamental para conseguir distintas combinaciones de funciones, en términos menos formales, la libertad para lograr diferentes estilos de vida (Sen, 1999, pág. 100). Es decir, cada sujeto es libre y responsable de elegir como vive su vida, como da sentido a su existencia y que metas, proyectos establece, teniendo claro que cada cosa que haga y elija es su decisión.

Uno de los aportes más importantes del humanismo es sin duda el Desarrollo del Potencial Humano (DPH), en relación con el tema Lafarga (Citado por Vargas & Medina , 2016), propone:

El respeto, la confianza, el amor incondicional, la búsqueda del conocimiento, la creatividad y la armonía, así como el equilibrio en la satisfacción de las necesidades individuales, sociales y ecológicas, ante la cual debe reconocerse que contagiar estos valores no a través de la persuasión, sino de la vivencia, es facilitar y promover el desarrollo humano. (Pág. 1)

En cuanto a la definición de desarrollo humano desde el humanismo González (Citada por Vargas & Medina, 2016), hace una definición pertinente al contexto de bienestar universitario:

Lo propio del desarrollo humano es la educación integral de la persona que en su más amplio sentido significa promover y facilitar los procesos de crecimiento, aprendizaje, apertura al diálogo, a la experiencia y al cambio, así como favorecer el germinar de lo mejor de las potencialidades humanas, que naturalmente tienden hacia la autorrealización y la trascendencia. (Pág. 1)

### **3.4. Educación y desarrollo**

Se debe abordar la Educación y el Desarrollo, reconociendo que la educación se constituye en uno de los ejes que se deben fortalecer en las sociedades, y uno de los sectores con mayores necesidades a cubrir, se debe iniciar a plantear propuestas innovadoras que impacten de forma oportuna, pertinente y eficiente, las necesidades subjetivas del Ser, por lo que se debe plantear una política pública en este sentido.

Reconocer que el desarrollo y sus antecedentes históricos y conceptuales están determinados por un momento histórico, implica inicialmente hacer una breve contextualización de lo que se comprende por desarrollo, concepto que inicia a ser utilizado después de la segunda guerra mundial, desde que Estados Unidos (EEUU) se pregunta por la pobreza “War on Poverty” (Guerra contra la pobreza), convirtiéndose en un tema a ser abordado por los economistas.

Así, las primeras ideas de desarrollo parten con Adam Smith, con la idea del progreso material, que tenía como elementos fundamentales la mano invisible y la división del trabajo; continuando con la necesidad de que existiera una política librecambista que permitiera abrir las relaciones externas, de igual manera como lo menciona Meier y Stiglitz (2002), se hace necesario el incremento de la producción para cubrir las necesidades de la población, mediante la acumulación de capital o incremento en el ingreso per cápita como un requisito necesario y central.

De igual forma, otros modelos y teorías de desarrollo también indicaron la acumulación de capital como la estrategia principal para el crecimiento económico de

las sociedades, como los son: “Las etapas del crecimiento” de Rostow, “al crecimiento equilibrado” de Nurkse, el “Gran Empuje” de Rosenstein-Rodan y las economías de externalidades, la ilimitada oferta laboral y el modelo del sector dual de Lewis. La hipótesis sobre los términos de intercambio y la sustitución de importaciones de Prebisch-Myrdal-Singer, la tesis del “esfuerzo crítico mínimo” de Leibenstein, el “modelo de las dos brechas” de Chenery. (Meier y Stiglitz 2002).

En concordancia con estas teorías, en 1944 con el acuerdo de Bretton Woods fueron creadas instituciones como el Banco Mundial y el Fondo Monetario Internacional, las cuales funcionaron como actores en el proceso de la postguerra y que fueron las que implementaron políticas de préstamos a nivel internacional, incorporando políticas que según el discurso de la doctrina Truman permitirían a los países en desarrollo alcanzar los estándares económicos y culturales de occidente, en tanto, el propósito central era crear las condiciones necesarias para reproducir en todo el mundo los rasgos característicos de las sociedades avanzadas de la época, teniendo como elementos esenciales el capital, la ciencia y la tecnología, surgiendo así a época de la modernidad

En contraposición a las teorías económicas clásicas, se encuentran los economistas de la CEPAL, quienes pusieron en tela de juicio algunas de las creencias de la teoría económica ortodoxa, proporcionando una visión más compleja del desarrollo que daba cabida a consideraciones estructurales, y mostraron mayor preocupación por el nivel de vida de las personas. Sin embargo, a pesar de este nuevo enfoque, el desarrollo económico siguió siendo responsabilidad de los economistas, desde un enfoque de acumulación de capital y de progreso técnico.

De otro lado, también se pueden referenciar como parte de las teorías del desarrollo el modelo neoliberal y la globalización; la primera que nace porque se agota el modelo Keynesiano y de intervención del Estado, caracterizada por la defensa de la eficacia del mercado como mecanismo de asignación óptima de recursos; la globalización, caracterizada por el surgimiento de nuevos actores como las transnacionales y las corporaciones, dejando de lado la noción de Estado-nación, generando la expansión de las relaciones de mercado que beneficia a unos grupos.

Desde esta perspectiva, la modernidad puede ser caracterizada, de acuerdo con Escobar (2012) de la siguiente manera: históricamente, se reconoce alrededor de los procesos de la Reforma, La Ilustración y la Revolución Francesa, consolidándose en la Revolución Industrial; Sociológicamente, se caracteriza por el papel central de los Estado-nación; culturalmente, por lo que se denominó las competencias culturales, por formas de conocimiento experto asociadas al capital y a los aparatos administrativos del Estado y Filosóficamente, la modernidad implica la emergencia de la noción de Hombre, como fundamento de todo conocimiento del mundo, separado de lo natural y lo divino.

A pesar de la incorporación de los discursos del desarrollo en países considerados subdesarrollados, hoy en día la modernidad junto con la globalización, entendida esta última como la profundización de la modernidad, han entrado en crisis, en tanto como lo afirma Escobar, la modernidad no está dando solución a los problemas planteados hoy día, en este sentido es de vital importancia pensar en nuevos enfoques que permitan realizar un análisis crítico y contextual de las necesidades propias de cada sociedad, ya que como lo indica García (1972) “sin la capacidad de análisis de los problemas estructurales y sin esa facultad crítica de lograr una concepción coherente y totalista de la sociedad latinoamericana no es posible hacer una teoría del sub-desarrollo o del atraso ni formularse una teoría del desarrollo, es decir, que el punto de partida del nuevo proceso de pensamiento científico social latinoamericano es la desmitificación de las ciencias sociales que elaboran y exportan las naciones metropolitanas, como parte de una estrategia de dominación y colonialismo cultural”.

Esto también está en coherencia con los que Escobar (2005) postula como una política de la ecología y de lugar, en tanto, implica tener una posición crítica de la realidad social, que no se base en una división del mundo y si por el contrario que integre las políticas de lugar, como un discurso del deseo y la posibilidad que se construye sobre las practicas subalternas de la diferencia para el re/construcción de mundos socio-naturales alternativos. De igual forma debe integrar una cultura de lo glocal, en donde muchas cultural políticas y políticas culturales puedan coexistir, dando nuevo sentido a la democracia, a pesar de las tensiones y los conflictos.



Es en este sentido que desde el sector educativo se debe abordar el desarrollo humano desde lo subjetivo, pensando en esas nuevas alternativas de satisfacción de necesidades fundamentales que se plantean en la teoría del Desarrollo a Escala Humana de Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1986).

Debido a esto es que toma relevancia la presente investigación, porque es fundamental comprender e interpretar desde la perspectiva del desarrollo humano que significado le da el estudiante a la calidad de vida, cómo desde la institución educativa se contribuye a su crecimiento personal y a su bienestar como sujeto.

En cuanto a Castells & Himanen(2016), plantean que para que exista un Desarrollo Humano Integral se requiere de tres aspectos fundamentales: el primero, el crecimiento económico, que debe ser innovador e ir de la mano con el emprendimiento; el segundo, es el crecimiento personal del sujeto, que va desde lo subjetivo, la calidad de vida y el bienestar, en el que la felicidad es determinante; y el tercero, es el cuidado por el medio ambiente para que sea un desarrollo sustentable. Teniendo esta claridad, es necesario recalcar que la presente investigación se va a centrar solo en el segundo eje del desarrollo del sujeto desde la autorrealización, el bienestar y la calidad de vida.

Con respecto a la investigación, la cual tiene una corriente humanista en la que se plantea una filosofía de vida, que ubica al individuo en forma armónica y coherente, y la cual está orientada a conocer la percepción del sujeto, inmerso en un contexto universitario, en el que como ser humano es único y se desarrolló a su propio ritmo, buscando la autorrealización.

En este trabajo se aborda *el desarrollo humano*, desde el desarrollo del ser, en búsqueda del crecimiento personal, en el que se hallan las necesidades de la autorrealización, sin desconocer que el sujeto es un ser social que requiere del entorno y de los otros para su propio desarrollo.

Al hablar de crecimiento personal se hace referencia a la autorrealización y al empoderamiento de sí mismo, desde una buena autoestima que va desde su: autoconcepto, autoimagen, autoeficacia y autovaloración, la cual es una dimensión subjetiva de lo que cada sujeto contempla como realización personal, donde cada uno

desde su propio desarrollo de personalidad es único. Es decir, cada persona tiene características propias que lo hacen diferente a los demás desde su individualidad, lo que se refleja en su manera de actuar y pensar frente a la vida.

Por tal motivo el desarrollo personal conlleva a hablar de la *calidad de vida*, la cual se puede concebir como el acercamiento a los ideales que establece cada sujeto para su desarrollo personal con dignidad, a las intenciones, a las necesidades básicas y los recursos; elementos que se constituyen en las realidades y contextos en que el individuo se desenvuelve y que sirven de orientación o referente comparativo con relación a otros individuos.

Dicho lo anterior el factor de calidad de vida es subjetivo, debido a que depende la percepción y construcción de pensamiento de cada individuo, por lo que:

Se encuentra influenciado por variables de satisfacción en áreas tales como familia, ámbito social, bienestar económico, desarrollo personal, autoimagen y actividades recreativas. En el plano valorativo, el índice de sociabilidad y amigos se conformó con el ya antes referido factor. El modelo de calidad de vida identificado se integra por factores personales, familiares y de interacción social y económica con el entorno (Banda & Morales, 2012, pág. 29).

Es claro que cada individuo es un mundo, que de acuerdo con sus experiencias y vivencias da sentido a su existir, que cada uno tiene un proyecto de vida propio y una perspectiva de la vida que lo hace único y diferente, lo que lo lleva a tener aspiraciones y motivaciones que son intrínsecas y de autorrealización, las cuales deben ser reforzadas en el ambiente universitario, para que este no desista de sus metas y por ende no deserte.

Según Montoya Vásquez, Urrego Velásquez, & Páez Zapata,(2014 ) mencionan que:

La Asociación Colombiana de Universidades (ASCUN), señala que el bienestar universitario tiene como principio rector el Desarrollo Humano. Este se entiende por una parte como formación y por otra como calidad de vida, pero incluye realidades de mayor alcance como la realización de las múltiples capacidades de la persona en todas las dimensiones de su ser como individuo y como miembro

activo de la sociedad. Otros principios que orientan el bienestar universitario son: formación integral, calidad de vida, construcción de comunidad. (Pág.356).

En cuanto al Bienestar Universitario este debe propender por el crecimiento integral de sus estudiantes, en el que cada una de las dimensiones del ser sean potencializadas y sus competencias profesionales y personales estén al servicio de la sociedad, para que sean sujetos con objetivos claros y autorrealizados, profesionales críticos con responsabilidad social.

Las universidades tienen entre sus fines la formación de profesionales, pero más allá de esto, deben contribuir al desarrollo individual y social al formar ciudadanos capaces de construir sociedades solidarias, de progreso, y con calidad de vida. En este sentido, propiciar el bienestar de la comunidad universitaria es fundamental, y aunque puede verse como un medio para poder alcanzar los fines académicos, también puede entenderse como un fin en sí mismo. Por esto, la conceptualización de qué es el bienestar en la universidad y cómo se logra es esencial para las instituciones de educación superior. El bienestar como concepto amplio alude a condiciones como vivir bien, tranquilidad, felicidad, o salud, y paralelamente hace alusión a los intereses de cada persona, y puede referirse a asuntos materiales, culturales o espirituales. (Montoya Vásquez, Urrego Velásquez, & Páez Zapata, 2014, pág. 356).

Es decir que el deber ser del Bienestar Universitario es potencializar al estudiante como ser humano, desde sus habilidades y cualidades; además de mitigar sus falencias a través de estrategias psicopedagógicas para que sea un profesional integro, social e interactivo en pro de la comunidad, pero teniendo claro que prima su bienestar y calidad de vida.

El Bienestar Universitario, desde el enfoque de desarrollo personal, debe llevar al estudiante a pensar en su futuro, en sus opciones de vida, en la necesidad de formarse académica y personalmente como parte de una sociedad, además de participar de manera activa y crítica en la misma, pensando en su bienestar y en el de los demás. Es decir, el Bienestar Universitario debe propender por motivar al estudiante, y fomentar

en ellos, la seguridad en sí mismos, en lo que son y lo que quieren ser y hacer de sus vidas, aún sin estar seguros de sus roles en la sociedad.

Es necesario recalcar que el hombre se construye a través de la experiencia, lo que lo lleva a construir sus pensamientos, tomar decisiones, comportarse y tomar acciones, basadas en su propia realidad, en la forma como concibe el mundo y se relaciona con él y con los otros. Por lo tanto, los proyectos de vida se construyen desde la realidad individual, desde los problemas y las utopías de cada individuo, de su formación y de su entorno social y son la base para establecer la autorrealización de sí mismos.

Con base en lo anterior, es que el Bienestar Universitario consiste en un desarrollo integral en cuanto a aspectos físicos y psicológicos que permiten la calidad de vida de los estudiantes. Bienestar es el equilibrio que puede manejar el estudiante dentro de sus diferentes ámbitos académicos, sentirse bien emocionalmente, lo que indica que el intelecto humano tenga la mayor disposición para lograr el apreciar el conocimiento y adquirir las destrezas y capacidades de explorar lo aprendido. Las líneas de apoyo que la institución educativa le brinde a sus estudiantes es una forma de lograr mejorar la calidad del desarrollo y crecimiento personal, ya que permita visualizar ámbitos influyentes en la mejora de la calidad de vida (Montoya Vásquez, Urrego Velásquez, & Páez Zapata, 2014).

En concreto la educación, es uno de los elementos relacionados con la calidad de vida y el desarrollo humano debido a que es un eje transversal, dinamizador y promovedor de la transformación positiva de los sujetos, contribuyendo a la autorrealización y satisfacción personal, aportando a su felicidad lo cual es una construcción subjetiva de sí mismos, por lo que el Bienestar Universitario, tiene una importancia estratégica en el crecimiento personal de un estudiante.

### **3.5. Fundamentación -análisis de la importancia de la investigación**

En las investigaciones analizadas desde los diversos ejes se evidencia que se examinan elementos fundamentales del desarrollo humano, pero de manera fragmentada. Por lo que es pertinente hacer referencia a lo que plantea Sen (1999, pág. 99), quien a lo

largo de su obra exalta los conceptos que fundamentan la presente investigación, y los fundamenta como parte del desarrollo humano, por lo que define: el *desarrollo* como la capacidad del individuo para llevar una vida mejor y más digna; el *bienestar* lo identifica como la capacidad para implementar objetivos, responsabilidades y valores, encaminados hacia el bienestar personal; y la *capacidad* que esta determina por las funciones que el sujeto puede lograr y las que puede elegir, destacando la elección de ser libre; por tanto el enfoque de Sen (1999), se centra en el problema del desarrollo de la libertad, en el cual surge la necesidad de desarrollar unas capacidades para tener un bienestar y una estabilidad. Es desde el desarrollo de capacidades que se habla del capital humano y por ende de crecimiento personal.

En la UNAD, el crecimiento personal es una de las líneas de acción bajo las que se rige el Bienestar Universitario, en el que desde sus políticas se propende por la formación integral del sujeto, la construcción de comunidad y la calidad de vida, teniendo como principio la autorrealización y el sentido de vida; buscando la potencialización del sujeto en todas las dimensiones del ser (espiritual, biológico, económico, político) incluyendo la participación social.

El crecimiento personal se entiende como un proceso a largo plazo que hace parte del proyecto de vida de cada individuo, el cual le permite una transformación personal y potencia habilidades sociales, individuales y colectivas, consintiendo realizar una introspección, con el fin de convertirse en una mejor persona con sentido de pertenencia y de reconocimiento de la realidad social.

En este sentido, en el Estatuto General de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), reconoce el Bienestar como:

Parte de la cultura y la filosofía organizacional y se afianza en los multicontextos y ámbitos de actuación donde la Universidad, coherente con su naturaleza, afianza la vida universitaria al gestionar espacios mediaciones y estrategias de vivencias significativas que fomentan el espíritu Unadista solidario, dentro de la interacción social, artística, deportiva y cultural, entre otras, al cultivar y fortalecer así los talentos y el bienestar de quienes participan” (UNAD Acuerdo 014, 2018, pág. 27).

Dentro de los autores que retomaron en la investigación de calidad de vida del estudiante de la facultad de ciencias administrativas económicas y contables, se resalta una la perspectiva de la calidad de vida en la que Felce & Perry (Citado por Cruz Moreno & Perea Peñalosa, 2016) afirma que:

Es posible establecer las condiciones de vida objetivamente por medio de indicadores biológicos, sociales, materiales, conductuales y psicológicos, a cuyo análisis se le puede agregar el aspecto subjetivo de cada uno de los indicadores con el fin de conciliar la calidad de vida desde una perspectiva más amplia, y no solamente como un factor subjetivo o uno objetivo. Donde lo importante radica en destacar la importancia que tiene para el individuo cada una de las evaluaciones, esto, con relación a cada dominio de vida en particular, ya que esta importancia y esta interpretación dependen directamente de él (pág. 51).

Aquí se reafirma lo trascendental, que es tener en cuenta la perspectiva del sujeto, desde sus propios criterios para que evalúe su calidad de vida, teniendo en cuenta el entorno donde se desenvuelve, partiendo del seno familiar, las costumbres, sus gustos, su forma de pensar y percibir el mundo; elementos que aportaran a la investigación, para llegar a una interpretación concisa de como los estudiantes Unadistas perciben y abordan su realidad frente a la calidad de vida, su bienestar y su crecimiento personal.

En este sentido, es importante que desde las instituciones educativas se indague lo que para el estudiante es la calidad de vida y bienestar, para que desde la institución y desde la formación que esta imparte, se contribuya a esa calidad de vida y a el crecimiento personal de cada sujeto, en el que prime la felicidad como equilibrio emocional de lo que se es y lo que se hace.

Es desde esta perspectiva que esta investigación toma relevancia, debido a que el estudiante es el actor más importante en el contexto educativo, y es el que le da sentido a la formación académica y misión institucional, por consiguiente, se debe potencializar en todas sus dimensiones, repercutiendo de manera directa en la calidad educativa y retención estudiantil.

Así mismo, se pretende hacer un análisis desde la teoría psicológica de las necesidades de Abraham Maslow(1991) , quien las clasifica en fisiológicas, de

seguridad, de afiliación, de reconocimiento, y por último de autorrealización, que tiene relación directa a lo que se contempla como desarrollo humano de una manera integral, en el que se evidencia “el crecimiento económico, calculado como acumulación de riqueza material, medido por el PIB o ingreso, hasta el desarrollo holístico, lo que incluye la conservación del medio la naturaleza y la felicidad de los humano o dignidad(Castells & Himanen, 2016, pág. 27).

Con base a lo anterior se busca interpretar el sentir de los estudiantes Unadistas respecto al bienestar y la calidad de vida, para contribuir como institución desde la formación e impactar positivamente en este aspecto del desarrollo humano, con el que se pretende potencializar al sujeto de manera integral, teniendo en cuenta sus capacidades, como manifiesta (Sen, 1999):

El desarrollo tiene que ocuparse más de mejorar la vida que llevamos y las libertades que disfrutamos. La expresión de las libertades; que tenemos razones para valorar no sólo enriquece nuestra vida y la libera de restricciones, sino que también nos permite ser personas sociables más plena, que ejercen su propia voluntad (pág. 31).

Teniendo en cuenta que la Línea de Acción de Crecimiento Personal aportar al desarrollo de sujetos de una manera integral, fortaleciéndolos en las dimensiones subjetivas para que lleguen al reconocimiento y la autorrealización, lo que repercute de manera directa en la calidad de vida y la felicidad, aportando al desarrollo humano con dignidad, donde se reconoce el valor de la riqueza como determinante de la calidad de vida y de bienestar, pero donde se debe ir más allá de lo material (Sen, 1999).

De manera que, y para concluir, el proyecto permitirá evidenciar que aspectos se requieren fortalecer y mejorar desde las dinámicas vitales del estudiante Unadista, para proyectar y desarrollar políticas de atención y articularlas a las políticas públicas que trabajan desde una perspectiva del desarrollo humano, el bienestar y la calidad de vida en la segunda fase del proyecto que es la implementación , a través de sus acciones, servicios y experiencias significativas con el propósito de fortalecer el sujeto mismo, desde sus capacidades, y robusteciendo sus factores protectores, mitigando los factores

de riesgo, facilitando la satisfacción de las necesidades de autorrealización y crecimiento personal como aporte a su desarrollo humano holístico.



## **4. Marco Legal**

Es fundamental reconocer que en esta investigación se trabajan dos políticas públicas, que aportan al proyecto desde la intervención misma, planteada desde la línea de Crecimiento Personal del Sistema de Intervención Unadista.

### **4. 1 Lineamientos de política de bienestar para instituciones de educación superior**

Estos lineamientos son establecidos por el Ministerio de Educacional Nacional en el año 2016, y en el cual se basa el sistema Integral Unadista donde es fundamental ya que es un proceso participativo que permite dar cumplimiento a la misión y visión institucional.

Es en este sentido el Sistema de Bienestar Integral de la UNAD tiene estrategias, acciones, servicios y experiencias significativas que permiten a portar en el desarrollo humano integral; en la línea de crecimiento personal todas las acciones están en marcadas en aportar a la formación integral del Ser, a la construcción de comunidad y la calidad de vida, para toda la comunidad unadista (estudiante, egresados, docentes y administrativos) como se establece en los lineamientos.

Además, es fundamental tener en cuenta que, en el marco normativo vigente, la Ley 30 de 1992 por la cual se organiza el servicio público de la Educación Superior y el Acuerdo 03 de 1995 del Consejo Nacional de Educación Superior (CESU). En el 2006 se incluye Bienestar como un factor primordial para poder acceder a la acreditación institucional de alta calidad y en el numeral 6.5 del artículo 6º del Decreto 1295 de 2010 se establece también bienestar como requisito para obtener los registros calificados de los programas, teniendo un papel estratégico y protagónico en las instituciones de educación superior.

En el documento de lineamiento de Bienestar para IES, se cita un documento producido en 2013 por la Mesa Ampliada Nacional Estudiantil (MANE), que define:

“El bienestar educativo es condición necesaria para la plena materialización de la educación como derecho fundamental y bien común en términos de acceso, cobertura y permanencia, así como de la realización integral del proceso educativo. La existencia de bienestar educativo es inherente a la actividad académica, pues ofrece las garantías para el desarrollo social, cultural, lúdico y cognoscitivo de profesores, estudiantes y trabajadores”. (Pág. 13).

Es fundamental mencionar que la política de Bienestar de Instituciones de Educación Superior se centra en Desarrollo Humano, la formación integral, la calidad de vida y la construcción de comunidad, las cuales están definidas a continuación de acuerdo a la política misma.

En el caso de Desarrollo Humano se cita al PNUD (1990) entendiendo este como:

“un proceso en el que se amplían las oportunidades del ser humano, que, si bien pueden ser infinitas, las principales son adquirir conocimientos y tener acceso a los recursos necesarios para disfrutar de una vida prolongada, saludable y digna. Si no se goza de esas oportunidades, que son las esenciales, las demás, como libertad política, económica y social, la posibilidad de ser creativo y productivo, respetarse a sí mismo y disfrutar de la garantía de los derechos humanos, serán inaccesibles”. (Pág. 21).

En relación a lo anterior desde el Sistema de Bienestar Integral Unadista se trabaja por el desarrollo de las dimensiones del Ser, potencializando el pensamiento crítico y objetivo de los estamentos, proporcionando experiencias significativas que le permitan la construcción de conocimiento sobre sí mismos y sobre su contexto, para que actúen de acuerdo a sus derechos y deberes con consciencia, apropiándose de las oportunidades y buscando alternativas para vivir con dignidad.

En cuanto a la Formación Integral se basan en Orozco (1977) se contempla como: “aquella que contribuye a enriquecer el proceso de socialización del estudiante, que afina su sensibilidad mediante el desarrollo de sus facultades artísticas, contribuye a su desarrollo moral y abre su espíritu al pensamiento crítico” (Pág. 22)

Es por esto que desde el Sistema de Bienestar se trabaja la formación subjetiva y crecimiento intrínseco del ser humano, como complemento al conocimiento académico, para que sea un ciudadano y un profesional integro con valores, éticos y morales.

Al hablar de Calidad de Vida se hace referencia a una perspectiva integral que va más allá de la satisfacción de las necesidades básicas, y se fortalece con el enfoque de capacidades humanas, inherentes al ser y al desarrollo para tener una vida con dignidad y por último se trabaja la construcción de comunidad, hace referencia en el reconocimiento y el sentido de pertenencia por la institución y los principios y valores fundamentales de la misma.

El sistema y especialmente la línea de Crecimiento Personal se ocupa de trabajar la identidad Unadista, desde la apropiación de la filosofía institucional, en la que se

trabajan especialmente competencias como el liderazgo, la solidaridad y el emprendimiento, con el ideal de formar líderes sociales que trabajen por la comunidad y para la comunidad contribuyendo a la transformación del país y repercutiendo en el desarrollo social, económico, político, cultural de las regiones.

Es importante mencionar que la Política de Bienestar en Instituciones de Educación Superior se sustenta en los siguientes principios:

- a) Universalidad. Los lineamientos pueden aplicarse a cualquier tipo de institución sin importar su tipología o naturaleza o la modalidad de su oferta para garantizar el bienestar para toda la comunidad educativa.
- b) Equidad. Los lineamientos buscan el bienestar de la comunidad educativa con particular atención a aquellos que son vulnerables o presentan condiciones particulares que no han permitido el goce efectivo de sus derechos, como víctimas del conflicto armado, grupos étnicos, población con discapacidad y población de frontera.
- c) Transversalidad. Los lineamientos parten del reconocimiento del bienestar como un asunto estratégico para el cumplimiento de los objetivos misionales que se articula e incorpora en los distintos procesos y prácticas institucionales.
- d) Pertinencia. Las estrategias de bienestar deben estar orientadas por las particularidades de cada institución como el contexto, las necesidades e intereses de cada grupo.
- e) Corresponsabilidad. El bienestar es una construcción colectiva y por tanto es responsabilidad de todos los actores de la institución” (Pág. 26)

En relación a lo establecido por los lineamientos y principios de bienestar en las instituciones de educación superior, el bienestar debe propiciar acciones a los estamentos encaminadas al desarrollo de capacidades personales desde todas sus dimensiones, que le permitan tener mayores oportunidades que repercutan en tener un buen nivel de vida, por lo que analiza los intereses de la comunidad, para aportar con acciones pertinentes, teniendo en cuenta las necesidades especiales y los grupos poblacionales que tienen la UNAD, siendo incluyente y actúan con responsabilidad social, y aportando desde su lema mismo Bienestar Unadista Somos Todos, ya que de todos depende el buen desarrollo del sistema.

En los lineamientos se establece que en las Instituciones de educación Superior deben plantear estrategias que abarquen todas las dimensiones del Ser humano, como son:

a) Orientación educativa, b) Acompañamiento para el desarrollo de competencias para la vida, c) Promoción socioeconómica, d) Fomento de la actividad física, el deporte y la recreación, e) Expresión cultural y artística, f) Promoción de la salud integral y autocuidado. g) Cultura institucional y ciudadana. (Pág. 27 – 28)

El Sistema de Bienestar Integral trabaja el ser de manera integral, dinamizando la vida universitaria desde su actuar estratégico repercutiendo en las diversas dimensiones del Ser humano como son: la cultural, social, espiritual y moral, cognitiva e intelectual, psicoafectiva, corporal y biológica, desde cada una de las líneas de acción se trabaja unas dimensiones específicas, para que el sujeto viva en armonía y en equilibrio consigo mismo y con los otros, lo que repercute en un bienestar propio, por ende en calidad de vida, formación integral y construcción de comunidad.

#### **4.2 Política de salud mental**

El Ministerio de Salud y Protección Social, establecen la importancia de hacer atención primaria en salud, desde un enfoque promocional de la calidad de vida, con el fin mismo de aportar a la salud mental de los colombianos y a su vez a la convivencia social de acuerdo a la Resolución 1841 de 2013, por la que se acoge al Plan Decenal de Salud Pública, estableciendo como parte de sus dimensiones la convivencia y la Salud Mental.

La Política establece los lineamientos para una atención integral adoptada en la resolución 429 de 2016 citada en la Resolución 4886 de 2018

“la generación de las mejores condiciones de la salud de la población, mediante la regulación de la intervención de los responsables de garantizar la atención de la promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y paliación en condiciones de accesibilidad, aceptabilidad, oportunidad, continuidad, integralidad y capacidad de resolución”. (pág.3).

En relación a lo anterior desde la línea de Crecimiento personal, se promueve la salud mental, buscando mitigar los riesgos psicosociales de la comunidad Unadista, por lo que se desarrollan diferentes acciones y se brindan servicios para aportar a la Salud Mental.

Como se plantea en la Resolución 4886 de 2018, de acuerdo a una encuesta desarrollada en 2015 donde se exploró la conducta suicida de los colombianos en población adolescente y adulta, por lo que se sugiere trabajar en los siguientes frentes:

- “1. Realizar actividades de promoción y prevención en salud mental a nivel individual, familiar y comunitario, en articulación con otros sectores corresponsables, en el marco del Modelo Integral de Atención en Salud MIAS.
2. Desarrollar acciones dirigidas a la transformación cultural en el largo plazo, realizar demanda inducida y gestión del conocimiento.
3. Intervenir los entornos en los diferentes ámbitos, implementación de las Rutas Integrales de Atención en Salud, con participación intersectorial de todos los actores corresponsables de la salud mental, teniendo en cuenta los diferentes enfoques, realizar acciones para la detección temprana de problemas y trastornos mentales en los entornos.
4. Formular de protocolos y guías de práctica clínica.
5. Fortalecer las competencias del personal de salud y educación, desde la atención primaria en salud”. (Pág. 13)

Lo cual está establecido en el Sistema Integral de la UNAD desde la línea de Crecimiento Personal, en la que se trabaja por la dimensión psicológica del Ser, buscando un equilibrio entre el pensar, sentir y actuar que genera una salubridad mental.

“La Política Nacional de Salud Mental adopta el enfoque psicosocial como una herramienta de la atención en salud que permite reconocer la integralidad de las personas teniendo en cuenta el contexto en el que se han desenvuelto, los hechos que han vivido, el significado que les han dado a estos hechos, el sufrimiento que han experimentado y las capacidades con las que cuentan las personas y comunidades para recuperarse y materializar sus proyectos de vida. Este enfoque se materializa en la humanización de la atención en salud mental, para la cual es indispensable la sensibilidad frente a las diferencias de edad, género, cultura e idioma”. (Pág. 23)

En relación a lo anterior es clave evidenciar que la línea de Crecimiento Personal se enfoca desde lo psicosocial para aportar los procesos psicoeducativos a la comunidad a través de diversas acciones estrategias como cursos autodirigidos, atención psicosocial, web conferencias, material psicoeducativo y actividades que aportan a la salud mental y a la sana convivencia.

Teniendo claro que el objetivo general de la Política Nacional de Salud Mental del Ministerio de Salud y Protección Social - Resolución 4886 de 2018 es:

“Promover la salud mental como elemento integral de la garantía del derecho a la salud de todas las personas, familias y comunidades, entendidos como sujetos individuales y colectivos, para el desarrollo integral y la reducción de riesgos asociados a los problemas y trastornos mentales, el suicidio, las violencias interpersonales y la epilepsia”. (Pág. 25)

Desde la línea se aporta a la prevención de patologías, trastornos de salud mental, involucrando al sujeto y sus sistemas, brindando una asistencia integral para aportar a su bienestar y a reconstruir su dimensión social.

#### **4.3. Política de atención integral en salud**

Es primordial reconocer la Política Integral de Atención en Salud de Colombia en la que el Ministerio de Salud mediante para lo cual su marco estratégico “se fundamenta en la Atención Primaria en Salud (APS), con enfoque de salud familiar y comunitaria, el cuidado, la gestión integral del riesgo y el enfoque diferencial para los distintos territorios y poblaciones.” Es decir que busca establecer la buena atención en salud como un derecho fundamental y donde la atención primaria va más allá de la promoción y prevención y se trabaja desde el autocuidado, involucrando al Ser en si su familia, la comunidad y las instituciones.

Es desde esta perspectiva que desde el Sistema Integral Unadista se trabaja desde la promoción de salud en diversos frentes, contemplando al sujeto como un ser dinámico inmerso en la sociedad, parte de un sistema, integrante de una familia y parte de varios sistemas que conforman comunidad y donde hacen parte de la institución universitaria, que tienen desde su misión contribuir por el bienestar de todos.

En este sentido la Política de Atención Integral en Salud se enfoca en Salud Familiar y Comunitaria:

“El enfoque de salud familiar y comunitaria es el conjunto de herramientas conceptuales y metodológicas que orienta, a través de procesos transdisciplinarios, el cuidado integral de la salud de la población de acuerdo con sus potencialidades, situación social y sanitaria, y el contexto territorial. Ubica las acciones del modelo de salud de acuerdo a la situación, curso de vida y entornos donde vive y se recrea la población. Orienta la articulación de acciones individuales, colectivas y poblacionales para aportar a la garantía del goce efectivo del derecho a la salud de toda la población.”. (Pág. 35)

En relación a lo anterior desde la línea de crecimiento personal, se reconoce el sujeto como parte de una familia, que ejerce diferentes roles y hace parte de comunidad, a quien se le debe brindar atención primaria desde el autocuidado y la prevención, teniendo claro su contextos y sus necesidades, ya que cada ser humano es único y tienen necesidades diversas, por lo que desde la línea se plantea la promoción de la salud como

un proceso, encaminado a cuidar la salud mental del sujeto, la familia y la comunidad en general, lo que repercute en buena salud y trasciende a calidad de vida.

La salud está relacionada de manera directa con bienestar y calidad de vida, desde la Política de Atención Integral en Salud se establecen cuatro estrategias centrales: “1. La atención primaria en salud con enfoque de salud familiar y comunitaria, 2. el cuidado, 3. La gestión integral del riesgo en salud y 4. El enfoque diferencial de territorios y poblaciones” (pág. 32)

“La atención primaria en salud (APS) es la estrategia básica y es la integradora entre las necesidades de la población, la respuesta del sistema y los recursos disponibles en la sociedad como elemento esencial para la viabilidad en la progresividad del ejercicio del derecho. Una APS con enfoque de salud familiar y comunitaria que sirve de interfaz entre la necesidad de desarrollo de nuevas competencias del recurso humano y equipos interdisciplinarios empoderados en el desarrollo de sus capacidades para dar una respuesta social dirigida hacia la persona, la familia y la comunidad”. (Pág. 32).

En el sistema de Bienestar Integral se desarrolla atención primaria en salud como estrategia integradora desde las necesidades e intereses de la población, a través de diferentes acciones que promueven el bienestar y la calidad de vida del sujeto, la familia y la comunidad, por eso en la línea se trabaja el ser humano desde los diferentes roles y ámbitos, se trabaja la parte subjetiva y la espiritualidad, el ámbito académico, el de familia, el laboral y el social desde la inclusión y diversidad

En relación a lo anterior y teniendo claro las estrategias de la Política en Atención Integral el Sistema de Bienestar, también promueve la de cuidado ya que:

“Comprende las capacidades, decisiones y acciones que el individuo toma para proteger su salud, la de su familia, la comunidad y el medio ambiente que lo rodea. Se sustenta en el autocuidado e involucra una condición dinámica que integra en diferentes momentos de su vida su capacidad para acumular autonomía, capital de salud y capital social. También involucra el deber de la sociedad y de los sistemas de salud de realizar acciones que permitan ganancias en salud” (Pág. 38).

En la línea de crecimiento personal se propician estrategias de reconocimiento y responsabilidad del equilibrio de las emociones del individuo y del colectivo, se trabaja por el desarrollo de competencias del Ser, se promueve la salud mental, haciendo prevención de riesgos psicosociales y acompañamiento psicológico, además de generar espacios para los miembros de la comunidad Unadista que les permita el empoderamiento de sí mismos y de su proyecto de vida

## **5. Marco metodológico**

La investigación es un proceso continuo, evolutivo, organizado, reflexivo y crítico mediante el cual se construye conocimiento. Este proceso contiene varias etapas que van desde el planteamiento del problema de investigación, hasta un análisis de resultados, pasando por una etapa crucial que define el cómo se desarrolla la investigación, lo cual está especificado a continuación.

### **5.1. Tipo de investigación**

El proyecto está contemplado en dos fases una de investigación y otra de intervención, la primera con el fin de indagar por las concepciones de los estudiantes frente a ciertos conceptos y la segunda fase de intervención de acuerdo a los resultados obtenidos en la primera fase, implementando estrategias que permitan articular las políticas públicas que trabajen el bienestar y la calidad de vida desde una perspectiva del desarrollo humano, donde de igual manera se busca medir el impacto y la satisfacción de las nuevas estrategias, acciones y servicios de la línea de crecimiento personal dando respuesta a los hallazgos de la primera fase de la investigación.

Esta Investigación es de tipo interpretativo, debido a que busca comprender cómo conciben el bienestar y la calidad de vida los estudiantes Unadistas, desde una perspectiva del desarrollo humano, lo cual implica un proceso hermenéutico, que conlleva a la interpretación de los sujetos en el constructo que tienen de la realidad. Es importante reconocer que el contexto es relevante en esta interpretación, ya que la experiencia humana es lo que permite dar sentido y significado a la comprensión que se tiene del mundo y de la realidad.

### **5.2. Enfoque de la investigación**

Se estableció con un enfoque mixto cualitativo y cuantitativo, debido a que este se centra en conocer las cualidades de los fenómenos culturales, sociales, políticos, ambientales y filosóficos, que permitan establecer las relaciones conceptuales y de interacción con los otros y con lo otro; permitiendo evidenciar la percepción y el sentir de los estudiantes frente a lo que contemplan ellos como calidad de vida y bienestar. Pero además medir la satisfacción e impacto de las estrategias, evidenciando la



influencia de las estrategias y procesos alternativos de la línea en el bienestar y la calidad de vida de la comunidad Unadista-

Lo que es de gran utilidad para la UNAD, en la medida que, comprender cómo perciben los estudiantes Unadistas la calidad de vida, permitirá fortalecer las estrategias de intervención desde el contexto universitario para contribuir a dicho bienestar, donde se articula con las políticas públicas del país para contribuir a un desarrollo sostenible, que inicia con el Ser humano desde una perspectiva de bienestar y calidad de vida.

### **5.3 Procedimiento**

Se diseñó una encuesta, (ver anexo A) con algunas preguntas abiertas que permitieran evidenciar el punto de vista de los estudiantes frente a la concepción del bienestar y la calidad de vida, desde la perspectiva del desarrollo humano; además permitirá identificar de qué manera la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) contribuye, o no, al desarrollo personal de sus estudiantes, en términos objetivos; es decir aportando a su formación como profesionales al brindar una educación de calidad a bajo costo.

La encuesta se registró mediante un formulario de Google, para lo que fue enviado un enlace por medio del correo electrónico a los participantes, quienes dieron un consentimiento informado para el respectivo manejo de la información. Es de aclarar que la UNAD, es la universidad con mayor número de estudiantes en el territorio nacional, ya que tiene 64 sedes en el país, en 30 departamentos, de los 32 que tiene Colombia, por lo que solo se tomó una muestra representativa de estudiantes de dos programas de pregrado, de una de las ocho zonas en las que se encuentra categorizada la UNAD, por lo que se seleccionó la Zona Centro Bogotá Cundinamarca, por ser la zona con mayor número de estudiantes en el país.

La muestra representativa se tomó de manera aleatoria con estudiantes matriculados en el primer periodo académico del 2017; es importante hacer la claridad que se refiere a periodo académico debido a que la metodología Unadista, es por créditos académicos, más no por semestre, y en el año se presentan seis periodos de matrícula. Para ese primer periodo, denominado 16-1, el total de estudiantes matriculados en los dos

programas fue de 5874. La encuesta fue enviada a todos los estudiantes matriculados buscando un 95% de nivel de confianza, para un mínimo de 361 respuestas, y teniendo como margen de error un 5%.

Además, se estableció un foro de interacción virtual, en el Nodo de Crecimiento Personal, situado en la página de Bienestar Universitario de la UNAD, con preguntas abiertas para que los estudiantes mediante las interacciones en este expresaran su sentir. Este aspecto es de gran importancia debido a que la modalidad de los estudiantes es virtual, por lo que sus escenarios de interacción son por lo general virtuales y de manera asincrónica.

El foro se abrió en el *Nodo de Crecimiento Personal*<sup>2</sup> con el tema de Subjetividad y Sentido de Vida, en este se invitó a los estudiantes a reflexionar acerca de la existencia propia, haciendo una introspección, desde la canción Somos Uno, de Axel, y luego dieran respuesta a las siguientes preguntas: A) ¿Qué define mi vida?; B) ¿Qué sentido le doy a mi existencia?; y C) ¿Qué propósitos motivan mi vida? Estas preguntas de manera directa hacen referencia a lo que cada uno de los participantes comprende como vida y de qué manera conciben su existencia; respuestas que aportaron para el análisis de las categorías abordadas en esta investigación.

Luego al conocer los resultados de las concepciones que se tienen de la comunidad Unadista frente a que es bienestar, que es calidad de vida y desarrollo humano, se replantean algunas acciones y servicios de la línea de crecimiento personal, con el objetivo de incorporar nuevas experiencias, acciones, servicios y procesos alternativos de intervención que contemplen las estrategias planteadas en las políticas públicas que

---

<sup>2</sup> El Nodo de Crecimiento Personal: Es una herramienta tecno pedagógica por medio de la cual se dinamiza la línea de crecimiento personal, además es un espacio interactivo de orientación psicosocial que se centra en el fortalecimiento del sujeto y su proyecto de vida; con el objetivo de brindar a la comunidad Unadista un servicio de consejería a través de diferentes recursos, sincrónicos y asincrónicos, a través de los cuales se pueda llevar a cabo procesos pedagógicos de asesoría y orientación psicológica, relacionados con temas de interés en ámbitos sociales y de la vida cotidiana (Pautas de crianza, manejo de duelo, proyecto de vida, fortalecimiento del amor propio, pareja, entre otros).

El nodo es dirigido por un psicólogo quien comparte estrategias de autorrealización personal, en la que los miembros de la comunidad Unadista participan con la finalidad de hacer un proceso de auto reconocimiento de sus propias emociones y habilidades socio afectivas, para desarrollan la inteligencia emocional, fortalecer la autoestima y otros factores protectores de la resiliencia que permita a los individuos fortalecerse como individuos miembros de una sociedad, donde se debe brindar lo mejor de sí mismos contribuyendo al bien común, es decir donde se potencializa al sujeto para que cada día trabaje en sí mismo y en el mejoramiento de sus relaciones sociales, repercutiendo en su desarrollo psico afectivo enriqueciéndose como ser humano y por ende sea un profesional integro.

tienen relación con el bienestar y la calidad de vida desde la perspectiva de desarrollo humano, para así contribuir a un desarrollo holístico, con responsabilidad social, pensando en el sujeto como actor principal de la sociedad.

Por lo que se incorporaron a las acciones de la línea, estrategias establecidas en la Política Pública de Atención Integral en Salud, la Política Pública de Salud Mental y se fortalecen las estrategias para seguir contribuyendo a los principios de la política de bienestar de instituciones en educación superior, como lo son: la de promoción de salud mental, prevención de la enfermedad, atención psicológica individual, atención psicosocial familiar, orientación psicológica en comunidad, temas de atención primaria en salud, se fortalece claramente el enfoque psicoeducativo para seguir trabajando el bienestar, la calidad de vida y la construcción de comunidad desde la perspectiva del desarrollo a escala humana.

Además de medir el impacto y la satisfacción de esas nuevas estrategias implementadas desde la línea de crecimiento personal, para mirar su pertinencia frente a la contribución de las políticas públicas y el bienestar subjetivo y psicológico de la comunidad unadista.

#### **5.4 Organización de la información**

Es importante recordar que la investigación tiene dos fases, la primera de percepción en la que se utiliza el instrumento de la encuesta basada en la teoría de pirámide de las necesidades de Maslow y el foro virtual, y en la segunda fase en la que después de implementar las nuevas estrategias, servicios, acciones y experiencias significativas, se evalúan su pertinencia y calidad, de acuerdo a las encuestas de satisfacción e impacto, que son instrumento del procedimiento de calidad del sistema de Bienestar Integral Unadista

Las respuestas dadas a las encuestas y el foro virtual de crecimiento personal fueron organizadas en matrices, con el propósito de clasificar la información, relacionarla e interpretarla de manera objetiva, y con la que se analizaron las categorías inductivas, de bienestar, calidad de vida, crecimiento personal, y las categorías deductivas que surjan de las respuestas suministradas por los estudiantes. Lo anterior, bajo la técnica de análisis del discurso.

La técnica de análisis del discurso permite realizar una descripción objetiva, sistémica y cuantitativa del contenido manifiesto de comunicaciones, de las cuales se pretende obtener una interpretación (Hurtado de Barrera, 2000).

La objetividad del análisis de la información está determinada en la medida que responde a ciertas normas, es decir, a unas preguntas establecidas en el foro, la encuesta, por lo cual hay un foco de análisis que son las categorías ya establecidas. La sistematización hace parte de la manera en cómo se organiza la información, cómo se clasifica y se ordena en categorías para dar cumplimiento a los objetivos de la investigación; y la cuantificación viene dada por la cantidad de veces que se repite una frase o palabra significativa, lo cual permite el análisis del contenido para su posterior interpretación.

Las encuestas del Sistema de Bienestar Integral Unadista se almacenan en un formulario de Drive, al cual después se le da un análisis cuantitativo y cualitativo de la información, es de aclarar que estas encuestas se publican en el nodo virtual y se les envía a los participantes al momento de desarrollar actividades, pero no es obligatoria, así que se presentaran los resultados de las encuestas aplicadas en el primer semestre del año 2020. Haciendo de igual manera una salvedad y es que por la pandemia y el aislamiento social que se ha tenido la mayoría de actividades fueron virtuales.

## **5.5 Población**

La población fue diferente en las dos fases de la investigación, ya que en la primera fase se trabajó con una muestra poblacional de dos programas específicos de la universidad y de una zona del país. Estudiantes de la Zona Centro Bogotá Cundinamarca de los Programa de Psicología y Administración de Empresas. Estos programas son los seleccionados debido a que son los dos programas con mayor número de estudiantes en la universidad, además que psicología es un programa que pertenece a las ciencias sociales y humanas, y administración al área económico y financiero: En la segunda fase si se desarrollaron las estrategias a nivel nacional y para toda la comunidad universitaria, lo que implica que es para todos los estamentos (estudiantes, docentes, administrativos egresados).

### **5.5.1 Participantes**

Para la primera fase de la investigación se contó con 384 estudiantes Unadistas (310 mujeres, 74 hombres), pertenecientes a los programas de Psicología y Administración de Empresas, logrando un poco más de lo requerido en la muestra representativa del total de la población matriculada en los dos programas por la zona Centro Bogotá Cundinamarca en el 2017 -1, que fueron 5874.

En la segunda fase en la que se implementaron las nuevas actividades, acciones, estrategias y servicios de la línea de crecimiento personal se contó con los siguientes participantes de la línea tanto en el nodo virtual como en zonas con actividades presenciales y ahora por el tema de la pandemia también virtuales, teniendo en general 18.787 participantes a nivel nacional en el primer semestre del 2020 de acuerdo al informe del Gestión del Proceso IGP de Bienestar.

### **5.6 Instrumentos**

Los instrumentos utilizados fueron en la primera fase: una encuesta, diseñada con base en la pirámide de necesidades de Maslow (1943), la cual se encuentra en los anexos, y el foro de interacción virtual. Es importante precisar que el instrumento fue validado por tres expertos en el tema de bienestar y calidad de vida.

Para el análisis del foro y las encuestas, se diseñó una matriz de análisis bajo la técnica de análisis de discurso.

En la segunda fase se utilizaron, encuestas para medir el impacto y la satisfacción de las nuevas acciones, estrategias y servicios de la línea de crecimiento personal, las cuales están establecidas por el sistema integrado de gestión de la calidad en el proceso de bienestar. Estas se implementaron posterior al desarrollo de las mismas durante el primer semestre del 2020.

## 6. Análisis de resultados

### 6.1. Análisis encuesta de desarrollo humano

Conforme al objetivo establecido en el proyecto, el cual pretende indagar cómo los estudiantes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia de Colombia (UNAD); interpretan el desarrollo humano desde la perspectiva de crecimiento personal, que aporta a su bienestar y calidad de vida, se tuvo respuesta de 384 estudiantes, 310 mujeres y 74 hombres, a continuación, se realiza el análisis en el que se interpreta su percepción desde 7 preguntas:

#### 1) ¿Cómo concibe el desarrollo humano?

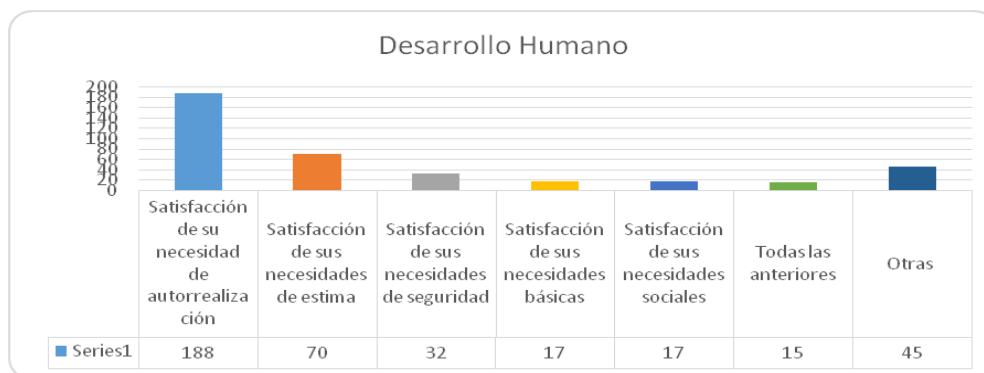


Ilustración 2. Cómo concibe el desarrollo humano

El 49% concibe el desarrollo humano, como la satisfacción de las necesidades de autorrealización, orientado a la posibilidad de resolución de problemas y aceptación de hechos. Seguido de un 19% que relaciona el desarrollo humano con la satisfacción de las necesidades de estima: confianza, independencia, libertad, logros, reconocimiento y fama. Por su parte, el 8% de los participantes le atribuyen al desarrollo humano, la satisfacción de sus necesidades de seguridad: garantía de un empleo, familia estable y propiedades. Un 4% considera el desarrollo humano como la satisfacción de las necesidades básicas: alimento, vestido y sed; otro 4% considera que el desarrollo humano reside en la satisfacción de las necesidades sociales: pertenencia a grupos, compartir alegrías y malos momentos. Además, otro 4% estima que todas las necesidades satisfechas son equivalente a un óptimo desarrollo humano. Por último, el 12% de los estudiantes estiman en el desarrollo humano otro tipo de características como: aprender constantemente, adaptarse a cualquier situación, libertad, entre otras.

## 2) ¿Cómo el crecimiento personal aporta al desarrollo humano?

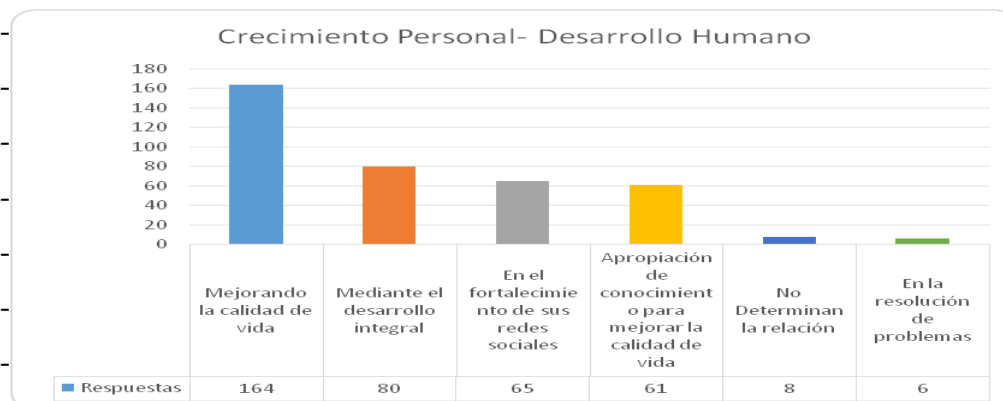


Ilustración 3: Cómo el Crecimiento Personal, aporta al desarrollo humano.

- El 43% considera que el crecimiento personal aporta al desarrollo humano mediante el mejoramiento de la calidad de vida. Un 21% considera que el aporte al desarrollo humano se da mediante un desarrollo integral, otro 17% manifiestan que el crecimiento personal aporta desde la estabilidad emocional a partir del fortalecimiento de las redes sociales, familia, amigos, pareja; y el 16% establece que el aporte está en la apropiación de conocimiento para mejorar la calidad de vida. Un número reducido de las participaciones convergen en: no determinar cómo se da esta relación, y un mínimo en la resolución de problemas.

## 3) ¿Qué es calidad de vida?

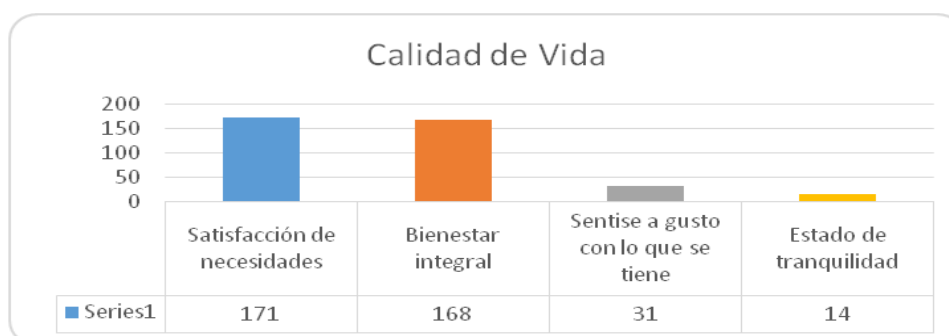


Ilustración 4 Qué es calidad de vida.

La principal interpretación de calidad de vida se atribuye a la satisfacción de necesidades básicas, como un buen lugar para vivir y alimentación con un 44.5%. La siguiente se atribuye a un bienestar integral en el que además de las necesidades básicas estén cubiertas la salud, educación y recreación con un 43.5%. Un 8% establece que

calidad de vida es sentirse a gusto con lo que se tiene y el 4% considera que calidad de vida es un estado de tranquilidad.

#### 4) Considera que bienestar es:

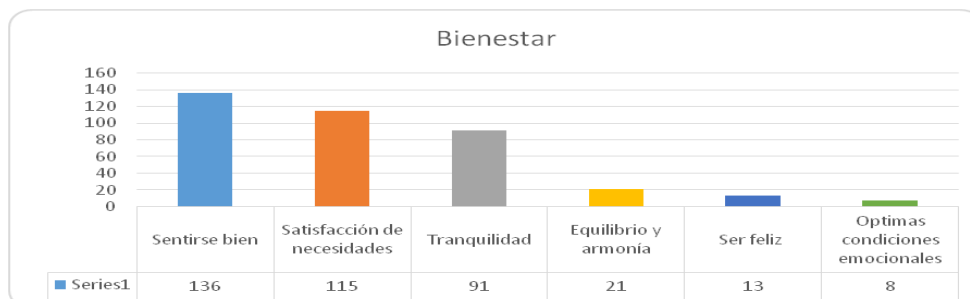


Ilustración 5 Bienestar

La principal atribución al bienestar está en la categoría de sentirse bien con un 35%. El 30% consideran que bienestar es la satisfacción de las necesidades. Un 24% manifiestan que bienestar está directamente relacionado a un estado de tranquilidad. Además, el 5% atribuye al equilibrio y armonía ese significado de bienestar y un 3% considera que el bienestar es sinónimo de ser feliz; más sin embargo un 2% considera que bienestar es estar en óptimas condiciones emocionales.

#### 5) ¿Cuáles aspectos de la vida se articulan con un buen desarrollo humano, según su experiencia?

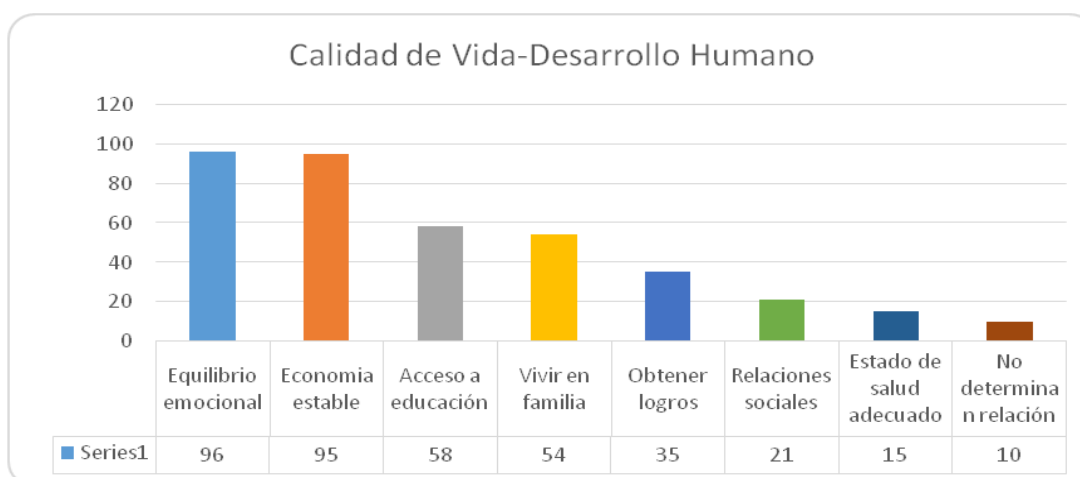


Ilustración 6 Cuáles aspectos de la vida se articulan con un buen desarrollo humano, según su experiencia

Para el 25% de los encuestados el desarrollo humano está relacionado con el equilibrio emocional, que parte de sentirse bien consigo mismo y con los demás. Un 24.7% dan gran relevancia a la estabilidad económica como parte fundamental del



desarrollo humano, el siguiente 15% se concentra en el acceso a la educación, como aspecto que articula el desarrollo humano, y un 14% lo relaciona con la familia. Por su parte el 9% relaciona este factor con la obtención de logros y el restante lo a: obtener logros, relaciones sociales y unos pocos no determinar esta condición.

#### 6) ¿Cómo aporta la UNAD a su crecimiento personal?

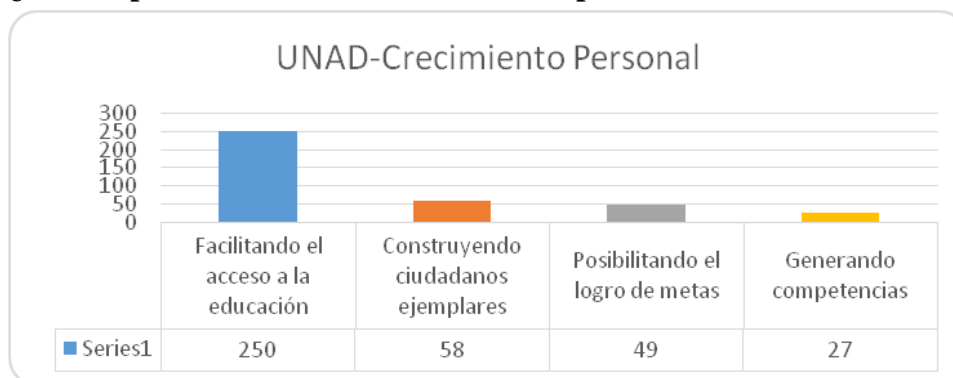


Ilustración 7 Cómo aporta la UNAD a su crecimiento personal

El 65% de los encuestados consideran como aporte de la UNAD al desarrollo humano la facilitación del acceso a la educación, seguido de un 15% que consideran que aporta desde su desarrollo integral formando ciudadanos ejemplares, un 12.7% ve en la UNAD la oportunidad de lograr sus metas y desde ahí aporta al proyecto de vida, los demás atribuyen que la Universidad posibilita la generación de competencias para su crecimiento personal.

#### 7) ¿Qué falta para que la UNAD aporte a su crecimiento personal?

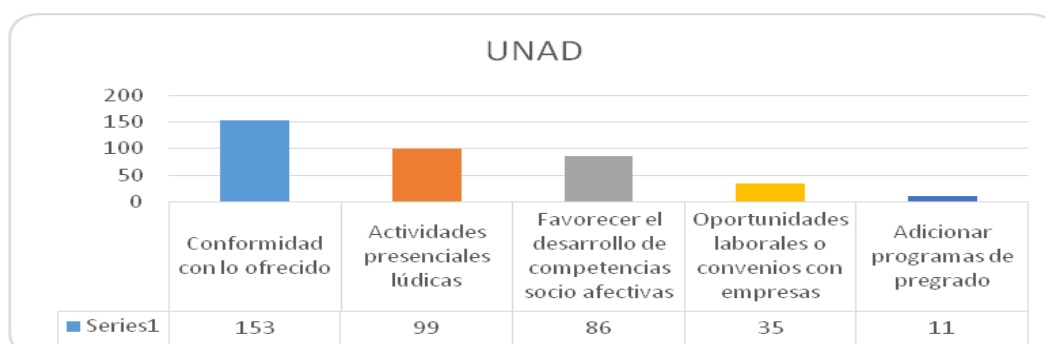


Ilustración 8 Qué falta para que la UNAD aporte a su crecimiento personal

El 39.8% de los estudiantes encuestados manifiestan estar conformes con los servicios que actualmente ofrece la Universidad, seguido de un 25.7% que manifiesta

que es importante el desarrollo de actividades presenciales para contribuir a su crecimiento personal como posibilidad de vinculación y relación con sus compañeros y docentes, acompañado de un 22% que manifiestan la importancia de actividades que contribuyan al desarrollo de competencias socioafectivas. Es de resaltar que un 9% manifiesta como prioridad que la universidad genere más oportunidades laborales y nuevos convenios con empresas con la finalidad de acceder a la vida laboral, además un pequeño grupo de los encuestados manifiestan la necesidad de que la UNAD oferte nuevos programas de pregrado.

## **6.2. Análisis foro: Subjetividad y sentido de vida**

El foro fue planteado en el Nodo de Crecimiento Personal, en el que se socializó el video de la canción Somos Uno de Axel, buscando sensibilizar a los participantes para reflexionar y dar respuesta a las siguientes preguntas: **¿Qué define mi vida?, ¿Qué sentido le doy a mi existencia? y ¿Qué propósitos motivan mi vida?** En ese espacio participaron 249 estudiantes, 166 mujeres, 83 hombres. Cabe resaltar que no todos los que respondieron la encuesta, participaron en el foro.

Teniendo en cuenta el objetivo de la investigación, se realiza un análisis bajo categorías inductivas del desarrollo humano (bienestar, calidad de vida y crecimiento personal), acorde a los aportes presentados respecto de las preguntas planteadas en el foro.

### 6.2.1 Categorías inductiva



*Ilustración 9 Resultado categorías inductivas*

En el 41% de las participaciones se establece que los estudiantes orientaron su perspectiva, sentido y motivaciones en la vida, hacia los elementos que son significado de bienestar. Al respecto es importante retomar que el significado de bienestar en esta investigación se enmarca en las buenas relaciones con los demás, en la creación de vínculos afectivos, que propician el crecimiento personal y fortalecen el proyecto de vida. En este sentido sentirse bien, disfrutar de la vida, estar satisfecho, se relaciona con la felicidad, el bienestar y la calidad de vida.

El 26% de las participaciones orientaron sus reflexiones respecto de su perspectiva, sentido y motivaciones en la vida hacia los elementos que contienen el crecimiento personal, definido este como, la autorrealización como sujetos desde el empoderamiento de sí mismo, partiendo de una buena autoestima, la cual parte del amor propio, una buena autoimagen, la autoeficacia y la autoaceptación, por ende, es una dimensión subjetiva de lo que cada sujeto contempla como realización personal.

Un tercer componente, el 28%, interpreta el desarrollo humano desde la perspectiva de sentido y motivaciones en la vida, en lo referente a calidad de vida, por

cuanto en sus reflexiones hacen alusión al bienestar social, personal, universitario y hasta ciertos aspectos de carácter individual o grupal, capacidad de recursos económicos, salud, educación, vivienda.

Solo en un 5% de las participaciones no es posible categorizar en la alineación que se pretendía obtener con el foro, por cuanto se aprecian reflexiones como: “vivo solo el presente como una realidad construida y el ahora”, “cada uno decide qué valor darle a la propia vida y la forma como se va a direccionar el contexto que le rodea”.

### **6.3 Actividades de intervención de la línea de crecimiento personal**

Las acciones, estrategias, experiencias significativas y servicios de la línea surgen de los resultados obtenidos anteriormente, para dar cumplimiento a las expectativas de la comunidad unadista y pensando en la articulación de las estrategias con las políticas públicas en caminadas al bienestar y calidad de vida desde un enfoque de desarrollo humano.

En este sentido por se replanteo el chat de atención psicosocial, donde ahora no es solo una asesoría si no que es un proceso corto de intervención psicoeducativa que va de 3 a 5 sesiones, en las que se le contribuye a la persona en brindar herramientas para la resolución de sus conflictos psicoafectivos, denominándose este proyecto como servicio de telepsicología, un proceso realmente alternativo ya que es de gran cobertura para toda la comunidad ya que se utilizan las tecnologías de la información y comunicación para llegar a cualquier parte del territorio y brindar con calidez, calidad y pertinencia una atención psicológica a quien lo requiera, contemplando así la Política de Atención Integral en Salud, desde la atención primaria y el cuidado, además de aportar de manera directa a la Política de Salud Mental ya que desde el que hacer de los psicólogos del proyecto se generan protocolos de atención, entre muchas otras actividades de prevención y promoción de la salud mental, aportando de manera directa a la calidad de vida y por ende al bienestar de la comunidad, principios fundamentales establecidos en la Política de Bienestar de Instituciones de Educación Superior.

Estrategias de Web creciendo juntos que se lleva a cabo el último martes de cada mes a las 3pm, en este momento es dinamizada y desarrollado cada mes por una zona diferente de la universidad atendiendo necesidades específicas y actuales del territorio,

en relación a la línea de crecimiento, desde donde se contribuye con acciones de intervención primaria, promoción de la salud y prevención de la enfermedad, integrando estrategias de las tres políticas públicas articuladas a este proyecto.

El material psicoeducativo (cursos autodirigidos, webinar, cartillas virtuales, wix, OVAS, etc) del nodo de crecimiento personal, por medio del cual se dinamiza la línea es diseñado con el propósito de contribuir a la formación integral de la comunidad Unadista, desde las perspectivas de las políticas públicas integradas en este proyecto.

Es decir que en la actualidad las actividades, servicios y acciones de la línea de crecimiento personal, tienen como objetivo la promoción y prevención de la salud mental, a nivel individual, familiar y comunitario, teniendo en cuenta las necesidades específicas de la comunidad y de los territorios, activa las rutas y protocolos de atención psicológica cuando se requiere, y todo con la finalidad de contribuir a la calidad de vida y el bienestar de la comunidad Unadista, desde el crecimiento personal de cada uno con un enfoque solidario, aportando a un desarrollo sostenible del Ser, desde un progreso personal, que repercute en lo local, regional y nacional.

En la siguiente tabla, se relacionan las actividades, acciones y servicios más representativos en el primer semestre del 2020, ya que después del desarrollo de estas estrategias, se implementaron las encuestas para medir el impacto y satisfacciones de las acciones implementadas por la línea de crecimiento personal.

*Tabla 2. Actividades de la línea de crecimiento personal*

Actividades primer periodo de 2020
<p><b>Nodo Virtual:</b> es importante manifestar que la dinámica de la línea es dinamizada a través del nodo virtual en el que se encuentran diferentes estrategias y actividades para interactuar con la comunidad Unadista. En siete entornos virtuales que lo conforman los siguientes elementos 1: Material Psicoeducativo en tiempo de COVID-19, 2: Información General de la línea 2: El Ser Unadista, 3: Familia, 5: Ámbito Académico, 6: Ámbito Laboral, 7 Inclusión Social. En todos los entornos hay actividades asincrónicas, como foros, material psicoeducativo, cursos auto dirigidos, juegos, cartillas, videos, páginas wix, etc de acuerdo a la temática misma del entorno y en concordancia con el objetivo de la línea.</p> <p><b>Atención Psicosocial a través del Chat del psicólogo en línea</b> que es un servicio fundamental de la línea de Crecimiento Personal y que durante el primer periodo del año tuvo un gran impacto, ya que la comunidad Unadista recurrió al mismo</p>

debido a la crisis de confinamiento que atraviesa el país, lo cual está generando riesgos psicosociales, que afectan la salud mental. Donde se han realizaron a 263 atenciones a 231 participantes en el primero periodo. De estos participantes a varios se les prestó el servicio de telepsicología con un enfoque de teleorientación que va más allá de una asesoría y contempla un proceso psicoeducativo de mínimo 3 sesiones por la herramienta tecnológica Skype o Meet

La teleorientación psicológica es un conjunto de acciones de consejería y asesoría, con fines de promoción de la salud mental, prevención de enfermedades, trastornos, síntomas y patologías psicológicas que se pueden presentar en los seres humanos.

**Actividades sincrónicas**, como la web creciendo juntos, que se desarrolla el último martes de cada mes, sobre un tema específico y de actualidad, también se desarrolló un taller de Debriefing, dirigido a personal en salud para contribuir a la regulación emocional en tiempos de crisis, se realizó una conferencia por redes sociales de Factores protectores de la Resiliencia, el Arte como herramienta de intervención, ¿Qué es felicidad?, Reflexión espiritual, Reflexiones espirituales en tiempo de pandemia, Regulación de tiempo, Resiliencia: factor de crecimiento de los líderes, Bienestar mental en tiempo de crisis, Sanando tu niño interior, Taller "coordinación en equipo", Taller cocinando con el chef Jean Carlos, Taller de expresión corporal, Violencia contra la mujer durante aislamiento, Vivir sin miedo -supera la crisis, Web creciendo juntos entre otras actividades que aportan a la formación integral de la comunidad unadista, la calidad de vida y la construcción de comunidad.

Es importante socializar que la estrategia de intervención con mayor número de participantes es la herramienta tecno pedagógica de la línea, es decir el Nodo que durante el primer semestre del 2020, obtuvo la participación de 5486 participantes, cumpliendo así con uno de los objetivos de la política de lineamientos de Bienestar en Instituciones de Educación Superior, llegando a toda la comunidad educativa, factor primordial según el Consejo Nacional de Acreditación para poder tener programas acreditados en Alta Calidad.

### Participantes del nodo de crecimiento personal

*Tabla 3. Participantes del nodo.*

Estamento	No Participantes
Estudiantes	4966
Egresados	300
Docentes	179
Administrativos	41
<b>Total General</b>	<b>5486</b>

En el nodo de crecimiento personal el estamento con mayor participación es el de estudiantes, con 4966 participantes de los 5486, lo que representa un 90,5% del total de la participación, seguido de los egresados con 300 participantes con un 5,47%, que aunque es un valor bajo, es la primera vez que se alcanza este número en un solo semestre académico, los docentes representan el 3,27% con 179 participantes y el estamento con menor participación es el de los administrativos con 41 participantes, que corresponde al 0,75%.

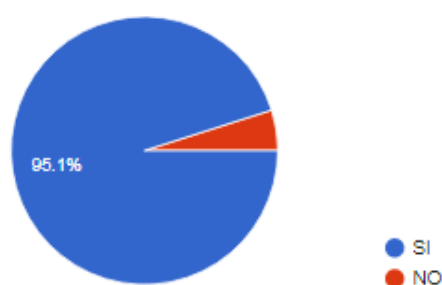
#### **6.4 Análisis de encuestas de la línea de crecimiento personal en el primer periodo 2020.**

Es importante comprender que esta encuesta se socializa en el nodo y que es de libre diligenciamiento y por lo mismo son pocas las personas que la diligencian, en las actividades asincrónicas también se socializa la encuesta y se les invita a las personas a diligenciarlas. Todas las encuestas de esta fase de la investigación son institucionales hacen parte del proceso de bienestar del sistema integrado de gestión.

##### **6.4.1. Encuesta de impacto de la línea de crecimiento personal**

La encuesta busca medir dos categorías, una la aplicabilidad de los aprendizajes adquiridos en las acciones desarrolladas y dos la utilidad de las estrategias por parte de los participantes de las acciones en general desarrolladas por la línea en la cotidianidad de la vida misma, evidenciando con esto que se cumplen los objetivos planteados por la línea de crecimiento personal desde el Sistema de Bienestar Integral de la UNAD, donde se obtuvieron 779 respuestas.

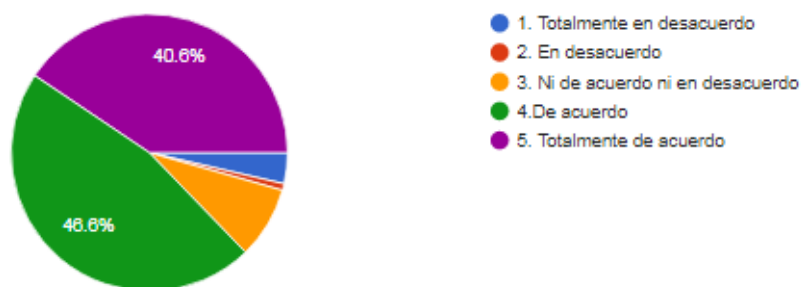
1. ¿Puso en práctica en su vida lo aprendido en las diferentes acciones o experiencias significativas de Bienestar en las que participó?



*Ilustración 10 Colocar en práctica lo aprendido*

Las respuestas obtenidas por la comunidad Unadista son de 741 personas contestaron SI que corresponde al 95.1%, ya que los participantes consideran que las actividades desarrolladas en la línea de crecimiento personal permite aprendizajes significativos, los cuales se colocan en práctica ya que son pertinente en su cotidianidad de acuerdo con sus intereses y necesidades, por otro lado 38 participantes respondieron que NO colocan en práctica lo aprendido en las actividades, para un porcentaje del 4.9% de las respuestas.

2. Califique de 1 a 5, donde 1 totalmente en desacuerdo, 2 en desacuerdo, 3 ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4 de acuerdo, 5 totalmente de acuerdo la siguiente pregunta: ¿Fue útil para su vida los temas de las diferentes acciones o experiencias significativas de Bienestar en las que participó?



*Ilustración 11 Utilidad de las acciones*

Los participantes manifestaron que la actividad de la línea de crecimiento personal es de utilidad para su diario vivir, donde 362 participantes respondieron que estaban de acuerdo con las actividades planteadas representando un 46.6%, seguido de 315 participante responden que están totalmente de acuerdo con las actividades, lo que corresponde a un 40.6% del total de las respuestas, solo un 3.6% manifestaron estar totalmente en desacuerdo con 28 respuestas.

#### **6.4.2 Encuesta de satisfacción del nodo de crecimiento personal**

La encuesta busca evaluar la calidad y pertinencia de los temas, servicios, estrategias, recursos y material psicoeducativo diseñado para el nodo de crecimiento personal. Las respuestas obtenidas fueron 133, de la siguiente manera.



Estamento al que perteneces:

*Tabla 4. Respuestas de participantes por estamento en el nodo.*

Estamento	No Respuestas
Estudiantes	130
Egresados	1
Docentes	2

La mayor participación en el nodo de crecimiento personal es dada por los estudiantes con un 98.6%, que son los más activos en el escenario virtual, es importante mencionar que los egresados poco ingresan al espacio, pero que se está realizando invitaciones constantes para que participen en todas las actividades de Bienestar Integral Unadista.

1. Pertinencia del Nodo ¿Considera que el Nodo presenta temas de su interés?

*Tabla 5. Pertinencia del nodo.*

Opciones	No Respuestas
Si	132
No	1

El 99% de las personas manifiestan que están de acuerdo con el material psicoeducativo, talleres y actividades asincrónicas que se desarrollan en el espacio virtual del nodo de crecimiento personal, ya que estas contribuyen a su formación personal de manera integral, cumpliendo con intereses propios de los diferentes estamentos.

2. ¿Cuál de estos temas le gustaría que se profundizará el Nodo Crecimiento Personal? \*

*Tabla 6. Temas para trabajar en el nodo.*

Opciones	No de Respuestas
Amor Propio	2
Proyecto de Vida	30
Relación de Pareja	8
Pautas de Crianza	5
Inteligencia Emocional	24
Familia	8
Comunicación Asertiva	7
Habilidades Sociales	6
Relaciones Interpersonales	6
Cultura Ciudadana	3
Prevención de Consumo de Sustancias Psicoactivas	1
Prevención de Enfermedades Mentales	9
Rutas de Atención Psicológicas	3
Otros:	0

Es importante manifestar que el tema de mayor interés para la comunidad Unadista es proyecto de vida con 30 respuestas, esto seguramente se debe a que el mayor estamento que participa es el de estudiantes, seguido de la inteligencia emocional con 24 respuestas, que es base fundamental para establecer buenas relaciones interpersonales y tener una buena autoestima, en tercer lugar es importante resaltar que se solicitan actividades y material psicoeducativo que ayude en la prevención y promoción de la salud mental, que es un factor importante para el bienestar y la calidad de vida de los seres humanos.

3. Considera que la calidad del servicio y de la información presentada en el Nodo es: Siendo 5 Muy bueno y 1 malo. \*

*Tabla 7. Calidad del servicio del nodo.*

Opciones	No de Respuestas
1	1
2	1
3	0
4	31
5	100

La gran mayoría de los encuestados manifiestan que la calidad del servicio y del material psicoeducativo compartido en el entorno virtual de crecimiento personal es muy bueno con 100 respuestas, equivalentes al 75.2%, seguido de bueno con 31 respuestas que representa el 23.3% por ciento de las respuestas obtenidas y tan solo 1, % considera que el contenido es malo.

#### **6.4.3. Encuesta de satisfacción de actividades sincrónicas de la línea de Crecimiento personal**

La encuesta busca evaluar aspectos del desarrollo de las acciones en general, que van desde la parte logística de los eventos, la pertinencia, la calidad del mismo, manejo del tiempo, los recursos y materiales tecnológicos implementados y la experticia y profesionalismo del facilitador. Esta encuesta fue contestada por 51 participantes, manifestando lo siguiente

##### **1. ¿La invitación fue clara y enviada a tiempo?**

*Tabla 8. Pertinencia en tiempo de invitación.*

Opciones	No Respuestas
Excelente	36
Muy Buena	13
Buena	2
Regular	0
Mala	0

Los participantes consideran que las invitaciones de las actividades son claras y fueron enviada a tiempo, donde un 70,6 % dan una calificación de excelente, seguida de muy buena con 13 respuestas equivalentes al 25.5% del total de las respuestas brindadas por los participantes.

**2. ¿Los contenidos temáticos desarrollados fueron pertinentes y presentados de forma clara y coherente?**

*Tabla 9. Contenidos temáticos.*

Opciones	No Respuestas
Excelente	42
Muy Buena	7
Buena	1
Regular	1
Mala	0

El 83.3% de los encuestados manifiestan que los temas son pertinentes y cumplen con sus expectativas e intereses para un total de 42 respuestas, seguido de una calificación muy buena con 7 respuestas que equivale al 13.7% del total de las respuestas.

**3. ¿El facilitador demuestra dominio del tema y responde con claridad las inquietudes?**

*Tabla 10. Facilitador con dominio del tema.*

Opciones	No Respuestas
Excelente	35
Muy Buena	11
Buena	4
Regular	1
Mala	0

Las encuestados manifiestan en su gran mayoría que el facilitador del evento fue claro con su exposición y apreciaciones, con 35 respuestas que califican su labor como excelente, representando un porcentaje de 68.6%, seguido de muy buena con 11 respuestas que equivalen al 21.5% del total de las respuestas.

**4. ¿El espacio y las herramientas utilizadas fueron adecuados para su desarrollo?**

*Tabla 11. Pertinencia del espacio y herramientas utilizadas.*

Opciones	No Respuestas
Excelente	32
Muy Buena	14
Buena	4
Regular	1
Mala	0

Los participantes manifiestan que las herramientas tecnológicas utilizadas para el desarrollo de las experiencias significativas son excelentes con 32 respuestas que representan 62.7% del total de las respuestas, seguida de muy buena con un 27.4% con 14 respuestas.

**5. ¿Fue pertinente y acertado el horario?**

*Tabla 12. Pertinencia en el horario.*

Opciones	No Respuestas
Excelente	28
Muy Buena	14
Buena	9
Regular	0
Mala	0

Los participantes consideran que el horario es apropiado y acorde a sus tiempos, donde un 54.9% manifiesta que las actividades se han desarrollado en un excelente horario, seguido de 14 respuestas que consideran que es muy buen horario representando el 27.4% del total de los encuestados.

#### **6. ¿Qué sugerencias de mejora tienes?**

Las personas en términos generales manifiestan que es importante desarrollar eventos más seguidos, y manifiestan la importancia de algunos temas de interés para ellos, más no plantean sugerencias en cuanto a la metodología y logística de los eventos.

#### **7. ¿Qué temas te gustaría que se desarrollaran en próximas experiencias?**

Los participantes manifiestan que les gustaría temas de neurociencia, depresión, duelo de pareja y de mascotas, manejo de estrés ante situaciones que no se pueden cambiar, ansiedad en medio de la crisis, mecanismos de afrontamiento, además de tanatología, manejo de emociones, primeros auxilios psicológicos.

## 7. Análisis final

Esta investigación tuvo como finalidad indagar, cómo los estudiantes de los programas de Psicología y de Administración de Empresas de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) de Cundinamarca conciben el desarrollo humano desde la perspectiva de crecimiento personal, la cual aporta a su bienestar y calidad de vida. Partiendo de interpretar cómo conciben la calidad de vida y el bienestar. Para luego establecer estrategias de intervención que permitieran fortalecer el desarrollo humano, articulado a las estrategias contempladas en las políticas públicas que se relacionan con bienestar y calidad de vida específicamente. Por lo que se puede interpretar que:

Los estudiantes interpretan el desarrollo humano hacia un sentido de bienestar social, como la posibilidad de hacer acciones que le contribuyan no solo a su bienestar personal sino a la misma comunidad. Además, consideran que el desarrollo humano está en alcanzar la autorrealización, poder solventar el universo de necesidades y alcanzar las metas y objetivos establecidos por sí mismos, desde todas las dimensiones, lo que repercute en la calidad de vida, desde la posibilidad de desarrollarse individualmente, siempre proyectando un mejor futuro para su familia.

Algunas de las participaciones se orientan a generar reflexiones sobre su vida, como la posibilidad de sentirse bien, algunos alcanzando lo necesario, otros buscando mejores condiciones, y la posibilidad crear y consolidar vínculos, ya sean familiares, de amigos o laborales. Otros resultan recurrentes en mencionar, la felicidad, como un estado emocional que da significado al desarrollo humano e interpretan la consecución de recursos económicos, como un elemento fundamental que facilita el desarrollo humano, además de consolidar una buena autoestima, empoderarse a sí mismo y contar con buena salud.

En cuanto a la calidad de vida, se puede decir que es gozar de igualdad e inclusión social para evolucionar de manera integral. La inclusión social es un concepto estrechamente ligado a la equidad y se relaciona directamente con la calidad de vida de los individuos. Tal como se presenta en la publicación de la Organización de los Estados Americanos(2016) en la que se cita el Banco Mundial (2014), que define la inclusión social como:

El proceso de empoderamiento de personas y grupos para que participen en la sociedad y aprovechen sus oportunidades. Da voz a las personas en las decisiones que influyen en su vida a fin de que puedan gozar de igual acceso a los mercados, los servicios y los espacios políticos, sociales y físicos (pág. 17).

Se puede decir que la calidad de vida está directamente relacionada con sentir satisfacción a nivel: personal, familiar, social, emocional y económico. Así lo demuestra Banda & Morales, (2012) Rojas & Suarez (2016), quienes analizan los diferentes factores que brindan la calidad de vida a la comunidad universitaria, en el que una de las prioridades que se manifiestan en sus investigaciones, es evaluar el contexto psicosocial, familiar, emocional y económico.

Así mismo, se evidenció que el gozar de buena salud, tener un trabajo bien remunerado, que permita cubrir los gastos diarios dando lugar a la oportunidad de ascender, y el esparcimiento en familia y con amigos, lo que es clave en términos de la calidad de vida, el cual hace referencia al bienestar biopsicosocial, a la satisfacción personal y autorrealización que aportan a la felicidad.

El pensamiento y la actitud positiva de las personas influye de manera directa en su calidad de vida, ya que esto les permite desarrollar la capacidad de afrontar los problemas con responsabilidad, aceptar los errores y enmendarlos, luchar por alcanzar los ideales de satisfacción en la vida que brinden felicidad y seguridad. Lo que evidencia una estrecha relación con la Teoría de la Motivación Humana de Maslow (1991), quien propone cinco categorías que se relacionan a gran escala con la calidad de vida de los individuos. En este caso se apunta hacia la autorrealización que es la quinta categoría que se encuentra en la punta de la pirámide y es la necesidad más subjetiva y única de cada persona.

Es claro que, para los estudiantes de la UNAD, la calidad de vida está directamente relacionada con el sentirse libres, saludables, tener un empleo que les ayude a satisfacer sus necesidades básicas, y así mismo que les brinde la seguridad de poder compartir con su familia y amigos fortaleciendo los vínculos afectivos. Es importante destacar que conceptos como equidad, igualdad, resolución de conflictos, son temas de gran



importancia e interés que ayudan al individuo a estar en equilibrio consigo mismo y con las personas que los rodean, impactando de manera directa a su contexto social.

Por otro lado, los estudiantes participantes en la investigación conciben que el bienestar hace referencia a la satisfacción de las necesidades de autorrealización, es decir que está en el último nivel de la pirámide de Maslow (1991), orientado a la posibilidad de resolución de problemas y aceptación de hechos, es decir pasando por la satisfacción de necesidades fisiológicas básicas, las de seguridad, de afiliación, afecto y reconocimiento.

Lo que se establece como bienestar subjetivo según Marrero, Carballeira, & González, (2014) y Portela Cañon & Ipuz Martín(2016) se establece desde la importancia que tiene las expectativas del sujeto, a nivel de autorrealización personal y como incide el bienestar psicológico y subjetivo en la calidad de vida, elementos que tienen relación directa con la felicidad.

Los estudiantes establecen de manera directa una relación entre el bienestar con la felicidad, el desarrollo emocional, personal social, físico, y también lo relacionan con alcanzar la autosatisfacción, que se dan con el cumplimiento exitoso de su proyecto de vida en todas sus dimensiones: lo que implica disfrutar de la vida, de los seres queridos, a pesar de las adversidades que se puedan presentar en el día a día, con la convicción de salir adelante, superar los obstáculos, trabajar y esforzarse para lograr un equilibrio en su bienestar general y reflejarlo en su diario vivir.

Después de reflexionar en lo anterior, se evidencia que el Bienestar es de cierta manera subjetivo y depende de la construcción de sentido propia de cada ser humano. Como manifiesta Bartola, (2016)

bienestar subjetivo se encuentra en interacción con un conjunto de factores internos, con situaciones externas en las cuales está expuesto cada uno. Ahora bien, las personas reaccionan emocionalmente de forma totalmente diferentes ante las mismas circunstancias en las cuales se le presente. Así, otros factores internos como las expectativas propias y aspiraciones, la capacidad de adaptación, los valores personales, entre otros, son algunos de los que predisponen al individuo para evaluar las circunstancias externas de una manera más o menos satisfactoria. (Pág. 138)

Es decir que el bienestar estaría compuesto por dos facetas básicas: una centrada en los aspectos afectivos-emocionales (referido a los estados psicoemocionales del sujeto) y otra centrada en los aspectos cognitivos valorativos (referido al nivel de satisfacción personal que hace cada persona de su vida).

De acuerdo con lo que se evidencia en el análisis de las respuestas emitidas por los estudiantes, el contar con características personales como: una buena autoestima, la autonomía, la independencia, la confianza, la libertad, alcanzar logros, reconocimiento y fama, lo relacionan con la autorrealización, que va más allá de las necesidades básicas y de seguridad. Es decir, que en general los estudiantes Unadistas, conciben el bienestar con la satisfacción de necesidades en general, elementos articulados directamente con la teoría de Maslow(1991), con relación a su pirámide de necesidades, ya que para que se contemple un desarrollo humano de manera integral, lo primero es que el ser humano tenga cubiertas sus necesidades fisiológicas, de seguridad, de afiliación, de reconocimiento y de autorrealización, lo que de alguna manera, le asegura calidad de vida y bienestar. El desarrollo humano está directamente relacionado con la teoría de la pirámide de Maslow (1991), ya que el satisfacer las necesidades de acuerdo con una jerarquía establecida, quizás de manera subjetiva, se obtiene el bienestar y la calidad de vida, que tienen una relación directa con la felicidad.

Lo anterior indica que los estudiantes de la UNAD más que un bienestar hedonista, en el que se piensan de manera individual, en la sensación de placer momentánea busca un bienestar eudonómico que es más duradero y estable. Como manifiesta Simkina, Oliverab, & Azzollinia(2016):

El bienestar puede dissociarse en componentes hedonistas y eudaimonicos: el bienestar hedonista implica la experiencia de placer momentáneo, mientras que el bienestar eudonómico supone la capacidad de actuar de una manera constructiva, percibida como socialmente beneficiosa, y el crecimiento personal (Deci & Ryan, 2008; Ryff & Singer, 2008; Wood, Joseph, & Maltby, 2009) (págs. 2-3).

El bienestar en los estudiantes de la UNAD, va más allá de una satisfacción momentánea, ellos se visualizan y se proyectan a futuro en un estado de equilibrio y armonía, consigo mismo y con su entorno, llegando a la autorrealización.

Lo anterior determina la relación directa entre calidad de vida y bienestar, como parte transversal del desarrollo humano desde la perspectiva de crecimiento personal, donde el concepto de calidad de vida está enmarcado en la satisfacción de necesidades y el bienestar, en sentirse a gusto con lo que se tiene, de cierta manera va más allá de estar tranquilo, e involucra la felicidad.

La calidad de vida en los estudiantes de la UNAD, está relacionada con la satisfacción de necesidades básicas, de seguridad y afiliación, estar en tranquilidad. En la investigación el crecimiento personal viene hacer, con relación a la teoría de Maslow (1991), la culminación de la pirámide, en la que los estudiantes además de ver la satisfacción de sus necesidades básicas piensan en tener una buena autoestima y en alcanzar metas establecidas en su proyecto de vida, concibiendo esto como felicidad.

Es importante resaltar que para los estudiantes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) que hacen parte de la investigación, consideran que la universidad sí contribuye a su desarrollo personal permitiendo el acceso a la educación, impartiendo formación integral, para que sean buenos ciudadanos y profesionales éticos.

Además, se puede concluir que en el marco de la investigación es importante fortalecer la vida universitaria en el sentido que hay que generar mayores espacios de formación personal, que vayan más allá de lo académico, en la que los estudiantes fortalezcan vínculos y relaciones sociales.

Teniendo claro estos resultados obtenidos en la primera etapa de la investigación, se comienza a establecer el análisis de la segunda donde es fundamental comprender el contexto educativo como un escenario que propende por si solo en el desarrollo humano, y es por esto que se desarrollaron estrategias como el proyecto de telepsicología en el que se busca aportar a la salud mental de la comunidad unadista, además desde las actividades planteadas en la línea y en el sistema de bienestar en

general se da cumplimiento a la Política de Bienestar en Instituciones de Educación Superior, ya que se tienen como principios fundantes la calidad de vida, la construcción de comunidad y la formación integral, lo que a su vez hace parte de la filosofía institucional contemplada en proyecto académico pedagógico solidario PAPS.

“ Desde lo académico repensarnos en términos de la autonomía y del significado profundo del ser una universidad abierta y a distancia, en particular de la formación en valores en una sociedad globalizada que asigna a las personas y al conocimiento un importante papel en el camino del progreso social, cultural, científico, político y económico, ha consolidado un pensamiento centrado en los estudiantes, los núcleos de población en situación de vulnerabilidad y las comunidades, para dar respuesta pertinente a las múltiples necesidades y pobrezas que demandan hoy una universidad viva y comprometida con el desarrollo regional y comunitario”. UNAD (2011 P, 7).

La UNAD debe ser comprendida como un escenario para el progreso que incluye a las comunidades, porque en su misión y visión está intrínseca la filosofía de aportar a la transformación social del país, con alternativas solidaria, que propicien el desarrollo humano, trabajando en todas las dimensiones del Ser abordadas la línea de crecimiento personal y en todos los campos de acción para contribuir al país con un desarrollo sostenible, desde lo político, cultural que ahora es transversalizado por el mundo de la tecnología de la información, lo económico y por ende lo social, propendiendo por mejores condiciones de vida para las poblaciones y comunidades; teniendo claro que el sujeto es actor y gestor del cambio social y es el punto de partida en el proceso de desarrollo.

Desde los lineamientos Política de Bienestar de las Instituciones de Educación Superior, se establece que se debe trabajar las dimensiones del ser, por lo que se debe destacar que el Sistema de Bienestar Integral de la UNAD, las trabaja desde las líneas de acción del bienestar a través de sus acciones de intervención y que cada dimensión la dinamiza a través de una línea acción que son: Culturarte que se encarga de la dimensión estética para el reconocimiento de expresiones, UNAD más Saludable, que es la que trabaja la dimensión biológica, que busca la consciencia del auto cuidado promoviendo los estilos de vida saludable, la dimensión física la trabaja la línea de UNAD en Movimiento, la dimensión ecológica la trabaja la línea de ECOUNAD, que trabaja la conciencia por el cuidado del medio ambiente, la

dimensión social la trabaja la línea la Ruta del Emprendimiento Unadista, en la que se promueve el empoderamiento del proyecto de vida y la interacción social y de la dimensión psicológica y espiritual se ocupa la línea de Crecimiento Personal en búsqueda de la consciencia del autocontrol y expresión de pensamiento, emociones y conductas, trabajando de esta manera el Ser de manera integral.

Por que como se manifiesta en la política misma, el bienestar se entiende como un aporte al proceso educativo mediante estrategias intencionadas, con un enfoque formativo que trascienda al desarrollo integral del Ser y como este se relacionas con los otros y con su entorno.

Es fundamental comprender el papel de la educación en el crecimiento personal del sujeto y por ende la educación es la base del desarrollo, siendo la institución un escenario de intervención propicio para aportar a la calidad de vida y bienestar de sus estamentos, que de acuerdo a la Política de Salud Mental y de Atención Integral también se ve refleja en la salud misma, ya que salud no es solo la ausencia de enfermedad si no propiciar una vida saludable que se refleja en mejores niveles de salud. Como lo establece el Ministerio de Salud y Protección Social, en el Plan Decenal de Salud Pública.

“La salud mental es un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción, de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, trabajar, establecer relaciones significativas y contribuir a la comunidad (Ley 1616 de 2013)”. (Pág. 2-3)

Por lo que con las actividades propuestas por la línea de crecimiento personal se aporta a las políticas públicas establecidas en el marco legal de esta investigación, repercutiendo desde un proceso psicoeducativo en buenos hábitos, que impactan en mejores niveles en salud, educación e ingresos, posibilita un cambio sistemático en los procesos de desarrollo, lo cual implica como lo nombra García (2005) un cambio de estructura, que implica asumir el desarrollo como una operación estratégica de cambios estructurantes y de movilización del esfuerzo interno, en este caso institucional para comprender las necesidades de la comunidad Unadista y seguir aportando a su crecimiento personal.

En este sentido también se aporta a la retención y permanencia estudiantil, ya que desde la misma Política de Bienestar de Instituciones de Educación Superior se contempla el desarrollar estrategias que fortalezcan el proyecto de vida de los estamentos, por lo que desde la línea con una perspectiva psicológica se trabaja en los recursos internos del Ser:, repercutiendo en su proyecto de vida, la potencialización de capacidades y competencias mitigando la deserción estudiantil y aportando a la retención propendiendo por la adaptabilidad al modelo de educación virtual y a distancia.

Desde la línea se trabaja el empoderamiento individual, como se evidencia en los resultados de la encuesta de impacto, donde se manifiesta que aplican los aprendizajes adquiridos en las acciones de la línea, donde se trabaja por la autonomía y proyección profesional de los sujetos, y esto está muy relacionado con su salud mental, que hace parte del equilibrio de la mente (pensar, sentir y hacer) en aras de que sujeto tome decisiones adecuadas ante situaciones diversas. Lo que está directamente relacionado con las necesidades fundamentales de autorrealización, en el cumplimiento de metas, en la satisfacción de las necesidades fundamentales, tomadas desde dos enfoques una ontológica o existencial que está relacionadas con el tener, hacer, estar y ser y la otra con un enfoque axiológico que van más desde la subsistencia misma, la protección, la libertad y el afecto.

El sistema de Bienestar Integral, desde sus líneas y en especial la de crecimiento persona trabaja desde un enfoque humanista que da respuesta a los lineamientos de las políticas públicas tanto del Ministerio de Educación Nacional, como del Ministerio de Salud, ya que se concentra en la satisfacción de las necesidades humanas que van hasta la autorrealización, trascendiendo la parte económica y material, impactando al Ser desde sus vivencias con experiencias significativas que generan un aprendizaje epistémico, que repercute en su calidad de vida.

En este sentido la línea de crecimiento personal, desde sus diferentes estrategias como el nodo virtual y el proyecto de telepsicología aportan a la calidad de vida del ser humano y a su bienestar, desde la prevención y promoción de la salud mental, además de brindar la atención primaria a familias y comunidades.

Por otro lado, a través de las diversas estrategias aporta al logro de la acreditación de Alta Calidad de Instituciones de Educación Superior, debido a lo que establece el Acuerdo 03 del CESU, Citado en los Lineamientos de Política de Bienestar del MEN (2016) en el que se aprueban el direccionamiento de acreditación institucional donde se plantea:

“Una institución de alta calidad dispone de mecanismos e instrumentos eficientes y suficientes para generar un clima institucional que favorezca el desarrollo humano integral de toda la comunidad institucional en todos los ámbitos donde tiene presencia, generando la suficiente flexibilidad curricular para hacer uso de los recursos. El bienestar institucional implica la existencia de programas de intervención interna y del entorno que disminuyan las situaciones de riesgo psicosocial”. (Pág. 16 y 17)

Desde la Política de Salud Mental la línea de Crecimiento Personal aporta en la prevención de riesgos psicosociales, como el consumo de sustancias psicoactivas, mitigar las violencias, fortalecer el proyecto de vida, contribuye a la retención y permanencia estudiantil, aporta a la formación integral de los sujetos desde sus diversos roles, y aportar a la sana convivencia en sociedad, teniendo en cuenta un enfoque diferencial ya que la UNAD desde su filosofía misional orienta sus intencionalidades sobre el ser humano como centro del desarrollo personal, comunitario y social, en coherencia con el carácter solidario, el compromiso con el desarrollo regional y el arraigo comunitario, impreso en su acción educativa, aportando a la inclusión social.

La línea de crecimiento personal se fundamenta en el cuidado de la salud mental y el desarrollo de la Psiquis, comprendiendo esta como el conjunto de capacidades humana del sujeto que abarca los procesos conscientes e inconscientes.

Es en este sentido que se aporta a la Política Pública en Salud Mental desde la prevención y la promoción de la salud, desde las diversas estrategias de la línea como el nodo con su material psicoeducativo, la web creciendo juntos, el servicio de telepsicología en el que se realiza orientación psicosocial a los diferentes estamentos de la Universidad el cual tiene en cuenta criterios legales que se establecen en la ley del Ministerio de Salud mediante la Resolución 2654 del 2019. Es fundamental mencionar que se desarrolla desde un proceso de teleorientación para el cuidado de la salud mental de acuerdo a lo establecido en la normatividad legal vigente en Colombia y va de acuerdo a su accionar metodológico desde un enfoque psicoeducativo, apoyado en la implementación de tecnologías de la información y la comunicación para brindar un acompañamiento psicológico.

Desde la línea de crecimiento personal se aporta a la Política de Atención Integral en dos sentidos, en la atención primaria y en la estrategia de cuidado donde se trabajan las acciones relacionadas con el autocuidado como son:

“Higiene general y personal, Nutrición: tipo de alimentos y calidad, Estilo de vida: ejercicio y recreación, Factores ambientales de la vivienda y hábitos sociales, Factores culturales y sociales, Manejo del estrés, Desarrollo personal y proyecto de vida, Uso de tecnología, El cuidado de los niños, adolescentes y mayores, La capacidad de tomar decisiones oportunas para gestionar su salud y buscar ayuda médica en caso de necesidad” (Pág. 39)

Teniendo claro que esto se aborda de lo individual a lo colectivo, que trasciende del individuo a lo familiar, a lo comunitario y por ende a la institución, todos como parte de un metasistema que integran la sociedad.

Desde la línea se aborda primordialmente la atención primaria y el cuidado a través de las diversas acciones y estrategias, sin desconocer que desde un servicio específico que es el proyecto de tele psicología se desarrollan remisiones al sistema de salud cuando hay un riesgo latente, pero es la única acción que por el momento se desarrolla frente a la estrategia de gestión integral del riesgo en salud que plantea la Política de Atención Integral en Salud y donde claramente la línea está trabajando en la política de inclusión educativa, dando los aportes desde lo psicosocial para desarrollar un enfoque diferenciado ya que la UNAD es incluyente y tiene población en todo el territorio nacional, con características diferenciales, como color, identidad sexual, discapacidad, grupo de población privada de la libertad denominados INPEC, aportando al desarrollo integral del ser, a su bienestar y calidad de vida, desde la perspectiva del desarrollo humano.

El Sistema de Bienestar Integral de la UNAD ha respondido a las políticas de Atención Integral en Salud, la Política de Salud Mental y al lineamiento de la Política de Bienestar de Instituciones de Educación Superior aportando a las concepciones del desarrollo de una manera holística, iniciando por el desarrollo humano, que aporta a la construcción de comunidad y vinculado estas políticas asociadas al bienestar, en la esfera de la calidad de vida.

La Política de Atención Integral en Salud y la Política de Salud Mental, no solo deben establecer los lineamientos de la atención, sino que deben velar y evaluar la calidad del servicio prestado en cada territorio, porque a través del proyecto de



telepsicología se ha evidenciado que hay lugares del territorio nacional en el que no se cuenta con profesionales de la salud para brindan atención psicológica a la comunidad, por lo que el proyecto tiene un gran alcance e impacto social.

## 7. Conclusiones

- Es fundamental trabajar las dimensiones del Ser para impactar en su desarrollo personal desde la satisfacción de sus necesidades tanto básicas como de autorrealización, impactando en su bienestar y calidad de vida, lo que se verá reflejado en sus diversas interacciones sociales y por ende aporta a los índices de desarrollo.
- La línea de crecimiento personal debe seguir trabajando desde el desarrollo a escala humana, donde se hallan las necesidades de autorrealización y el empoderamiento de sí mismo, a través del desarrollo de competencias, porque esto contribuye de manera contundente a la realización personal, que conlleva hablar de calidad de vida lo cual le da sentido cada sujeto, que hace referencia a un desarrollo personal con dignidad, lo que hace alusión a bienestar.
- Las necesidades intrínsecas del ser se deben trabajar desde la prevención y promoción ya que se convierten en un factor protector mitigando los riesgos psicosociales, por lo consiguiente la línea debe seguir aportando al amor propio y el empoderamiento de sí mismo, para que los sujetos fortalezcan su proyecto de vida y autorrealización, teniendo en cuenta que los seres humanos son innatamente sociales y que necesitan del entorno para su desarrollo.
- Los procesos psicoeducativos desarrollados en la línea de crecimiento aportan al bienestar, la formación integral y la calidad de vida, están estrechamente articulados con las estrategias de las políticas públicas del Ministerio de Salud y Protección Social y la política del Ministerio de Educación abordados en la Investigación.
- La Política de Bienestar en Instituciones de Educación Superior, la Política de Salud Mental y la Política de Atención Integral, tienen un común denominador y es que establecen los lineamientos para trabajar en pro de la calidad de vida y el bienestar del ser humano, la familia y la comunidad, desde un enfoque de derecho.
- La línea de crecimiento personal trabaja en especial la dimensión psicológica del ser humano, aportando de manera directa en la prevención y promoción de la salud mental de los sujetos, lo que repercute en la sana convivencia de los individuos en la vida cotidiana.

- Al brindarse el servicio de atención psicológica desde la línea de crecimiento personal la UNAD contribuye al desarrollo humano de los integrantes de la sociedad, a través de un servicio de atención integral en salud, lo cual se establece en las políticas del Ministerio de Salud integradas en este trabajo.
- Las diversas estrategias de la línea, son alternativas, pensadas en el Ser como sujeto donde se trabaja en el manejo de los recursos emocionales, cognitivos y mental, que repercuten en la conducta y en la manera de relacionarse con los demás, por eso son estrategias pensadas desde la solidaridad y desde el crecimiento personal, ya que el sujeto es un actor social.
- La estrategia del nodo virtual como herramienta tecnopedagógica es fundamental para la dinamización de la línea, promoviendo la vida universitaria, por lo que el material psicoeducativo y las actividades asincrónicas aportan desde la parte de formación integral y las subjetividades, a los miembros de la comunidad, en temas relacionados con proyecto de vida, amor propio, autoestima, pautas de crianza, duelo, hábitos de estudio, manejo y control de emociones, familia, pareja, comunidad, cultura ciudadana, inclusión social, diversidad, entre otros.
- El Ministerio de Salud a través de la Política de Atención Integral en Salud y la Política de Salud Mental debe velar y evaluar la calidad del servicio prestado en cada territorio, ya que a través del proyecto de telepsicología de la línea de crecimiento personal, se evidencia que en algunos territorios del país no se brinda la atención primaria en salud mental, no hay equidad e igualdad en la prestación del servicio por las empresas prestadoras de servicio de salud.

## 8. Referencias bibliográficas

- Banco Internacional de Reconstrucción y Fomento. (2002). *Globalización, crecimiento y pobreza*. Banco mundial. Alfaomega grupo editor S.A. Colombia.
- Banda, A. L., y Morales, M. A. (2012). *Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios. Enseñanzas e investigación en psicología*, 29-43. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29223246003.pdf>
- Bartola, D. (2016). *Bienestar psicológico como elemento principal para el Engagement*. Universidad privada Dr. Rafael Beloso Chacín, URBE Venezuela, 131-142.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós Iberica. Obtenido de <https://www.psychologynoteshq.com/bronfenbrenner-ecological-theory/>
- Castells, M., y Himanen, P. (2016). *La dignidad como desarrollo. Reconceptualización del desarrollo en la era global de la información*. Santiago de Chile: Fondo de Cultura Económica. Obtenido de <http://virtual.flacso.org.ar/mod/glossary/view.php?id=164781&mode=letter&hook=H&sortkey=&sortorder>
- Cruz Moreno, J. E., y Perea Peñalosa, L. M. (2016). *La Calidad de Vida del Estudiante de La Facultad de Ciencias Administrativas Económicas y Contables de la Universidad de Cundinamarca Programa de Administración de Empresas y Contaduría Pública Sede Fusagasugá Versión N° 1 Fusagasugá*. Universidad de Cundinamarca. Facultad de Ciencias Administrativas Económicas y Contables. Obtenido de <http://repositorio.ucundinamarca.edu.co/handle/123456789/129>
- Cuellar López, M. V., Montoya Pipicano, J. F., & Castaño Mora, Y. (2016). *Percepción subjetiva de la calidad de vida en estudiantes de enfermería de una universidad pública*. Universidad y Salud, 462-473. Obtenido de <https://doi.org/10.22267/rus.161803.51>
- Elizalde, H.A (S.F). *Desarrollo a Escala Humana: Conceptos y Experiencias*. Universidad Bolivariana. Chile. Recuperado de <https://www.unida.org.ar/Virtuales/Eco/conceptos.pdf>
- Escobar, A. (2005). Caracas: Facultad de Ciencias Económicas y Sociales, Universidad Central de Venezuela, pp. 17-31.

- Escobar, A. (2012). *Una minga para el postdesarrollo: Lugar, medio ambiente y movimientos sociales en las transformaciones globales*. Ediciones desde abajo. Bogotá.
- Fuentes Triviño, P. (Mayo de 2013). *Estudio de Validación de un Cuestionario para evaluar Calidad de Vida Universitaria en los Estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile*. Chile: Repositorio Académico de la Universidad de Chile. Obtenido de <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/116676>
- García Fabela, J. L. (2006). *¿Qué es el paradigma Humanista en la Educación? La Red Informatica de la Iglesia en América Latina-RIIAL*, 1-6. Obtenido de [http://www.riial.org/espacios/educom/educom\\_tall1ph.pdf](http://www.riial.org/espacios/educom/educom_tall1ph.pdf)
- García, A. (1974). *Elementos para una teoría latinoamericana del desarrollo. Problemas del desarrollo*, 5(17), 27-56. Recuperado de [www.jstor.org/stable/43836924](http://www.jstor.org/stable/43836924)
- Gómez, M. y Sánchez, A. (2014). *Notas de la clase Gobernanza y Agentes del desarrollo: caso USA*. Noviembre. Universidad Externado de Colombia.
- Hidalgo A. (1998). *El pensamiento económico sobre desarrollo de los mercantilistas al PNUD*. Recuperado de: <http://www.uhu.es/antonio.hidalgo/documentos/pesd.pdf>
- Hurtado de Barrera, J. (2000). *Metodología de la Investigación Hólistica*. Caracas: SYPAL.
- Marrero, R. J., Carballeira, M., y González, J. A. (2014). *Relación entre el bienestar subjetivo, optimismo y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de la Universidad de San Luis de Potosí en México*. Universitas Psychologica, 1083-1098. Obtenido de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/2937>
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y Personalidad*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos, S.A. Obtenido de <https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=&id=8wPdJ2Jzqg0C&oi=fnd&pg=PR13&dq=motivation+and+personality+abraham+TRADUCIDO+&ots=F-aZUtVkfm&sig=hTwdUixGt52-K4jI7Bq19axxDcY#v=onepage&q&f=false>
- Max-Neef, M., Elizalde, A. y Hopenhayn, M (1986), *Desarrollo a Escala Humana: una opción para el futuro*, CEP/AUR - Fundación Dag Development Dialogue, Uppsala. Recuperado de [http://www.daghammarskjold.se/wp-content/uploads/1986/08/86\\_especial.pdf](http://www.daghammarskjold.se/wp-content/uploads/1986/08/86_especial.pdf)

- Meier, G; Stiglitz Joseph. (2002). “*Fronteras de la economía del desarrollo. El futuro perspectiva en perspectiva*”. Banco Mundial. Alfaomega grupo editor S.A México. Recuperado de <http://documentos.bancomundial.org/curated/es/765591468762299144/Fronteras-de-la-economia-del-desarrollo-el-futuro-en-perspectiva>
- Ministerio de Educación Nacional (2016). *Lineamientos de la Política de Bienestar para Instituciones de Educación Superior*. Recuperado de [https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-360314\\_recurso.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-360314_recurso.pdf)
- Ministerio de Salud y Protección Social (2016). *Política de Atención Integral en Salud*. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/modelo-pais-2016.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social (2018). *Resolución 4886 de 2018. Por la cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental*. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social (2012). *Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021. Dimensión Convivencia Social y Salud Mental*. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/plandecenal/Documents/dimensiones/convivenciasocial-ysalud-mental.pdf>
- Montoya Vásquez, D., Urrego Velásquez, D., y Páez Zapata, E. (2014). *Experiencia en la coordinación de programas de bienestar universitario: la tensión entre el asistencialismo y el desarrollo humano de los estudiantes*. Facultad Nacional de Salud Pública, 355-363. Obtenido de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/fnsp/article/view/18399/17348>
- Naciones Unidas para el Desarrollo. (2010). *Informe Sobre Desarrollo Humano. La Verdadera Riqueza de las Naciones: Caminos al Desarrollo Humano*. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. Obtenido de [http://hdr.undp.org/sites/default/files/hdr\\_2010\\_es\\_summary.pdf](http://hdr.undp.org/sites/default/files/hdr_2010_es_summary.pdf)


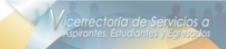

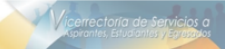

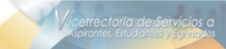
- Organización de Estados Iberoamericanos - OEI. (2010). *Metas educativas 2021: La educación que queremos para la generación de los bicentenarios*. Madrid. España.
- Organización de los Estados Americanos. (2016). *"Equidad e Inclusión Social: Superando Desigualdades Hacia Sociedades Más Inclusivas"*. Washington D.C. USA: Muñoz, B Poggosian Barrantes. A. Obtenido de [http://www.oas.org/docs/inclusion\\_social/Equidad-e-Inclusion-Social-Entrega-WEB.pdf](http://www.oas.org/docs/inclusion_social/Equidad-e-Inclusion-Social-Entrega-WEB.pdf)
- Portela Cañon, E. J., y Ipuz Martín, M. A. (2016). *Bienestar y satisfacción en áreas vitales; variables sociodemográficas, de personalidad, autoestima y optimismo*. Bogotá: Universidad Católica de Colombia. Facultad de Psicología. Obtenido de <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/14085>
- Rojas, O. A., y Suárez, B. A. (2016). *Vivencias y Percepciones del Proyecto de Vida*. Barranquilla: Universidad Nacional Abierta y Adistancia.
- Sen, A. (1999). *Desarrollo y Libertad*. Barcelona: Planeta S.A.
- Simkina, H., Oliverab, M., & Azzollinia, S. (2016). Validación argentina de la Escala de Balance Afectivo. *Revista de Psicología Universidad de Chile*, 1-17. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/317523586\\_Validacion\\_argentina\\_de\\_la\\_Escala\\_de\\_Balance\\_Afectivo](https://www.researchgate.net/publication/317523586_Validacion_argentina_de_la_Escala_de_Balance_Afectivo).
- Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD (2018). Acuerdo 014 *Por el cual se modifica el Estatuto General de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia*. Bogotá. Obtenido de [https://sgeneral.unad.edu.co/images/documentos/consejoSuperior/acuerdos/2018/COSU\\_ACUE\\_014\\_20180723.pdf](https://sgeneral.unad.edu.co/images/documentos/consejoSuperior/acuerdos/2018/COSU_ACUE_014_20180723.pdf)
- Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD (2011). *Proyecto Académico Pedagógico Solidario Versión 3.0*. Bogotá. Recuperado de <https://academia.unad.edu.co/images/pap-solidario/PAP%20solidario%20v3.pdf>
- Vargas, J. A., & Medina, T. G. (2016). Obtenido de INTEGRA -*Instituto Humanista de Psicoterapia Corporal*: <http://www.instituto-integra.com/la-situacion-actual-de-la-psicologia-humanista/>

Zemelman, H. (2015). *Pensamiento y Construcción de Conocimiento Histórico. EL ÁGORA USB*, 343-352. Obtenido de <http://www.redalyc.org:9081/articulo.oa?id=407747672001>



9. Anexos

Anexo A. Encuesta

  <p style="text-align: center;"><b>ENCUESTA</b></p> <p>Este ejercicio académico se guiará por las normas de confidencialidad de la información suministrada, y no se realizarán prácticas que atenten contra la libertad e integridad física y psicológica de los encuestados, de acuerdo con lo establecido en el Código Deontológico y Bioético del Psicólogo – Ley 1090 de 2006.</p> <p style="text-align: center;">Muchas gracias por su colaboración</p> <p>Fecha: _____</p> <p>Edad: _____</p> <p>Género:    Hombre__    Mujer__</p> <p>Estado civil:    Soltero__    Casado__    Unión Libre__    Viudo__</p> <p>Estrato Social:    Estrato 1__    Estrato 2__    Estrato 3__    Estrato 4__    Estrato 5__    Estrato 6__</p> <p>¿Tiene hijos?    Sí__    No__</p> <p>Programa al que está matriculado _____</p> <p>CEAD al que está matriculado _____</p> <p>Semestre que cursa    1__    2__    3__    4__    5__    6__    7__    8__    9__    10__</p> <p>¿Tiene empleo actualmente?    Sí__    No__</p>	  <p>Le solicitamos responder cada pregunta:</p> <p>¿Cómo concibe el Desarrollo Humano? _____</p> <p>Como la satisfacción de sus necesidades básicas: alimento, vestido, sed _____</p> <p>Como la satisfacción de sus necesidades de seguridad: tener un empleo, familia, propiedades _____</p> <p>Como la satisfacción de sus necesidades sociales: El amor y pertenencia a grupos para compartir alegrías y malos momentos _____</p> <p>Como la satisfacción de sus necesidades de estima: confianza, independencia, libertad, Logros, reconocimiento, fama _____</p> <p>Como la satisfacción de su necesidad de autorrealización: Capacidad de resolución de problemas, aceptación de hechos _____</p> <p>¿Cómo el crecimiento personal aporta al Desarrollo Humano, desde la perspectiva de bienestar? _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>¿Qué es calidad de vida? _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>¿Considera que bienestar es? _____</p>	  <p>_____</p> <p>_____</p> <p>¿Cuáles aspectos de la calidad de vida se articulan con un buen desarrollo humano según su experiencia? _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>¿Cómo aporta la UNAD a su crecimiento personal? _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>¿Qué falta para que la UNAD aporte a su crecimiento personal? _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Muchas gracias.</p>
--	---	---

## Anexo B. Foro de crecimiento personal

<http://nodosvirtuales.unad.edu.co/mod/forum/discuss.php?d=111&mode=3>

← → ↻ No seguro | nodosvirtuales.unad.edu.co/mod/forum/view.php?id=329 ☆ 🔊

📄 > Nodos Virtuales > Crecimiento Personal > BIENVENIDO AL NODO DE CRECIMIENTO PERSONAL > Nodo de Crecimiento Personal

### Nodo de Crecimiento Personal

Apreciadas y Apreciados Participantes,  
 Reciban un cordial saludo, espero que se encuentren muy bien. En este espacio encontrarán foros de debate acerca de temas de la cotidianidad que en ocasiones nos generan conflictos, debido a que no se les da un buen manejo.



Un Abrazo.  
**María del Pilar.**  
 Psicóloga.

Por Favor No abrir temas, solo participar en los que están disponibles y comenzados por María del Pilar Cardona

Añadir un nuevo tema de discusión

Tema	Comenzado por	Rélicas	Último mens
Amor Propio	MARIA DEL PILAR CARDONA	603	LAURA ALEJANDRA BARI Wed, 12 de Dec de 2018, 18
Un Buen día para Empezar	María del Pilar Cardona Sanchez	176	CHRISTIAN IVAN CUE Mon, 3 de Dec de 2018, 17
Subjetividad y Sentido de Vida.	MARIA DEL PILAR CARDONA	249	YENNY CELINA BOHORQU Sun, 2 de Dec de 2018, 12
Cree en Ti.	MARIA DEL PILAR CARDONA	464	OMAR ORLANDO ANGARI Sun, 2 de Dec de 2018, 12
Violencia Género	MARIA DEL PILAR CARDONA	144	YENNY CELINA BOHORQU Sun, 3 de Dec de 2018, 12

## Anexo C. Matriz

CATEGORÍAS DE ANÁLISIS	INDICADORES	REFERENCIAL TEÓRICO
CALIDAD DE VIDA	Está relacionada con la satisfacción de las necesidades básicas (comida, vivienda, educación)	Enfoque de Desarrollo Humano
BIENESTAR	Esta concepción va más allá de la satisfacción de necesidades básicas y trasciende a la satisfacción personal de la autorrealización vinculada a la felicidad.	
CRECIMIENTO PERSONAL	Está relacionado con las habilidades, competencias y autoconcepto que tiene el Ser humano, donde va más allá de lo subjetivo y trasciende al cumplimiento de metas establecidas en su proyecto de vida.	