

Influencia de valores espirituales para alcanzar la felicidad en jóvenes de primer semestre de carreras técnicas de la Universitaria Panamericana

Luz María Tobón Gonima ^{1,2}

"No hay deber que descuidemos tanto como el deber de ser felices".
Robert L. Stevenson

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo, analizar la relación entre la dimensión espiritual y los valores que la constituyen como son los que guían el crecimiento personal y la autorrealización para alcanzar su felicidad en estudiantes de primer semestre de la Universitaria Panamericana. El diseño es de tipo cualitativo interpretativo, con carácter exploratorio.

Para ello, se estructuró un coloquio pedagógico realizado con 150 estudiantes de los programas técnicos en cada uno de los grupos de primer semestre que permitiera allegar la información requerida para comprender la relación entre las variables observadas. Se encontró como se muestra en los resultados que los valores espirituales y las experiencias óptimas de la vida son el sustento de la felicidad.

Palabras clave: Felicidad, valores espirituales, autorrealización, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The study aimed to analyze the relationship between the spiritual dimension and its constituent values are what guide and personal growth and self to achieve happiness in first semester students of the Panamericana University. The design is qualitative interpretation, with an exploratory nature.

For this, a symposium was structured teaching conducted with 150 students in technical programs in each of the group first half to allow getting of the information required to understand the relationship between the observed variables. It was found as shown in the results that spiritual values and the best experiences in life is the mainstay of happiness.

Key words: Happiness, spiritual values, self-fulfillment, university students.

¹ Investigadora principal.
Psicóloga, Docente Investigadora,
Grupo de Formación Humana.
Correo electrónico:
luzmtobong@yahoo.com

² En el proceso participaron
en calidad de asistentes de
investigación las estudiantes:
Blanca Janeth Abril,
Olga Lucía Domínguez, Giovana
Andrea García,
Adriana Milena Lemus,
Maritza Pérez.

INTRODUCCIÓN

El hombre siempre ha buscado la felicidad. Para muchas personas la felicidad **consiste en poseer las cosas materiales que necesiten, para otros,** representa un suceso en su vida cotidiana, para otros conocer el mundo y tener conocimiento de las cosas, y **hay quienes piensan que la felicidad consiste en estar en paz consigo mismo y con los demás. El hecho de ser feliz, encontrar la felicidad bien puede atribuirse a diferentes maneras, creencias, métodos, ideologías, culturas, sensaciones, sentimientos.** Sin embargo, cómo se logre, tiene relevancia, en cuanto es claro que existen factores que determinan parámetros mediante los cuales este estado se obtiene y se entretaja por la subjetividad de cada ser, quien se **encamine a todo aquello que proporcione alcanzar este momento, como el bienestar, la tranquilidad, la alegría, el conocimiento, por mencionar algunos;** cada ser compacta de manera personal esas características que lo llevan a encontrar esta realidad emocional, estado que experimentará durante el transcurso de la vida, resultando intermitente y variable, en los imaginarios creados por cada ser humano.

Durante este trasegar del hombre por encontrar su plenitud, el deseo de satisfacción lo conlleva a interesarse en las cosas materiales, en estar ligado a sus propias necesidades tangibles, en buscar la facilidad de obtener las cosas a merced de otros, a estar sometido a sus propias leyes, a seguir siempre por un mismo camino sin necesidad de incomodar al otro; ser un ente luchador, capaz de sobrevivir a todo percance que se le presente durante el transcurso de su vida; el hombre siempre construye

su futuro, ya que como menciona Eric Fromm (1972), “el hombre es la vida consciente de sí misma”, puesto que se es consciente de la naturaleza, del medio que le rodea, del núcleo social al que pertenece, ser este el principal actor en el que está residiendo el mayor compromiso con el progreso; por ende el hombre como ser activo de una sociedad debe ser autor de su propio destino, tiene que suplir la necesidad de ser “sociable” y compartir con y en la sociedad sus opiniones, de saber expresar su responsabilidad y la de mantener su compromiso con las personas que le rodean, ya que lo que determinen sus intenciones será lo que se refleje en el futuro y en los miembros que en ella se involucren, de saber valorar su propia vida, debe saber ser diferente, ser feliz, como bien lo expresa el documento informe de investigación de la Universidad Javeriana de AGUDELO y otros (2006) sobre la motivación de la culturas juveniles.

A partir de este empeño, el conseguir una realización personal enfocada a estar tranquilo, a ser feliz, procurando durante su transición terrenal alcanzar esas prioridades propuestas, no sólo por vivir; el buscar la plenitud suele ser la empresa más grande; es entonces cuando empieza a recorrer caminos por alcanzar objetivos, y de ser logrados, pensará en otros quizá más o menos importantes, pero siempre el buscar para alcanzar se convierte en una constante, en la vida misma. El mismo autor afirma que la realización del hombre está ligada entre la vida y la muerte, donde da a la vida el significado de la felicidad, de tranquilidad, de estar en paz consigo mismo, de atribuirle un todo en continuo desarrollo a las perspectivas que va generando en el transcurso del tiempo donde siempre que se acaba algo, otra cosa empieza.



Y a la muerte como un fin, como lo último en realizar, como “lo que no se hizo nadie lo hará por ti”, por tal motivo, ve al hombre como un hacedor de todas las cosas posibles a realizar, a medida que empieza a crear nuevos pensamientos y saberes de su propia existencia en la tierra. (Fromm, 2008.)

Bajo este propósito, la espiritualidad que está en proceso de formación dentro de la persona, es un compromiso que se mantiene, es ineludible, ya que desde este momento, conociendo lo que se desea y lo que el entorno le está proporcionando, el individuo puede establecer desde su quehacer diario verdaderos esfuerzos que se articulen a estos propósitos, buscando la verdadera esencia de la felicidad que diariamente comienza a formarse según el estilo de vida que el ser humano intenta llevar, siempre y cuando esté ligado con la tranquilidad de la persona, la cual es piedra angular en todo este proceso de interacción, de formación y de visión de futuro para él mismo y para las personas que le rodean en su interacción social.

Partiendo de lo expuesto, se vio la necesidad de investigar dentro de la población estudiantil la integralidad de la formación, que supone la observación y el contemplar todas las dimensiones humanas (corporalidad, cognición, socialización y espiritualidad) en quienes están en el ámbito académico, ya que siendo este un lugar de formación, predomina el sentido de lo humano, no sólo de transmisión y orientación del conocimiento; la importancia de indagar desde otra perspectiva en este caso sobre la influencia de los valores espirituales para alcanzar la felicidad, permitirá inquietar a los docentes optimizando así su rol de formador en la mediación con sus estudiantes. Es de

esta manera que la investigación recobra importancia para la formación teniendo en cuenta el aspecto emocional en los jóvenes, el considerar los valores espirituales como punto de partida en el logro de una vida plena de felicidad obedece a los principios de misión institucional.

Se constituye entonces como propósito principal, analizar las dimensiones y los valores espirituales que ayudan a los jóvenes pertenecientes al primer semestre de las diferentes carreras tecnológicas y profesionales de la Fundación Universitaria Panamericana, a realizarse como personas y profesionales alcanzando de esta manera su felicidad, teniendo en cuenta que cuando los seres humanos desarrollan actividades que van encaminadas y con un horizonte definido en su diario vivir, logran vivenciar experiencias óptimas que los enriquece.

Haciendo lectura de lo anterior surgen distintas preguntas que hacen indagar aspectos de la cotidianidad en los estudiantes:

¿Recurren los estudiantes de la F.U.P. a sus valores espirituales en la búsqueda de su autorrealización y felicidad?; ¿Qué tan importante son para los estudiantes de la FUP, sus valores espirituales y la felicidad en su vida?; ¿Qué importancia tiene para los estudiantes de primer semestre de la F.U.P. la dimensión espiritual?; ¿Cómo estructuran las pautas de vida los jóvenes de primer semestre de la F.U.P., para alcanzar su felicidad? ¿Cómo los valores espirituales influyen en la vida diaria para alcanzar la felicidad en los jóvenes de la F.U.P.? ¿Cómo influye la dimensión espiritual en los jóvenes de primer semestre de la F.U.P., para alcanzar su felicidad y su autorrealización?

Las investigadoras buscaron ahondar en cada uno de los anteriores factores que permiten que los jóvenes logren generar este tipo de experiencias en busca de una vida mejor, por medio de coloquios realizados para la población anteriormente presentada, con la finalidad de fortalecer en ellos cada una de sus experiencias y generar reflexión de cómo a lo largo de sus vidas y teniendo en cuenta su cotidianidad, cada una de sus vivencias les permitirá ser día tras día mejores, ayudando a su autorrealización y por ende a alcanzar la felicidad dentro de su entorno intra-personal.

La culminación de esta primera investigación evidenciará qué tan involucrados están los valores espirituales en los jóvenes para alcanzar la felicidad, ya que la población objeto de dicho proyecto se encuentra en primeros semestres, sería de gran objetividad analizar, medir y comparar los resultados que arroja el presente con una posterior investigación de los mismos estudiantes, pero en la finalización de sus carreras; esto por supuesto complementaría la información actual, y enriquecería a la misma.

Otro eje direccionador, está en el despliegue de los resultados para el cuerpo docente como mediador que es entre el conocimiento y la persona tomada en todas sus dimensiones.

Para dar respuesta a los interrogantes se determinó como objetivo general el explorar y analizar la relación entre la dimensión espiritual y los valores que la constituyen con la autorrealización en los estudiantes de primer semestre de la Fundación Universitaria Panamericana para alcanzar su felicidad.

Como objetivos específicos se identificaron: Identificar los valores espirituales

de los estudiantes de primeros semestres; reconocer los factores que han generado experiencias positivas y óptimas en los estudiantes para su autorrealización; establecer la relación entre los valores espirituales y las experiencias óptimas para la búsqueda de la felicidad en los estudiantes.

MÉTODO

Tipo de estudio

El diseño de la investigación se inscribe en el paradigma interpretativo ya que permite reconstruir y reflexionar sobre el tema tratado a lo largo de este informe. En el libro Paradigmas de la investigación Vivas (2007) expone que el método cualitativo es más comprensivo en términos de leer y entender la realidad centrada en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social, más susceptible a la descripción y análisis de las características y cualidades del fenómeno mismo y por tanto el investigador es un fenomenólogo que en su acción participante se ocupa de comprender la conducta humana desde el punto de vista de sus autores naturales que construyen la realidad social con base en los marcos de referencia de estos últimos.

El tipo de diseño es descriptivo y que explica los resultados del fenómeno en sus características y componentes; conociendo los conceptos, en este caso los valores espirituales, la dimensión espiritual, autorrealización y felicidad definiéndolas como las variables a estudiar.

El carácter del estudio es exploratorio puesto que prepara el terreno para próximas investigaciones, y así determina y precisa campos de información poco conocidos al iniciar sobre la



perspectiva innovadora de mirar la dimensión espiritual de los estudiantes, a partir del desconocimiento que en la Universitaria Panamericana se tiene sobre el tema concreto de la felicidad en los estudiantes.

Participantes

La población objeto de estudio fueron los estudiantes de la Fundación Universitaria Panamericana. La muestra no paramétrica la constituyeron 150 estudiantes de primer semestre de las carreras técnicas.

El muestreo intencional fue el que mejor se adaptó para la escogencia de las personas representativas de la población en la FUP. Los estudiantes están distribuidos por carreras: Administración (Técnico profesional en operaciones logísticas y en operaciones bancarias y financieras); Comunicación (Técnico profesional en análisis de mercados); Ingeniería (Técnico profesional en mantenimiento de computadores, en programación de software; en gestión de procesos de calidad y en instalación de redes).

Instrumentos y Procedimientos

Teniendo en cuenta el tipo de diseño de la investigación, se utilizaron como instrumentos de recolección de datos los coloquios pedagógicos, que basados en los conceptos de Carratalá Fernando (2008) es un espacio de encuentro en el cual se entabla una conversación de un tema determinado con un grupo definido, en este caso se realizaron con los estudiantes de primer semestre de las carreras técnicas, con el fin de indagar, reflexionar y analizar las vivencias personales de cada uno de los estudiantes, relacionados con el tema de investigación.

Para la realización de un coloquio se tuvieron en cuenta las cuatro fases pro-

puestas por el autor, que permiten el correcto desarrollo de estos: La primera fase, corresponde a la presentación del tema al grupo por parte del moderador utilizando una breve introducción y la formulación en donde el moderador expone una serie de preguntas al público presente en busca de las primeras intervenciones realizadas por ellos.

La segunda fase, hace referencia a la defensa que cada uno de los participantes hace sobre la opinión personal que tienen frente al tema del coloquio, lo que permite que las investigadoras observen sus puntos de vista.

La tercera fase, hace énfasis en el análisis y valoración que se tiene de las diversas opiniones, realizando una socialización con el grupo en busca de las opiniones que les generan más relevancias, que sean objetivas e irrefutables para que sean recibidas a conformidad por el grupo.

La cuarta fase, es en donde el moderador presenta al público asistente las ideas principales y las conclusiones a las que se llegaron luego de socializar el tema; si una vez concluido el coloquio los participantes a este no presentan conformidad con lo expuesto por el moderador, este coloquio no se puede dar como finalizado.

Estructuración de los coloquios

- **Fecha:** Los coloquios se realizaron del 4 al 9 de mayo, en los horarios establecidos para Cátedra Panamericana, considerando la pertinencia del tema en esta asignatura.
- **Tema:** Valores espirituales, autorrealización, felicidad.
- **Objetivos:** Identificar los valores espirituales de los estudiantes de primeros semestres; reconocer los factores que

han generado experiencias positivas y óptimas en los estudiantes para su autorrealización, establecer la relación entre los valores espirituales y las experiencias óptimas para la búsqueda de la felicidad en los estudiantes.

• **Actividades a realizar:**

1. Figura Humana: para esta actividad y con el propósito de recoger la información requerida, se les solicitó a los estudiantes que debían escribir en ella lo siguiente:

Cabeza: la racionalidad, los aspectos del ser pensante, aquellas cosas que piensas de ti y de la vida misma.

Corazón: sentimientos y emociones.

Abdomen: acciones personales.

Extremidades: dificultades de la vida.

2. Responder a un cuestionario de tres preguntas en subgrupos, dividiendo el grupo general:

¿Cuáles son los valores espirituales para construir la felicidad?

¿Cuáles son los factores y experiencias óptimas que le han permitido su autorrealización como persona?

¿Por qué consideran ustedes que los valores espirituales y las experiencias óptimas han servido para alcanzar su

felicidad?, para su posterior socialización del trabajo en grupo y elaboración de los grafitis.

- Participantes: estudiantes de cada uno de los cursos de los primeros semestres de las carreras técnicas.
- Iniciación: Saludo y explicación del tema.
- Finalización y evaluación.

3. Determinación de fechas, horarios y acompañamientos para cada uno.

4. Realización de los coloquios.

5. Codificación y tabulación de resultados: esta se hizo con categorización para tabular los resultados de la figura humana; luego se tabularon las preguntas de todos los coloquios y se presentan los resultados de manera compilada haciendo un análisis de la información recogida.

RESULTADOS

Figura humana

Las categorías de análisis de los resultados obtenidos en la realización de la figura humana, fueron:

CABEZA: PENSAMIENTOS

LA VIDA LO MEJOR	<ul style="list-style-type: none"> - La vida es muy bacana. - La vida representa una fiesta. - De la vida pienso que es magnífica, ya que nos la ha concedido Dios. - Mi vida va muy bien. - La vida es lo mejor que hay. - La vida me ha dado muchas oportunidades. - La vida la interpreto de una forma extrovertida. - No hay nada más que seguir viviendo. - Sólo quiero seguir viviendo. - La vida hay que disfrutarla al máximo, como si fuera el último día. - Hay que aprovechar la vida. - Vivir cada día como si fuera el último.
------------------	---

PENSAMIENTOS POSITIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Mi vida es como un libro, lleno de ideas. - Mi vida tiene muchos caminos que llevan a un mismo sitio. - La vida es un camino bastante interesante por recorrer. - A medida que avanzo en la vida voy adquiriendo experiencia. - No me arrepiento de vivir lo que he vivido. - La vida no es fácil. - He llegado a comprender que para obtener o querer algo, hay que lucharlo. - A pesar de las adversidades trato de salir adelante en las metas. - He llegado a comprender que para obtener o querer algo hay que lucharlo. - Proponemos metas por las cuales luchar. - He tenido momentos de mucha alegría. - Hay que hacer sacrificios. - Todo me sale bien. - Se debe aprovechar lo que llega. - No soy perfecto, las cosas pueden no salir bien. - Puedo llegar a hacer las cosas no tan buenas. - Pienso que soy una persona calmada. - No busco hacer daño. - Se debe aprovechar lo que Dios no da. - En este momento aprovechar lo que me ofrece la vida con mucha responsabilidad. - No desperdicio las oportunidades. - Tengo buena relación con Dios. - Tengo buena relación con Jehová, Dios. - Me interesa el bienestar de los demás. - Tengo una familia unida. - Tengo una familia unida, aunque con problemas. - He tenido momentos de mucha alegría. - He crecido con buenos valores. - A veces me doy espacios para rumbear. - Siempre lo he tenido todo. - He tenido el amor de mi familia. - He tenido el amor de mis padres. - He compartido cosas que me han gustado. - Vengo con todo el ánimo de estudiar. - Trabajo para pagarme la universidad.
PENSAMIENTOS NEGATIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Pienso de mí, es que en parte hace falta mi autoestima. - Me desvaloro mucho. - En ciertas ocasiones me ahogo en un vaso de agua, donde no hay por qué. - Son cosas muy sencillas y formo un drama por poco. - Hay que sufrir un poco. - Estoy preocupado, me ocupo de muchas cosas. - Me falta decisión. - La mayoría de personas que conozco son hipócritas.
PENSAMIENTOS EN LA DIFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> - No pienso igual que los demás. - Yo esperarí que la gente tome conciencia. - Soy consciente de mis necesidades espirituales. - Las cosas que hago, las hago a conciencia. - Que traten de vivir sin rencores como yo lo hago. - Cuando recibo mal, sólo doy bien, sin rencor a nadie. - No todas las cosas salen bien. - Me falta decisión. - Creo que debe haber conflictos - No pienso a menos que quiera.

PENSAMIENTOS EN LA DIFERENCIA	<ul style="list-style-type: none"> - Existen personas importantes. - Algunas personas son importantes en nuestra vida. - Hay personas que son una mano amiga. - Existen personas que han sabido aportarme. - Las personas han llenado esta parte de mi vida. - Las personas me han enseñado lo bueno y lo malo. - Hay personas que realmente valen la pena. - Las personas que realmente valen la pena son difíciles de encontrar, pero las hay. - Las personas son necesarias para nosotros, ya que necesitamos convivir. - Me he encontrado con personas muy especiales. - No me arrepiento de los actos, porque los asumo con responsabilidad.
PENSAMIENTOS SOBRE EL SER	<ul style="list-style-type: none"> - Soy un ser humano que ha llegado a este mundo para ser feliz. - Soy colaborador. - Soy inteligente. - Soy un paciente equilibrado. - Soy una persona honesta. - Soy cariñosa. - Soy amorosa. - Soy una persona alegre. - Soy una persona calmada. - Soy una persona feliz. - Soy un ser humano que ha llegado a este mundo a ser feliz. - Soy callado. - Soy consciente de mis necesidades espirituales. - Soy interesante. - Soy leal. - Soy sincera. - Soy consciente de mis necesidades espirituales. - Pienso que soy una persona muy responsable. - Soy grande. - Soy responsable.

La categorización responde a:

- Pensamientos positivos: donde se agrupan todos aquellos que responden a las experiencias óptimas, que se describen claramente en los trabajos de Silerman (2003) y promueven en el individuo sentimientos de felicidad.
- Pensamientos negativos: son aquellos que evidencian una falta de capacidad de afrontación a las situaciones dolorosas de la vida.
- Pensamientos del ser: manifiesta apreciación personal que induce desde las teorías de Maslow (1970), aspectos importantes de la motivación humana, pensamientos en la diferencia: los cuales fortalecen la apreciación personal.

En esta primera parte del ejercicio, se observan las diferentes respuestas que surgen a partir de la exploración de la racionalidad; se puede analizar que en un rango mayor coinciden en la manera de responder frente a temas como la forma en la que ven y sienten vida, la felicidad y el hecho de ser felices, sobre lo valiosas que son las personas, y cómo éstas los ayuda a crecer el luchar para obtener las cosas, el pensar diferente con el fin de generar conciencia.

Estas respuestas dejan como lectura, que un alto índice de población estudiantil la cual hizo parte de la investigación, tiene una óptica positiva en cuanto a sus pen-

samientos, el cómo el pensamiento frente a sí mismos les genera una actitud diferente, menos negativa, que les permite visualizar una vida más plena; el alcanzar sus objetivos y metas, tener un proyecto de vida claro y focalizado; el hacer una introspección, reflexionar sobre aquellas cosas en las que posiblemente hay fallas y son corregibles.

En casos aislados surgen respuestas negativas, pero que no se repiten. Res-

puestas como, la mayoría de la gente es hipócrita o la vida no es fácil, aunque marque un mínimo de frecuencia en resultados, dejan ver que este tipo de pensamientos están presentes y que son parte de la cotidianidad de algunos estudiantes.

La armonización entre el pensar, sentir y actuar, se evidenció en todas las acciones realizadas por los estudiantes.

Corazón: sentimientos y emociones

FELICIDAD	<ul style="list-style-type: none"> - Hacer lo que me hace feliz. - La mayoría de tiempo me siento feliz. - Me siento feliz conmigo mismo. - Alegría. - Estar con mis amigos me hace sentir feliz. - Alegría cuando estoy con mi familia. - Me hace feliz leer la Biblia.
AMOR	<ul style="list-style-type: none"> - Mis emociones son amor por mi familia. - Soy cariñosa. - Soy tierna. - Soy amorosa. - Al ver a mi hijo se me desierta el amor. - Amor cuando aprecio a alguien que quiero. - El afecto. - Amor por mi novia. - Estima por mis compañeros. - Bondad. - Nobleza. - Compasión. - Confianza. - Tranquilidad.
TRISTEZA	<ul style="list-style-type: none"> - Me entristece saber que alguien pierde un ser querido. - Me entristece saber que yo pierdo un ser querido. - A veces mi corazón se llena de tristeza. - Tristeza. - A veces tristeza. - Me da tristeza sentirme rendido en el trabajo o en el estudio. - Tristeza cuando no obtengo lo que quiero.
IRA	<ul style="list-style-type: none"> - Cuando me siento mal me da rabia. - Ira. - Rabia en momentos en los que la gente quiere pasar por encima de los demás. - Mal genio.

EXPRESIÓN EMOCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> - Duda. - Rencor. - Odio. - Desconfianza. <p>El gozo de creer en el señor.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estar con Dios. - Dolor. - Seguridad. - Dentro de mí se desencadenan muchas emociones que me permiten vivir una vida balanceada. - Las emociones se deben a algo en especial. - Sentir que vivo con un propósito personal y comunal. - Desilusión. - No desilusionar a mis padres. - Las ganas de salir adelante. - Sentimientos de preocupación. - La falta de esfuerzo. <p>En medio de todo, encuentro emociones negativas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las emociones negativas me permiten aprender, y tratar de no volverlas a sentir. - Saber que lo que hago, a Dios le agrada. - La venganza. - Ver a mi familia unida - Ganas de luchar. - Cada día ser mejor. - A veces me siento sola. - Soy una persona sensible. - Locura.
---------------------	--

En este punto, que es el que enmarca las emociones más influyentes en los estudiantes, se puede analizar a partir de sus opiniones y respuestas, que los sentimientos de amor, felicidad, colaboración, están presentes de manera constante. Sin embargo, una muestra significativa, señala que la tristeza, es un sentimiento que se manifiesta de manera reiterada, como respuesta emocional frente a diversas situaciones que le son adversas a la persona. En menor medida, pero igualmente presentes el odio, la ira, hacen parte de los

sentimientos que se derivan de algunos estudiantes, aunque cabe anotar que no es un común denominador entre la población.

Es visible cómo los sentimientos de amistad, de lucha, progreso son una constante, de manera tal que las emociones se encaminan hacia aspectos positivos, al buscar constantemente su tranquilidad, la felicidad, el mantener vínculos dentro de la sociedad que les permita crecer en todos los aspectos de la vida.

Acciones

COMPARTIR	<ul style="list-style-type: none"> - Me gusta compartir con mi hijo. - Me gusta compartir tiempo con mis hermanos menores. - Pasar tiempo con mi familia. - Compartir tiempo con mi primita. - Pasar mucho tiempo con mi hijo. - Estar con mi novia. - Me gusta compartir con mis amigos. - Pasar con mis amigos. - Soy muy amigable. - Me gusta salir y recochar con mis amigos.
-----------	---

TRABAJAR	<ul style="list-style-type: none"> - Estar en mi trabajo. - Trabajar y desempeñarme laboralmente. - Trabajar en sistemas.
SATISFACER NECESIDADES BÁSICAS	<ul style="list-style-type: none"> - Comer. - Dormir. - Hacer locha. - Vestirme. - Molestar. - Luchar. - Actuar. - Reflexionar. - Criticar. - Seguir adelante. - Viajar. - Soñar.
ACCIONES PRODUCTIVAS	<ul style="list-style-type: none"> - Estudiar. - Estudiar para salir adelante, y no depender de mi madre. - Las acciones que tengo son el estudio. - Estudiar no sólo mi carrera, sino cosas que me parecen interesantes. - Estudiar la Biblia. - Estudiar una carrera que me gusta. - Hacer los trabajos. - Tocar guitarra - Escuchar música. - Hacer ejercicio. - Hacer deporte. - Chatear. - Navegar en Internet. - Pienso que lo que hago me construye. - Dibujar para expresarme.
COLABORATIVAS	<ul style="list-style-type: none"> - Cuando ayudo a mi mamá. - Cuando ayudo a mi novia. - Ayudar en la casa. - Colaborar en la casa. - Ayudar a los demás. - Ser colaborador con mis padres. - Ayudar.

Las acciones que más se destacan son estudiar y compartir con la familia; ayudar a sus seres queridos. Los estudiantes, dejan ver cómo la familia es el eje fundamental en sus vidas; el estudiar no se encuentra aislado al hecho de cumplir con una actividad académica, la importancia que le dan es el empeño de sobresalir,

mejorar su situación económica y ayudar a sus familias. Las actividades de ocio no son muy mencionadas dentro de las acciones, tienen un bajo índice lo cual hace pensar que los jóvenes aunque tienen sus espacios de diversión, anteponen su vida familiar, su trabajo y estudio como prioridad en su vida.

Extremidades: dificultades

PÉRDIDAS	<ul style="list-style-type: none"> - La pérdida de mi novia. - Algunas veces cuando pierdo algo en el estudio. - El haber perdido a un ser querido hace tres días. - Perdí a mi perro Max. - La pérdida de mis familiares y personas cercanas.
----------	---

PÉRDIDAS	<ul style="list-style-type: none"> - Perder una amistad por peleas absurdas. - Cuando perdí el año. - La pérdida de mi tío. - Perder una relación, por la monotonía. - Cuando murió mi abuela, era un niño. - La muerte de un familiar cercano. - Me dio mucha tristeza cuando mi bisabuela se murió. - Fallecimiento de un ser querido. - No pude compartir tiempo con mi abuela. - No pude compartir momentos especiales con mi papá.
DESILUSIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer gente hipócrita. - Mi papá. - Me desilusiona conocer gente hipócrita, que aparenta lo que no es. - Odio a las personas hipócritas. - Mi papá. - Desilusiones amorosas. - El haber conocido por primera vez la tristeza de un amor. - Un desamor. - Mi mayor desilusión es no mejorar para salir adelante. - Desilusionar a un ser querido.
SENTIMIENTOS NEGATIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - La pereza. - La responsabilidad. - Acabar lo construido. - La traición. - Me duele cuando una persona traiciona la amistad. - No salir adelante. - Cuando me siento solo. - Miedo a salir lastimado. - Miedo a defraudar a mis seres queridos. - Me apego mucho a las personas. - Cuando me falta dinero me pongo mal. - Realizar cosas que me hacen daño. - Fumar. - Compartir tiempo con los seres queridos. - Dolor físico. - Tener una lesión en la rodilla. - Cuando supe que a mi hermana la tenían que operar. - La separación de mis padres. - No haber ingresado a la U. Sto. Tomás, Ing. Agrónoma. - Cometer errores. - No valorarme como mujer. - No he tenido fracasos. - Esforzarme demasiado, sin recibir triunfos. - No cumplir lo que prometo. - No conseguir lo que quiero. - La soledad. - Miedo. - Depender de las personas. - La falta de dinero. - Cuando hay peleas. - Cuando el ambiente es denso.

Para los estudiantes, entre las dificultades que más los han marcado se encuentran la pérdida de alguien o algo, la muerte de un familiar, el no poder com-

partir tiempo con sus familiares, amigos y allegados. También mencionan las desilusiones amorosas. Las personas o amigos que tildan como hipócritas y

que traicionan la amistad hacen parte de este colectivo. Los problemas están sujetos a inconvenientes con sus pares, en pocos casos se hace mención a problemas económicos, laborales o académicos, lo cual indica que para los jóvenes las relaciones humanas y los vínculos personales son de gran importancia y prevalecen sobre cualquier otro interés material.

El miedo, la soledad, el no cumplir las metas propuestas son algunos aspectos premeditados, y que ya hacen parte dentro de las dificultades de algunos participantes.

TRABAJO GRUPAL

1. ¿Cuáles son los valores espirituales para construir la felicidad?

Honestidad, solidaridad, sinceridad, humildad, bondad, compañerismo, tolerancia, positivismo, responsabilidad, respeto, justicia, libertad, lealtad, agradecimiento, sencillez, amor, justicia, prudencia, paz, paciencia, justicia, espiritualidad, generosidad, libertad, perseverancia, confianza, comprensión, responsabilidad, calma, verdad, seguridad, amistad, fe, sacrificio, autoestima, sabiduría, voluntad, fortaleza, aceptación.

Entre los estudiantes que participaron durante la actividad se pudo constatar las respuestas que brindaron acerca de los valores espirituales que no se hace distinción alguna en cuanto a la clasificación de los mismos, según lo expuesto se demuestra que los jóvenes al referirse sobre este tema, acuden a todos los valores que se estén forjando en sí, sin enfocarlo propiamente hacia lo espiritual; es preciso anotar que la similitud en las respuestas al ser un espacio abierto donde las opiniones están expuestas pueden darse bajo la influencia de sus pares. De otro lado, podríamos deducir fácilmente

con sus respuestas que existen sentimientos muy interiorizados que les permiten ser muy sensibles y reconocer sus valores según las acciones desarrolladas en su entorno y diario vivir.

2. ¿Cuáles son los factores y experiencias óptimas que le han permitido su autorrealización como persona?

Culminar estudios, familia unida, estabilidad laboral, creen en uno mismo, valorarnos, independencia familiar, liderazgo, conciencia, seguridad, autoestima, responsabilidad, el amor a mi familia, los principios morales, reflexionar a partir de los problemas, tener computador, estudiar en universidad, apoyo familiar, nuestros principios y valores como personas, auto superación, la motivación de estar vivo, tener en cuenta a Dios, ser social, aprender de nuestros errores, aprender a ser humilde, afrontar nuestros problemas, autónomo en sus actos, saber cómo aplicar los valores, la graduación de once, entrar a la universidad, nacimiento de un familiar, cuando iniciamos un nuevo empleo, al equivocarnos hemos caído en cuenta de nuestro errores y los hemos corregido y así hemos conseguido la felicidad, compañerismo, ser sociable, trabajo en equipo, amistad, colaboración hacia los demás, libre y autónomo en nuestra decisiones, paciencia para tolerar las injusticias que vemos.

Para los estudiantes, las experiencias que han permitido un crecimiento personal y una autorrealización, son bastante diversas, están encaminadas hacia factores que determinan su estado de bienestar, tranquilidad, y metas que han cumplido en el transcurso de la vida. El apoyo de las familias, estudiar, el reflexionar los problemas que se les presentaron, son las respuestas que tienen mayor frecuencia, es decir que la autorrealización y experiencia óptimas surgen

desde sus propios hogares, conducirse de manera reflexiva, de la superación de obstáculos que son el eje de superación y realización personal.

3. ¿Por qué consideran ustedes que los valores espirituales y las experiencias óptimas han servido para alcanzar su felicidad?

CATEGORÍA DE INFLUENCIA	ARGUMENTOS
<p style="text-align: center;">FORMATIVA Ha contribuido a la formación como personas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La unión de todos los valores nos han permitido ser personas integrales, para lograr una buena calidad de vida. - Los valores son los que describen cómo es la persona internamente. - Los problemas nos han ayudado a crecer, moral, espiritual y emocionalmente. - El nivel alcanzado con estos valores me ha llevado a ver la vida diferente. - Estos valores nos han enseñado a madurar en nuestra vida con nuestra familia y amigos. - Sí porque los dos son necesarios para ser personas. - Para conocer personas necesitamos construimos a través de los valores espirituales, seremos felices. - Es el proceso mediante el cual construimos nuestra vida gracias a aquellos valores y experiencias que nos hacen conocer y mejorar nuestras formas de pensar y de actuar. - Nos ayudan a madurar y a crecer como personas, porque así somos capaces de conocernos para ser más fuertes y porque con ellos podemos aprender y evolucionar hacia nuestras etapas futuras. - Porque dan una satisfacción personal que permite estar bien con sigo mismo, nos hace crecer como personas, nos ayuda a saber quiénes somos y qué queremos, aprendemos de lo bueno y lo malo, resaltar nuestras fortalezas y mejorar en nuestras debilidades. - Porque son dos componentes fundamentales en los cuales nos basamos para alcanzar esa felicidad. Importante guía y creencia en la cual los valores fundamentales son base primordial de ética y eficacia con lo que tendremos un lugar muy importante en la sociedad basada en la sociedad. - Son el complemento perfecto para lograr la felicidad. - Los valores han aumentado mi autoestima y me han llevado a lograr cosas que desde un punto de vista son casi imposibles. - Porque tanto los valores como las experiencias nos han hecho reflexionar sobre nuestras vidas y madurar y ver que la vida no es fácil. - Ya que la combinación de estas áreas nos hacen mejores personas y al ser mejores personas alcanzamos la felicidad. - Porque por la práctica de los valores nos hemos sentido realizados como personas. - Decimos que somos personas felices porque tenemos lo necesario para vivir, y porque poco a poco estamos construyendo un mejor mañana para nuestros hijos.
<p style="text-align: center;">VIVENCIAL Las experiencias vividas han favorecido el alcanzar la felicidad</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Las enseñanzas que nos deja cada experiencia vivida. - Porque por medio de las experiencias conseguimos la felicidad y con la felicidad es más fácil conseguir nuestras metas. - Se complementan. Tener valores espirituales nos permite tomar decisiones que nos lleva a experiencias óptimas. - Porque gracias a las experiencias adquiridas he aprendido a madurar y llegar a tener momentos felices. - Es el proceso mediante el cual construimos nuestra vida gracias a aquellos valores y experiencias que nos hacen conocer y mejorar nuestras formas de pensar y de actuar. - Porque a través de ellos obtenemos conocimientos que nos sirven para aplicarlos en nuestro diario vivir y así crecer cada día como personas.

<p>MOTIVACIONAL Para alcanzar las metas propuestas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lo importante es estar feliz en la vida para alcanzar las metas, la felicidad está al alcance, si tenemos buenas cosas todo será felicidad, si sólo tenemos fracasos todo será malo. - Porque por medio de los valores espirituales llevamos una vida más agradable para la felicidad. - Porque es el punto o partida fundamental para alcanzar nuestras metas. - Porque ambos aportan a mi desarrollo personal y el logro de mis sueños; hacen parte de lo que soy como persona y lo que puedo brindarle a los demás. - Porque esas experiencias nos hacen crecer y nos incentivan a seguir superándonos en nuestra vida diaria. - Porque a pesar de los problemas e inconvenientes hemos sabido afrontar y saber salir adelante. - Porque ambos aportan a mi desarrollo personal y el logro de mis sueños; hacen parte de lo que soy como persona y lo que puedo brindarle a los demás. - Son motivaciones que nos ayudan a alcanzar lo que queremos para alcanzar nuestra felicidad. - Son experiencias que debemos aplicar en nuestra vida para un mejor futuro. - Porque es el punto o partida fundamental para alcanzar nuestras metas. - Porque sin esto no hubiéramos sido capaces de sostenernos en medio de problemas. - Porque son o hacen parte de nuestra vida y son las que nos enseñan a aprender más de la vida, son las que nos ayudan a afrontamos como personas, todo lo que hoy somos se lo debemos a los valores espirituales y experiencias adquiridas.
--	--

Este análisis permite evidenciar que son los valores espirituales los que llevan a alcanzar experiencias óptimas ya que las mismas se complementan, permitiendo de esta manera haber obtenido momentos de felicidad. Los jóvenes opinan que estos factores son los que conducen a una realización y desarrollo personal, a alcanzar objetivos y metas. De acuerdo a lo anterior se puede concluir que los estudiantes encuentran la felicidad bajo valores establecidos y experiencias satisfactorias que han mantenido a lo largo de su vida.

Graffiti's

- Quality and justice for all people. Bless up give thanks and praise to the almighty jah...
- La felicidad es compartir con la familia, y gozarse la vida sanamente.
- Mi felicidad es única y no se compara con ninguna, me permite mantenerme vivo. Con ella me siento libre.
- Ser feliz.
- Felicidad consiste en alcanzar nues-

tras propias metas.

- SÉ feliz, vive alegremente la vida, así no te "joden" la vida.
- La felicidad es de todos y para todos, vive en armonía.
- La felicidad es lo que nos gusta.
- La felicidad es estar siempre con alguien.
- La felicidad es lo que nos da ganas de seguir adelante.
- La felicidad es un don de Dios
- La forma de pensar y la forma de actuar son.
- El pensamiento y comienzo de la felicidad.
- La vida y la felicidad son una fiesta a la cual todos están invitados.
- La felicidad nunca resulta de las cosas que uno posee, pues siempre van a salir nuevas Cosas. Entonces radica en lo consciente que está uno de su necesidad espiritual.
- Aprovecha cada camino, "vive tu vida al máximo" no hay que arrepentirse de los actos que hagamos, afrontarlos con gran responsabilidad y gozar la vida que

es una sola.

- Porque es la fuerza de mí.
- La felicidad es la fuerza de sentirme bien
- Felicidad es compartir las cosas bellas de la vida con las personas que queremos y amamos.
- Jah rastafarai, king selassie, mi camino son.
- Mi vida y mi felicidad.

De acuerdo con los grafitis elaborados por los jóvenes donde se plasmó el concepto que tenía cada uno sobre la felicidad, se puede evidenciar que existen múltiples respuestas en las que se pone de manifiesto que no hay una unificación del término, cada individuo tiene su propio significado, que va desde el estar con sus familias y seres queridos, cumplir sus metas, amar a Dios, independientemente de la religión o cultura, hasta una mirada desde adentro del individuo, la reflexión y de sus valores espirituales. El eje de la felicidad está enmarcado dentro del entorno de cada uno, bajo los vínculos establecidos por sus pares. En general, es notable la ausencia de entes materialistas, la felicidad suele ser un término dirigido a un estado de bienestar, de compañía, de la alegría, un estado que aunque esté en algún momento causado por asuntos de estabilidad laboral o económica, lo que da el sentido a esta palabra suele ser algo más trascendental y humano.

DISCUSIÓN

La fundamentación teórica y los datos recaudados mediante la aplicación del instrumento seleccionado demostraron, que los valores espirituales para alcanzar la felicidad en los jóvenes son las bases fundamentales en el desarrollo personal e integral de un ser humano.

De la misma manera, el análisis de los resultados permitió señalar que la gran mayoría de los estudiantes de las carreras técnicas viven y cuentan con el apoyo de sus padres y familias para alcanzar la autorrealización de sus proyectos.

Las experiencias de vida son los factores que han generado actitudes positivas y óptimas en los estudiantes, para lograr sus metas propuestas, tanto a nivel personal como profesional, por medio de los valores espirituales la vida es agradable para todas las personas y contribuyen a la felicidad.

Los estudiantes cuentan con una formación de valores espirituales los cuales identifican y fortalecen su crecimiento personal y profesional, lo cual les permite alcanzar la felicidad y la construcción de su autorrealización en las actividades cumplidas en su diario vivir y con el aporte que les da su entorno. Además han establecido a lo largo de su vida la relación entre los valores espirituales con las experiencias óptimas, guiados así por el camino hacia la felicidad.

El instrumento tomado para este trabajo de investigación, muestra ser el más apropiado para la recolección de la información, ya que le permitió a los estudiantes de primer semestre explorar dentro de su ser para dar las respuestas formuladas en el coloquio y al finalizar reflexionar sobre sus vidas y formularse propósitos a mediano y largo plazo.

Al explorar y analizar el proceso de autorrealización de los estudiantes de primer semestre de la FUP para alcanzar la felicidad, se puede resaltar que es el eje fundamental del estudio, ya que a partir de éste proyectan su futuro, y le imprimen una importancia suprema a la



buena educación para ser personas y de allí en adelante poder suplir no sólo necesidades básicas sino realizar sus sueños y aspiraciones.

Por otro lado, los estudiantes piensan que sería bueno terminar su carrera para que se abran nuevas oportunidades laborales que tienen mucho que ver con la calidad de vida de ellos mismos y sus familias, en su expresión se evidencian las intenciones de alcanzar sus metas.

Al analizar cada uno de los talleres realizados con los jóvenes de las carreras técnicas, se puede justificar el cumplimiento de la misión de la Fundación Universitaria Panamericana en donde se estipula que un factor primordial para el desarrollo personal y profesional de los estudiantes es la formación humana que les permite a lo largo de su carrera proyectar cada una de sus metas en proyectos de vida.

La felicidad para los jóvenes que fueron muestra en la presente investigación, está constituida bajo fuertes vínculos y lazos afectivos, la familia es el eje fundamental y el motor que mueve parte de este proceso. Las diferentes dificultades que bien podrían entorpecer esta búsqueda, suelen por el contrario ser un aliciente para permanecer bajo la idea de encontrar momentos de bienestar, alegría, tranquilidad y felicidad.

A partir de los coloquios realizados con los estudiantes se observó que no correspondía encasillar los valores que les han influenciado para alcanzar la felicidad, en valores espirituales; ya que los jóvenes no identifican cuáles valores hacen parte esta categorización; por lo tanto, tienden a nombrarlos sin algún tipo de distanciamiento; lo que determina que el clasificar la escala valorativa

planteada por diferentes teóricos, no es tomada en cuenta para establecer en este caso los valores espirituales, sino que la población que participó forma una misma línea valorativa que corresponde al proceso vivido en el marco de su autorrealización.

Para los estudiantes las experiencias óptimas y los valores espirituales se complementan, lo que proporciona encontrar plenitud y satisfacción, asociando así estos factores en verdadera felicidad. Los valores espirituales recobran importancia en cuanto se consideran que son guía y orientación conducente a alcanzar experiencias óptimas que posibilitan la consecución de logros y metas propuestas. Un camino que les permite lograr su proyecto de vida.

Las experiencias óptimas en la vida de los jóvenes estudiantes las constituyen todas aquellas vivencias que les han facilitado bienestar, como el acompañamiento de sus familias a lo largo de su vida, el apoyo que estas mismas han brindado, el ayudar y colaborar con sus familiares, hacen parte de hechos importantes que se destacan; además nombran experiencias de superación personal, siendo la académica la principal, aquí está el haber concluido satisfactoriamente sus estudios secundarios, el estar en la universidad; y como proyección, culminar sus estudios universitarios, adquirir estabilidad económica y conformar una familia.

Se puede afirmar entonces que se lograron los objetivos propuestos: la relación entre la dimensión espiritual y los valores que la constituyen son base para lograr la autorrealización de los estudiantes para alcanzar su felicidad; se identificaron los valores espirituales, se permitió el reconocimiento de los fac-

tores que han generado experiencias positivas y óptimas y así establecer la estrecha relación entre los valores espirituales, con la búsqueda de la felicidad de los estudiantes.

Después de analizados los resultados de los coloquios pedagógicos, considerando al maestro “mediador entre el conocimiento y la formación de la persona” el despliegue de los resultados redundaría en beneficio de cimentar una pedagogía de la felicidad, dado que esta población vulnerable frente a los sucesos difíciles de su cultura y sociedad, requiere de una formación humanista por excelencia.

Tomar conciencia como docentes que el desarrollo de los procesos cognitivos se ve beneficiado por la intervención del maestro desde un modelo humanista centrado en el estudiante, lo que corresponde a la misión de la Fundación Universitaria Panamericana y que permite al estudiante “el uso del conocimiento para el cambio”.

Mantener la orientación de la Cátedra Panamericana, que aborda temas propios de la formación humana.

Continuar profundizando en la investigación con temas que complementen la

presente, como:

El auto-concepto, la autorrealización.

- La educación personalizante.
- Relacionamiento afectivo de los estudiantes.
- Proyecto de vida.

La investigación tiene una proyección hasta el último semestre de las carreras técnicas, con el fin de medir las mismas variables y conocer cómo la vida universitaria y todos sus actores se han comportado y han contribuido al cambio, comparando este estudio con uno que se podría denominar de “salida”, lo que daría a la Universidad insumos para la reflexión del modelo pedagógico a seguir en el plan curricular. De la misma manera, una reflexión sobre la necesidad de abrir espacios fuera de la academia donde el estudiante sea tenido en cuenta como ser humano y se le brinden alternativas para su formación personal, como es el propósito del programa de mentorías, las electivas de formación humana, los programas de bienestar de manera articulada.

El tener un modelo pedagógico claro, con políticas que direccionen los procesos de aprender-aprender de manera significativa en cada encuentro pedagógico, será siempre un espacio de crecimiento y relacionamiento personal.

REFERENCIAS

Carratalá Teruel, Fernando. (2008). El coloquio en el aula. Planificación y desarrollo. En: http://www.lengua.profes.net/archivo2.asp?id_contenido=29187

Fromm, Eric. (1973). El credo de un humanista. El humanismo como utopía real. Foros de filosofía. En: psiconet.org/Fromm/humanismo.htm

Maslow, Abraham. (1970). Citado por DAVINOFF, Linda. Introducción a la psicología. México: Mc Graw Hill. 2002. pp. 324-325

Seligman, Martin. (2003). La auténtica felicidad. México: Ediciones B. pp. 428

Valenzuela González, Jaime Ricardo. Citado por Agudelo, Sonia et al. (2006). Motivación de las culturas juveniles. Universidad Javeriana. Bogotá. En: <http://www.ruv.itesm.mx/ege/cie/ponencias/valenzuela/Pon2vale.htm>

