

Desarrollo personal en estudiantes universitarios Análisis del Programa Forma Tu ser en estudiantes universitarios
Personal Development in University Students Analysis of the "Form Your Being" Program in University Students

Xavier Muñoz Astudillo & Heidi Anaí Bojorque Torres

DIMENSIÓN CIENTÍFICA

Enero - junio, V°7 - N°1; 2026

Recibido: 20-02-2026

Aceptado: 23-02-2026

Publicado: 26-02-2026

PAIS

- Ecuador, Cuenca
- Ecuador, Cuenca

INSTITUCION

- Universidad del Azuay
- Universidad del Azuay

CORREO:

- ✉ xmuno@uazuay.edu.ec
- ✉ heidi.bojorque@es.uazuay.ec

ORCID:

- 🌐 <https://orcid.org/0009-0007-6842-508X>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0002-8903-6167>

FORMATO DE CITA APA.

Muñoz, X. & Bojorque, H. (2026). Desarrollo personal en estudiantes universitarios Análisis del Programa Forma Tu ser en estudiantes universitarios. *Revista G-ner@ndo*, V°7 (N°1). Pág. 2221 – 2241.

Resumen

El presente artículo examina la relevancia del desarrollo personal en el contexto de la formación integral universitaria, con especial énfasis en la dimensión del saber ser y su articulación con los ejes psicosociales, emocionales y éticos que configuran la experiencia formativa del estudiante. En un escenario educativo marcado por transformaciones sociales, culturales y tecnológicas, la educación superior enfrenta el desafío de formar profesionales competentes que, además de dominar conocimientos técnicos, desarrollen una identidad personal sólida, capacidades socioemocionales y valores éticos que orienten su desempeño académico, profesional y ciudadano. En una primera fase, el estudio aborda los principales fundamentos teóricos del desarrollo personal en la educación universitaria que destacan la importancia del bienestar, la autoconciencia, la resiliencia y la mentalidad de crecimiento como componentes esenciales del aprendizaje significativo. Posteriormente, se analiza de manera específica el programa institucional Forma Tu Ser de la Universidad del Azuay, sistematizando la experiencia acumulada con estudiantes de primer año durante el periodo 2017-2024. La investigación se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo y descriptivo, a partir del análisis de encuestas aplicadas a los estudiantes participantes, con el propósito de evaluar la percepción de beneficio del programa, los niveles de satisfacción personal, académica y familiar, así como su contribución a la integración y adaptación grupal. El estudio se fundamenta en la premisa de que el crecimiento humano constituye un componente intrínseco de la formación académica y del liderazgo integral. Los resultados aportan evidencia relevante para la gestión.

Palabras clave: Desarrollo personal, Educación Superior, Bienestar estudiantil, Universidad del Azuay, Programa Forma Tu Ser, Liderazgo integral.

Abstract

This article examines the relevance of personal development within the context of comprehensive university education, with special emphasis on the dimension of being and its articulation with the psychosocial, emotional, and ethical axes that shape the student's educational experience. In an educational landscape marked by social, cultural, and technological transformations, higher education faces the challenge of training competent professionals who, in addition to mastering technical knowledge, develop a solid personal identity, socio-emotional skills, and ethical values that guide their academic, professional, and civic performance. In the first phase, the study addresses the main theoretical foundations of personal development in university education, integrating contributions from international organizations and classic and contemporary authors who highlight the importance of well-being, self-awareness, resilience, and a growth mindset as essential components of meaningful learning. Subsequently, the institutional program "Forma Tu Ser" (Shape Your Being) at the University of Azuay is specifically analyzed, systematizing the experience accumulated with first-year students during the period 2017–2024. The research employs a quantitative and descriptive approach, based on the analysis of surveys administered to participating students. The purpose of these surveys is to evaluate their perceived benefits of the program, their levels of personal, academic, and family satisfaction, and its contribution to group integration and adaptation. The study is grounded in the premise that human development is an intrinsic component of academic excellence and holistic leadership. The results provide relevant evidence for management.

Keywords: Personal development, Higher education, Student well-being, University of Azuay, Forma Tu Ser program, Integral leadership.

Introducción

En el escenario contemporáneo de la educación superior, la formación universitaria atraviesa un cambio de paradigma impulsado por las demandas de una sociedad globalizada y tecnológicamente avanzada (Barrios et al., 2026). Si bien durante décadas el éxito educativo se midió primordialmente a través de la adquisición de competencias cognitivas y técnicas —el "saber conocer" y el "saber hacer"—, el contexto actual exige una mirada más profunda hacia la dimensión humana del estudiante. Según el informe más reciente de la UNESCO (2021), la educación debe ser el motor de un nuevo contrato social que no solo prepare profesionales productivos, sino individuos capaces de dotar de sentido a sus vidas y actuar con responsabilidad ética.

Esta dimensión, conceptualizada como el "saber ser", representa el núcleo del desarrollo personal en la etapa universitaria. No obstante, el tránsito por la universidad coincide con lo que Arnett (2016) denomina "adultez emergente", un periodo crítico de exploración de la identidad donde el joven se enfrenta a una vulnerabilidad emocional significativa y a una presión académica sin precedentes. Investigaciones actuales demuestran que el rendimiento académico no depende exclusivamente de la capacidad intelectual, sino de una compleja sinergia entre la autogestión emocional, la resiliencia y el bienestar físico (Durlak et al., 2020; Walker, 2021).

A pesar de su importancia, el desarrollo personal ha sido frecuentemente relegado al currículo oculto o a intervenciones clínicas aisladas, dejando un vacío en la formación integral que las instituciones deben atender de manera estratégica. En respuesta a este desafío, surge la necesidad de implementar y evaluar programas sistemáticos que promuevan habilidades socioemocionales, mentalidad de crecimiento y valores éticos (Ramírez et al., 2023).

Bajo este contexto, el presente artículo tiene como objetivo Analizar el impacto del programa de desarrollo personal Forma Tu Ser en el desarrollo personal, académico, familiar y social de los estudiantes universitarios de primer año de la Universidad del Azuay, durante el periodo 2017–2024, a partir de la percepción de beneficio, niveles de satisfacción e integración grupal, como parte de la formación integral universitaria.

El "Saber Ser"

El Informe Delors de la UNESCO (1996), La educación encierra un tesoro, estableció los fundamentos de la educación para el siglo XXI a través de cuatro pilares. Si bien los tres primeros aprender a conocer (competencias cognitivas), a hacer (competencias procedimentales) y a convivir (competencias sociales) han sido integrados en los currículos académicos, el cuarto pilar, aprender a ser, ha permanecido a menudo en la periferia del sistema formal. Este pilar implica el desarrollo de la propia personalidad, la autonomía de juicio y la responsabilidad individual (Cristi et al., 2023).

En la actualidad, esta visión se ha actualizado mediante el informe de la UNESCO (2021), Reimaginar juntos nuestros futuros, que subraya que la educación no solo debe transmitir conocimientos, sino fortalecer la capacidad de los estudiantes para dar sentido a sus vidas y actuar con ética en un mundo incierto (Hernández et al., 2025).

A diferencia de los saberes técnicos que se trabajan estratégicamente en el aula, el "saber ser" suele ser relegado a servicios de apoyo psicológico o charlas preventivas, en lo que Pawelski (2017) denomina un "enfoque clínico tradicional" que se centra en la carencia y no en el florecimiento humano. Sin embargo, la universidad contemporánea tiene la responsabilidad de ir más allá de la formación técnica para fomentar una identidad basada en valores (Arcos, 2024).

En este sentido, el "saber ser" universitario se define como la integración de habilidades intra e interpersonales. Según la OCDE (2021), estas "habilidades para el progreso social" (empatía, autogestión y resiliencia) son hoy tan críticas como las competencias digitales. Al promover valores como la integridad, la honestidad y la solidaridad, se facilita no solo el bienestar individual, sino la construcción de un tejido social más equitativo (UNESCO-IESALC, 2022).

Desarrollo personal y educación universitaria

El desarrollo personal constituye un proceso continuo de crecimiento, aprendizaje y maduración que acompaña a la persona a lo largo de su vida. Este proceso implica la búsqueda y el descubrimiento de la identidad propia, así como la comprensión de los valores, fortalezas y áreas de mejora (Mendoza, 2022). En el contexto universitario, el desarrollo personal adquiere especial relevancia, dado que los estudiantes enfrentan desafíos y oportunidades que marcan una etapa crucial de su formación integral (Martins & Figueroa, 2020)

De acuerdo con Erikson (1968), los jóvenes adultos transitan la etapa denominada intimidad frente a la confusión de roles, en la cual exploran diferentes identidades y roles sociales con el fin de encontrar su lugar en el mundo y establecer relaciones significativas. En este sentido, el desarrollo personal se convierte en un factor fundamental para la resolución de la crisis de identidad y la construcción de una base sólida para el crecimiento futuro (Escobar & Botero, 2021).

La autoconciencia se reconoce como un elemento clave en este proceso. Conocerse a sí mismo implica comprender las emociones, creencias, valores y objetivos personales, Goleman (1995), en su obra *Inteligencia emocional*, subraya la importancia de la autoconciencia emocional como condición necesaria para la toma de decisiones

conscientes y el establecimiento de relaciones saludables. Asimismo, la autorreflexión constituye otra habilidad esencial, pues permite evaluar el propio comportamiento, identificar áreas de mejora y establecer metas realistas. Dewey (1933), en *Cómo pensamos*, sostiene que la reflexión profunda favorece la resolución de problemas, la toma de decisiones informadas y el desarrollo de una mentalidad crítica.

Desarrollo personal y el éxito académico

El desarrollo personal y el éxito académico están estrechamente vinculados en la vida universitaria. Durante este período, los estudiantes enfrentan desafíos intelectuales y adquieren conocimientos y habilidades que constituyen la base de su futuro profesional. Fomentar el desarrollo académico y personal resulta esencial para el crecimiento integral (Huacac, 2024).

El establecimiento de metas claras es un aspecto fundamental. Locke y Latham (1990) sostienen que la fijación de objetivos desafiantes y alcanzables incrementa la motivación y el rendimiento académico. Asimismo, el desarrollo de habilidades de estudio efectivas —como la gestión del tiempo, la organización, la lectura crítica y la preparación para exámenes— resulta indispensable. Oakley y Sejnowski (2018), en *Aprendiendo a aprender*, destacan que optimizar las estrategias de estudio contribuye al aprendizaje profundo y al desarrollo personal.

La mentalidad de crecimiento también desempeña un papel crucial. Dweck (2006) argumenta que los estudiantes con esta disposición interpretan los desafíos como oportunidades de aprendizaje y muestran mayor resiliencia frente a la adversidad. En el ámbito profesional, el Foro Económico Mundial (2020) enfatiza que las habilidades blandas, como la inteligencia emocional y la adaptabilidad, son cada vez más valoradas, lo que

refuerza la necesidad de integrar el desarrollo personal con la formación académica y profesional.

Desarrollo emocional y social

El desarrollo emocional y social constituye un eje central en la vida universitaria, dado que los estudiantes establecen relaciones interpersonales, enfrentan desafíos emocionales y aprenden a gestionar sus emociones de manera saludable. Way et al. (2013) evidencian que las relaciones sociales positivas en la universidad se asocian con mayor bienestar emocional y académico.

La empatía, como habilidad social esencial, permite comprender y compartir los sentimientos de los demás, favoreciendo la construcción de vínculos significativos (Apaza et al., 2025). Asimismo, la gestión del estrés y la resiliencia resulta indispensable. Brooks y Goldstein (2018), en *El poder de la resiliencia*, proponen estrategias prácticas para afrontar la ansiedad y fortalecer la capacidad de recuperación emocional.

Las instituciones educativas desempeñan un papel clave al ofrecer programas de apoyo psicológico, talleres de desarrollo personal y espacios de convivencia que fomentan la interacción social y el bienestar integral.

Desarrollo físico y bienestar

El bienestar físico constituye un componente esencial del desarrollo personal universitario. Adoptar hábitos saludables —alimentación equilibrada, ejercicio regular y descanso adecuado— favorece tanto el rendimiento académico como la salud mental. Wiley et al. (2013) señalan que la nutrición adecuada impacta positivamente en el funcionamiento cognitivo, mientras que Craft et al. (2019) destacan los beneficios del ejercicio físico en la reducción del estrés y la mejora del estado de ánimo.

La estructuración de rutinas que integren actividad física, descanso y tiempo libre resulta fundamental para evitar el agotamiento. Las instituciones educativas, al promover programas de salud y proporcionar instalaciones deportivas, contribuyen al fortalecimiento del bienestar integral (Vargas Granda, 2021).

Desarrollo ético y valores

El desarrollo ético y la formación de valores constituyen pilares del crecimiento personal universitario. La universidad, como espacio de diversidad cultural e intelectual, ofrece oportunidades para reflexionar sobre principios morales y ampliar la comprensión del mundo. Kohlberg (1971) sostiene que los estudiantes universitarios se ubican en la etapa de razonamiento moral post-convencional, guiada por principios universales de justicia.

La educación en valores, tanto en el currículo académico como en actividades extracurriculares, fomenta la responsabilidad social y la participación comunitaria. Asimismo, la ética profesional resulta indispensable para enfrentar dilemas en el ámbito laboral y tomar decisiones responsables. La formación en ética aplicada proporciona herramientas para actuar con integridad en contextos complejos (Flores et al., 2023).

Análisis del programa de desarrollo personal Forma Tu Ser en la Universidad del Azuay

Programa Forma Tu Ser

El programa Forma Tu Ser constituye una propuesta de desarrollo personal, interpersonal y grupal dirigida a estudiantes de primer año que ingresan a las diferentes carreras ofertadas por la Universidad del Azuay. Sus objetivos principales son:

- Generar espacios de reflexión y autoconocimiento que contribuyan al fortalecimiento de la valoración personal y a la definición de metas futuras.
- Facilitar el proceso de adaptación universitaria, tanto en el ámbito personal como en el académico.
- Potenciar habilidades y destrezas, de acuerdo con las capacidades y conocimientos de los estudiantes, para que puedan desarrollarlas y aplicarlas en su vida cotidiana.

Este programa se implementa desde el año 2017 y se mantiene vigente hasta la actualidad. Su modalidad contempla dos momentos: uno inicial, al comienzo del ciclo académico, y otro al finalizarlo. En cada etapa se desarrollan talleres centrados en el crecimiento personal y el liderazgo. Los contenidos abordados incluyen: autoestima, juventud y liderazgo, relaciones humanas y trabajo en equipo, género e identidad.

Un componente esencial del programa es el aspecto recreativo, que se materializa en dinámicas interactivas orientadas a promover la integración entre los estudiantes mediante actividades lúdicas, deportivas y ejercicios grupales. Estas prácticas buscan favorecer la cohesión, la participación activa y el fortalecimiento de vínculos interpersonales en el contexto universitario.

Métodos y Materiales

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y descriptivo, orientado al análisis del impacto del programa de desarrollo personal Forma Tu Ser en estudiantes universitarios de primer año de la Universidad del Azuay. Asimismo, el estudio adopta una perspectiva longitudinal de tipo retrospectiva, al sistematizar y comparar información recopilada durante el periodo comprendido entre los

años 2017 y 2024, lo que permitió identificar tendencias y variaciones en la percepción estudiantil a lo largo del tiempo.

El carácter descriptivo del diseño se justifica por el interés en examinar la valoración, el nivel de satisfacción y la percepción de beneficio del programa en distintas dimensiones del desarrollo personal, sin manipular deliberadamente las variables objeto de estudio.

La población de estudio estuvo conformada por estudiantes de primer año de las diferentes carreras ofertadas por la Universidad del Azuay que participaron en el programa Forma Tu Ser durante el periodo 2017–2024. La muestra corresponde a un muestreo no probabilístico de tipo censal, dado que se consideraron todas las respuestas válidas registradas en cada uno de los años analizados.

El tamaño muestral varió según el año académico, en función del número de estudiantes participantes y del total de encuestas respondidas, alcanzando un volumen global significativo que permitió realizar análisis descriptivos confiables y comparaciones temporales entre cohortes anuales.

El procedimiento de recolección de datos se desarrolló de manera sistemática al cierre de cada ciclo académico en el que se implementó el programa Forma Tu Ser. Los estudiantes fueron invitados a completar la encuesta de forma voluntaria, garantizando la confidencialidad de la información y el anonimato de las respuestas.

Los datos recopilados fueron organizados y consolidados en bases de datos anuales, las cuales fueron posteriormente sistematizadas y analizadas en el marco de la tesis de grado de la estudiante de Psicología Clínica Heidy Bojorque, constituyendo la fuente principal de información para el presente estudio (Bojorque, 2025).

El análisis de los datos se realizó mediante estadística descriptiva, empleando el cálculo de frecuencias absolutas y porcentajes para cada una de las variables analizadas. Los resultados se organizaron en tablas comparativas por año, lo que permitió identificar patrones, tendencias y variaciones en la percepción de los estudiantes a lo largo del periodo de estudio.

Análisis de resultados

A continuación, se presentan los hallazgos de la investigación. En primera instancia, se incluyen tablas que muestran de manera precisa los porcentajes obtenidos en cada una de las variables analizadas.

Percepción de beneficio del programa Forma Tu Ser

Pregunta 1. ¿Consideras que la propuesta del proyecto Forma Tu Ser fue beneficiosa para ti?

Tabla 1. *Percepción de beneficio del programa Forma Tu Ser en estudiantes universitarios (2017–2024)*

Año	Si	%	No	%	Total
2017	272	87,18	40	12,82	312
2018	627	86,96	94	13,04	721
2019	417	88,91	52	11,09	469
2020	646	86,40	102	13,60	748
2022	434	88,21	58	11,79	492
2023	676	93,50	47	6,50	723
2024	74	83,15	15	16,85	89

Nota. Los porcentajes se calcularon sobre el total de respuestas de cada año

Los datos evidencian que la mayoría de los estudiantes, en todos los años analizados, consideran que el programa fue beneficioso. Se observa una tendencia de aceptación constante superior al 80%, con un punto máximo en 2023, donde más del 90%

de los participantes valoraron positivamente la propuesta. En 2024 se registra una ligera disminución, aunque la percepción general continúa siendo mayoritariamente favorable.

Satisfacción personal

Pregunta 2. ¿Cuál fue el aporte del proyecto forma tu ser en tu desempeño a nivel personal, académico o familiar? Selecciona entre alto, medio o bajo. [Personal].

Tabla 2. Nivel de satisfacción personal de los estudiantes participantes en el programa Forma Tu Ser (2017–2024).

Año	Alto	Medio	Bajo
2017	60,7	26,5	12,9
2018	44,5	48	7,4
2019	51	41,4	7,7
2020	44	47,9	8,2
2022	41,3	48	10,8
2023	55,9	40,4	3,7
2024	32,6	59,6	7,9

Nota. Los porcentajes se calcularon sobre el total de respuestas anuales

En 2017 predominó el nivel alto (60,7%), mientras que en 2024 la categoría media fue mayoritaria (59,6%). Esto sugiere que, aunque la satisfacción personal se mantiene en niveles favorables, existe una tendencia hacia valores intermedios en los últimos años.

Satisfacción académica

Pregunta 3. ¿Cuál fue el aporte del proyecto forma tu ser en tu desempeño a nivel personal, académico o familiar? Selecciona entre alto, medio o bajo. [Académica].

Tabla 3. Nivel de satisfacción académica de los estudiantes participantes en el programa Forma Tu Ser (2017–2024).

Año	Alto	Medio	Bajo
2017	26,1	50,7	23,2
2018	35,8	54,4	9,8
2019	41,4	50,3	8,3
2020	35,0	11,0	54,0
2022	32,1	56,1	11,8
2023	44,4	48,3	7,6
2024	32,6	60,7	6,7

Nota. Los porcentajes se calcularon sobre el total de respuestas anuales

La categoría media fue la más representativa en la mayoría de los años. En 2019 y 2023 se alcanzaron los valores más altos en la categoría “Alto” (41,4% y 44,4%). En 2020 se observa un caso atípico, con predominio del nivel bajo (54%). En general, la satisfacción académica se mantiene en niveles favorables, aunque con variaciones entre los años.

Satisfacción familiar

Pregunta 4. ¿Cuál fue el aporte del “Proyecto de vida” en tu desempeño a nivel personal, académico o familiar? Selecciona entre alto, medio o bajo. [Familiar]

Tabla 4. Nivel de satisfacción familiar de los estudiantes participantes en el programa Forma Tu Ser (2017–2024)

Año	Alto	Medio	Bajo
2017	13,2	23,2	63,6
2018	40,2	47,4	12,3
2019	44,8	40,9	14,3
2020	39,3	13,0	47,7
2022	26,4	39,8	33,5
2023	35,0	47,6	17,4
2024	28,1	51,7	20,2

Nota. Los porcentajes se calcularon sobre el total de respuestas anuales.

En 2017 predominó el nivel bajo (63,6%). En 2018 y 2019 aumentaron los niveles alto y medio, alcanzando 40,2% y 44,8% en la categoría “Alto”. En 2020 se presenta un caso atípico con predominio del nivel bajo (47,7%). En 2024 la categoría media fue la más representativa (51,7%). En conjunto, la satisfacción familiar muestra variaciones, pero se observa una tendencia hacia niveles intermedios y altos en los últimos años.

Desarrollar una discusión de resultados y conclusiones con estilo académico amplia, clara y sistemática

Pregunta 4. ¿Cómo valorarías tu experiencia con el proyecto forma tu ser?

Tabla 5. Nivel de satisfacción general de los estudiantes con el programa Forma Tu Ser (2017–2024)

Año	Satisfactoria	Medianamente satisfactoria	Insatisfactoria	Total
2017	45,5	51,0	3,5	312
2018	50,9	45,4	3,7	721
2019	62	34	4	469
2020	50,8	44,8	4,4	748
2022	56,2	40,8	3	492
2023	81,6	17,3	1,1	723
2024	53,9	44,9	1,2	89

Nota. Los porcentajes corresponden al grado de satisfacción reportado por los estudiantes en cada año; se calcularon sobre el total de respuestas anuales.

La Tabla 5 muestra los niveles de satisfacción de los estudiantes con el programa. En la mayoría de los años, la proporción de estudiantes que calificó el programa como satisfactorio o medianamente satisfactorio fue mayoritaria, mientras que los porcentajes de insatisfacción se mantuvieron bajos (entre 1,1% y 4,4%). Destaca el año 2023, con un incremento significativo en la satisfacción alta (81,6%). En términos generales, estos resultados reflejan que los estudiantes valoran positivamente el programa, con una tendencia creciente hacia la satisfacción plena en los últimos años.

Pregunta 5. En la integración y adaptación del grupo, consideras que el proyecto aportó de forma:

Tabla 6. Valoración del aporte del programa Forma Tu Ser en la integración y adaptación grupal de los estudiantes (2017–2024)

Año	Satisfactoria	Medianamente satisfactoria	Insatisfactoria
2017	54	44	2
2018	57,5	38	4,5
2019	67	30	3
2020	56,9	38,3	4,8
2022	55,2	41,5	3,3
2023	74,4	23,9	1,7
2024	53,9	39,3	6,8

Nota. Los porcentajes corresponden a la valoración de los estudiantes sobre el aporte del proyecto en la integración y adaptación grupal, calculados sobre el total de respuestas anuales.

La Tabla 6 evidencia que, en todos los años, la mayoría de los estudiantes calificó el aporte del programa como satisfactorio o medianamente satisfactorio. Los valores más altos se registraron en 2019 (67% satisfactoria) y 2023 (74,4% satisfactoria), lo que refleja un impacto particularmente positivo en esos periodos. Los porcentajes de insatisfacción se mantuvieron bajos, entre 1,7% y 6,8%, lo que confirma que el programa contribuye de manera consistente a la integración y adaptación grupal, aunque con leves variaciones entre los distintos años.

Discusión

Los resultados obtenidos permiten realizar un análisis integral del impacto del programa Forma Tu Ser en los estudiantes de primer año de la Universidad del Azuay. En términos generales, los hallazgos muestran una valoración positiva y sostenida del programa, con tendencias crecientes hacia la satisfacción plena y la percepción de beneficios en distintas dimensiones de la vida estudiantil.

En primer lugar, la percepción de beneficio del programa se mantiene consistentemente alta, con porcentajes superiores al 80% en todos los años analizados y un punto máximo en 2023, donde más del 90% de los participantes lo consideraron beneficioso. Este hallazgo confirma la pertinencia del programa como estrategia institucional de acompañamiento en la transición hacia la vida universitaria.

En cuanto a la satisfacción personal, los resultados reflejan niveles favorables, aunque con variaciones. En los primeros años predominó la categoría “Alto”, mientras que en los últimos periodos se observa un desplazamiento hacia la categoría “Medio”. Este cambio puede interpretarse como una estabilización de la percepción estudiantil, lo que sugiere la necesidad de reforzar aspectos organizativos del programa, como horarios, días de asistencia y número de horas, tal como señalaron los facilitadores en los grupos focales.

Respecto a la satisfacción académica, la categoría “Medio” fue la más representativa en la mayoría de los años, con picos en 2019 y 2023 que reflejan un impacto más significativo. El caso atípico de 2020, con predominio del nivel “Bajo”, puede explicarse por el contexto de la pandemia de COVID-19, que afectó la dinámica universitaria y limitó la efectividad de las actividades presenciales. En general, los resultados sugieren que el programa contribuye de manera moderada al desempeño académico, aunque con potencial de mejora mediante una mayor articulación con las demandas curriculares.

En el ámbito familiar, los resultados muestran mayor variabilidad. En 2017 predominó la percepción negativa, mientras que en años posteriores se observa un incremento en las categorías “Medio” y “Alto”. Esto evidencia un efecto indirecto del programa en la dinámica familiar, aunque se recomienda incluir actividades que vinculen explícitamente la gestión de relaciones familiares para potenciar este impacto.

Los datos sobre satisfacción general (Tabla 5) refuerzan la valoración positiva del programa, con porcentajes de insatisfacción bajos (entre 1,1% y 4,4%) y un aumento significativo de la satisfacción alta en 2023 (81,6%). Este resultado confirma que los estudiantes no solo perciben beneficios, sino que también experimentan un nivel creciente de satisfacción plena con la propuesta.

Finalmente, los resultados sobre integración y adaptación grupal (Tabla 6) muestran que la mayoría de los estudiantes calificó el aporte del programa como satisfactorio o medianamente satisfactorio, con valores máximos en 2019 (67%) y 2023 (74,4%). Los porcentajes de insatisfacción se mantuvieron bajos, lo que indica que el programa contribuye de manera consistente a la cohesión y adaptación grupal, favoreciendo la construcción de vínculos y el sentido de pertenencia en la comunidad universitaria.

Conclusiones

Impacto positivo sostenido. El programa Forma Tu Ser ha sido valorado como beneficioso por la mayoría de los estudiantes en todos los años analizados, con porcentajes superiores al 80%. Este resultado confirma su relevancia como estrategia institucional de apoyo al proceso de adaptación universitaria.

Satisfacción personal favorable, pero en transición. Aunque la satisfacción personal se mantiene en niveles positivos, se observa una tendencia hacia valores intermedios en los últimos años. Esto sugiere la necesidad de reforzar ciertas áreas y considerar aspectos de su ejecución, como horarios, días de asistencia y número de horas. Los grupos focales señalaron la importancia de una mayor organización y comunicación para mejorar la asistencia.

Contribución académica moderada. La satisfacción académica se ubica principalmente en la categoría "Medio", con picos en 2019 y 2023 que reflejan un impacto más significativo. Se recomienda fortalecer la articulación entre los contenidos del programa y las demandas académicas de los estudiantes, con el fin de potenciar su efecto en el rendimiento universitario.

Variabilidad en el ámbito familiar. Los resultados muestran una evolución positiva en la percepción del impacto familiar, pasando de niveles bajos en 2017 a niveles intermedios y altos en años recientes. Esto evidencia un efecto indirecto del programa en la dinámica familiar, aunque se sugiere incluir actividades que vinculen explícitamente la gestión de relaciones familiares.

Satisfacción general creciente. Los niveles de satisfacción con el programa se mantienen altos, con porcentajes de insatisfacción bajos y un incremento notable en 2023

(81,6% satisfacción alta). Esto confirma que los estudiantes valoran cada vez más la propuesta, consolidándola como una experiencia significativa en su formación universitaria.

Integración y adaptación grupal positiva. El programa contribuye de manera consistente a la cohesión y adaptación grupal, con valores máximos en 2019 y 2023. Estos resultados evidencian que Forma Tu Ser favorece la construcción de vínculos interpersonales y el sentido de pertenencia, aspectos fundamentales en la vida universitaria.

Necesidad de ajustes contextuales. El caso atípico de 2020 refleja la influencia de factores externos como la pandemia, lo que subraya la importancia de diseñar estrategias flexibles que permitan mantener la efectividad del programa en contextos adversos.

Relevancia institucional y proyección internacional. El programa Forma Tu Ser se consolida como una práctica innovadora y necesaria en la Universidad del Azuay, al promover el desarrollo integral de los estudiantes y contribuir a su adaptación en la vida universitaria. Además, constituye un referente para universidades a nivel global, al resaltar la importancia del trabajo personal, interior y grupal. La experiencia generada puede ser observada, estudiada y replicada, adaptándose a los estilos y necesidades de otras instituciones universitarias.

Referencias bibliográficas

- Apaza, J. Z., Castillo, M. J. C., Jove, N. E. V., & Rojas, O. M. D. (2025). Factores motivacionales para el logro de aprendizajes: Una revisión sistemática. Repositorio CIDE Ecuador. <https://repositorio.cidecuador.org/jspui/handle/123456789/3528>
- Arcos, A. A. V. (2024). El rol de los proyectos de desarrollo social y comunitario en la formación de los estudiantes universitarios: Revisión sistemática. *Latam: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(6), 27.
- Arnett, J. J. (2016). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Barrios Sánchez, F., Muñoz Zea, J. K., Balladares Pacco, C., & Carazas Durand, C. R. (2026). Autoeficacia académica en estudiantes: Una revisión sistemática. *Revista InveCom*, 6(1). https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2739-00632026000103012
- Brooks, R., & Goldstein, S. (2018b). *The power of resilience: Achieving balance, confidence, and personal strength in your life*. McGraw-Hill.
- Bojorque, H. (2025). Análisis de la evolución de los resultados del programa de desarrollo personal Forma Tu Ser en estudiantes de primer año.
- Craft, L. L., et al. (2019). Exercise effects on mental health. *Journal of Sport and Health Science*, 8(1), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2018.09.002>
- Cristi-González, R., Mella-Huenul, Y., Fuentealba-Ortiz, C., Soto-Salcedo, A., & García-Hormazábal, R. (2023). Competencias docentes para el aprendizaje profundo en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 22(50), 28–46.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro: Informe para la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI*. Santillana; UNESCO.
- Dewey, J. (1933). *How we think: A restatement of the relation of reflective thinking to the educative process*. D. C. Heath and Company.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Escobar, G. A. T., & Botero, L. (2021). Factores asociados al compromiso académico en universitarios de carreras virtuales: Revisión de las principales teorías e
-

instrumentos. *Panorama*, 15(28), 4.

Flores, E. C. C., Ordinola, E. A. V., Avalos, M. M. S., Llerena, S. L. S., & Tirado, V. S. D. M. (2023). La psicología positiva y la autoconfianza o autoconcepto de los estudiantes universitarios: Revisión sistemática de la literatura. *Revista de la Universidad del Zulia*, 14(40), 440–464.

Foro Económico Mundial. (2020). The future of jobs report. World Economic Forum. <https://www.weforum.org/reports/the-future-of-jobs-report-2020>

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Hernandez-Aparcana, J. Y., Zuñiga, L. D., & Rodríguez, J. I. (2025). El bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios: Una revisión narrativa. *Ciencias Pedagógicas*, 18(1), 18–31.

Huacac, C. R. M. (2024). Factores determinantes de la satisfacción académica del estudiante de ciencias de la salud: Una revisión bibliográfica. *ACC CIETNA: Revista de la Escuela de Enfermería*, 11(2), e1040.

Kohlberg, L. (1971). *Stages of moral development*. Harper & Row.

Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Prentice Hall.

Martins, M. D. S., & Figueroa-Ángel, M. (2020). Estilos de vida de los estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Motricidades: Revista da Sociedade de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana*, 4(3), 297–310.

Mendoza, C. E. R. (2022). Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes universitarios: Revisión sistemática. *UNACIENCIA: Revista de Estudios e Investigaciones*, 15(28), 63–82.

Oakley, B., & Sejnowski, T. (2018). *Aprendiendo a aprender*. Paidós.

OCDE. (2021). *Beyond academic learning: First results from the survey on social and emotional skills*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/9211651f-en>

Pawelski, J. O. (2017). The positive humanities: Culture and human flourishing. En J. P. Forgas & R. F. Baumeister (Eds.), *The social psychology of living well* (pp. 219–236). Routledge.

Ramírez Enríquez, S. I., Quintana Arroyo, P., & Barrón Luján, J. C. (2023). Bienestar psicológico, global y por dimensión, en universitarios mexicanos: Revisión sistemática. *Psicumex*, 13. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-59362023000100111&script=sci_arttext

UNESCO. (2021). *Reimaginar juntos nuestros futuros: Un nuevo contrato social para la educación*. UNESCO.

UNESCO-IESALC. (2022). *El derecho a la educación superior: Una perspectiva de*

justicia social. UNESCO-IESALC.

Vargas Granda, S. M. (2021). Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Conrado*, 17(82), 387–394.

Walker, M. (2017). *Why we sleep: Unlocking the power of sleep and dreams*. Simon & Schuster.

Way, N., Reddy, R., & Rhodes, J. (2013). Social relationships and academic outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(9), 1463–1477. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9940-8>

Wiley, J., et al. (2013). Nutrition and cognitive performance. *Nutrition Reviews*, 71(9), 587–601. <https://doi.org/10.1111/nure.12065>
