

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y  
HUMANIDADES



La formación espiritual en el proyecto de vida en estudiantes  
adolescentes

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA  
ESPECIALIDAD EN FILOSOFÍA Y RELIGIÓN

AUTORES

Maribel Morales Nima

Yuri Yubitza Camacho Siancas

ASESORA

Gissella Ana Flores Apaza

Lima, Perú

2025

## METADATOS COMPLEMENTARIOS

### Datos de los Autores

#### Autor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

#### Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

#### Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

#### Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

---

### Datos de los Asesores

#### Asesor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

#### Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

### Datos del Jurado

#### Presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

#### Segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

#### Tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

### Datos de la Obra

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

**\*Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**



**UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
SEDES SAPIENTIAE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES**

**REVISIÓN DEL TRABAJO ACADÉMICO**

**SEGUNDA ESPECIALIDAD EN FILOSOFÍA Y RELIGIÓN**

**ACTA N° 573**

Siendo las 09:30 a.m. del día 11 de abril de 2026, se inició el proceso de evaluación del Trabajo Académico de las egresadas CAMACHO SIANCAS, YURI YUBITZA Y MORALES NIMA, MARIBEL, cuyo título es *“La formación espiritual en el proyecto de vida en estudiantes adolescentes”* para optar el Título de Segunda Especialidad en Filosofía y Religión.

Habiendo concluido los pasos establecidos según el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae para la modalidad de Trabajo Académico, el Jurado Calificador a horas 10:30 a.m. le dio el calificativo de:

**APROBADO**

Es todo cuanto se tiene que informar.

Juan Carlos Ancajima Timaná



Gissela Ana Flores Apaza

Betty Del Rocio Alvarez Cano

Los Olivos, 11 de abril de 2026

**Anexo 2**

**CARTA DE CONFORMIDAD DE LA ASESOR(A) DEL TRABAJO ACADÉMICO  
CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO**

Ciudad, Lima 27 de septiembre de 2025

Señor.

Mg. Yolanda Chávez Salhuana

Coordinadora del Programa de Segunda Especialidad

Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades

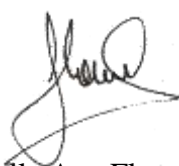
Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que el trabajo académico, bajo mi asesoría, con título: ***“La formación espiritual en el proyecto de vida en estudiantes adolescentes”***, presentado por *Maribel Morales Nima* (código de estudiante 2024102084 y DNI 05642838) y *Yuri Yubitza Camacho Siancas* (código de estudiante 2024102078 y DNI 42006347) para optar por el título profesional de LA SEGUNDA ESPECIALIDAD EN FILOSOFIA Y RELIGIÓN ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 18 %** (poner el valor del porcentaje). \* Por tanto, en mi condición de asesora, firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted.

Atentamente,



Gissella Ana Flores Apaza

DNI N° 09976837

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6199-5203>

Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades

\* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

## ÍNDICE

Índice de tablas	4
Dedicatoria	5
Agradecimiento	6
Resumen	7
Abstract	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
1.1	11
1.2 Pregunta de investigación	14
1.3 Objetivo de investigación	14
1.4 Justificación de la investigación	15
<i>1.4.1 Justificación teórica</i>	15
<i>1.4.2 Relevancia social</i>	15
CAPÍTULO II: APROXIMACIÓN TEMÁTICA	16
2.1 Antecedentes	16
<i>2.1.1 Antecedentes internacionales</i>	16
<i>2.1.2 Antecedentes nacionales</i>	19

	3
2.2 Aproximación teórica	22
2.2.1 <i>Espiritualidad, nociones básicas</i>	22
2.2.2 <i>Elementos de la formación espiritual</i>	25
2.2.3 <i>La formación espiritual en la adolescencia</i> .....	29
2.2.4 <i>El proyecto de vida en la adolescencia</i> .....	30
2.2.5 <i>Influencia de la formación espiritualidad en el proyecto de vida</i>	31
2.3 Análisis crítico	34
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA</b>	40
3.1 Tipo de investigación	40
3.2 Nivel de investigación	40
3.3 Estrategias de búsqueda de información	41
3.4 42	
3.4.1. <i>Criterios de inclusión</i>	42
3.4.2. <i>Criterios de exclusión</i>	42
<b>CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	48
4.1 Conclusiones	48
4.2 Recomendaciones	49
Referencias bibliográficas	50

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Análisis comparativo	34
<b>Tabla 2</b> La fe en la paz	43
<b>Tabla 3</b> La espiritualidad desde la clase de ERE	43
<b>Tabla 4</b> El proyecto de vida como competencia básica	44
<b>Tabla 5</b> Actividades de formación espiritual	44
<b>Tabla 6</b> Fundamentos de la oración	45
<b>Tabla 7</b> Situación espiritual y social	45
<b>Tabla 8</b> Aportes de la catequesis de confirmación a la formación espiritual cristiana	45
<b>Tabla 9</b> Propuesta de proyecto de vida	46
<b>Tabla 10</b> La formación espiritual del adolescente	46
<b>Tabla 11</b> La espiritualidad como resiliencia en adolescentes	46

**Dedicatoria**

A nuestra querida familia, razón de felicidad, y a nuestros maestros, que nos han acompañado en este año, inspirándonos a seguir cultivando la vida espiritual y profesional.

### **Agradecimiento**

A Dios, ya que nos ha dotado de inteligencia y sabiduría,  
y ha inspirado esta noble vocación de ser maestras.

A nuestras familias, que nos motivan constantemente; en  
momentos en que los desafíos son mayores, nos han dado  
aliento y confianza.

A nuestros asesores, por habernos guiado con sabiduría,  
exigencia y profesionalismo en el proceso que ha  
implicado el desarrollo de este trabajo.

## Resumen

Este trabajo académico se centra en la formación espiritual en el proyecto de vida de los adolescentes. Frente a la necesidad de acompañar a los adolescentes en esta etapa de su desarrollo como persona, a la búsqueda de significado y sentido, de aprendizaje de valores éticos y morales, se hace urgente establecer una conexión con lo trascendental que esté en consonancia con sus objetivos personales y profesionales, así como cultivar una identidad sólida. Esta investigación tiene como objetivo comprender cómo influye la formación espiritual en el proyecto de vida de los estudiantes, ya que enriquece las dimensiones constitutivas para un desarrollo integral. En cuanto a la metodología, se desarrolla con el enfoque cualitativo, de tipo básico y nivel descriptivo. Se emplean herramientas bibliográficas diversas. Se concluye que formar en la espiritualidad no solo significa formarse en la fe, significa desarrollar en el adolescente empatía, compasión, solidaridad, responsabilidad, conciencia moral y ética frente a la vida y a la dignidad de las personas; es decir, la espiritualidad fortalece el sentido humano y capacita al adolescente para vivir su vida con sentido pleno y contribuir al bien común.

Palabras clave: Proyecto de vida, Formación espiritual, Adolescente, educación, Valores.

## **Abstract**

This academic work focuses on spiritual formation in the life plans of adolescents. Given the need to support adolescents in this stage of their personal development, in their search for meaning and purpose, and in their learning of ethical and moral values, it is urgent to establish a connection with the transcendent that is in line with their personal and professional goals, as well as to cultivate a solid identity. This research aims to understand how spiritual formation influences students' life plans, thus enriching the constitutive dimensions of their personal development for holistic development. The methodology is developed using a qualitative, basic, and descriptive approach. Various bibliographic tools are used. Finally, it is concluded that formation in spirituality does not only mean formation in faith; it also means developing in adolescents empathy, compassion, solidarity, responsibility, and moral and ethical conscience regarding life and the dignity of persons. In other words, spirituality strengthens the human sense and enables adolescents to live their lives with full meaning and contribute to the common good.

**Keywords:** Life project, Spiritual formation, Adolescent, Education, Values

## INTRODUCCIÓN

Este estudio tiene como objetivo comprender cómo influye la formación espiritual en el proyecto de vida de los estudiantes. Frente a los cambios propios de su edad, el encontrar sentido a la vida y los principios éticos y morales, se hace necesario el desarrollo de una conexión con lo trascendente en armonía con las metas personales y profesionales, así como el desarrollo de una identidad sólida. En este estudio, se entiende la espiritualidad como una dimensión fundamental que permite el desarrollo integral del ser y le permite encontrar sentido a la vida y proyectarse al futuro. En tal sentido, el proyecto de vida, concebido como el llamado a una vocación, se cimenta sobre la base de los valores del Evangelio.

Esta investigación parte de la necesidad de orientar a estudiantes adolescentes, quienes, frente a sus incertidumbres, desafíos, anhelos, deseos por conocer y vivir nuevas experiencias, no siempre encuentran la debida orientación en el ámbito familiar y escolar. En el ámbito escolar, es importante el acompañamiento en los procesos del adolescente para desarrollar sus capacidades que le permitan consolidar de manera responsable el proyecto de vida deseado. De esta necesidad, parte el interés por profundizar en la trascendencia de la vida espiritual y su incidencia en el proyecto de vida de los adolescentes, ya que requieren de valores y comportamientos encaminados hacia la experiencia de Dios y búsqueda de su plan sobre la vida.

Este estudio académico se desarrolla desde la metodología con enfoque cualitativo, de tipo básico y nivel descriptivo. Para su desarrollo, se realizó la revisión correspondiente de literatura científica, empleando diversos gestores bibliográficos y estrategias de indagación de datos teniendo en cuenta criterios de exclusión.

El presente estudio de investigación consta de cuatro capítulos. En el primer capítulo, se aborda el planteamiento del problema, la pregunta, el objetivo de la investigación, así como la justificación teórica y la relevancia para la sociedad. El segundo capítulo desarrolla los antecedentes nacionales, internacionales, la aproximación temática y el análisis crítico. El tercer capítulo presenta el tipo de estudio, el nivel de investigación, las estrategias de búsqueda de los criterios de inclusión y exclusión; asimismo, se presenta la bitácora. El cuarto capítulo expone las conclusiones del estudio y las recomendaciones. Finalmente, se da cuenta de las referencias bibliográficas de los textos empleados en la investigación.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1 Descripción del problema**

En la sociedad actual, los adolescentes y jóvenes enfrentan diversos desafíos relacionados con la construcción de su identidad, la adquisición de valores, la toma de decisiones, la definición de metas y aspiraciones que influyen en la construcción de un proyecto de vida. La adolescencia es una etapa de cambios y transiciones con repercusión en la vida futura del adolescente; no obstante, la gran mayoría de los jóvenes y adolescentes, en diversos contextos, carece de un acompañamiento integral que oriente su desarrollo académico, profesional, así como su crecimiento ético y espiritual.

La formación espiritual se entiende como un proceso mediante el cual la persona adquiere la facultad para cuestionarse por el sentido de la vida, observar la realidad de manera objetiva, conectar con lo trascendente y, desde allí, construir su proyecto de vida (Rentería, 2019). Sin embargo, en el contexto social moderno, la dimensión espiritual tiende a ser relegada frente a otros aspectos de desarrollo humano. Esta situación podría provocar falta de propósito o vacío existencial en el adolescente o desorientación para proyectar su propia vida.

Por lo tanto, frente a la problemática antes descrita, surge la necesidad de investigar cómo influye la formación espiritual en el proyecto de vida de los adolescentes. Al mismo tiempo, surgen otros cuestionamientos que permiten ahondar en el estudio, como qué papel cumple la formación espiritual en la construcción del proyecto de vida de los adolescentes, cómo perciben los adolescentes la vida espiritual

y la formación en ella, y cómo puede promoverse este tipo de formación en las escuelas, la familia, y en otros entornos de la sociedad.

En el ámbito internacional, Morales *et al.* (2020) investigan en torno al bienestar psicológico de los adolescentes que enfrentan diversos desafíos tanto emocionales como existenciales en un contexto social moderno. Los autores intentan establecer una relación entre espiritualidad, satisfacción con la vida y resiliencia en los adolescentes como elementos fundamentales en su desarrollo personal y social.

Por su parte, Díaz-Garay *et al.* (2020) abordan la problemática del proyecto de vida. Aunque se considera como un elemento fundamental para el desarrollo integral del adolescente, no siempre las escuelas trabajan de forma eficiente en su construcción, siendo escasas las estrategias que el adolescente necesita, lo que les dificulta el desarrollo de una percepción sólida de sí mismo y su proyección del futuro. Así, se resta capacidad para afrontar los retos y desafíos. En tal sentido, es importante precisar la importancia del ámbito escolar en el planteamiento de un proyecto de vida personal, puesto que, desde un punto de vista más amplio, la formación escolar ha de trascender la simple transmisión de conocimientos para formar personas íntegras, capaces de interactuar y contribuir en la comunidad social. En este sentido, de acuerdo al proyecto de vida, se actúa como un elemento clave en el desarrollo integral de los estudiantes y se considera fundamental el rol de la escuela en la proyección del futuro de los educandos.

Por su parte, Santacruz (2022) centra su problemática en la integración consciente de la espiritualidad en la etapa de la adolescencia, y resalta como esencial conocer de qué manera los adolescentes viven y comprenden la importancia de unir la

espiritualidad a la dimensión humana. Indica que la adolescencia es una etapa que implica crecimiento biológico y, a su vez, propicia el ejercicio de la autorreflexión que permite afrontar y asumir su futuro responsablemente y configurar su identidad.

Para Brizuela *et al.* (2021), la problemática relacionada con la vida espiritual en los adolescentes se relaciona con el poco o escaso trabajo en el desarrollo de una formación orientada a la participación y vivencia de la espiritualidad en la adolescencia. De acuerdo con este autor, la toma de decisiones, la claridad en los objetivos, la formación de valores y la adopción de comportamientos saludables durante la adolescencia pueden derivar de una sólida vida espiritual; sin embargo, no se promueve la participación activa de los adolescentes, limitándose la posibilidad de que puedan construir un proyecto de vida con solidez y significado.

En el contexto nacional, Baeza (2022) señala que la vida espiritual desempeña un rol significativo en la búsqueda de la identidad, durante la etapa de los jóvenes y adolescente; sin embargo, este aspecto religioso o espiritual no siempre es reconocido ni integrado en los procesos y espacios formativos de estos jóvenes en la sociedad. Existe poca valoración o reconocimiento del rol decisivo de la espiritualidad en los procesos psicológicos y sociales, y en la construcción del propio yo.

Iriarte-Pupo *et al.* (2021) consideran que la dimensión espiritual no siempre es asumida, comprendida ni integrada de manera adecuada en los procesos formativos que se desarrollan en la etapa de la adolescencia, aun cuando la espiritualidad tiene efectos positivos para el adolescente en su formación integral, y en la construcción de un proyecto de vida con sentido. Destacan la importancia de comprender la inteligencia espiritual como parte fundamental de la formación de la adolescencia.

Salazar (2022) identifica la crisis de sentido como problemática en la vida de muchos adolescentes de la sociedad contemporánea, la cual tendría origen en la falta de orientación para la construcción de su proyecto de vida. Al carecer, el adolescente podría sentir el vacío existencial y adoptar conductas dañinas que afectarían su desarrollo integral. Resalta la importancia y necesidad del proyecto de vida basado o construido sobre la dignidad humana y los valores de la libertad, la responsabilidad y sentido de trascendencia.

Tolentino (2024) estudia la problemática en torno a los desafíos emocionales y existenciales por lo que atraviesan los jóvenes actualmente. Describe cómo los adolescentes atraviesan esta etapa de su desarrollo vulnerables a los diversos peligros que existen en la sociedad, como la droga, alcohol, ludopatía que provocan profundos trastornos en la personalidad de los adolescentes, lo cual termina generando vacío existencial y, lo que es más grave aún, el suicidio. Frente a esta problemática, recupera la importancia de trabajar el factor espiritual en los procesos de construcción de proyectos de vida en la delicada etapa de la adolescencia, como un elemento fundamental para fortalecer la resiliencia frente a las adversidades.

### **1.2 Pregunta de investigación**

¿Cómo influye la formación espiritual en el proyecto de vida de los estudiantes adolescentes?

### **1.3 Objetivo de investigación**

Analizar la influencia de la formación espiritual en el proyecto de vida de los estudiantes.

## **1.4 Justificación de la investigación**

### ***1.4.1 Justificación teórica***

Lo que pretende esta investigación es establecer los fundamentos teóricos mediante fuentes actualizadas provenientes de libros, trabajos de investigación y documentos eclesiales que ayudan a fortalecer y profundizar en los conocimientos sobre formación espiritual que ayudará al joven a descubrir el sentido de su vida, cultivar su espiritualidad y sentimientos de paz, amor, perdón desde su experiencia con Cristo. Todo ello debe estar reflejado en un plan de vida cimentado en las enseñanzas de Jesús. Este estudio pretende ser un antecedente para investigaciones venideras que vayan en la línea con el tema y el propósito que aquí se desarrolla.

### ***1.4.2 Relevancia social***

La relevancia del presente estudio es que pretende brindar aportes con respecto a la condición de los estudiantes que viven en tensión constante frente a diversos escenarios de violencia, depresión, soledad, poco sentido de la vida e inestabilidad familiar que muchas veces se expresa en la poca empatía ante el dolor del otro.

Es importante que el joven en la sociedad construya su proyecto de vida desde sus propios cuestionamientos, valores, capacidades. De manera que, proyectarse al futuro, sabiendo de dónde viene y hacia dónde quiere ir, qué quiere construir y para qué, va a ser fundamental en su vida. La base para este proyecto de vida será la formación espiritual como camino de madurez y de seguimiento de Cristo.

## CAPÍTULO II: APROXIMACIÓN TEMÁTICA

### 2.1 Antecedentes

#### 2.1.1 *Antecedentes internacionales*

Santacruz (2022), en su artículo titulado “Situación espiritual y social: base para construir un proyecto de vida en la adolescencia”, tuvo como principal objetivo caracterizar la situación espiritual y social de los jóvenes de la Institución Educativa Municipal Pedagógico (IEMP) de la ciudad de Pasto respecto de sí mismos, hacia los demás y hacia la creación, y explicar cómo su visión de la espiritualidad influye en la construcción de su proyecto de vida. Para el desarrollo de estudio, el autor optó por la investigación metodológica cualitativa con enfoque hermenéutico por medio de la investigación acción participativa, aplicando instrumentos como matrices de lectura, observación y entrevista. Sostiene que para ciertos jóvenes la espiritualidad representa un factor positivo, puesto que una persona con espiritualidad apunta a ser mejor; asimismo, atravesar la adolescencia con acompañamiento espiritual favorece, de manera significativa, su desarrollo y orientación de la propia vida. Las conclusiones reflejan que la percepción de lo espiritual se ha visto debilitada, en gran medida, a causa de la ausencia de coherencia en el entorno familia y comunitario, afectando la experiencia vivencial de la persona, necesaria para valorar los aportes espirituales, motivo por el cual los adolescentes optan por el vacío espiritual, impidiéndose el encuentro consigo mismos, con los demás y la creación. Finalmente, se resalta que conocer la situación espiritual y social ayudará en el desarrollo y realización personal de los jóvenes.

Díaz-Garay *et al.* (2020), en su artículo de investigación “El proyecto de vida como competencia básica en la formación integral de estudiantes de educación media”, tuvieron como objetivo principal hacer un análisis de la influencia de los elementos educativos en el proyecto de vida en los estudiantes de enseñanza media. Utilizaron un enfoque mixto, analizando variables cualitativas y cuantitativas. Sostienen que la realización de un plan de vida en los adolescentes resulta significativo al generar responsabilidad frente a las decisiones que tomarán y que serán vitales, y conocer sus fortalezas y debilidades. Asimismo, resalta que los aprendizajes, destrezas y habilidades son necesarias para formar a la persona, integrando todas sus dimensiones. Las conclusiones presentan lo fundamental: es poner en acción iniciativas para promover el diálogo y alianzas en la comunidad a fin de que los adolescentes puedan plantearse procesos asertivos y constructivos frente a sus proyectos de vida. Es necesario implementar acciones que faciliten acuerdos entre los miembros de la comunidad que lleven a los jóvenes a iniciar procesos asertivos de construcción de sus proyectos de vida.

Sanabria (2022), en su tesis *Aportes de la catequesis de confirmación a la formación espiritual cristiana en los jóvenes de 14 y 16 años de la parroquia San Pablo Apóstol de Pueblo Nuevo, La Esperanza, norte de Santander*, para optar el título de licenciatura en Teología en la Universidad Santo Tomás, tuvo como principal objetivo abordar, desde la parte pedagógica, el dinamismo del sacramento de la confirmación para formar en los jóvenes la reflexión crítica frente a la sociedad desde su ser de cristianos y puedan influir positivamente en diferentes aspectos de su vida. Utilizando una metodología con enfoque cualitativo interpretativo, aplicó instrumentos de

investigación como la encuesta y entrevista en grupos focales a un grupo de 50 jóvenes en preparación para el sacramento de la confirmación con la finalidad de determinar las estrategias pedagógicas que se deben desarrollar en la catequesis para obtener como resultado la formación espiritual cristiana en los jóvenes. El autor propone una formación que abraque aspectos doctrinales, morales y espirituales, así como establecer relaciones sociales asertivas y comprometerse con la justicia y la solidaridad. Asimismo, resalta la impronta por acompañar a los adolescentes a vivenciar la fe de manera vivencial y no solo teórica. Una de las conclusiones de la tesis es que tanto la catequesis, entendida como pedagogía, como la formación espiritual se encuentran ligadas, brindando los elementos necesarios para asegurar una sólida formación espiritual. Asimismo, la catequesis encamina al joven hacia una espiritualidad con elementos para afrontar con valentía las dificultades, superarlas y ser agente de cambio en su entorno.

Chamorro y Coral (2024), en su informe final de investigación titulado *Incidencia de la familia en la formación espiritual de los estudiantes del grado 6, 8 y 11 de las Instituciones Educativas Nuestra Señora de las Lajas (Ipiales) y de Nuestra Señora de Fátima (Sandóná)*, para optar al título de magíster en Pedagogía en la Universidad Mariana, tuvo como principal objetivo comprender la incidencia de la familia en la formación espiritual de los estudiantes del grado 6, 8 y 11 de las instituciones educativas. Empleó una metodología con el paradigma cualitativo con enfoque hermenéutico, bajo un tipo de investigación interpretativo- comprensivo. Las autoras sostienen que el ser humano posee la naturaleza espiritual, lo que lo lleva a sentir la necesidad de cuestionarse y formularse preguntas fundamentales.

Considerando todo cuanto abarca la vida espiritual y su crecimiento, se relaciona con la noción de inteligencia espiritual que permite vislumbrar la vida desde una perspectiva significativa, permitiendo afrontar el sufrimiento y acrecentar la conciencia, fortalecer y resolver las dificultades de forma más eficaz, desde la comprensión y empatía, autocontrol emocional y la capacidad de reaccionar ante determinados acontecimientos de la vida. Entre sus conclusiones, señalan que la espiritualidad se compone de varias características como la resiliencia, el discernimiento, el perdón, la reconciliación y la conversión, ya que están ligadas estrechamente al sentido espiritual de la vida franciscana. Por ende, el espíritu está marcado por una esencia sólida, que contribuye a la formación humana.

### ***2.1.2 Antecedentes nacionales***

Vela y Cáceres (2019), en su artículo de investigación titulado “Educación superior en los proyectos de vida de estudiantes en Arequipa, Perú”, tuvo como objetivo comprender cómo se construyen los proyectos de vida de los estudiantes jóvenes y adultos de algunos centros de educación básica alternativa y cómo estudiar en la educación superior forma parte de esas decisiones de vida. La metodología de estudio se estableció en un nivel descriptivo con enfoque cualitativo con el método sesiones en profundidad o grupos focales. Entre sus aportes, señalan que el proyecto de vida está vinculado a un enfoque integrador vinculado relacionado con el desarrollo de la experiencia y la praxis individual y colectiva. De este modo, se presenta como una condición de alta complejidad que forma parte de la personalidad alineada a las orientaciones que le proporcionan sentido esencial a la vida y se visibilizan a través de metas parciales. Concluyen que los escolares perciben el proyecto de vida como un

itinerario con un rumbo definido con anticipación a partir de la salud, trabajo, educación y familia; además, son conscientes de los desafíos como la gestión del tiempo, el equilibrio entre estudio y trabajo, vencer los miedos y la contradicción entre suerte y destino.

Bobadilla (2021), en su tesis titulada *Satisfacción con la vida y espiritualidad en universitarios de una universidad privada de Lima*, para optar por el título profesional de licenciado en Psicología en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, tuvo como objetivo relacionar la espiritualidad con la satisfacción con la vida. Desarrolló su investigación desde una metodología no experimental, transversal, con diseño correlacional no causal para analizar el nivel de relación entre satisfacción con la vida y espiritualidad. Como aporte de la investigación, señala que las personas con una espiritualidad desarrollada tienen mayor empatía, generosidad y muestran poco interés por el poder, suelen descubrir el significado y la razón de su existencia. Concluye que, cuanto más alto es el nivel de satisfacción con la propia vida, se produce un mayor incremento en la espiritualidad. Por lo tanto, la espiritualidad sería un factor protector, porque favorece la experiencia positiva y saludable en el ámbito estudiantil.

Tolentino (2024), en su trabajo académico titulado *La espiritualidad como resiliencia en adolescentes*, para optar el título de segunda especialidad en Filosofía y Religión, en la Universidad Católica Sede Sapientiae, tuvo como objetivo general develar el significado de la espiritualidad como resiliencia en los adolescentes. Utilizó una metodología de tipo básica con nivel descriptivo. Entre sus aportes señala que la práctica espiritual contribuye al desarrollo de una mayor habilidad para el autocontrol y la regulación del equilibrio de las emociones, así como de sus dimensiones físicas y

psicológicas. Desde esta mirada, se considera que la vida natural y humana está conectada al yo superior. La espiritualidad engloba dos capacidades fundamentales que favorece a los estudiantes a superar exitosamente dificultades propias de la etapa de la adolescencia, estas son: la razón y su esencia personal. Concluye que, en los estudiantes adolescentes, el ejercicio de valores de índole espiritual, pone de manifiesto la resiliencia cimentada en la experiencia de fe en Dios. Mediante la experiencia religiosa muestran su vínculo con la divinidad, así como la procura del sentido de la existencia orientados por la espiritualidad. Así, guía la conducta conforme a principios y normas que reflejan una estrecha relación entre espiritualidad y resiliencia.

Calcina (2024), en su tesis titulada *Resiliencia y proyecto de la vida en adolescentes escolares*, para optar por el título profesional de licenciada en Psicología en la Universidad Católica de Santa María, tuvo como objetivo determinar la relación entre la resiliencia y proyecto de vida en adolescentes de 13 a 17 años. Desarrolló una investigación de tipo correlacional desde un enfoque cuantitativo sin experimento alguno. Entre sus aportes está que cada adolescente tiene características particulares; por eso, cada proyecto de vida sea único. No obstante, el sentido de la vida se va a redefinir y evolucionar a lo largo del tiempo. En este proceso, ejerce influencia las metas personales del adolescente determinadas por el entorno inmediato en el que vive. Asimismo, señala que la capacidad de resiliencia representa una forma de ser inteligente, ya que el sujeto está capacitado para solucionar, mover y ubicarse frente a una problemática que se presenta en su existencia, según las estrechas limitantes vitales existentes en los contextos de una circunstancia determinada derivada en el recuento histórico derivado de los aprendizajes para el logro de objetivos. En las conclusiones,

sostiene que se determinó una correlación positiva significativa entre la resiliencia y el nivel de planificación de proyecto de vida de las participantes. Esto significaría que, a mayor resiliencia, mejoraría la planificación del proyecto de vida.

## **2.2 aproximación teórica**

En la formación integral de la persona, resulta importante la formación espiritual. El influjo de este tipo de formación sobre el proyecto de vida es tema de interés y se ha abordado en diversos contextos y tipos de estudio. En este apartado, se desarrollan las nociones de formación espiritual y proyecto de vida. Asimismo, se intenta establecer una relación entre ellas, teniendo como base una bibliografía actual tanto del ámbito nacional como internacional.

### **2.2.1 *Espiritualidad, nociones básicas***

Una noción sobre el concepto de espiritualidad lo señala Contreras (2020). Para este autor, la espiritualidad es una característica inherente al ser humano, que surge desde lo más profundo de su ser y actúa como un motor que impulsa todas las demás facetas de su vida; además, ha sido considerada como una forma única de crecimiento personal atravesando, de manera integral, toda la vida humana. Es decir, se estima como elemento esencial en la formación completa de la persona, de manera que no es posible excluirla del proceso formativo de la persona; por el contrario, se presenta como un pilar fundamental que fortalece la personalidad humana.

Es importante comprender la espiritualidad como un aspecto del comportamiento de la persona que no necesariamente está ligada a la religión ni le es exclusiva, sino que es propia de todo ser humano en cualquier tiempo y cultura y la desarrolla en su ámbito; se relaciona con la biología propia del hombre y con la

construcción de sus inteligencias múltiples y sus diversas habilidades. La espiritualidad otorga al ser humano la facultad para cuestionarse por el sentido de la vida, observar la realidad con una mirada objetiva y plantearse su proyecto de vida. De allí que la espiritualidad se identifica con la búsqueda de valores trascendentes como el perdón, la comprensión de la historia personal, el desarrollo de la fortaleza, la confianza, la esperanza y la compasión (Rentería, 2019).

Según Sanabria (2022), la espiritualidad no ha de entenderse solo desde el aspecto religioso, sino en un sentido más amplio que permita un desarrollo integral del ser. El autor sostiene que la formación espiritual requiere de estímulos externos que incentivan la flexibilidad del individuo en su desarrollo, ayudándolo a reconocerse como parte del mundo y a identificarse como tal. Dichas provocaciones externas deben enfocarse en esta flexibilidad de manera propositiva, no impositiva, con el objetivo de despertar la conciencia y avanzar en la formación espiritual.

Para Camargo (2021), es fundamental entender la espiritualidad como una forma de vida coherente con los valores evangélicos. La espiritualidad motiva a las personas a practicar valores relacionados con la caridad y el servicio a los más humildes. El crecimiento espiritual en los adolescentes debe promover valores que los incentiven al servicio en la comunidad. Eso les permite poner a disposición de los demás sus dones, construyendo relaciones de amistad y confraternidad. Para ello, es crucial asumir el conjunto de valores que otorgan sentido a la vida y tienen sus raíces en la formación familiar, escolar y eclesial como fundamentos de la espiritualidad.

Desde el punto de vista bíblico, la espiritualidad consiste en dejar que el Espíritu de Dios haga fecunda la vida desde el interior, lo cual exige cierta ascesis que parte de

la conciencia de que es necesario crecer en esta dimensión espiritual y decidir cooperar en ello. En este sentido, el apóstol Pedro exhorta a los cristianos a dar lugar a la gracia divina en amistad con Jesús desde su conocimiento (2Pedro 3, 18). San Pablo, por su parte, recuerda que el espíritu del mal está tentando constantemente en el mundo, por lo que es necesario ser revestidos de la armadura de Dios (1Cor 3, 16-17). Asimismo, afirma que la persona es templo sagrado de Dios y que su Espíritu hace morada en ella (Ef 6, 11-12).

Juan Pablo II (1988), al referirse a los laicos y a la misión que ellos asumen como cristianos en el mundo, señala la importancia de la formación espiritual y la necesidad de conferirle un lugar privilegiado en la vida de la persona que es Iglesia y ciudadano. Se puede entender que la formación espiritual es el pilar de toda la vida humana. La espiritualidad es como un camino integral que abarca el amor, el compromiso y la búsqueda de la verdad. La espiritualidad forja lo que la persona busca ser, no solo desde un sentido individual, sino desde su dimensión comunitaria.

Los padres partícipes en el Concilio Vaticano II conciben la fe, no únicamente como una experiencia espiritual con Dios, sino como una experiencia trascendente que lleva a la persona a la acción concreta por trabajar en el bien común, en la dignidad de la persona humana, así como en la equidad de las relaciones sociales. Sin embargo, este accionar humano no nace espontáneamente, es fruto de una sólida espiritualidad que le permite al cristiano cimentar su vida y su actuar en el mundo sobre los principios del Evangelio como por ejemplo el amor sincero y desinteresado hacia el prójimo (Universidad Pontificia Comillas, 2015).

Los autores citados coinciden en que la espiritualidad es una fuerza vital de crecimiento integral que fomenta el desarrollo de la conciencia, la flexibilidad y la coherencia con los valores inspirados en el espíritu del Evangelio. Es importante considerar que la formación espiritual se moviliza tanto por estímulos internos y externos, como es el contexto familiar, escolar y eclesial, que ayudan a moldear el carácter del individuo y fortalecer su participación en la comunidad. Así, la espiritualidad se erige como un pilar esencial que le permite a la persona desarrollarse de manera plena y conectarse con un propósito trascendente.

Entonces, se puede decir que la vida espiritual emerge como una cualidad esencial del ser humano atravesando todas las dimensiones de su vida y está presente de manera inherente en su desarrollo personal. Aun cuando no está necesariamente ligada a la religión, la espiritualidad se manifiesta en la búsqueda de valores trascendentales permitiendo al individuo cuestionarse sobre el para qué de su existencia y proyectar su vida hacia el futuro.

### ***2.2.2 Elementos de la formación espiritual***

- ***La oración como experiencia de encuentro con lo Dios***

En el proceso de la formación espiritual de los jóvenes, es fundamental pasar por la experiencia de la oración entendida como unión íntima y encuentro profundo con Dios. En Jesús, se puede encontrar el modelo de hombre orante que va forjando su vida espiritual. Desde esa relación estrecha entre Él y el Padre en la oración, se manifiesta su espiritualidad como lo esencial en su vida.

Los Evangelios narran cómo Jesús oraba constantemente y en toda circunstancia a su Padre (Lc 9, 18), buscaba lugares retirados y tranquilos para orar (Mt 14, 23),

hablaba a sus discípulos sobre la necesidad de perseverar en la oración (Lc 11, 1-4), oraba antes de realizar milagros (Jn 11, 41-42), oraba ante la adversidad y en conflicto (Mc 14, 32) (Mt 26, 11) (Lc 4, 3-12), y oraba agradeciendo a Dios (Lc 10,17).

El papa Francisco (2018) define la oración como un acto de confianza que surge del corazón humano que se apertura ante Dios para escuchar su voz suave en medio del silencio. Este silencio que permite discernir las decisiones y las vías de la santidad desde la iluminación del Espíritu Santo. Asimismo, el papa afirma que escuchar al Maestro y aprender de él, desde la oración constante, es sustancial para todo aquel que lo quiera seguir.

La experiencia de oración que vive Jesús se convierte en estímulo y modelo para aquel joven que se inicia en el camino espiritual, sobre todo en tiempos de crisis. Por eso, es importante recordar que la oración no es puro esfuerzo humano; pues, como lo recuerda San Pablo, el Espíritu viene en ayuda de la persona, porque no ella no sabe cómo orar ni qué pedir, pero el Espíritu lo pide con gemidos, sin palabras y clama: “¡Abba, Padre!” (De Granada, 2021).

- ***La meditación de la sagrada escritura como fuente de espiritualidad***

El papa Benedicto XVI (2010) subraya la importancia del acercamiento a las Sagradas Escrituras con actitud orante, considerándolas como un aspecto fundamental en la vida espiritual del creyente, la base de la espiritualidad genuinamente cristiana. Sin embargo, es importante evitar un enfoque individualista, pues la palabra divina fomenta la comunión y une con la verdad mientras se avanza hacia Dios.

Según De Granada (2021), la meditación es una forma de oración. Meditar en la palabra de Dios acerca y fortalece la relación con Él. Reflexionar en torno a sus promesas

y enseñanzas brinda una comprensión más profunda de quién es Dios, fomentando un vínculo más fuerte con Dios. Este proceso lleva a la persona a crecer espiritualmente y profundizar en el significado de las Escrituras.

El ejercicio de meditar en la Sagrada Escritura alcanza sabiduría, discernimiento y grande docilidad al accionar del Espíritu Santo. La meditación, como un modo de oración, tiene el poder de renovar la mente, el corazón y la vida del hombre. Al centrarse en su verdad, los pensamientos se transforman y es posible alinearlos con la búsqueda de Dios.

En la Biblia, se exhorta a vivir meditando en las enseñanzas de Dios, cuidando de seguir todo lo que está escrito. Solo así es posible prosperar y tener éxito en la vida (Jos 1, 8).

- ***El discernimiento espiritual***

Munilla (2024) entiende el discernimiento como la búsqueda de la voluntad de Dios, por lo que discernir es vivir en estado permanente de conversión, un elemento que no se puede perder ni descuidar. Desde un punto de vista antropológico-religioso, recoge la idea del discernimiento como un ejercicio de inteligencia, habilidad y voluntad para aprovechar un momento favorable. Por eso, discernir implica a la persona en su totalidad, y consiste en vislumbrar el plan de divino sobre ella. Según el autor, algunos elementos clave para el discernimiento se relacionan con la oración, entendida como la vida vivida en presencia de Dios, dejándose habitar por Él, el conocimiento de sí mismo conociendo a Dios, el examen de conciencia para observar el recorrido de los sentimientos y pensamientos a lo largo de la jornada, la purificación de los deseos, la desolación y la consolación, y el cuidado vigilante.

### 2.2.3 La formación espiritual en la adolescencia

Los adolescentes experimentan diversos cambios en esta difícil etapa. Comienzan a construir su identidad y a definirse a sí mismo. Sería una contribución significativa, en la formación de su proyecto de vida, aprovechar la adolescencia como una etapa de exploración, cambios y reinterpretación de sus emociones, intereses y percepciones para orientarlos hacia un proceso de madurez espiritual, donde desarrollen el autoconocimiento y el autocontrol (Santacruz, 2022).

Conforme con Llanos (2023), la formación espiritual puede considerarse como el desarrollo del carácter, especialmente cuando se realiza bajo la ayuda del Espíritu, siendo el único camino para que el creyente vivir su vida de manera satisfactoria; no obstante, esto implica receptividad frente al obrar de Dios que moldea internamente. Para este autor, la formación espiritual implica la construcción de la vida basándose en un conocimiento profundo de Dios alineado con los principios personales, lo cual da sentido a la vida del adolescente y le permite participar en la comunidad eclesial.

El papa Francisco (2019) recuerda que la juventud, más que búsqueda de placeres pasajeros y de éxitos superficiales, debe ser una etapa y un tiempo de darse generosa y sinceramente, de sacrificios que hacen la vida fecunda. Asimismo, recuerda los relatos de los Evangelios en los que se nos presenta a Jesús en plena adolescencia, regresando de Jerusalén después de haberse quedado en el templo, discutiendo con los maestros de la ley. Se narra también que “Jesús iba creciendo en gracia delante de Dios y de los hombres” (Lc 41, 51). Explica, el santo padre, que Jesús también desarrolló un crecimiento espiritual, pues la gracia que habitaba en Él era relativa a su edad y una plenitud que crecía de la mano con su edad.

Entendida así la etapa de la adolescencia, es necesario acompañar y guiar al adolescente a crecer en todas sus dimensiones como ser humano y forjar su espiritualidad, desde su particularidad. Esto le permitirá construir su proyecto de vida en sintonía con sus valores y con los principios propios de una espiritualidad centrada en la persona de Jesús.

#### **2.2.4 El proyecto de vida en la adolescencia**

Díaz-Garay *et al.* (2020) entienden por proyecto de vida al sentido que el individuo le confiere a su existencia y que, a su vez, es formado a través de las interacciones socioculturales en su contexto. Es esencial que los adolescentes, a partir de un proyecto de vida, logren tomar sus propias decisiones con responsabilidad, teniendo en cuenta sus fortalezas y sus debilidades. En este sentido, tanto la escuela como la familia, se presentan como escenarios propicios para estimular el desarrollo de capacidades, habilidades y valores en esta etapa en la que los adolescentes procesan su identidad personal. Entonces, un proceso de enseñanza-aprendizaje integral se da cuando los agentes que acompañan los procesos formativos realizan un análisis crítico de las necesidades de los estudiantes dentro de su propio contexto social, plantean alternativas que les permitan perfilar su identidad y reconocer sus capacidades y sus habilidades. Carecer de un proyecto de vida conlleva a problemas decisivos en el futuro; por eso, el rol del docente como acompañante es decisivo en la elaboración de estrategias que permitan a los jóvenes pensar el futuro de sus vidas desde un proyecto con sentido.

Por su parte, Santacruz (2022) sostiene que el proyecto de vida favorece la construcción del futuro desde términos reales, es decir, con objetivos y metas precisas y

realizables. Cada persona que desee orientar su vida hacia una realización plena debe iniciar una reflexión interna que le ayude a fortalecer y aclarar los deseos más profundos, ya que estos son los que realmente pueden brindarle la verdadera satisfacción como ser humano. Este proceso no debe alejarse de la conexión con lo divino, sino que debe integrarse en una relación íntima y reconciliada con la espiritualidad, lo que otorga la capacidad de valorar la trascendencia y aprovechar los momentos de dificultad, de los cuales surge un ser humano capaz de aportar al mundo.

Desde una óptica espiritual, el proyecto de vida se entiende como el llamado de Dios a una vocación. La vocación es un camino que guía esfuerzos y acciones hacia el servicio. Para ello, es imprescindible el autoconocimiento para emprender una vocación concreta. En tal sentido, el proyecto de vida se eleva hacia una vocación como respuesta a la llamada de Dios en quien se ha descubierto el propósito de la propia vida. La realización de este proyecto de vida, entendido como vocación, debe vivirse dejándose mirar, tal cual es la persona, por la mirada tierna y amorosa de Dios Padre (Francisco, 2019).

El papa Francisco (2013) reiteradamente resalta el sentido de la vocación e invita a procurar un proyecto de vida en coherencia con el Evangelio. El santo padre, resalta la importancia de la búsqueda del sentido de la vida y el discernimiento de la vocación en la juventud haciendo énfasis en el rol que ejerce la vida espiritual en la toma de decisiones. Entonces, se podría decir que el proyecto de vida es como un faro que orienta e ilumina la vida personal, se construye en base a las proyecciones y aspiraciones que cada persona realiza de sí mismo y se gesta en el hoy. Un proyecto de vida contempla a la persona en todas sus dimensiones, pues todas entran a tallar en Él. No obstante, para

quien ha encontrado sentido a la vida desde la fe, el proyecto de vida trasciende y se asume como vocación y llamada de Dios. En este proceso de construcción de un proyecto de vida es primordial el acompañamiento.

El proyecto de vida está estrechamente vinculado a la dimensión trascendente de la persona, de manera que no es posible apartar las aspiraciones y objetivos personales de ese su fin último que es el encuentro con Dios. Así, la búsqueda de Dios que no acaba, se manifiesta en la interacción con sus semejantes, puesto que la conciencia humana logra su dimensión espiritual al verse como una persona única dentro de un todo y al valorar la diversidad de factores tanto sociales, como económicos, políticos, culturales, afectivos. Es precisamente de esta diversidad de factores que es posible acceder a la trascendencia (Salazar, 2022).

### **2.2.5 Influencia de la formación espiritualidad en el proyecto de vida**

Entre la espiritualidad y el proyecto de vida existe una relación muy estrecha. La formación espiritual ejerce un rol decisivo incidiendo en el comportamiento de la persona, en el desarrollo de virtudes y, en consecuencia, encamina hacia la proyección del futuro y su concreción en un proyecto personal.

De acuerdo con Santacruz (2022), la adolescencia es una etapa de búsqueda de identidad y definición de un proyecto de vida con sentido. Sostiene que fortalecer la dimensión espiritual del adolescente desde el ámbito educativo es sustancial para fomentar la autorreflexión, fortalecer su identidad, orientar el control de su vida de manera responsable y construir un proyecto de vida con sentido en una sociedad consumista que va perdiendo los valores espirituales. Asimismo, la formación espiritual

permite la construcción de un proyecto de vida en la medida en que ayuda al adolescente a preguntarse y descubrir quién es y para qué vive. De ese modo, se le proporciona herramientas que permiten enfrentar fracasos e incertidumbres, refuerza su autoestima y le da acierto en la toma de decisiones conscientes y autónomas desde los valores y principios éticos.

La inteligencia espiritual guía al adolescente al discernimiento de sus creencias, facilitando un proceso de toma de decisiones en diversos contextos, de manera que pueda definir y fortalecer su proyecto de vida. En un contexto social en el que los estudiantes adolescentes se encuentran con conflictos de índole ética y moral, muchas veces desafiante, la reflexión y el discernimiento, como fruto de una sólida espiritualidad, permite plantear un proyecto de vida estrechamente vinculado a las decisiones personales. La formación espiritual, además de enriquecer la identidad personal, proporciona satisfacción con la propia vida y actúa como cimiento para la construcción de un proyecto de vida ético y resiliente. La formación espiritual promueve valores de la compasión, el amor, el servicio, la convivencia pacífica y la búsqueda del bien común (Camargo, 2021).

Cieza *et al.* (2024) sostienen que la dimensión espiritual implica la habilidad de hallar sentido y finalidad a la propia vida mediante una espiritualidad consistente y gratificante. Asimismo, la solidez de la espiritualidad se evidencia tanto en la conexión entre lo que se cree, en los principios espirituales y el accionar cotidiano, así como en el modo como se enfrentan los retos y adversidades. Asimismo, es importante resaltar que la formación espiritual favorece la comprensión del porqué y para qué de la vida en este proceso de búsqueda de identidad del adolescente, mejora su bienestar psicológico,

favorece la toma de decisiones con responsabilidad, promueve el sentido del compromiso más allá del éxito material. La espiritualidad se convierte en una fuente de sentido, fortaleza, y coherencia para la construcción de un proyecto de vida con propósitos, ética y resiliencia.

En el documento del Pontificio Consejo para los Laicos (1997), se precisa que la vida espiritual brinda a los jóvenes la posibilidad de entender su vida como vocación, reconociendo el plan de Dios de acuerdo con sus dones y su contexto personal. En este sentido, se puede decir que la espiritualidad actúa como medio que permite descubrir a la persona quién es y qué sueño le tiene Dios. Formar en la espiritualidad proporciona los elementos necesarios para afrontar los desafíos personales y sociales desde un sentido de responsabilidad hacia los demás.

La Conferencia General del Episcopado Latinoamericano y del Caribe (2007) considera que la formación espiritual, además de transformar la interioridad, orienta de manera decisiva el desarrollo del proyecto de vida personal, iluminando el camino hacia una vida plena en comunión con Dios y con los demás. De esto se deriva que formar en espiritualidad va más de un ideal individual para constituirse en una manera de ver la propia vida centrada en Jesús y enfocada en servir a los demás como experiencia concreta de fe. Asimismo, una formación espiritual sólida prepara a los jóvenes frente a los desafíos actuales desde una perspectiva transformadora en línea con los valores del Evangelio.

### 2.3 análisis crítico

**Tabla 1**

*Análisis comparativo*

<b>Tópico</b>	<b>Autor</b>	<b>Definición</b>	<b>Comentario</b>
	Contreras (2020)	La espiritualidad es una característica inherente al ser humano, surge desde lo más profundo de su ser y actúa como un motor que impulsa todas las facetas de su vida. Se estima como elemento esencial en la formación completa de la persona, de manera que no es posible excluirla de sus procesos formativos, por el contrario, se presenta como un pilar fundamental que fortalece la personalidad humana.	Se subraya la importancia la espiritualidad en la formación integral de la persona, entendiéndose como rasgo propio, inherente a la naturaleza humana que contribuye a su desarrollo pleno. Dicha dimensión espiritual no puede ser descuidada ni tratada como un apéndice opcional en los procesos formativos, pues ejerce un papel activo y transformador en la formación completa de la persona, especialmente en su personalidad. Desde este enfoque, la espiritualidad orienta la conducta y otorga sentido a la existencia.
Espiritualidad: nociones básicas.	Sanabria (2022)	La espiritualidad no ha de entenderse solo desde el aspecto religioso, sino desde un sentido más amplio que permita el desarrollo integral del ser. La formación espiritual requiere de estímulos externos que incentiven la flexibilidad del individuo en su desarrollo ayudándolo a reconocerse como parte del mundo. Las provocaciones externas deben enfocarse en esta flexibilidad de manera propositiva, no impositiva,	Este enfoque, destaca la importancia de entender la espiritualidad más allá de un concepto religioso. Plantea una visión más amplia y profunda de la espiritualidad, entendiéndola como un aspecto esencial en el crecimiento integral de la persona. Asimismo, se considera la espiritualidad como una dimensión formativa que puede ser moldeada a través de experiencias significativas, permitiendo su desarrollo

con el objetivo de despertar la conciencia y avanzar en la formación espiritual.

flexible de manera que la persona pueda ser capaz de adaptarse y crecer en la vida.

Tópico	Autor	Definición	Comentario
La formación espiritual en la adolescencia	Santacruz (2022)	Los adolescentes experimentan diversos cambios en esta difícil etapa. De ese modo, comienzan a construir su identidad y a definirse a sí mismo. Sería una contribución significativa en la formación de su proyecto de vida, aprovechar la adolescencia como una etapa de exploración, cambios y reinterpretación de sus emociones, intereses y percepciones para orientarlos hacia un proceso de madurez espiritual, donde desarrollen el autoconocimiento y el autocontrol.	Se resalta con acierto que la adolescencia es una etapa de importantes cambios tanto físicos, como sociales, cognitivos y emocionales. En esta etapa, es vital para el adolescente descubrirse a sí mismos en su identidad más profunda, quién es y qué quiere ser. Es significativo el hecho de considerar la adolescencia, tal como esta se manifiesta, como un período propicio para la exploración y la redefinición personal, y la invitación a provechar este potencial transformador para conducir al adolescente hacia un proceso de madurez espiritual que le permita consolidar su proyecto de vida significativo.
	Llanos (2023)	La formación espiritual puede considerarse como el desarrollo del carácter, especialmente cuando se realiza bajo la ayuda del Espíritu, siendo el único camino para que el creyente vivir su vida de manera satisfactoria; no obstante, esto implica receptividad frente al obrar de Dios que	El autor presenta una visión integral de la formación espiritual transformadora de la vida del adolescente al ser entendida más allá del aspecto teórico y ser asumida como una experiencia vivida conducida por la acción divina. En este marco, la formación espiritual, además

moldea internamente. La formación espiritual implica la construcción de la vida basándose en un conocimiento profundo de Dios alineado con los principios personales, lo cual da sentido a la vida del adolescente y le permite participar en la comunidad eclesial.

de orientar la vida personal, en la búsqueda de identidad y de sentido, impulsa al adolescente a participar comprometidamente en la vida de la iglesia en coherencia con su fe.

Tópico	Autor	Definición	Comentario
El proyecto de vida en la adolescencia	Díaz-Garay <i>et al.</i> (2020)	<p>Se entiende por proyecto de vida al sentido que el individuo le confiere a su existencia y que es formado a través de las interacciones socioculturales en su contexto. Es esencial que los jóvenes, a partir de un proyecto de vida, logren tomar sus propias decisiones con responsabilidad, teniendo en cuenta sus fortalezas y sus debilidades. En este sentido, la escuela y la familia se presentan como escenarios propicios para estimular el desarrollo de todas sus capacidades, así como sus habilidades y valores en esta etapa en la que procesan su propia identidad personal.</p> <p>El proyecto de vida favorece la construcción del futuro desde términos reales; es decir, con objetivos y metas precisas y realizables. Cada</p>	<p>Desde este enfoque, se entiende el proyecto de vida como un proceso dinámico que da sentido a la vida enmarcado dentro de los vínculos y relaciones en un determinado contexto. En este sentido, el proyecto de vida se construye en diálogo con el entorno y tanto la escuela como la familia no solo han de transmitir conocimientos, deben ser espacios formativos para fortalecer valores, actitudes, habilidades que permitan forjar una identidad coherente y sólida, de manera que el proyecto de vida se convierte en una herramienta clave para desarrollar la autonomía en el proceso de transición hacia la adultez.</p> <p>Además de presentar una visión integral del proyecto de vida, se destaca la importancia de este para construir el futuro con</p>

---

Santacruz  
(2022)

persona que desee orientar su vida hacia una realización plena ha de iniciar una reflexión interna que le ayude a fortalecer y aclarar los deseos más profundos, ya que estos son los que pueden brindarle la verdadera satisfacción como ser humano. Este proceso no debe alejarse de la conexión con lo divino, sino que debe integrarse en una relación íntima y reconciliada con la espiritualidad, lo que otorga la capacidad de valorar la trascendencia y aprovechar los momentos de dificultad, de los cuales surge un ser humano capaz de aportar al mundo.

sentido, teniendo en cuenta que, un proyecto de vida no consiste solo en establecer metas, sino transitar un camino de autoconocimiento. Al reflexionar, se señala que este proceso ha de integrar la dimensión espiritual como relación íntima con lo divino logrando resiliencia frente a los desafíos y dificultades, así como sentido de trascendencia de la misma existencia. Desde esta mirada, el proyecto de vida va más allá de la realización personal, busca la transformación de la persona y de la sociedad.

Tópico	Autor	Definición	Comentario
--------	-------	------------	------------

Influencia de la formación espiritual en el proyecto de vida	Camargo (2021)	<p>La inteligencia espiritual guía al adolescente al discernimiento de sus creencias, facilitando un proceso de toma de decisiones en diversos contextos, de manera que pueda definir y fortalecer su proyecto de vida. En un contexto social en el que los estudiantes adolescentes se encuentran con conflictos de índole ética y moral, muchas veces desafiante, la reflexión y el discernimiento, como fruto de una sólida espiritualidad, permite plantearse un proyecto de vida estrechamente vinculado a las decisiones personales. La formación espiritual proporciona satisfacción con la propia vida y actúa como cimiento para la construcción de un proyecto de vida ético y resiliente. La formación espiritual promueve valores de la compasión, el amor, el servicio, la convivencia pacífica y la búsqueda del bien común.</p>	<p>Se resalta el rol central de la dimensión espiritual en los procesos de discernimiento y toma de decisiones, garantizando un proyecto de vida sólido y coherente. Se resalta la importancia de no reducir la espiritualidad al aspecto religioso ritualista, sino que se ha de traducir en valores específicos y a la vez trascendentales como la solidaridad, la compasión, el servicio.</p>
	Cieza <i>et al.</i> , (2024)	<p>La dimensión espiritual implica la habilidad de hallar sentido y finalidad a la propia vida mediante una espiritualidad consistente y gratificante. La solidez de la espiritualidad se evidencia tanto en la conexión entre lo que se cree, en los principios espirituales y el accionar cotidiano, así como en el modo como se enfrentan los</p>	<p>Se reconoce la espiritualidad como una facultad esencial de la persona humana en la búsqueda de sentido a la existencia. Resalta cómo una espiritualidad auténtica y sólida permite integrar valores y creencias en el diario vivir. En tal sentido, la espiritualidad sostiene la consolidación de la identidad. Aporta la idea de que es</p>

retos y adversidades. La formación espiritual favorece la comprensión del porqué y para qué de la vida en este proceso de búsqueda de identidad del adolescente, mejora su bienestar psicológico, favorece la toma de decisiones con responsabilidad, promueve el sentido del compromiso más allá del éxito material. La espiritualidad se convierte en una fuente de sentido, fortaleza, y coherencia para la construcción de un proyecto de vida con propósitos, ética y resiliencia. necesario entender la espiritualidad como una base esencial para proyectar la vida con metas significativas que dignifican y humanizan a la persona.

Fuente: Elaboración propia.

## CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

### 3.1 Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo básica. En concordancia con García *et al.* (2020), este tipo de estudio profundiza en forma precisa los conocimientos y teorías de autores que abordaron la temática. Además de facilitar la exploración y el análisis de temas con mayor profundidad, da lugar a conclusiones y aportes que permiten extender los argumentos existentes, sentando bases metodológicas para orientar futuras investigaciones. Por su parte, en relación a las consideraciones anteriores, Arias *et al.* (2022) señalan que la investigación básica se caracteriza por ser un tipo de estudio científico que se orienta a ampliar los conocimientos teóricos, conceptuales esenciales acerca de una temática. Este tipo de estudio tiene como objetivo constituir un diseño teórico de investigación desde una mirada sistémica y holística, no aplica instrumentos ni recolección de datos para verificación o comprobación de hipótesis mediante experimentación.

Al buscar estudiar la influencia de la formación espiritual en el proyecto de vida de los estudiantes adolescentes, la metodología con enfoque cualitativo, de tipo básico resulta ser la más apropiada para esta investigación. En la medida en que se brindan aportes, deja abierta la posibilidad de seguir ahondando en el tema abordado en futuros estudios.

### 3.2 Nivel de investigación

El presente estudio se desarrolla desde un nivel descriptivo, puesto que busca describir o detallar características importantes de procesos como la formación espiritual y su influencia sobre el proyecto de vida en estudiantes adolescentes. El objetivo del nivel descriptivo es especificar, de manera precisa y sistemática, las características de grupos,

personas o fenómenos concretos sometidos a estudio, sin buscar relación de causa-efecto. Se centra en el cómo es y cómo se manifiesta un fenómeno, mas no en el por qué. (García-González *et al.*, 2020). Este nivel de estudio se enfoca en observar, describir, registrar y clasificar fenómenos, comunidades o situaciones. Una investigación de tipo básico con nivel descriptivo busca ampliar el conocimiento científico teórico, describir una situación o fenómeno sin intervenir en él y sin aplicación práctica inmediata. No intenta explicar ni establecer relaciones causales, sino describir fielmente el fenómeno observado (Arias *et al.* (2022).

En el marco del nivel descriptivo de estudio, se desarrolla la presente investigación académica que intenta responde a la pregunta de cómo influye la formación espiritual en el proyecto de vida de los estudiantes en la adolescencia.

### **3.3 Estrategias de búsqueda de información**

Para el desarrollo de este estudio, se empleó la revisión documental de libros, artículos, investigaciones científicas, tesis y estudios académicos en los que se abordan los temas de formación espiritual y proyecto de vida. Asimismo, se empleó diferentes bases de datos como Redalyc, Scielo, repositorios universitarios digitales. Inicialmente se utilizó palabras clave como "formación espiritual", "proyecto de vida", "formación cristiana", "espiritualidad y proyecto de vida". Esta búsqueda arrojó información actualizada con información importante sobre el tema. Luego, se realizó la lectura analítica de los textos descartando la información no relevante y registrando los trabajos importantes en la bitácora. De esta manera, se pudo analizar la confiabilidad de las referencias para el sustento teórico de este estudio.

### **3.4 Criterios de inclusión y exclusión**

#### **3.4.1. Criterios de inclusión**

Filtro por temporalidad: A partir de ocho años de antigüedad por su publicación

Filtro por idioma: Castellano

Bases de datos confiables: Redalyc, Scielo, repositorios universitarios digitales

Filtro por área: Educación, espiritualidad, formación

Filtro por tipo de investigación: Se revisó estudios de tipo básico y nivel descriptivo.

#### **3.4.2. Criterios de exclusión**

Filtro por temporalidad: Se ha evitado la consulta de bibliografía mayor a ocho años de antigüedad a excepción de documentos eclesiásticos que abordan el tema del presente estudio.

Filtro por idioma: Se excluyó investigaciones en lengua extranjera.

Filtro por bases de datos confiables: Se evitó gestores bibliográficos no estandarizadas para investigaciones científicas.

Filtro por área: Se excluyó investigaciones no relacionadas al tema de este estudio.

Filtro por tipo de investigación: No se empleó investigaciones fuera del tipo básico y nivel descriptivo.

### 3.5. Bitácora

**Tabla 2**

*La fe en la paz*

<b>Tipo de fuente</b>	Artículo académico	<b>Gestor bibliográfico</b>	Prospectiva Revista de trabajo social e intervención social
<b>Título</b>	La fe en la paz. La fe, la espiritualidad y las representaciones sociales de la paz.	<b>Año de publicación</b>	2019
<b>Autor</b>	Jorge Luis Rentería-Restrepo	<b>ISSN</b> <b>Vol. Núm.</b> <b>pp.</b>	0122-1213 0 (28) 1 – 26
URL: <a href="https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/8032/10725">https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/8032/10725</a>			

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 3**

*La espiritualidad desde la clase de ERE*

<b>Tipo de fuente</b>	Tesis	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio de la Universidad Santo Tomás de Colombia
<b>Título</b>	<i>La espiritualidad desde la clase de ERE, como fundamento del proyecto de vida y la transformación social</i>	<b>Año de publicación</b>	2020
<b>Autor</b>	Ignacio Contreras Gélves	<b>pp.</b>	112
URL: <a href="https://repository.usta.edu.co/items/b538d81b-d61f-441f-b01a-c540df6accb2">https://repository.usta.edu.co/items/b538d81b-d61f-441f-b01a-c540df6accb2</a>			

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 4***El proyecto de vida como competencia básica*

<b>Tipo de fuente</b>	Artículo académico	<b>Gestor bibliográfico</b>	Dialnet
<b>Título</b>	El proyecto de vida como competencia básica en la formación integral de estudiantes de educación media.	<b>Año de publicación</b>	2020
<b>Autor</b>	Iris del Socorro Diaz-Garay Iris Teolinda Narváez-Escorcia Tulio Amaya-De Armas	<b>ISSN, Vol. Núm. pp.</b>	2027-8306 11(1) 113-126
<b>URL:</b>	<a href="https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7944838">https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7944838</a>		

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 5***Actividades de formación espiritual, que aportan en la construcción del proyecto personal de vida y en el fortalecimiento de la experiencia de fe*

<b>Tipo de fuente</b>	Tesis	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia
<b>Título</b>	<i>Actividades de formación espiritual, que aportan en la construcción del proyecto personal de vida y en el fortalecimiento de la experiencia de fe</i>	<b>Año de publicación</b>	2021
<b>Autor</b>	Edwin Alexander Camargo Malaver	<b>pp.</b>	228
<b>URL:</b>	<a href="https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/80557191-1213-4e55-bbb0-ccacf2937895">https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/80557191-1213-4e55-bbb0-ccacf2937895</a>		

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 6***Fundamentos de la oración*

<b>Tipo de fuente</b>	Libro	<b>Gestor bibliográfico</b>	Dominicos
<b>Título</b>	<i>Fundamentos de la oración</i>	<b>Año de publicación</b>	2021
<b>Autor</b>	Fray Luis De Granada	<b>ISBN pp.</b>	978-84-09-27864-0 192
<b>URL:</b> <a href="https://www.dominicos.org/estudio/recurso/fundamentos-de-la-oracion/">https://www.dominicos.org/estudio/recurso/fundamentos-de-la-oracion/</a>			

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 7***Situación espiritual y social base para construir un proyecto de vida en la adolescencia*

<b>Tipo de fuente</b>	Artículo académico	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio de la Universidad Santo Tomás
<b>Título</b>	Situación espiritual y social base para construir un proyecto de vida en la adolescencia.	<b>Año de publicación</b>	2022
<b>Autor</b>	Tania Julieta Santacruz Andrade	<b>pp.</b>	110-127
<b>URL:</b> <a href="https://repository.usta.edu.co/bitstreams/5cb0f6ad-5c9a-4015-9af5-35cbac9f1fc5/download">https://repository.usta.edu.co/bitstreams/5cb0f6ad-5c9a-4015-9af5-35cbac9f1fc5/download</a>			

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 8***Aportes de la catequesis de confirmación espiritual cristiana*

<b>Tipo de fuente</b>	Tesis	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio de la Universidad Santo Tomás
<b>Título</b>	<i>Aportes de la catequesis de confirmación a la formación espiritual cristiana en los jóvenes</i>	<b>Año de publicación</b>	2022
<b>Autor</b>	Harol Yanpol Sanabria Yaruro	<b>pp.</b>	99
<b>URL:</b> <a href="https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/44868/2022harolsanabria.pdf?sequence=1">https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/44868/2022harolsanabria.pdf?sequence=1</a>			

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 9***Propuesta de proyecto de vida*

<b>Tipo de fuente</b>	Tesis	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio de la Universidad de Santo Toribio de Mogrovejo.
<b>Título</b>	<i>Propuesta de proyecto de vida fundamentado en Jacques Maritain para descubrir el sentido de la vida de los adolescentes</i>	<b>Año de publicación</b>	2022
<b>Autor</b>	Erick Michel Salazar Silva	<b>pp.</b>	42
URL: <a href="https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/5161">https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/5161</a>			

Fuente: Elaboración propia.

**Tabla 10***La formación espiritual del adolescente*

<b>Tipo de fuente</b>	Trabajo académico	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio de la Universidad Católica Sedes Sapientiae
<b>Título</b>	<i>La formación espiritual del adolescente</i>	<b>Año de publicación</b>	2023
<b>Autor</b>	Luis Enrique Llanos Aquino	<b>pp.</b>	22
URL: <a href="https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1825">https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1825</a>			

**Tabla 111***La espiritualidad como resiliencia en adolescentes*

<b>Tipo de fuente</b>	Trabajo académico	<b>Gestor bibliográfico</b>	Repositorio de la Universidad Católica Sedes Sapientiae
<b>Título</b>	<i>La espiritualidad como resiliencia en adolescente</i>	<b>Año de publicación</b>	2024

---

<b>Autor</b>	Manela Santa Eugenia Tolentino Liberato	<b>pp.</b>	10-15
--------------	--	------------	-------

---

URL: <https://repositorio.ucss.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/84d1fd92-4ce2-4b09-98c8-88978a23f1d1/content>

---

Fuente: Elaboración propia.

## CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 4.1 conclusiones

1. La espiritualidad constituye un eje e integrador del desarrollo de la persona, ya que favorece, en el adolescente, el desarrollo de un sentido profundo de la vida trascendiendo el ámbito religioso y abarcando a la persona en su totalidad, articulándose con la formación de su identidad, su carácter y su vocación en la vida. Así, la formación en la espiritualidad promueve procesos de introspección, autoconocimiento, responsabilidad, y una relación profunda y personal con Dios, orientando al adolescente a ser capaz de plantearse un proyecto de vida con sentido y coherente con valores trascendentales y éticos.
2. En la etapa de la adolescencia, la formación espiritual se presenta como una herramienta pedagógica indispensable para afrontar los desafíos superficiales de la sociedad moderna al propiciar la reflexión crítica y la internalización de valores como la empatía, la solidaridad, la fraternidad, el servicio y la compasión. De este modo, se convierte en una poderosa herramienta educativa que confiere a los adolescentes autonomía y compromiso con el bien común en la toma de sus decisiones.
3. La formación espiritual y el proyecto de vida manifiestan un vínculo muy estrecho. Esto se expresa en la concreción de metas genuinas y realizables, inseparables de la dimensión trascendente de la persona que es la fuente de donde surge el sentido, la motivación y la trayectoria ética en su proyecto de vida.
4. Tanto en el contexto escolar, como familiar y eclesial, la formación espiritual ejerce un rol determinante en la formación de la conciencia crítica, el desarrollo integral del adolescente, preparándolo para afrontar con fortaleza las adversidades y los desafíos éticos y morales en los diversos contextos de su vida. La formación espiritual favorece el desarrollo armónico de la

identidad del adolescente y un proyecto de vida significativo.

## **4.2 Recomendaciones**

De acuerdo con las conclusiones presentadas, recomendamos lo siguiente:

1. Diseñar e implementar programas educativos y pastorales con metodología participativa y vivencial favorecen el diálogo, la introspección y el descubrimiento de la vocación como talleres, retiro espiritual, momentos guiados de meditación y oración, testimonios de vida, evitando limitar dichos programas al aspecto religioso, más bien abriéndose a la experiencia de vida.
2. Se debe incorporar un plan de formación que promueva el análisis de la realidad con mirada crítica y la formación en valores evangélicos como la solidaridad, la compasión, empatía. Plantear debates éticos y foros juveniles, voluntariado y proyectos sociales permiten fortalecer el sentido de comunidad y servicio.
3. Fomentar procesos de acompañamiento personal y comunitario sirve para definir metas vocacionales y la toma de decisiones para la elaboración de su proyecto de vida integrado. Asimismo, se pueden realizar sesiones de tutoría personalizada, retiros espirituales, espacios de diálogo.
4. Es importante formar redes de apoyo entre la escuela, la familia y la iglesia. Se recomienda desarrollar programas de formación y acompañamiento integral a padres de familia, docentes, catequistas, líderes; diseñar espacios de convivencia y compartir, y talleres formativos.

### Referencias bibliográficas

- Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., y Vásquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para realizar un proyecto de tesis*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.016>
- Baeza, J. (2022). Jóvenes y religión. Una revisión sistemática cualitativa de datos disponibles en algunos países de América Latina. *Temas Sociológicos*, 31, 205-234, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8823172>
- Benedicto XVI. (2010). *Verbum Domini. Sobre la palabra de Dios en la vida y en la misión de la Iglesia*. [Exhortación Apostólica Postsinodal]. [https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/apost\\_exhortations/documents/hf\\_ben-xvi\\_exh\\_20100930\\_verbum-domini.html](https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/apost_exhortations/documents/hf_ben-xvi_exh_20100930_verbum-domini.html)
- Bobadilla, Y. (2021). *Satisfacción con la vida y espiritualidad en universitarios de una Universidad Privada de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/654942>
- Brizuela, C., González, C., González, Y. & Sánchez, D. (2021). La educación en valores desde la familia en el contexto actual. *Medisan*, 25 (4) 982-1000. [https://www.researchgate.net/publication/355945857\\_La\\_educacion\\_en\\_valores\\_desde\\_la\\_familia\\_en\\_el\\_contexto\\_actual](https://www.researchgate.net/publication/355945857_La_educacion_en_valores_desde_la_familia_en_el_contexto_actual)
- Calcina, F. (2024). *Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes escolares*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/cd72b76a-3d91-41b0-90b1-8a1997e703df>
- Camargo, E. (2021). *Actividades de formación espiritual, que aportan en la construcción del proyecto personal de vida y en el fortalecimiento de la experiencia de fe, de los estudiantes*

*de grado décimo del Colegio Parroquial San Pedro Claver de la Diócesis de Fontibón.* [Tesis de licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia].

<https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/80557191-1213-4e55-bbb0-ccacf2937895>

Castro, J., Gómez, L., y Camargo, E. (2022). La investigación aplicada y el desarrollo experimental en el fortalecimiento de las competencias de la sociedad del siglo XXI. *Tecnura*, 27(75), 140-174. <https://doi.org/10.14483/22487638.19171>

Cieza, K., Quiroz, G., Rodas, V., y Maguiña, J. (2024). Condición y calidad de la vida espiritual en estudiantes adolescentes. *Chaquíñan, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades* 23, 304-326. <https://chakinan.unach.edu.ec/index.php/chakinan/article/view/1048>

Universidad Pontificia Comillas. (2015, 8 de diciembre). *Concilio Vaticano II: cincuentenario (1962-1965)*. <https://www.comillas.edu/biblioteca/exposiciones-virtuales/exposiciones-2015-2016/concilio-vaticano-ii-cincuentenario-1962-1965/>

Conferencia General del Episcopado Latinoamericano y del Caribe. (CELAM.) (2007). *Documento conclusivo de la V Conferencia General del Episcopado Latinoamericano y del Caribe*. <https://www.celam.org/aparecida/Espanol.pdf>

Contreras, I. (2020). *La espiritualidad desde la clase de ERE, como fundamento del proyecto de vida y la transformación social de los estudiantes de grado décimo de la Institución Educativa Luis Eduardo Díaz de Yondó - Antioquia*. [Tesis de licenciatura, Universidad Santo Tomás de Colombia]. Repositorio de la Universidad de Santo Tomás de Colombia. <https://repository.usta.edu.co/items/b538d81b-d61f-441f-b01a-c540df6accb2>

Chamorro, A, y Coral, C. (2024). *Incidencia de la familia en la formación espiritual de los estudiantes del grado 6, 8 y 11 de las Instituciones educativas Nuestra Señora de las Lajas (Ipiales) y de Nuestra Señora de Fátima (Sandóná)*. [Tesis de maestría, Universidad

Mariana]. Repositorio de la Universidad Mariana.

<https://repositorio.umariana.edu.co/handle/20.500.14112/28417>

De Granada, Fray Luis. (2021). *Fundamentos de la oración*. Salamanca.

<https://www.dominicos.org/estudio/recurso/fundamentos-de-la-oracion/>

Díaz-Garay, I., Narváez-Escorcía, I. y Amaya-De Armas, T. (2020). El proyecto de vida como competencia básica en la formación integral de estudiantes de Educación Media. *Revista de Investigación, Desarrollo e Innovación*, 11(1), 113-126.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7944838>

Francisco. (2013). *Evangelii Gaudium. Sobre el anuncio del evangelio en el mundo actual*

[Exhortación Apostólica].

[https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost\\_exhortations/documents/papa-](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html)

[francesco\\_esortazione-ap\\_20131124\\_evangelii-gaudium.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html)

Francisco. (2018). *Gaudete et Exsultate. Sobre el llamado a la santidad en el mundo actual*

[Exhortación Apostólica].

[https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost\\_exhortations/documents/papa-](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20180319_gaudete-et-exsultate.html)

[francesco\\_esortazione-ap\\_20180319\\_gaudete-et-exsultate.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20180319_gaudete-et-exsultate.html)

Francisco. (2019). *Christus Vivit*. [Exhortación Apostólica Postsinodal].

[https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost\\_exhortations/documents/papa-](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20190325_christus-vivit.html)

[francesco\\_esortazione-ap\\_20190325\\_christus-vivit.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20190325_christus-vivit.html)

García-González, J., Sánchez-Sánchez, P. A., García-González, J., y Sánchez-Sánchez, P. (2020).

Diseño teórico de la investigación: Instrucciones metodológicas para el desarrollo de propuestas y proyectos de investigación científica. *Información tecnológica*, 31(6), 159-

170. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642020000600159>

- Iriarte-Pupo, A. J., Barreto Martínez, C. A., Campo-Landines, K. ., & Domínguez De La Ossa, E. (2021). La inteligencia espiritual como estrategia para afrontar de manera constructiva el estrés laboral docente. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(1). <https://doi.org/10.6018/reifop.435581>
- Juan Pablo II. (1988). *Christifideles Laici*. [Exhortación Apostólica Postsinodal]. [https://www.vatican.va/content/john-paulii/es/apost\\_exhortations/documents/hf\\_jp-ii\\_exh\\_30121988\\_christifideles-laici.html](https://www.vatican.va/content/john-paulii/es/apost_exhortations/documents/hf_jp-ii_exh_30121988_christifideles-laici.html)
- Llanos, L. (2023). *La formación espiritual del adolescente*. [Trabajo académico, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. <https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1825>
- Morales, M, y Díaz, D. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 7(14), 1 – 26.
- Munilla, Mons. (2024). *Discernimiento espiritual*. [Video de Youtube]. <https://www.youtube.com/watch?v=RKneou5YYLs>
- Quispe, A. (2021). *La formación espiritual en el proyecto de vida*. [Trabajo académico, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. <https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1113>
- Rentería, J. (2019). La fe en la paz. La fe, la espiritualidad y las representaciones sociales de la paz de los educadores sociales en Cali, Colombia. *Prospectiva, Revista de Trabajo Social e Intervención Social*, 28, 1-26. <https://revistaprospectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/8032/10725>

- Santacruz, T. (2022). Situación espiritual y social base para construir un proyecto de vida en la adolescencia. *Revista Hojas y Hablas*, 23(23), 110-127.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8996466>
- Sanabria, H. (2022). *Aportes de la catequesis de confirmación a la formación espiritual cristiana en los jóvenes de 14 a 16 años de la Parroquia San Pablo Apóstol de Pueblo Nuevo, la Esperanza, Norte de Santander*. [Tesis de licenciatura, Universidad Santo Tomás, Colombia]. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/44868>
- Salazar, E. (2022). *Propuesta de proyecto de vida fundamentado en Jacques Maritain para descubrir el sentido de la vida de los adolescentes*. [Tesis de maestría, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de la Universidad de Santo Toribio de Mogrovejo.  
<https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/5161>
- Tolentino, M. (2024). *La espiritualidad como resiliencia en adolescentes*. [Trabajo académico, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio de la Universidad Católica Sedes Sapientiae <https://repositorio.ucss.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/84d1fd92-4ce2-4b09-98c8-88978a23f1d1/content>
- Vela, G, y Cáceres, T. (2019). Educación superior en los proyectos de vida de estudiantes en Arequipa Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, 25(1), 371-383.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28065583024>