

PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON
METAPROPÓSITO DE CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES
PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO, FRENTE A LA PÉRDIDA DEL
SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES VINCULADOS A LAS IED DEL MUNICIPIO
DE CAJICÁ

ESTUDIANTE
JAIME ALBERTO PÁEZ MORENO

FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES
BOGOTÁ – COLOMBIA

AÑO 2022

PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON
METAPROPÓSITO DE CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES
PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO, FRENTE A LA PÉRDIDA DEL
SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES VINCULADOS A LAS IED DEL MUNICIPIO
DE CAJICÁ

*Trabajo de grado presentado como prerrequisito parcial para obtener el título de
profesional en Terapias psicosociales*

JAIME ALBERTO PÁEZ MORENO

FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES
BOGOTÁ – COLOMBIA
AÑO 2022

Agradecimientos

Agradezco a Dios, a la fuerza divina, a quienes materializaron y aportaron de forma desinteresada a este proceso educativo también a mis seres queridos que son mis padres sin ellos no hubiese materializado el ser profesional fueron un apoyo crucial también agradezco a mi YO por disponerme y darme la oportunidad de experimentar el posgrado y llevarlo con responsabilidad y seriedad.

Tabla de contenido

1	Problema	5
2	Justificación	7
3	Objetivos	10
3.1	Objetivo general	10
3.2	Objetivos específicos	10
4	Marco teórico.....	11
4.1	Perspectiva epistemológica	11
4.2	Perspectiva ontológica	12
4.3	Perspectiva metodológica	12
5	Diseño metodológico.....	15
5.1	Tipo de investigación	15
5.2	Población	15
5.3	Muestra	15
5.4	Tipo de muestra	15
5.5	Criterios de inclusión:	16
5.6	Consideraciones éticas	16
5.7	Cronograma de actividades	17
6	PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL	19
6.1	Evaluación psicosocial	19
6.2	Diagnóstico psicosocial	19
6.3	Atención e intervención psicosocial	20
7	RESULTADOS.....	21
7.1	Problema psicosocial	21
7.2	Sistema psicosocial	22
7.3	Metapropósito	22
7.4	Modelo psicosocial Emergente	23
8	CONCLUSIONES.....	24
8.1	Problema psicosocial	24

8.2	Metapropósito	25
8.3	Modelo psicosocial	25
9	Recomendaciones	26
10	Bibliografía	¡Error! Marcador no definido.
11	Anexos	29
11.1	Formato consentimiento informado	29
11.2	Entrevistas	31
11.2.1	Entrevista #1	31
11.2.2	Entrevista #2	34
11.2.3	Entrevista #3	37
11.2.4	Entrevista #4	38
1.1.1	Grupo focal	41
1.2	Análisis de la información	43
1.3	Historia psicosocial	55
1.4	Pre informes	62
1.5	Post informes	82
1.6	Carta institucional	86

1 Problema

Los seres humanos constantemente están expuestos a crisis existenciales por factores de adaptabilidad, y en algunos casos, experimentan el vacío existencial (Aquino T. A., 2016). "El vacío existencial es ocasionado por la pérdida del instinto y de la tradición, lo que ocasiona que el hombre no sepa lo que debe hacer (Aquino T. A., 2017). La pérdida del sentido de vida no es una elección, surge inesperadamente, porque son habilidades que se obtienen al transcurrir vivencias del tiempo. Esto se debe a periodos de adaptabilidad del ser humano en su vida natural y que constantemente varían, desde su actitud y la forma de ver la vida dependiendo del exterior. Lo anterior, ha ocasionado conductas suicidas.

Diversos investigadores afirman que la conducta suicida constituye un acontecimiento enigmático, teniendo para observar tantos modelos explicativos desde la psicología y otras disciplinas; no se podrá determinar, pero sí observar lo que incide, y los factores de riesgo podrían ser el tiempo y su actividad.

Es primordial, vital y de total interés el acompañamiento desde la edad temprana en temas como la expresión de emociones, los espacios generadores de cambio, la fomentación del tiempo-aprendizaje, lo cual conlleva a que se desarrollen y adquieran habilidades para el desarrollo y transformación en tiempos de cambios generando el afrontamiento y la adaptabilidad que será de suma importancia. Esto debido a que el ser humano siempre está en la búsqueda del sentido de vida, con el objetivo de ir recobrando su integridad, como ser en la sociedad y dándose una oportunidad por medio de espacios que auspicien la importancia de la vida y el sentido existencial. A su vez, estos aspectos inciden en el ciclo vital y calidad de vida, para el reconocimiento de sus emociones, generando la apropiación de los auto esquemas y que estos se fortalezcan para que obtengan la capacidad del afrontamiento.

Si hay un desequilibrio en la realidad existencial, esto genera un impacto en alguna de sus esferas como el ser espiritual, racional, social, desempeño académico y son factores de riesgo como el de ideación suicida, autolesión, vacío existencial, estrés; pero estos no son los determinantes. En ese sentido, la autovaloración en una persona es primordial, para mantener una realidad presente, tener un generador de motivación y afrontamiento para reconocer el sentido de vida, responsabilizarse de su yo, donde se pueda reconocer como individuo, interactuando con amor propio (Riso, 1990). Carl Rogers destaca la importancia del "self (sí mismo) para el adecuado desarrollo personal. Su formación debe constituir el objetivo

fundamental de la psicoterapia. Este proceso permitirá al individuo convertirse en persona que funcionará de manera eficaz e integrada, original y expansiva, confiada en sus potencialidades y capaz de aceptar mejor a los demás. (C. Rogers, 1989)

El no reconocerse puede que tenga una realidad de la vida distinta y desacorde con el equilibrio existencial; esto podría desencadenar la autolesión o en su extremo una ideación suicida o consumación, lo cual se constituye en un problema de salud pública. Entonces, resulta necesario generar espacios que propicien la auto aceptación, amor propio, reconocimiento del valor personal a través de los auto esquemas, resultan importantes para el equilibrio existencial.

A través del empleo de técnicas de investigación como la entrevista, algunos estudiantes de la IED Pompilio Martínez manifestaron no conocer cuál era su sentido de vida y, como podrían estar expuestos, vulnerables, al no identificar su propósito de vida. Lo anterior, se catalogó como factores de riesgo, que puede desencadenar el consumo de estupefacientes o spa, integrarse a pandillas para ser aceptados, entre otras problemáticas, por lo que se diseñó e implementó un programa de atención e intervención psicosocial orientado a la construcción de habilidades psicosociales para la vida, desde la gestión del riesgo frente a la pérdida del sentido de vida, en estudiantes vinculados a la IED Pompilio Martínez del Municipio de Cajicá Cundinamarca.

Pregunta de Investigación:

Con base en lo anterior, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo construir habilidades psicosociales para la vida, a partir de la gestión del riesgo, frente a la pérdida del sentido de vida en estudiantes vinculados a la IED Pompilio Martínez del municipio de Cajicá?

2 Justificación

Cada año se suicidan casi un millón de personas, lo que supone una tasa de mortalidad "global" de 16 por 100.000, o una muerte cada 40 segundos. En los últimos 45 años las tasas de suicidio han aumentado en un 60% a nivel mundial. El suicidio es una de las tres primeras causas de defunción entre las personas de 15 a 44 años en algunos países, y la segunda causa en el grupo de 10 a 24 años. Estas cifras no incluyen las tentativas de suicidio, que son hasta 20 veces más frecuentes que los casos de suicidio consumado (Riverón Cruzata, 2016).

A nivel mundial, los suicidios representan un 50% de la totalidad de las muertes violentas que se registran entre hombres y un 71% entre mujeres; sin embargo, dado el suicidio es un acto ilegal, es posible que exista una sub-notificación del fenómeno (Salud, 2016). La Organización Mundial de la Salud proyectó para el 2020 un aumento del 50% en el suicidio, fenómeno que alcanzó los 1,53 millones de muertes en el 2021 (OMS, 2021).

En Colombia, se reportaron 19.977 suicidios en el decenio 2008-2017. En los 6 primeros años las tasas oscilaron entre 4.2 y 4.5 por 100.000 habitantes, mientras que durante el período 2014-2017 han mostrado un ascenso constante de 4.3 a 5.7. Una tendencia similar se ha encontrado en la población de niños, niñas y adolescentes que en el período 2015-2017 presentaron un ascenso en tasas de 3.7 a 4.6, cuando en el período 2008-2014 tuvieron una media de 3.5 (DT=0.17) (Mora Gomez, 2021).

Para el año 2017, los grupos etarios con mayor número de suicidios fueron de 20 a 24 y de 25 a 29, mientras que los de mayores tasas fueron los de 20 a 24 y de 18 a 19. Este comportamiento es similar en hombres y mujeres, aunque en mujeres la mayor tasa se da en el grupo de 15 a 17. Igualmente, la mayor proporción de fallecidos por suicidio tuvieron niveles de escolaridad iguales o inferiores al de secundaria básica y eran solteros. Por su parte, los principales mecanismos causales fueron: generadores de asfixia (64.3%), sustancias tóxicas (16.6%) y arma de fuego (10.9%), aunque este último predominó principalmente en hombres (Mora Gomez, 2021).

De acuerdo con los entes de salud, el suicidio es un problema de salud pública. Debido a ello, tiene una connotación en la población negativa en este caso como se puede inferir en

la población estudiantil de secundaria entre los 14 a 17 años. Los jóvenes no están exentos mientras tengan una correlación con ideación o consumación suicida; por ello, es importante articular acciones estratégicas para que se pueda brindar un acompañamiento en esta población estudiantil, para el desarrollo de habilidades y herramientas que tengan en cuenta muy presente la ética y los valores fundamentales de los seres humanos. Esto genera la expansión del conocimiento interior y su interrelación positiva, para enfrentar la pérdida del sentido de vida, el cual hace referencia a cuando la conciencia descubre los auténticos valores, se va iluminando con ellos y conduce a la realización como personas (Lukas M, 2001).

Si bien el sentido de vida es lo que genera un raciocinio sobre los valores e importancia de la vida, y a su vez la responsabilidad en vivir su yo asertivamente, entonces la toma de conciencia sobre el sentido de vida generará un descubrimiento de la existencia. A cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida respondiendo por su propia vida; solo siendo responsable puede contestar a la vida. La esencia íntima de la existencia humana está en su capacidad de ser responsables (Frankl, V.E., 1999).

Se han descrito como factores de riesgo relacionados con las conductas suicidas el sexo, la edad, el aislamiento social, débiles redes de apoyo, eventos negativos, patología psiquiátrica, el consumo de sustancias y alcohol, algunos trastornos de la personalidad, la conducta imitativa, la historia previa de intentos de suicidio, la facilidad de acceso a métodos letales, antecedentes familiares de suicidio, entre otros. También se considera que las tendencias de las conductas suicidas pueden estar influidas por factores psicosociales y cambios en el estilo de vida que, específicamente en las poblaciones jóvenes, podrían correlacionarse con trastornos depresivos, problemas académicos, desempleo, uso o abuso de alcohol o de otras drogas, pobre acceso a tratamientos específicos y fácil acceso a métodos más letales de suicidio. (Magnolia del Pilar Ballesteros, 2010) También es de importancia implementar con ellos un programa orientado a la gestión del riesgo, que esté orientado a darle sentido a la vida. Con base en los anteriores planteamientos, se consideró relevante establecer un programa de atención e intervención psicosocial dirigido a los estudiantes de la IED Pompilio Martínez del Municipio de Cajicá, orientado a la

construcción de habilidades psicosociales para la vida frente a la pérdida del sentido de vida. Para ello se tuvo en cuenta el proceso de logoterapia de Víctor Frankl, con el fin de fortalecer y desarrollar herramientas con el enfoque del reconocimiento de emociones, donde se apropia al estudiante del sentido de vida, como una responsabilidad, mostrando la aceptación por su existencia y con su entorno.

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

Construir habilidades psicosociales para la vida a partir de la gestión del riesgo frente a la pérdida del sentido de vida en estudiantes vinculados a la IED Pompilio Martínez del Municipio de Cajicá.

3.2 Objetivos específicos

- Desarrollar herramientas y habilidades para enfrentar situaciones de vacío existencial trabajando con sujeto, otros y contexto complejo, con el fin resignificar el sentido de la vida.
- Generar espacios de relación personal como bienestar existencial, mediante las terapias alternativas, para generar y fortalecer el sentido de vida.
- Reconocer la importancia del sentido de vida, mediante talleres educativos que permitan el desarrollo de habilidades psicosociales

4 Marco teórico

Desde el modelo psicosocial emergente, en consecución con la perspectiva epistemológica, ontológica y metodológica se pretende trabajar en la interpretación del sistema psicosocial acerca de sus realidades, su contexto y el problema psicosocial que lo afecta. Desde las ciencias de la complejidad expuestas por Maldonado (Maldonado, 2005) definidas como “el estudio a fenómenos que exhiben la complejidad”, en pocas palabras, se analiza cuáles son las sinergias, fluctuaciones y emergencias que surgen de cualquier situación que desestabiliza al sistema, en este caso la gestión del riesgo frente a la pérdida de sentido de vida y, en especial, en tiempos de la pandemia por Coronavirus COVID-19. Debido a esto, se hace un acercamiento al sistema psicosocial mediante espacios virtuales, donde desde allí se proyectan y desarrollan la construcción de habilidades para la vida para el afrontamiento, la responsabilidad por la vida, la resiliencia.

4.1 Perspectiva epistemológica

En la formulación epistemológica también está contemplado el paradigma fenomenológico en su enfoque existencialista. (Lambert, 2006) menciona la importancia de la fenomenología existencialista en función del análisis a las vivencias subjetivas, completamente existenciales, que tiene cada sujeto pues son sus experiencias y sus vivencias, las que pasan a ser interpretadas, analizadas y descritas por el terapeuta como observador y acompañante.

Según Amartya Sen, el concepto de capacidad expresa la libertad real con la que una persona debe contar para alcanzar aquello que valora. Desde la perspectiva de Sen, la vida se considera como un conjunto de funcionamientos que se encuentran interrelacionados, consistentes en estados y acciones (Angarita, 2014). De acuerdo con lo anterior, se puede afirmar que las personas desarrollan capacidades para encontrar un bienestar y calidad de vida también el preguntarse o recapacitar sobre cómo proyectarse en la vida y teniendo claridad frente a su sentido de vida.

Parte del análisis psicosocial que comprende el modelo psicosocial emergente se concentra en la identificación de necesidades, en este caso se trabajó en el Sentido de vida, autoconocimiento, autoeficacia, autoevaluación, autoconcepto, autovaloración, el empoderamiento, la autogestión y, a partir de la creatividad, potencializar en el sistema psicosocial las herramientas que pueden ayudar a mitigar ese riesgo psicosocial.

4.2 Perspectiva ontológica

Desde la mirada ontológica se pretende identificar el problema psicosocial, sus componentes, impacto y cambios que ha generado en el sistema. En este caso se trabajó un problema psicosocial tipo II orientado a la gestión del riesgo, donde se identificó un problema psicosocial compuesto por:

- El sistema psicosocial, (grupo de estudiantes)
- La amenaza, o sea la posibilidad de pérdida del sentido de vida.
- El proceso de decisión personal, para evitar o mitigar el riesgo al que están expuestos los estudiantes, frente a la pérdida del sentido de vida

4.3 Perspectiva metodológica

Desde la perspectiva metodológica se trabajó desde la IAP (Investigación Acción Participativa). Esta se dirige al desarrollo de un conocimiento propositivo, consciente y transformador, mediante un proceso de reflexión y construcción colectiva entre los diferentes actores de la comunidad, con el fin de lograr la transformación social. Todo esto, a partir de la orientación de los encuentros y espacios de trabajo, a adquirir herramientas tales como la actitud, la resiliencia, la introspección, trascendencia, el autoconocimiento, el amor el perdón, valía del yo, con el propósito de fortalecer y mejorar las relaciones, interacciones y al trabajo de la población objetivo a la que estuvo dirigida la presente propuesta.

Desde la perspectiva metodológica, también se planteó la solución a este tipo de problema psicosocial a través de técnicas como la Gestalt, Logoterapia, centrada en el cliente, la

logoterapia, la imaginería y técnicas de relajación y respiración que permitieran la construcción de habilidades psicosociales para la vida. A continuación, se presenta las condiciones que se tuvo en cuenta las siguientes condiciones:

- Visibilizar el riesgo
- Valorar el riesgo
- Asumir la responsabilidad de las decisiones que se toman frente al riesgo
- Buscar un consenso para la solución de la problemática

A continuación, se mencionan conceptos relacionados con el tema de investigación:

Suicidio: Es el acto de matarse en forma voluntaria y en él intervienen tanto los pensamientos suicidas (ideación suicida) como el acto suicida en sí. En el suicida se detectan: a) los actos fatales o suicidio consumado; b) los intentos de suicidio altamente letales, aunque fallidos, con intención y planeación del suicidio; y c) los intentos de baja letalidad, generalmente asociados a una situación psicosocial crítica. (Gutiérrez García, Contreras, & Orozco Rodríguez, 2006)

Sentido de vida: El sentido de la vida reside en encontrar un propósito. Si tenemos un “por qué”, siempre encontraremos un “cómo”. Si nos sentimos libres y motivados, siempre podremos generar todos los cambios necesarios para crear una realidad mucho más noble (Frank, 2020)

Auto esquemas: Es la suma de lo que la persona recuerda, sabe y puede imaginar de sí misma, incluye experiencias pasadas, conocimiento detallado de cómo eres ahora a diferencia del pasado, expectativas acerca de los cambios que experimentarás en el futuro, guía el comportamiento futuro. Ayuda a tener un concepto claro de quién eres ahora y quien deseas ser en el futuro según (Soto, 2018)

Auto aceptación

Proceso cognitivo y automático de la evaluación que hacemos de nosotros mismos, siendo así nuestra forma de comportarse, las creencias, la forma de ser, la manera en que nos sentimos, nuestras vivencias, motivaciones y la esencia como personas ((Cazalla-Luna & Molero, 2013). La autoaceptación es fundamental en el bienestar psicológico (Keyes, Ryff & Shmotkin, 2002)) (Soto, 2018).

Riesgo Psicosocial: Es la probabilidad de exceder las capacidades de un sistema frente a las consecuencias de un evento catastrófico económico, social, cultural, emocional o ambiental en un sitio particular durante un tiempo de exposición determinado. (Medina, 2009, pág. 157)

Sufrimiento existencial: el sufrimiento existencial como resultado del miedo al miedo de sufrir, lo que se experimenta ante aquello con lo que no puede hacerse nada, y que, al no poder integrar una experiencia en el contexto del sentido, el paciente queda pasivamente encerrado en la paradoja del sentido del sufrimiento, bloqueando su propia respuesta. Los estudios de Breitbart señalan la fuerte conexión entre pérdida de significado y la desesperación al final de la vida, (Stecca Battistella, 2008)

Capacidades:

Las posibilidades que tienen las personas para lograr funcionamientos valiosos en la vida y, por tanto, constituye un aspecto fundamental de la libertad que tiene una persona para llevar una determinada clase (Angarita, 2014)

5 Diseño metodológico

El presente proyecto de investigación se desarrolló desde un enfoque cualitativo, el cual refiere a estudios que tienen como objetivo comprender los pensamientos y sentimientos de las personas sobre cualquier fenómeno de interés. Los investigadores cualitativos recogen datos en lenguaje natural o datos cualitativos (palabras), en comparación con los datos cuantitativos, que son numéricos, para iluminar los hallazgos sobre cualquier tema de interés. Los fenómenos que se estudian en la investigación cualitativa son muy variados y dependen en gran medida del investigador y su disciplina de experiencia (Hernández, 2014).

5.1 Tipo de investigación

(IAP) investigación acción participativa se define como el “Método de investigación y aprendizaje colectivo de la realidad, basado en un análisis crítico con la participación activa de los grupos implicados, que se orienta a estimular la práctica transformadora y el cambio social” (Zabala, 2010).

5.2 Población

La población estuvo conformada por estudiantes de la IED Pompilio Martínez del municipio de Cajicá.

5.3 Muestra

Diez estudiantes de la IED Pompilio Martínez del Municipio de Cajicá Cundinamarca.

5.4 Tipo de muestra

Participantes voluntarios (también llamada autoseleccionada) y por conveniencia.

Técnicas de recolección de información

Entre las técnicas de investigación cualitativa seleccionadas para el desarrollo de este trabajo se encontró:

Entrevista estructurada: La entrevista definida según (Taylor y Bogan, 1986), “como un conjunto de reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y sus informantes, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que los informantes tienen respecto a sus vidas, experiencias o situaciones”. El tipo de entrevista que se usó se define como entrevista estructurada, la cual consiste en realizar una serie de preguntas estandarizadas.

- **Grupo de enfoque:** (Kitzinger, 1995) lo define como una forma de entrevista grupal que utiliza la comunicación entre investigador y participantes, con el propósito de obtener información.

5.5 Criterios de inclusión:

Se determinaron:

- Jóvenes hombres y mujeres, estudiantes de la IED Pompilio Martínez del municipio de Cajicá.
- Grados sextos al noveno
- Jóvenes con edades entre 13 a 18.
- Jóvenes con el uso de sus facultades cognitivas.
- Exposición al riesgo
- Disponibilidad de tiempo necesario para asistir a los talleres destinados por el terapeuta

5.6 Consideraciones éticas

Este trabajo se soporta bajo la resolución 8430 de 1993 (código ético), del Ministerio de salud y Protección Social, donde se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud, Título II: de la Investigación en Seres Humanos, Capítulo I: de los aspectos Éticos de la Investigación en Seres Humanos: en toda investigación en la que

el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar

- **LEY No 073 2013** “La presente Ley tiene como fin la reglamentación, del ejercicio de la profesión de los Terapeutas Psicosociales y la formulación de un Código Ético y Deontológico, que contempla los principios éticos, asegurando una práctica honesta, de acuerdo con el ordenamiento jurídico de nuestro país.

5.7 Cronograma de actividades

A continuación, se presenta el cronograma de las actividades generales en el marco de la presente investigación. (2021)

Semana de trabajo No	Actividad	Fecha
1	Formulación del anteproyecto	22 de febrero
2	Diseño e implementación de los instrumentos	1° de marzo
	Recolección de datos	3 de marzo
	Evaluación psicosocial	5 de marzo
3	Diagnóstico psicosocial	8 de marzo
	Inicio de sesiones de trabajo y encuentros	10 de marzo
	Elaboración y aplicación de la propuesta psicosocial	12 de marzo
4	Sesiones y encuentros con el sistema psicosocial (intervenciones individuales de 7 a 9 a.m. y las grupales de 9 a 10 o de 11 a 12 m.)	17 de marzo
	Aplicación de la propuesta psicosocial y continuación de sesiones de trabajo	19 de marzo
5	Encuentros con el sistema psicosocial (intervenciones individuales y grupales)	24 de marzo
	Encuentros con el sistema Psicosocial (intervenciones individuales y grupales)	26 de marzo
6	Encuentros con el sistema psicosocial (intervenciones individuales y grupales)	31 de marzo 2 de abril

7	Encuentros con el sistema psicosocial (intervenciones individuales y grupales)	7 de abril 9 de abril
8	Intervención grupal y personal	14 de abril 16 de abril
9	Intervención grupal individual	21 de abril
	Intervención grupal	23 de abril
10	Intervención grupal personal	28 de abril
	Intervención grupal individual	30 de abril
11	Finalización de los encuentros	5 de mayo
	Cierre de los encuentros	7 de mayo

6 PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL

A continuación, se detalla las etapas de intervención implementadas en el programa.

6.1 Evaluación psicosocial

En primera medida, se hizo un acercamiento al sistema psicosocial con el fin de identificar y comprender sus necesidades, vulnerabilidad, recursos. También, se hizo una inmersión en el contexto, identificando sus conocimientos básicos sobre el tema: Sentido de vida, por lo cual se diseñó y se recogió información a través de entrevistas estructuradas y grupos focales, esto para recolectar la mayor información siendo insumo para el abordaje óptimo y asertivo sobre la gestión del riesgo frente a la pérdida del sentido de vida. Según lo anterior, se logró establecer la problemática como el riesgo frente a la pérdida del sentido de vida en el sistema psicosocial donde se da una categorización como (sujetos) estudiantes, (otros) padres de la familia y (contexto complejo) Institución educativa y comunidad en general. Los participantes del estudio fueron estudiantes de los grados 7,8 y 9, los cuales debieron tener claro los procesos de intervención y que su participación habría de ser voluntaria, con el fin de gestionar el riesgo frente a la pérdida del sentido de vida, a través de un programa de atención en intervención psicosocial.

6.2 Diagnóstico psicosocial

En esta etapa, se llevó a cabo la consolidación de la evaluación psicosocial, a partir de la cual se hizo el reconocimiento y caracterización de la amenaza, identificando al sujeto y vulnerabilidad frente a la ocurrencia del evento. Es decir, la pérdida del sentido de vida, donde se pudo analizar de acuerdo con el análisis de los datos recogidos que la baja comunicación asertiva en los hogares generaba que los participantes fueran vulnerables ante la pérdida del sentido de vida, estrés, ansiedad, depresión o incluso generar un vacío existencial. Se identificó como vulnerabilidad además la carencia del tiempo para compartir en familia, dado que los padres tenían obligaciones laborales que también impedían generar espacios o tiempo de calidad. Por otra parte, se logró identificar factores protectores como el acompañamiento y apoyo de la familia a nivel educativo, el contar con redes sociales y de apoyo externo como la institución educativa de la que hacían parte. La institución educativa fue un garante como agente activo, prestando apoyo y atención a los estudiantes en sus

diversos procesos institucionales. Para finalizar, se pudo establecer que el sistema psicosocial identificado se encontraba en riesgo de presentar una pérdida de sentido de vida, en parte también a la pandemia dada.

6.3 Atención e intervención psicosocial

Esta correspondió a la última etapa de atención e intervención psicosocial en la que, de acuerdo con las necesidades identificadas, se diseñó e implementó una propuesta de atención e intervención psicosocial, la cual tuvo por objetivo Construir habilidades psicosociales para la vida a partir de la gestión del riesgo frente a la pérdida del sentido de vida en estudiantes vinculados a la IED Pompilio Martínez del municipio de Cajicá, por lo cual se logró ejecutar la propuesta de atención e intervención psicosocial. Para la aplicación de esta propuesta se generó la realización de encuentros con sujeto otros y contexto donde debido al tiempo de pandemia y de razones externas al programa no se logró hacer la intervención con otros y contexto. Las intervenciones con el sujeto se llevaron a cabo 2 veces por semana, específicamente, los días martes y viernes y para el desarrollo de cada una de las actividades planteadas en el cronograma y el apoyo a otras temáticas fue necesario ajustarse a las necesidades del sistema psicosocial por lo que las temáticas que se abordaron fueron convenientes.

De acuerdo con lo anterior, el programa de atención e intervención psicosocial brindó el abordaje de los temas como autoconocimiento, los autos esquemas, derechos humanos, ética y valores, el sentido de vida, resiliencia, espiritualidad, entre otras, las cuales fueron temáticas de total importancia para el sistema psicosocial por lo que se realizaron 26 encuentros en total.

Se empleó dentro de las técnicas de relajación, la meditación mediante la respiración donde se dispuso al sistema psicosocial (sujeto) el desarrollo de la conciencia plena el estar aquí y ahora, generando un estado de concienciación plena, con el fin de reducir estresores, generando un estado de tranquilidad y paz, gestionar sentimientos y emociones reprimidas facilitando una atmósfera terapéutica agradable y con sentido y significado.

7 RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos del programa de atención e intervención psicosocial con metapropósito de construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo, frente a la pérdida del sentido de vida en estudiantes vinculados a las IED del municipio de Cajicá.

7.1 Problema psicosocial

El problema identificado corresponde al problema tipo II, correspondiente al riesgo de la pérdida de sentido de vida en el sistema psicosocial, en este caso, estudiantes del grado 9 de la institución educativa Pompilio Martínez del municipio de Cajicá.

Es un evento de origen antrópico, lo cual quiere decir que es llevado a cabo por una persona un ser humano, es de tipo gradual por lo cual se va desarrollando en el transcurso del tiempo por la vulnerabilidad del sistema psicosocial que lo expone al riesgo de padecer una pérdida del sentido de vida por su condición socioeconómica o disfuncionalidad familiar e incluso por falta de espacios para el desarrollo del bienestar; este evento se da de forma recurrente ya que se presenta de manera constante y se puede presentar en cualquier situación de la vida y con más frecuencia en la etapa del desarrollo como adolescente o joven.

La población adolescente o joven presenta factores de vulnerabilidad psicosocial por la falta de tiempo entre padres e hijos, también porque hay pocos espacios para visibilizar el evento.

De acuerdo con la problemática identificada, se puede afirmar que los resultados obtenidos son óptimos y alentadores, puesto que se generó la construcción de habilidades para la vida, también al fortalecimiento de sus auto esquemas, proyecto de vida, sentido de vida, donde se trabajó en el fortalecimiento de las herramientas para hacer frente a cualquier situación de riesgo.

7.2 Sistema psicosocial

Sujeto: las temáticas que se abordaron con el sistema psicosociales fueron la autoestima a través de la promoción de autovaloración puesto que el sistema psicosocial presentaba una baja autoestima. De ahí la importancia de la temática en mención, para el disfrute y bienestar de la vida desde la valoración como individuo parte de una sociedad y así, reducir el riesgo de la pérdida del sentido de vida

De acuerdo con lo anterior, se logró con el sistema psicosocial el reconocimiento de su yo, la autovaloración que generó seguridad y confianza en sí mismos para enfrentar el riesgo ante la pérdida del sentido de vida, a través de una apropiación de su sentido de vida. Lo anterior, ayudó a contribuir en la consecución de los objetivos planteados al inicio del programa frente al desarrollar herramientas y habilidades para enfrentar situaciones de vacío existencial trabajando con sujeto, con el fin resignificar y cobrar importancia de la vida.

A través de la técnica biodanza se generó espacios de aprendizaje y exteriorización de emociones o sentires reprimidos, donde se logró que el sistema psicosocial tome conciencia sobre su sentido de vida, a través de la reflexión y mediante el movimiento por medio de la danza, y el reconocimiento como seres únicos, irrepetibles, tener un acercamiento del yo y y los auto esquemas generando una valía y apropiación a la vida.

7.3 Metapropósito

El meta propósito que se abordó de acuerdo con la necesidad de la población, correspondió a construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo frente a la pérdida del sentido de vida en la institución educativa Pompilio Martínez.

Se fortalecieron las habilidades psicosociales como el liderazgo, también la construcción de redes de apoyo que fue primordial en ese sistema psicosocial para enfrentar el riesgo de la

pérdida del sentido de vida.

Se logra contribuir al reconocimiento del estudiante ante situaciones estresantes o crisis existenciales donde el sistema psicosocial cuenta con herramientas para hacerle frente a esta problemática no solo para él si no para su entorno, generando líderes multiplicadores.

7.4 Modelo psicosocial Emergente

Desde el modelo psicosocial emergente se logró realizar un análisis multidimensional de la problemática, lo cual permitió identificar los factores psicosociales necesarios para ser trabajados con el fin de generar transformación en los sujetos y contexto.

Desde el pilar epistemológico y tomando allí el paradigma fenomenológico se logró realizar una aproximación hacia la perspectiva del sistema psicosocial en riesgo de sufrir un impacto catastrófico, por lo cual en el momento de diseñar el programa de atención e intervención psicosocial se tuvo en cuenta la perspectiva de la población.

Frente a la perspectiva metodológica se logró de acuerdo con las necesidades identificadas, plantear un programa de atención e intervención psicosocial, donde el sistema psicosocial fue agente de su propio cambio.

8 CONCLUSIONES

Del presente programa de atención e intervención psicosocial se puede concluir que:

8.1 Problema psicosocial

El desarrollo del presente programa de atención e intervención psicosocial estuvo enfocado en el problema psicosocial tipo II y permitió buscar soluciones para evitar la pérdida del sentido de vida. De acuerdo con lo anterior, se concluye que esta es una problemática latente en la comunidad, que no discrimina ciclo vital, por lo que es necesario desarrollar programas que disminuyan factores de vulnerabilidad ante la pérdida del sentido de vida.

La posible pérdida del sentido de vida es un riesgo en este sistema psicosocial, es una amenaza que se presenta de manera frecuente en el territorio debido a distintos factores de riesgos psicosociales.

Sistema Psicosocial:

En cuanto al sistema psicosocial, se puede concluir que a pesar de los factores psicosociales que lo sitúan en la vulnerabilidad, su capacidad de afrontar las dificultades desde una perspectiva esperanzadora y no catastrófica les hace fortalecer el sentido de vida donde los sueños, anhelos y expectativas hacia la mejora de una vida llena de sentido, bienestar y equilibrio, son factores protectores y positivos. EL sistema psicosocial logra estar fortalecido, con un potencial de liderazgo, altruismo, compañerismo en beneficio de su entorno.

8.2 Metapropósito

Se concluye que la construcción de habilidades psicosociales para la vida frente a la gestión del riesgo en la pérdida del sentido de vida en las etapas tempranas del ciclo vital, contribuye a la creación de factores protectores en el sujeto otros y contexto, lo cual evita la aparición de un evento catastrófico y en muchas ocasiones la pérdida de la vida misma.

8.3 Modelo psicosocial

El Modelo psicosocial emergente como modelo de intervención, brinda a través de sus bases epistemológica, ontológica y metodológica, herramientas más que necesarias para el abordaje integral de los problemas psicosociales. Lo anterior, permite una consolidación de una visión integradora de la problemática a partir del análisis multidimensional, que permite ver las capacidades y los recursos con los que cuenta las poblaciones afectadas o que se encuentran en riesgo de ser impactadas por un evento catastrófico, lo cual contribuye a generar intervenciones objetivas que se traducen en resultados favorables en beneficio de la sociedad.

9 Recomendaciones

- Se recomienda dar continuidad con los programas de recobrando sentido de vida y sensibilización.
- Generar espacios de sentido de vida en la institución con padres de familia e hijos
- Desarrollar líderes para la fomentación y el apoyo en situaciones complejas

10 Bibliografía

- Ana G. Gutiérrez-García, C. M. (2006). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/582/58229510.pdf>
- Angaritaa, M. J. (2014). Obtenido de [file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasCapacidadesEnAmartyaSen-5010857%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasCapacidadesEnAmartyaSen-5010857%20(1).pdf)
- Angaritaa, M. J. (2014). Obtenido de [file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasCapacidadesEnAmartyaSen-5010857%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasCapacidadesEnAmartyaSen-5010857%20(1).pdf)
- Aquino, T. A. (17 de Agosto de 2016). *univercidad del rosario* . Obtenido de <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/3728>
- Aquino, T. A. (2017). Obtenido de <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/3728>
- Beatriz Corona Miranda I, M. H. (s.f.). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1729-519X2016000100011&script=sci_arttext&tlng=pt
- Blanco, A. D. (2017). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/122/12252818012/html/>
- Frank, V. (2020). Obtenido de AIM DIGITAL : <https://www.aimdigital.com.ar/salud-y-bienestar/el-sentido-de-la-vida-segun-viktor-frankl.htm#:~:text=El%20sentido%20de%20la%20vida%20seg%C3%BAAn%20Viktor%20Frankl%20est%C3%A1%20en,para%20el%20propio%20ser%20humano.>
- Gomez, C. H. (2021). Obtenido de <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014425/014425.pdf>
- Gutiérrez García, A. G., Contreras, C. M., & Orozco Rodríguez, R. C. (2006). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/582/58229510.pdf>
- Heredia, M. E. (2013). Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33344776/2013-Migracion_y_salud_mental_en_mujeres-UDG-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1668176047&Signature=DtEVOObYCoYpgB1tyckRcEz-z1StptsOZ~Rv38kW7yGhMBmVLktqTXhi~IUxAxJcO6dSXus87oc9Ao7qZSIwLk7n9BEei0zRKxU9qcN1S8k6MvH
- Hernández Mirabal, L. & (mayo de 2015). Obtenido de <http://www.revmgisld.cu/index.php/mgi/article/view/11/7>
- <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/3728>. (2017). Obtenido de <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/3728>
- Lambert, C. (2006). *scielo*. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0049-34492006000300008

- Magnolia del Pilar Ballesteros, I. M. (2010). Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502010000300007
- Maldonado, C. E. (2005). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/532/53200205.pdf>
- Mora Gomez, C. H. (2021). Obtenido de https://ciencia.lasalle.edu.co/doct_educacion_sociedad/66/
- Riso, W. (s.f.). Obtenido de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v16n1/01.pdf>
- Riso, W. (1990). *Aprendiendo A QUERERSE a si mismo*. medellin : Norma.
- Riverón Cruzata, L. G. (2016). Obtenido de http://www.rev16deabril.sld.cu/index.php/16_04/article/view/426
- salud, o. m. (17 de julio de 2021). *Organizacion mundial de la salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Salud, O. P. (2016). Obtenido de <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/31167/9789275319192-spa.pdf>
- Soto, Y. M. (2018). Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Yessica-Martinez-Soto/publication/344724917_Desarrollo_del_potencial_humano_en_el_ambito_universitario/links/5f8bd2b4299bf1b53e2f1ccb/Desarrollo-del-potencial-humano-en-el-ambito-universitario.pdf#page=21
- Stecca Battistella, C. (2008). Obtenido de [https://www.revistaeldolor.cl/numero-52/sufrimiento-existencial-relacionado-al-bloqueo-con-las-fuentes-de-sentido-en-la-persona-mayor-paciente-paliativa#:~:text=Spaemann%20\(1991\)%20refiere%20el%20sufrimiento,paradoja%20del%20sentido%20del%20sufrimiento%2C](https://www.revistaeldolor.cl/numero-52/sufrimiento-existencial-relacionado-al-bloqueo-con-las-fuentes-de-sentido-en-la-persona-mayor-paciente-paliativa#:~:text=Spaemann%20(1991)%20refiere%20el%20sufrimiento,paradoja%20del%20sentido%20del%20sufrimiento%2C)
- Zabala, M. E. (2010). Obtenido de <https://www.dicc.hegoa.ehu.eus/listar/mostrar/132#:~:text=M%C3%A9todo%20de%20investigaci%C3%B3n%20y%20aprendizaje,transformadora%20y%20el%20cambio%20social.>

11 Anexos

11.1 Formato consentimiento informado

FORMATO CONSENTIMIENTO INFORMADO

TERAPIAS PSICOSOCIALES

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN EL PROYECTO PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON METAPROPÓSITO DE CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO, FRENTE A LA PÉRDIDA DEL SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES VINCULADOS A LAS IED DEL MUNICIPIO DE CAJICÁ

Yo, _____ Identificado con C.C No. _____
vinculado a la Institución _____, con residencia en _____
teléfono _____ de _____ años de edad manifiesto que he sido informado de la
investigación “PROPUESTA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL
ORIENTADA A LA CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA DESDE LA
GESTIÓN DEL RIESGO RECOBRANDO EL SENTIDO DE VIDA ” realizado por la
Facultad de Terapias Psicosociales, de la Universidad Antonio Nariño y tengo conocimiento
de los objetivos y fases del estudio, así como de los beneficios de participar en el Proyecto.

Fui informado y manifiesto haber obtenido respuesta a todos mis interrogantes y dudas al
respecto. Estoy informado que mi participación en el proyecto es libre y voluntaria. Acepto
dar mi testimonio y que este sea publicado para fines académicos en el marco de las
consideraciones éticas vigentes establecidas.

Conozco los objetivos del Proyecto descritos a continuación:

El objetivo general de la investigación hace referencia a contribuir a los procesos de transformación cultural y de aceptación de los niños, niñas, jóvenes y adolescentes discriminados, por medio de espacios de aprendizaje y el fortalecimiento de herramientas para el autoconocimiento, el empoderamiento y la autogestión.

La investigación se categoriza como riesgo mínimo.

Los beneficios de la investigación están orientados a un acompañamiento integral al sistema psicosocial por medio de un proceso de aprendizaje e intercambio de saberes y herramientas que propicien espacios de crecimiento y fortalecimiento de habilidades.

- Acepto participar libre y voluntariamente en el estudio mencionado.

Firma

Firma _____

Nombre(s), Apellido(s) del

Nombre(s), Apellido(s) del investigador

Participante

Principal

C.C o CE

C.C o CE

11.2 Entrevistas

11.2.1 Entrevista #1

¿Hoy cómo te sientes?: Comenta tu respuesta

Rta: Me siento bien, contenta al saber que estoy teniendo buenas calificaciones en mi estudio y mucho mejor con la música que me acompaña al hacer cada cosa.

¿Por qué acepto a participar?: Deja tu Opinión

Rta: Porque, así como yo quiero aprender sobre el sentido de la vida, también quiero ayudar a las o la persona que necesite un consejo o alguna ayuda para que se sienta bien consigo mismo y que pueda encontrarle el sentido a la vida.

¿Para ud que es Recobrar el sentido de vida?

Rta: Para mí recobrar el sentido de la vida es buscar de alguna u otra manera eso que ya no siento o algo que hace falta en mí pero que al buscar varias alternativas se que aún existe.

¿Tiene algún proyecto de vida? ¿Cuál?

Rta: Si, como proyecto de vida tengo esforzarme y dar lo que más pueda en ms estudios para poder ganar una beca y si me va muy bien poder hacer un intercambio a otro país y terminar mis estudios allá.

¿Qué es lo que te hace seguir adelante?

Rta: El saber que día a día tengo muchos misterios que descubrir, que mientras más creces, más maduras le vas encontrando cada vez más el sentido a la vida, también me motiva el escuchar música a la hora de hacer algunos trabajos u oficios.

¿Es creyente de alguna religión? Cual y comenta tu experiencia

Rta: Soy católica, ha sido una experiencia muy buena ya que con mi familia oramos mucho, mis padres me han ido enseñado sobre la importancia que tiene esta religión.

¿En quién te apoyas? En el ámbito familiar nombrar y por qué ¿?

Rta: En mi mamá, se llama Doris, me apoyo en ella porque es quién ha estado toda la vida conmigo, me ha ayudado bastante, siempre que la necesito ella está ahí buscando alguna respuesta para ayudarme.

¿Algunos Hobbits que quieras compartirnos o cual quisieras realizar?

Rta: En mis ratos libres suelo leer, trato de hacer mi rutina de ejercicios y en algunos casos toco un instrumento (lira) para relajarme un rato

¿Tienes algún Miedo?

Rta: Si, mi mayor miedo es perder a mi familia

Tienes alguna frase palabra o por decir coméntala ¿?

Rta: Es una frase que un día leí en un libro y dice: “La tragedia del hombre moderno no es que sabe cada vez menos sobre el sentido de su propia vida, sino que se preocupa cada vez menos por ello.” - Václav Havel.

¿Hoy cómo te sientes?: Comenta tu respuesta

Me siento bien

¿Por qué aceptó participar?; Deja tu Opinión

Fui una de la que eligieron y me gusta participar en dicha actividad

¿Para ud que es Recobrar el sentido de vida?

Rta: es el saber porque estamos aquí de dónde vinimos y a donde vamos

¿Tiene algún proyecto de vida? ¿Cuál?

Rta: Servir a Dios siempre lograr mi carrera de militar y tener una familia

¿Qué es lo que te hace seguir adelante?

Rta: Mis hermanas y el ser alguien en la vida

¿Es creyente de alguna religión? Cual y comenta tu experiencia

Si soy cien por ciento católica soy monaguillo de la iglesia católica inmaculada Concepción en Cajicá así mismo mis padres son Emaús y próvida desde el momento de Concepción

¿En quién te apoyas? En el ámbito familiar nombrar y por qué ¿?

Siento que cada persona tiene un aporte en mi apoyo es mis padres y mi abuela ya que me han apoyado en las buenas y en las malas y me han apoyado a conseguir varias de mis metas logrado obtener reconocimientos tanto en el colegio como en deportes y demás

¿Algunos Hobbies que quieras compartimos o cuál quisieras realizar, ?

Me gusta el voleibol la danza pródida y Dios

¿Tienes algún Miedo ?

La muerte

Tienes alguna frase palabra o por decir coméntala ¿¿?

cualquier país que acepta el aborto no le está enseñando a su gente amar sin usar cualquier acto de violencia para obtener lo que quiere

-Madre Teresa de Calcuta

11.2.2 Entrevista #2

¿Hoy cómo te sientes?: Comenta tu respuesta

Bien animado

¿Por qué acepto a participar? ; Deja tu Opinión

Porque me parece interesante la propuesta

¿Para ud que es recobrar el sentido de vida?

Rta: Saber que es sentirse vivo sin la preocupación de la escuela

¿Tiene algún proyecto de vida? ¿Cuál?

Rta: si

Un proyecto de vida que hicimos en la escuela en sexto

¿Qué es lo que te hace seguir adelante?

Rta: Mi familia

¿Es creyente de alguna religión? Cual y comenta tu experiencia

Católica mi experiencia es que después de la vida hay un paraíso para los buenos y un infierno para los malos

¿En quién te apoyas? En el ámbito familiar nombrar y por qué ¿?

me apoyo en cómo va a hacer mi vida en el futuro y cómo va a afectar eso a mi familia

¿Algunos Hobbits que quieras compartirnos o cual quisieras realizar, ?

Me encanta escuchar música jugar videojuegos y me gustaría relajarme mas

¿Tienes algún miedo ?

Tengo miedo a defraudar a mi familia

Tienes alguna frase palabra o por decir coméntala ¿¿?

“Lo hecho hecho está” y si se hizo algo malo “el pasado pasado”

¿Hoy cómo te sientes?: muy bien

¿Por qué acepto a participar? ; para sentirme bien

¿Para ud que es Recobrar el sentido de vida?

Rta: saber para que estoy echo en la vida y saber mi propósito de vivir

¿Tiene algún proyecto de vida? ¿Cuál?

Rta: si tener una casa propia

¿Qué es lo que te hace seguir adelante?

Rta: mi felicidad y mi positivismo

¿Es creyente de alguna religión? Cual y comenta tu experiencia católico y mi experiencia a sido buena

¿En quién te apoyas? En el ámbito familiar nombrar y por qué ¿? En mi madre ya que es la que más me conoce

¿Algunos Hobbits que quieras compartirmos o cual quisieras realizar, ? dibujar

¿Tienes algún Miedo ? la oscuridad

Tienes alguna frase palabra o por decir coméntala ¿? El esfuerzo en esta vida es inútil si te

Rindes

11.2.3 Entrevista #3

¿Hoy cómo te sientes?: Comenta tu respuesta

Rta: Me siento bien, y a la vez un poco preocupada pues voy perdiendo varias asignaturas

¿Por qué acepto a participar?: Deja tu Opinión

Rta: Porque, así como yo quiero aprender sobre el sentido de la vida, también quiero ayudar a las o la persona que necesite un consejo o alguna ayuda para que se sienta bien consigo mismo y que pueda encontrarle el sentido a la vida.

¿Para ud que es Recobrar el sentido de vida?

Rta:

¿Tiene algún proyecto de vida? ¿Cuál?

Rta: es sobre todo aprender a vivir haciendo lo q mas me gusta

¿Qué es lo que te hace seguir adelante?

Rta saber q más adelante voy a tener cosas muy buenas en mi vida

¿Es creyente de alguna religión? Cual y comenta tu experiencia

Rta: Soy católica, ha sido una experiencia muy buena ya que con mi familia oramos mucho, mis padres me han ido enseñado sobre la importancia que tiene esta religión.

¿En quién te apoyas? En el ámbito familiar nombrar y por qué ¿?

Rta: em mi mama maryenis mi papa Justiniano xq ellos son mis papas y no creo q hagan nada para dañarme

¿Algunos Hobbits que quieras compartirnos o cual quisieras realizar?

Rta: jugar voleibol es mi pasión suelo jugar también futbol pero no me hace tan feliz como lo hace el voleibol

¿Tienes algún Miedo?

Rta: Si, mi mayor miedo es perder a mi familia y a una persona muy especial para mi vida

Tienes alguna frase palabra o por decir coméntala ¿?

Rta: La vida no es un problema a ser resuelto, es una realidad a experimentar

11.2.4 Entrevista #4

¿Hoy cómo te sientes?: Comenta tu respuesta

Rta: Me siento bien, contenta al saber que estoy teniendo buenas calificaciones en mi

estudio y mucho mejor con la música que me acompaña al hacer cada cosa.

¿Por qué acepto a participar?; Deja tu Opinión

Rta: Porque, así como yo quiero aprender sobre el sentido de la vida, también quiero ayudar a las o la persona que necesite un consejo o alguna ayuda para que se sienta bien consigo mismo y que pueda encontrarle el sentido a la vida.

¿Para ud que es Recobrar el sentido de vida?

Rta: Para mí recobrar el sentido de la vida es buscar de alguna u otra manera eso que ya no siento o algo que hace falta en mí pero que al buscar varias alternativas se que aún existe.

¿Tiene algún proyecto de vida? ¿Cuál?

Rta: Si, como proyecto de vida tengo esforzarme y dar lo que más pueda en ms estudios para poder ganar una beca y si me va muy bien poder hacer un intercambio a otro país y terminar mis estudios allá.

¿Qué es lo que te hace seguir adelante?

Rta: El saber que día a día tengo muchos misterios que descubrir, que mientras más creces, más maduras le vas encontrando cada vez más el sentido a la vida, también me motiva el escuchar música a la hora de hacer algunos trabajos u oficios.

¿Es creyente de alguna religión? Cual y comenta tu experiencia

Rta: Soy católica, ha sido una experiencia muy buena ya que con mi familia oramos mucho,

mis padres me han ido enseñado sobre la importancia que tiene esta religión.

¿En quién te apoyas? En el ámbito familiar nombrar y por qué ¿?

Rta: En mi mamá, se llama Doris, me apoyo en ella porque es quién ha estado toda la vida conmigo, me ha ayudado bastante, siempre que la necesito ella está ahí buscando alguna respuesta para ayudarme.

¿Algunos Hobbits que quieras compartirmos o cual quisieras realizar?

Rta: En mis ratos libres suelo leer, trato de hacer mi rutina de ejercicios y en algunos casos toco un instrumento (lira) para relajarme un rato

¿Tienes algún Miedo?

Rta: Si, mi mayor miedo es perder a mi familia

Tienes alguna frase palabra o por decir coméntala ¿?

Rta: Es una frase que un día leí en un libro y dice: “La tragedia del hombre moderno no es que sabe cada vez menos sobre el sentido de su propia vida, sino que se preocupa cada vez menos por ello.” - Václav Havel.

1.1.1 Grupo focal

Asistencia: 12 personas

NIVEL PERSONAL

¿Qué te hace feliz?

¿Qué es lo que te agrada en tu vida?

¿Qué es lo que más te gusta hacer cuando estas solo

FAMILIAR

¿Cuentas con el apoyo de tu familia?

¿De qué manera compartes tiempo en familia?

¿De qué manera tu familia expresa sus sentimientos? _____

SOCIAL

¿Sientes miedo de no ser aceptado?

¿vives tu vida para ser feliz o para hacer feliz a los demás?

1.2 Análisis de la información



PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON
METAPROPÓSITO DE CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES
PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO, FRENTE A LA PÉRDIDA DEL
SENTIDO DE VIDA EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO POMPILIO MARTINEZ
VINCULADOS A LA IED DEL MUNICIPIO DE CAJICA

Nombre del entrevistador:

JAIME ALBERTO PAEZ MORENO

Contribuir a la construcción de habilidades para la vida desde la gestión de riesgo, frente a la pérdida del sentido de vida en estudiantes del colegio Pompilio Martínez vinculados a la IED del municipio de Cajicá

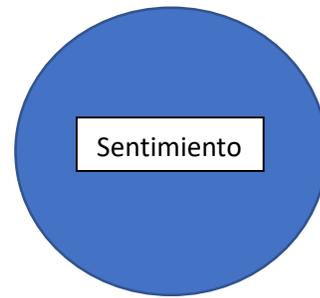
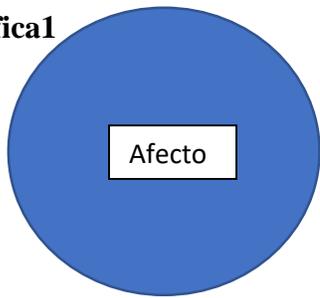
A continuación, se presenta el análisis de datos obtenidos mediante entrevista estructurada y grupo de enfoque aplicada en el COLEGIO POMPILIO MARTINEZ VINCULADOS A LA IED DEL MUNICIPIO DE CAJICA ESTUDIANTES DE GRADO 9

Entrevistado 1

Pregunta 1	Conceptos claves	Categoría	Análisis
¿Qué estarías hacer dispuesto por ti ? Recordar momentos felices que he pasado comer una	Felicidad Bienestar	Afecto(1) Sentimiento(1)	El participante relaciona la palabra felices con aquellas acciones como de una

cosa que me guste y escuchar música			comida o escuchar música
¿es tas dispuesto de aprender el sentido de la vida? Si para saber qué valor tiene nuestra vida	Valores Motivación Responsabilidad	Afecto(1) Sentimiento (2)	El palpitante relaciona la palabra valor con el saber así interpretándolo como significado de la vida
¿Qué te motiva en la vida ? Compartir con mis compañeros y tener un futuro prometedor	Amistad Proyecto de vida	Afecto(1) Sentimiento (1)	El participante mediante la amistad d lo asocia con el compartir esto le genera motivación y también manifiesta que tener un futuro óptimo
¿cuentas con alguien que te escucha y te acompaña? Mi madre	Familia	Sentimiento (1)	El participante manifiesta que la figura materna de la lo compañía en una escucha activa

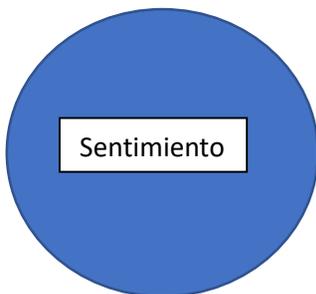
Grafica 1



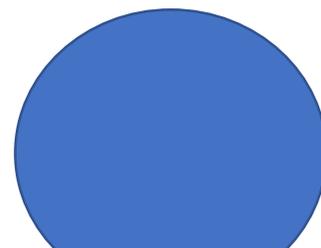
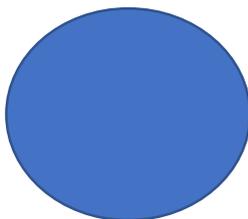
Grafica 2



Grafica 3



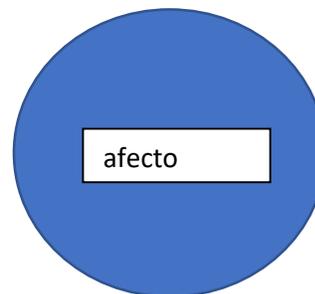
Grafica 4



Afecto

Sentimiento

Grafica 5



Grafica 6



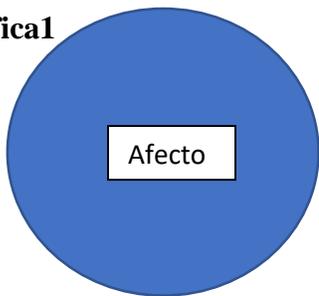
Participante 2

Pregunta 1	Conceptos claves	Categoría	Análisis
1. para mí el sentido de vida sería esa motivación que te anima a ti a	Felicidad Bienestar	Afecto(1) Sentimiento(1)	El participante relaciona la palabra felices con aquellas acciones como de una

levantarte cada día y seguir adelante			comida o escuchar música
2.pues en mi parte soy un poco frio así que no lo demuestro mucho y si estoy contento lo que hago seria ver una sonrisa en mi cara	Sentimiento	Afecto(1)	El participante relaciona que es un poco frio con que no demuestra mucho sus sentimientos
3. pues cuando yo me veo triste lo que siempre hago es escuchar música ya que por mi parte me ayuda mucho y también comer :)	Hobit Bienestar	Afecto(1) Sentimiento (1)	El palpitante la palabra triste la menciona que mediante la música exterioriza sus emociones de tristeza con el
4.si estaría dispuesto ya que aprendería cosas nuevas y tendría más motivos para seguir luchando	Motivación Conocer	Afecto(1) Sentimiento (1)	El participante manifiesta estar dispuesto para así aprender de situaciones que aporte en la vida apositivo y lo motive

<p>5. mi motivación es llegar a cumplir mis sueños y ser alguien en la vida para un día hacer sentir a mi mama orgullosa del hijo que crio :).</p>	<p>Proyecto de vida Plan de vida Familia Cariño</p>	<p>Afecto (3) Sentimiento(1)</p>	<p>El participante manifiesta que le da motivación ser alguien en la vida y a su vez la figura materna darle un reconocimiento hacer las situaciones para que se sienta orgullosa</p>
<p>6. si si cuento con alguien y me aconseja mucho.</p>	<p>Aconsejar Familia Amigos</p>	<p>Afecto (2) Sentimiento(1)</p>	<p>Manifiesta la persona que tiene red quien cuenta con alguien para exteriorizar y aconseja</p>

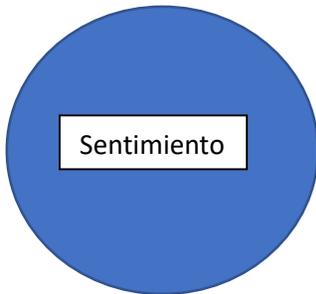
Grafical



Grafica 2



Grafica 3



Grafica 4



Participante 3

Pregunta 1	Conceptos claves	Categoría	Análisis
<p>¿Qué significa para ti el sentido de vida?</p> <p>los objetivos que planeo para mi vida, todas mis decisiones y cosas que me hacen querer seguir adelante</p>	<p>Felicidad</p> <p>Bienestar</p> <p>Sentido de vida</p>	<p>Afecto(2)</p> <p>Sentimiento(1)</p>	<p>El participante relaciona la palabra felices con aquellas acciones como de una comida o escuchar música</p>
<p>¿Cómo exterioriza sus sentimientos?</p> <p>Pasando el tiempo con mi familia porque siento su apoyo, escuchando música con la que me siento cómoda. Aunque no muy seguido demuestro mis sentimientos a los demás y termino encerrándome en mi tristeza o mi felicidad.</p>	<p>Tristeza</p> <p>felicidad</p> <p>compartir</p>	<p>Sentimiento (2)</p> <p>Afecto (1)</p>	<p>La participante manifiesta que con la familia pasa el tiempo y es un apoyo también dice que no demuestras sus emociones</p>

<p>¿Qué estaría haciendo por mí? Leer algo interesante y tratar de superarme, arreglándome para sentirme bien y poder demostrarme que me quiero y querer tener una buena autoestima</p>	<p>Valores Motivación Responsabilidad Sentido vida</p>	<p>Afecto(2) Sentimiento (3)</p>	<p>El palpitante relaciona la palabra bien con una buena autoestima siendo esto un generador para el bienestar</p>
<p>¿Estás dispuesto a conocer o aprender del sentido de la vida? Si, quisiera conocer mas de la vida que puedo dar mas de lo que creen</p>	<p>Amistad Proyecto Autorrealización Sentido vida</p>	<p>Afecto(3) Sentimiento (2)</p>	<p>El participante mediante la vida quiere aprender y ser una persona con un autoreconocimiento y sobresaliendo en ser el mejor</p>
<p>¿Qué te motiva a seguir?</p>			<p>El participante manifiesta que quiere hacer sentir</p>

<p> Mi mama y mi papa, poder hacerlos sentir orgullosos de mi y demostrarle que puedo dar mas de lo que creen </p>	<p> Familia Auto trascender </p>	<p> Sentimiento(1) Afecto (1) </p>	<p> orgullosos a su familia de los logros y metas </p>
<p> ¿Tienes una persona que te escucha? Si, mi familia en general </p>	<p> Familia </p>	<p> Afecto (1) </p>	<p> Manifiesta que la familia es una red de apoyo </p>

DEFINICIONES SEGUN EL RAE

Proyecto de vida

El proyecto de vida es un plan trazado, un esquema vital que encaja en el orden de prioridades, valores y expectativas de una persona que como dueña de su destino decide cómo quiere vivir

Familia

Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas. 2. f. Conjunto de ascendientes, descendientes, colaterales y afines de un linaje.

Amistad

Afecto personal , puro y desinteresado , compartido con otra persona , que nace y se fortalece con el trato .

Felicidad

.

Estado del ánimo que se complace en la posesión de un bien.

Tristeza

Cualidad de triste.

Compartir

Repartir, dividir, distribuir algo en partes.

Participar en algo.

Bienestar

conjunto de las cosas necesarias para vivir bien; vida holgada o abastecida de cuanto conduce a pasarlo bien y con tranquilidad; 3) estado de la persona en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica

Motivación

Acción y efecto de motivar.

Vida

Fuerza o actividad esencial mediante la que obra el ser que la posee.

Sentido

Dicho de una cosa: Que incluye o expresa un sentimiento. Pronunció unas sentidas palabras.

Esta entrevista es fundamental y pertinente puesto que nos hace aproximar con el sistema psicosocial a intervenir también podemos comprender su punto de vista sobre el sentido de vida, también con quien cuenta en el ámbito de red familiar y de amistad, también podemos observar sus sentimientos y sensaciones que pueda presentarse en su presente cosmovisión de la vida y su actuar ante una sociedad el autor reconocimiento se puede observar sus auto esquemas por ejemplo el autor reconocimiento, auto trascendencia autoestima autovaloración entre otras también este tipo de investigación es permitiente para poder determinar el tipo de intervención que en obteniendo esta información se puede decir que el tipo de intervención es desde la gestión del riesgo donde iniciamos con una prevención y factores de riesgo que pueda estar incidiendo en esta población que donde pueda ocasionarse una pérdida de sentido de vida

1.3 Historia psicosocial

HISTORIA PSICOSOCIAL PARA LA CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO

FRENTE A recobrando el sentido de vida sistema psicosocial colegio Pompilio Martínez Cajicá , grado 9

EVALUACIÓN PSICOSOCIAL

EVENTO CATASTRÓFICO A EVITAR: Pérdida del sentido de vida

SEGÚN SU ORIGEN	SEGÚN SU TIPO	SEGÚN PRESENTACIÓN
<p>Natural :</p> <p>Antrópico: x</p> <p>Ya que es todo acto que se produce hacia algún niño y adolescente sobre la vida cotidiana y es partido por alguien esto es producido por lo de la comunidad por otros o el contexto complejo</p>	<p>Gradual : x</p> <p>Paralelo:</p> <p>Todo a la vez:</p> <p>Gradual ya que la Pérdida del sentido de vida se compone una serie de factores que facilitan que se presente problemas psicosociales de vida a causa multicausal</p>	<p>Recurrente: x</p> <p>Cíclico:</p> <p>Único:</p> <p>Se presenta en el ámbito de la comunidad y en lo familiar, pero puede ser recurrente, no sucede solo una vez y no siempre es de la misma forma.</p>

Caracterización del Sistema

Grupo (si aplica otro remplazarlo)

Teléfono del contacto	
Dirección del Contacto	Cajicá – Colombia
Nombre y origen del grupo	Hablemos estudiantes de grado 9
Estrato socioeconómico	Tamaño del grupo 10
Edad promedio de los integrantes del grupo	<p>15</p> <p>Distribución de roles</p> <p>Dentro de estos roles se encuentran distribuidos los del coordinador que es el conector y dispone de la población también la psicóloga quien monitorea y la profesora encargada del programa y alumnos.</p> <p>En los alumnos se encuentran líderes positivos que son los encargados de formar la disciplina en el curso, además de ser interesados sobre estos temas así se evidencia que este programa se implementa en extra clase</p>
Normas Cumplir con las normas que se encuentran implícitas en el manual de convivencia 2010 de la Institución, pero son poco tomadas en cuenta por este grupo ya que en la mayoría de las ocasiones no cumplen con los horarios establecidos para los inicios de los encuentros	Autoridad: La autoridad directa está establecida por la profesora del grupo, la cual es respetada y acatan las normas impartidas por ella dentro del aula de clase, de igual forma el rector del colegio imparte su autoridad y hace cumplir las normas dentro de la institución, también de igual forma el coordinador quien está pendiente del proceso y la psicóloga de la secretaria de educación
Otros aspectos	

DIAGNÓSTICO PSICOSOCIAL

Identificación de las características de los contextos donde se presentaría “el problema o evento catastrófico a evitar”

Corresponde a la lectura directa de los ambientes donde está el sistema psicosocial en riesgo en el orden:

Geográfico: Se encuentra ubicado en el municipio de Cajicá. Esto es en el departamento de Cundinamarca Colombia debido a la pandemia y a la actualidad del país, están en riesgo de estresores o ansiedades, depresiones que conlleva la pérdida del sentido de vida.

Salud: Aunque poseen servicio de salud, no se ha utilizado de la mejor forma ya que se ha observado el deficiente estado de salud en que se encuentran algunos de los jóvenes del curso esto verificados por nutrición e cumplimiento con su salud y bienestar.

Educación: Son jóvenes que no se encuentran acorde con su grado escolar además que en el curso que se encuentran en la actualidad algunos de los alumnos aun no reconocen sus destrezas artísticas. Algunos de ellos les gusta el arte visual, manifiestan tener algún contacto con estos medios digital

Recreación:

La institución no cuenta con adecuadas zonas o plataformas de bienestar estudiantil además que en los descansos limitan a los jóvenes por espacios como este incluso

<i>CAUSAS</i>	<i>COMPONENTES</i>	<i>AMENAZAS</i>
<p>Causas raíces o subyacentes:</p> <p>La mayoría de ellos viven del comercio del alrededor puesto es un sector de fábricas zona industrial</p> <p>Nivel escolar de los padres que al no han podido o no han querido asistir a educación profesional</p> <p>Falta de comunicación de los padres a los hijos, ya que por el mínimo tiempo que se le dedica a causa de sus ocupaciones</p> <p>Cuidadores externos al núcleo familiar ya que los padres no se encuentran mucho tiempo es sus hogares</p>	<p>Presiones dinámicas:</p> <p>La sociedad: se evidencia que en el sector hay empresas e industrias que hace que los estudiantes no tengan una mayor interacción con el bienestar en cuestión de salud mental</p>	<p>Baja autoestima</p> <p>desnaturalización</p> <p>ideación suicida</p> <p>pérdida del sentido de vida</p> <p>vacío existencial</p>
<p>Procesos y dinámicas de vulnerabilidad</p>	<p>Condiciones inseguras: disponer mucho tiempo de internet sin un propósito , expuestos a despersonalización baja autoestima y pocas oportunidades de recreación o otras clases de factores que puedan generar una pérdida del sentido de vida</p>	
<p>Determinantes:</p>	<p>Acceso limitado a recursos:</p>	

Análisis psicosocial :El grupo se encuentra compuesto por 12 alumnos con edades entre 14 y 16 años, con un estrato socioeconómico 1-2,3 un grupo DE alumnos del municipio de Cajicá de acuerdo con lo anterior los padres trabajan y esto sería también un factor de riesgo por la falta de comunicación deriva sobre estos alumnos están en desventajas por lo que le queda poco tiempo para reforzar sus labores académicas en sus hogares, y esto también pueda ser un factor que genere estresores otros llegan solos a sus casa y no hay apoyo escolar de los padres ya que trabajan todo el día y pues con las actividades de la casa pues ya no hay un vínculo de comunicación y escucha asertiva Por otra parte son jóvenes que han sido educados en medio de la pandemia sea porque en el lugar de residencia donde algunos manifiestan las pérdidas de amigos del sector por otro ha conllevado que los alumnos adopten una actitud defensiva ante sus compañeros dando como resultado la intolerancia provocando en ellos agresiones verbales y físicas en ocasiones. También el trato no es humano sino más bien se pierde el compañerismo y el bienestar estudiantil pueda ser también un factor de riesgo por vacío existencial o crisis

Se detectó por parte de las entidades encargadas la falta de interés sobre el desarrollo de los encuentros esto generando una desmotivación por parte de los estudiantes . En general el reconocimiento y aceptación en los estudiantes se evidencia una fácil interiorización y exteriorización sobre temas relacionados sobre sentido de vida la autovaloración y el crecimiento espiritual se evidencia que su sistema psicosocial tiene una buena empatía con los demás armoniosamente .

Gestión del riesgo sobre el sistema psicosocial, en términos de daños o pérdidas, según aplique
Evento a evitar pérdida del sentido de vida.

PSICOSOCIALES	ÁMBITOS	LIGADOS A OTRAS VARIABLES
<p>Social</p> <p>El sistema psicosocial cuenta con entidades tales como: Colegio asistencia médica, entre otros. Pero estas no son suficientes a la hora de mitigar y/o eliminar la aparición de la pérdida del sentido de vida l a la cual está expuesto.</p>	<p>Persona</p> <p>El sistema psicosocial presenta una imagen irreal de sí mismo, no presenta comunicación asertiva, su autoestima se encuentra afectada por la situaciones de orden público y pandemia</p>	<p>Edad</p> <p>El sistema psicosocial evidencia que a raíz de estar en riesgo no ha podido desempeñarse bien en el aspecto familiar y su entorno siente que la edad es un factor de volatilidad y vulnerabilidad</p>
<p>Psicológico</p> <p>el sistema psicosocial puede sentirse con estrés por situaciones del entorno, físicas y psicológicas donde limita su capacidad de vivir</p>	<p>Familiar</p> <p>En su núcleo familiar se evidencia disfunciones las cuales no les permite tener una vida social propia.</p>	<p>Género</p> <p>En este caso se identifica que el sistema psicosocial esta propenso a situaciones de pérdida del sentido de vida sin que el género se ha u impedimento</p>
<p>Cultural</p> <p>El sistema psicosocial por la violencia ocasionada por su "esposa" ha generado cambios en sus creencias mitos y reglas.</p>	<p>Educativo</p> <p>No Aplica Ya que el sistema psicosocial expresa que está satisfecho con su nivel de estudios</p>	<p>Raza</p> <p>Latino Sur américa</p>
<p>Espiritual / Trascendente</p> <p>el sistema psicosocial debido situaciones de vacío existencial se ha apartado de las creencias y</p>	<p>Laboral</p> <p>No Aplica ya que El sistema psicosocial cuenta con apoyo familiar</p>	<p>Nivel de escolaridad</p> <p>No Aplica ya que el sistema psicosocial cuenta ya que se</p>

situaciones culturales religiosas cogiendo distanciamiento		encuentra cursando 9 noveno grado
Económico: No Aplica Puesto que el sistema psicosocial si cuenta con los recursos necesarios para subsistir por parte de la familia	Redes sociales El sistema psicosocial no tiene unas estrechas relaciones con amigos, si cuenta con red de amigos, pero solo en trabajos y situaciones académicas	Creencias religiosas El sistema psicosocial es creyente en el catolicismo
Político: El sistema psicosocial es conocedor de sus derechos donde no se es vulnerado por su condición	Redes familiares El sistema psicosocial cuenta con un núcleo familiar estable	Representaciones sociales por ser jóvenes se sienten excluidos de cambios trascendentales
Biológicas / Ambientales: la pérdida del sentido de vida genera una problemática personal en cuanto la afectación emocional y psicológica del sistema psicosocial	De comunicación El sistema psicosocial cuenta con los medios de comunicación necesarios, pero no son efectivos ya que no tienen la información completa	No de hijos por familia. No aplica ya que el sistema psicosocial no tiene hijos, aunque es un factor de riesgo

PROPUESTA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL

La propuesta de atención e intervención psicosocial está orientada a prevenir la pérdida del sentido de vida en los alumnos del grado noveno de bachillerato del colegio distrital "Liceo Pompilio Martínez.

Tomando como metodología básica la Investigación-acción participativa, se propone un modelo desde la gestión del riesgo como instrumento para la construcción de habilidades

sociales para la vida con el fin de permitirles un mejor desenvolvimiento en sus sistemas psicosociales.

Por tal motivo se implementarán talleres terapéuticos como un conjunto coherente y organizado de actividades encaminadas a la construcción de habilidades sociales y por ende a minimizar y evitar la aparición de este evento catastrófico reduciendo así su impacto en el sistema psicosocial intervenido.

Los talleres terapéuticos se realizarán dos veces por semana con una duración de una hora cada sesión para un total de 15 encuentros cuyas temáticas serán: la sensibilización, manejo de sentimientos, auto esquemas, convivencia, trabajo en equipo y resolución de conflictos todo esto enfocado a la reconstrucción del pensamiento, técnicas de dinámica grupal, desarrollo de habilidades de afrontamiento, asertividad, modificación de pensamientos y hábitos con estrategias, ,comunicación asertiva, vínculos familiares centrados en la evaluación del problema y las emociones, escucha activa, desarrollando estrategias que neutralicen o eliminen el riesgo frente a la pérdida de sentido de vida

1.4 Pre informes

 FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES PRE INFORME GRUPAL			
FECHA:	16/04/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar acercamiento a la población Presentación personal e entrevistas, escenario de escucha activa, empatía, rapport		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Paz Moreno		
1. ACTIVIDAD ROMPE HIELO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Presentación		
PROCEDIMIENTO	Se realizará la presentación del terapeuta al grupo a la apertura y la bienvenida a los encuentros		
3. ACTIVIDAD CENTRAL			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Normas y Compromisos		
PROCEDIMIENTO:	Se dará a Conocer las normas y el consentimiento informado Normas: Puntualidad y compromiso Respetar la palabra Lo que se diga aquí se queda aquí Cuando sea indicado apagar los celulares o medios de distracción Permanecer en la sala		

4. MARCO CONCEPTUAL	
<p>.</p> <p>Entrevista; Grupal y semi estructurada</p> <p>Consentimiento informado</p>	
7. BIBLIOGRAFÍA	

 FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES PRE INFORME GRUPAL			
FECHA:	21/04/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Exteriorizar las emociones y sentimientos generando una concientización sobre nuestros sentires		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Páez Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Descubriendo mi sentir		

PROCEDIMIENTO	Para iniciar se socializa preguntas como: Cómo se sienten hoy Que hace sentir Bien o Mal Quien ;Soy Yo
3. ACTIVIDAD CENTRAL	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Escribir y sentir
PROCEDIMIENTO:	Mediante una hoja en forma de escrito o palabras cómo se sienten hoy esto por medio del dialogo socrático la técnica logoterapia que mediante preguntas sobre su percepción
4. MARCO CONCEPTUAL	
.Logoterapia Dialogo socrático	
7. BIBLIOGRAFÍA	
http://unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2014/AVANCES.A.Salomon.pdf	



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	23/04/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Desarrollar conocimiento sobre las técnicas de relajación y respiración		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Paz Moreno		
1. ACTIVACION INICIAL			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	ESTIRANDOME		
PROCEDIMIENTO	Se realizará por medio de la música estiramiento físico para disponer y generar concentración para durante del encuentro al sistema psicosocial		
3. ACTIVIDAD CENTRAL			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	MI DIARIO		
PROCEDIMIENTO:	Se Le dirá al sistema psicosocial que vamos a elaborar un cuaderno o una agenda para que comiencen a escribir todos nuestros encuentros entonces para comenzar se le pedirá primero la elaboración de la porta y después se pondrá la primera frase del diario		
4. MARCO CONCEPTUAL			

Entrevista;

Consentimiento informado



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	28/04/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar conocimiento al sistema psicosocial sobre la técnicas de relajación respiración y meditación		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Páez Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Conciencia del respirar		
PROCEDIMIENTO	Se realizará con el sistema psicosocial una explicación sobre qué es relajación respiración y meditación luego de haberse explicado lo anterior se dispondrá al sistema psicosocial a la práctica de ellas		
3. ACTIVIDAD CENTRAL			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	MEDITACIÓN		

PROCEDIMIENTO:	Por medio de fotos de la naturaleza se introducirá la sistema psicosocial a una meditación guiada donde se explorara por medio de fotografías de paisajes de naturaleza y el sonido a tener un momento de meditación y relajación
----------------	---

4. MARCO CONCEPTUAL

EL ENTRENAMIENTO AUTÓGENO DE SCHULTZ ¿Qué es? La denominación de entrenamiento autógeno se fundamenta etimológicamente del griego "autos" (sí mismo), "gen" (devenir), y podría traducirse como: "una ejercitación o entrenamiento, desarrollado a partir del propio "sí mismo" del sujeto y que configura a dicho "sí mismo"." Según el propio Schütz: "El principio sobre el que se fundamenta el método consiste en producir una transformación general del sujeto de experimentación mediante determinados ejercicios fisiológicos y racionales y que, en analogía con las más antiguas prácticas hipnóticas exógenas, permite obtener resultados idénticos a los que se logran con los estados sugestivos auténticos." ¿Qué se logra? Según Arranque (2004) algunos de los logros al auto aplicarse este entrenamiento en relajación son:

- Autotranquilización conseguida por relajación interna.
- Restablecimiento corporal y psicohigiene.
- Autorregulación de funciones orgánicas (cardiocirculatorias, respiratorias, digestivas, etc.)
- Aumento de rendimiento (memoria, etc.)
- Supresión del dolor.
- Autodeterminación mediante la formulación de propósitos concretos, consiguiendo afrontar mejor muchas situaciones vitales estresantes.
- Capacidad de autocrítica y autodominio, al mejorar nuestra visión interior de nosotros mismos.
- Formulación de propósitos (posibilita la obtención de metas humanas dentro de la ética)

¿Qué debes tener en cuenta?

- Es importante tomar en serio la técnica.
- El lugar debe ser una habitación tranquila, agradable en cuanto a sonido, luz, temperatura.
- La posición inicial, debe ser una posición cómoda sentado en un sillón cómodo o tendido, ojos cerrados. También se puede realizar en un taburete o banqueta sin respaldo; en esta modalidad utilizaremos una posición descrita por Schultz y que él llama "la posición del cochero": "Se caracteriza por el hecho de descansar la persona, sentada, el peso 2 de la mitad superior de su cuerpo sobre la región dorso lumbar relajada, en posición de dorso del gato".
- Una vez que está en la posición inicial dese auto instrucciones como, "estoy tranquilo" me encuentro cómodo" ...
- No cambie el orden de los ejercicios.

¿Nos entrenamos? MÉTODO DE ENTRENAMIENTO BREVE Huber (1980, págs. 244-245), propone dos métodos de acortamiento del entrenamiento autógeno.

1º Acortamiento de las fórmulas del entrenamiento: El esquema del entrenamiento general quedaría de la siguiente manera. Repetir 6 veces la frase: "El brazo derecho es muy pesado" Repetir 1 vez la frase: "Estoy muy tranquilo" Repetir 6 veces la frase: "El brazo derecho está muy caliente" Repetir 1 vez la frase: "Estoy muy tranquilo" Repetir 6 veces la frase: "El pulso es tranquilo y regular" Repetir 1 vez la frase: "Estoy muy tranquilo" Repetir 6 veces la frase: "Respiración muy tranquila" Repetir 1 vez la frase: "Estoy respirando" Repetir 1 vez la frase: "Estoy muy tranquilo" Repetir 6 veces la frase: "El plexos solar es como una corriente de calor" Repetir 1 vez la frase: "Estoy muy tranquilo" Repetir 6 veces la frase: "La frente está agradablemente fresca" Repetir 1 vez la frase: "Estoy muy tranquilo"

3 ¿Cómo salir del estado de relajación? No debe terminar este proceso y sin más incorporarse a la actividad que le requiera, el procedimiento que le aconsejamos es el siguiente:

- Debe efectuar el retroceso, siempre de la misma forma y con el mismo orden prefijado.

1. Estírese, como cuando se despierta.

2. Realice varias respiraciones profundas.

3. Por último, abra los ojos.

2-Entrenamiento de tiempo limitado: Este tipo de entrenamiento sólo se debe hacer cuando el tiempo es muy limitado, 2-3 minutos, en una

situación natural. En estos casos será suficiente con el esquema siguiente. "pesadez" "tranquilidad" "calor" "tranquilidad" "cabeza despejada y clara" "brazos firmes" "respirar hondo" "abrir los ojos"

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://psicologiaymente.com/meditacion/meditacion-guiada>
<http://w3.ual.es/Universidad/GabPrensa/controlxamenes/pdfs/capitulo09.pdf>



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	30/04/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar acercamiento a la población saberes sobre que es el sentido de vida, sensibilizar sobre el mismo y generar un espacio de conocimiento.		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Paz Moreno		
1. MOMENTO VIDEO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	SENTIDO DE VIDA		
PROCEDIMIENTO	Se les dará a conocer un video sobre el sentido de vida aquí el sistema psicosocial generará una toma de conciencia sobre la importancia del sentido de vida y como es tan fundamental en sus vidas		

2 MOMENTO	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	RESPIRANDO ANDO
PROCEDIMIENTO:	Generar al sistema psicosocial la toma de conciencia A sobre del respirar y cómo esto ayuda al bienestar y reducir estrés
4. MARCO CONCEPTUAL	
<p>.</p> <p>Beneficios del Método Buteyko</p> <p>Este método nació en Rusia, en la década de los años cincuenta, de la mano del Profesor de fisiología ucraniano Konstantin Pavlovich Buteyko, que busca mejorar la respiración. De esta manera, a la hora de combatir los síntomas parecidos al asma, el método Buteyko es una alternativa a la medicación a través de respirar menos y mejor, evitando la inspiración rápida y superficial.</p> <p>De esta manera, el método ayuda a:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reducir la dilatación de los vasos sanguíneos y de las vías respiratorias. 2. Disminuir los niveles de histamina —alergias—. 3. Combatir las sibilancias, disnea, tos, opresión en el pecho, bostezos frecuentes, ronquidos, apnea del sueño. 4. Evita los mareos, falta de concentración, sudoración, vértigo, hormigueo en 5. Consigue lidiar con la ansiedad, tensión, depresión y estrés. <p>¿En qué consiste la técnica del Método Buteyko?</p> <p>La respiración Buteyko se basa en medir la pausa de control al respirar a través de 6 ejercicios distintos. El método se centra en la medición de los segundos en que se puede estar sin respirar y sin sentir que nos falta el aire.</p> <p>Respecto a la inhalación y exhalación —ambas deben ser lentas y profundas—, deben alargarse por encima de los 3 segundos y los 5 segundos, respectivamente. En caso de llegar hasta los 40, el tiempo indica que no se sufre ningún problema, todo lo contrario, si los síntomas comienzan a manifestarse antes de los 10 segundos.</p>	

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.yalpp.com/respiracion-buteyko/>

<https://www.youtube.com/watch?v=8kRcLO5oor0>



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	5/05/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar al sistema psicosocial la importancia sobre los auto esquemas por medio de la biodanza		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Paz Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	RELAJACIÓN		
PROCEDIMIENTO	Comenzaremos con unas respiraciones básica por conteo y mediante la música de fondo introducir al sistema psicosocial a una meditación y también a la concentración sobre el aquí y ahora		
3. ACTIVIDAD CENTRAL			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	MOVIMIENTO VITAL		

PROCEDIMIENTO:	<p>comenzaremos a disponer al sistema psicosocial con estiramiento físicos del cuerpo damos una breve introducción sobre la biodanza y porque están fundamental en nuestro vivir en seguida a esto se le pedirá al sistema psicosocial que se dejen llevar por la música haciendo movimiento exagerados con el cuerpo y posteriormente se dirán indicaciones como siente la libertad de tu cuerpo déjate llevar con cada uno de los sonidos de igualmente se les dirá que el movimiento es una forma de expresarse de sus sentires y el auto reconocimiento de su físico exterior e interior como están vital el reconocimiento del aquí y ahora. y posteriormente una retroalimentación del acercamiento sobre la bonanza</p>
-----------------------	--

4. MARCO CONCEPTUAL

.

Biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica, reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de vida. Su metodología consiste en inducir vivencias integradoras por medio de la música, del canto, del movimiento y de situaciones de encuentro en grupo.

El significado de los términos usados en esta definición está descrito aquí en forma más explícita para su mejor comprensión.

INTEGRACION HUMANA
 En Biodanza el proceso de integración actúa mediante la estimulación de las funciones primordiales de la conexión con la vida, que permite cada individuo integrarse a sí mismo, a la especie y al universo.

RENOVACION ORGANICA
 Es la acción sobre la autorregulación orgánica, inducida principalmente mediante estados especiales de trance que activan procesos de reparación celular y regulación global de las funciones biológicas, disminuyendo los factores de desorganización y stress.

REEDUCACION AFECTIVA
 Es la capacidad de establecer vínculos con la otra persona.

REAPRENDIZAJE DE LAS FUNCIONES ORIGINARIAS DE VIDA
 Es aprender a vivir a partir de los instintos. El instinto es una conducta innata, hereditaria, que no requiere aprendizaje y se manifiesta mediante estímulos específicos, tienen por objetivo conservar la vida y permitir su evolución.

Los instintos representan la naturaleza en nosotros, y sensibilizarse a ellos significa reestablecer la ligación entre naturaleza y cultura.

VIVENCIAS INTEGRADORAS

Es una experiencia vivida con gran intensidad en el aquí-ahora y con calidad ontológica (se proyecta sobre toda la existencia). Las vivencias en Biodanza son integradoras porque tienen un efecto armonizador en sí mismas.

Las vivencias en Biodanza están orientadas para estimular los potenciales de vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia, denominados Líneas de Vivencia.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.biodanza.org/es/biodanza/definicion-de-biodanza>



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	07/05/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar al sistema psicosocial un momento de reflexión mediante la técnica logoterapia		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Paz Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	SOLTAR		

PROCEDIMIENTO	<p>Por medio de la relajación por conteo dispondremos al sistema psicosocial a la concentración y conciencia del aquí y ahora</p> <p>respira en 123 retiene en 1 y suelta en 123 así durante unas 5 veces entrenamiento de la respiración y así generamos una concentración y disposición para el encuentro</p>
3. MOMENTO	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	De reflexión
PROCEDIMIENTO:	<p>se introducirá el sistema psicosocial a unas preguntas confrontantes como</p> <p>quien soy qué es lo que me hace sentir bien o mal Que problemas tengo pendientes o que no dejan avanzar</p> <p>Cuento con alguien para exteriorizar mis preocupaciones los sentimientos</p> <p>con esto hacemos que el el sistema psicosocial deje de huir de sus problemas y comience a ser responsable de sus sentires así que se verán desde una perspectiva global y no desde solo su interior</p>
4. MARCO CONCEPTUAL	
<p>.</p> <p>La de-reflexión en sí misma contiene aspectos positivos y negativos. El paciente ignorará su ansiedad anticipatoria; pero la cambiará por alguna otra cosa. Mediante la de-reflexión, el paciente es capaz de ignorar su neurosis y localizar su atención fuera de sí mismo. Se dirigirá hacia una vida llena de potenciales significados y valores que tienen un especial atractivo para sus potencialidades personales. Busca, asimismo, animar al paciente a que reviva al menos por un momento la situación con miedo, esto es, animarle a que haga lo contrario de lo que le dicta su actitud hacia esa situación. Todo esto se deberá llevar a cabo en una atmósfera lo más humorísticamente posible. El resultado es un cambio de actitud hacia los propios síntomas. El paciente es ahora capaz de ponerse a cierta distancia de sus síntomas, de alejarse de su neurosis... Si se tiene éxito, y el paciente deja de huir y luchar contra sus síntomas, y aún más, si los exagera, entonces observaremos que los síntomas disminuyen y dejan de obsesionar al paciente.</p>	
7. BIBLIOGRAFÍA	

<https://psicologo-chapin.webnode.es/l/la-de-reflexion/#:~:text=Esta%20consiste%20esencialmente%20en%20%22ignorar,directamente%20ha%20los%20aspectos%20positivos.&text=Mediante%20la%20de%2Dreflexi%C3%B3n%2C%20el,atenci%C3%B3n%20fuera%20de%20s%C3%AD%20mismo.>

<https://www.logoterapia.com.mx/logoterapia/logoterapia-viktor-e-frankl/instrumentos-tecnicas-logoterapia>



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	12/05/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar al sistema psicosocial un momento de exteriorización de emociones y sentimientos mediante la poesía		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Páez Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Meditación Guiada		
PROCEDIMIENTO	<p>Por medio de la meditación guiada dispondremos al sistema psicosocial a la concentración y conciencia del aquí y ahora se introducirá al sistema psicosocial que imaginen un bosque verde donde comenzará a ver e identificar sonidos y olores sobre este momento y después ponemos al sistema psicosocial a que mediante ese encuentro con la naturaleza especifique que fue lo que se quedó en la retentiva ejemplo un árbol o el color verde , animales etc.</p>		

2. MOMENTO	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Poema forma de expresión
PROCEDIMIENTO:	Se les leerá una tanda de poemas donde el sistema psicosocial deberá comprender y expresar lo que les hizo sentir cada uno de estos poemas y de acuerdo a ello, elaborarán un poema para así poder exteriorizar sus sentires y una retroalimentación sobre lo difícil o fácil que fue el redactar un poema y de acuerdo a ello exponer los poemas y socializarlos

4. MARCO CONCEPTUAL

.

¿Qué es la vida?' de Patricio Aguilar.
¿Qué es la Vida?
La vida es
una gota de rocío
al amanecer;
que se desvanece
en el cielo
al mediodía.
Cae en lluvia
al atardecer;
para fundirse
con el mar
al anochecer”.

Carpe Diem de Walt Whitman “No dejes que termine sin haber crecido un poco, sin haber sido un poco más feliz, sin haber alimentado tus sueños. No te dejes vencer por el desaliento. No permitas que nadie te quite el derecho de expresarte que es casi un deber. No abandones tus ansias de hacer de tu vida algo extraordinario... No dejes de creer que las palabras, la risa y la poesía sí pueden cambiar el mundo... Somos seres, humanos, llenos de pasión. La vida es desierto y también es oasis. Nos derriba, nos lastima, nos convierte en protagonistas de nuestra propia historia... Pero no dejes nunca de soñar, porque sólo a través de sus sueños puede ser libre el hombre. No caigas en el peor error, el silencio. La mayoría vive en un silencio espantoso. No te resignes... No traiciones tus creencias. Todos necesitamos aceptación, pero no podemos remar en contra de nosotros mismos. Eso transforma la vida en un infierno. Disfruta el pánico que provoca tener la vida por delante... Vívela intensamente, sin mediocridades. Piensa que en ti está el futuro y en enfrentar tu tarea con orgullo, impulso y sin miedo. Aprende de quienes pueden enseñarte... No permitas que la vida te pase por encima sin que la vivas...” 2- Dormí y soñé con... de Rabindranath Tagore “Dormí y soñé

que la vida era alegría. Desperté y vi que la vida era servicio. Serví y descubrí que en el servicio se encuentra la alegría. ¡Qué forma tan breve y tan poética de subrayar la importancia del servicio!”
 3- Ética de Yalal ad-Din Muhammad Rumi “El Día de la Resurrección, Dios preguntará, “Durante esta estancia que te di en la tierra, ¿qué has producido para Mí? ¿Con qué trabajo llegaste al fin de tu vida? ¿En aras de qué comida consumiste tu fuerza? ¿En qué gastaste el brillo de tus ojos? ¿En qué disipaste tus cinco sentidos? Usaste tus ojos, tus oídos y tu intelecto y las sustancias celestiales sin adular, ¿y qué compraste de la tierra? Te di manos y pies como pala y pico para arar el campo de las obras buenas, ¿cuándo comenzaron a actuar por sí mismos?”

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.lifeder.com/poemas-de-vida/>

 FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES PRE INFORME GRUPAL			
FECHA:	19/05/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar al sistema psicosocial un ambiente terapéutico por medio de la respiración		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Páez Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	RESPIRAR ES SANAR		

PROCEDIMIENTO	Concientización sobre el aquí y ahora por medio de la respiración por conteo se le pedirá al sistema psicosocial que respiremos en 123 retiene en 1 soltemos en 456 esto con el fin de genera un estado de tranquilidad y relajación posterior a esto se les dirá que llevan las palmas de las manos hacia su corazón u comiencen a respirar y sentir como se infla el pecho y como obtiene la relajación esto generara concentración y disposición al sistema psicosocial
---------------	--

2. MOMENTO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Autorretrato
-------------------------	---------------------

PROCEDIMIENTO:	Por medio de la fotografía se le pedirá al sistema psicosocial que comiencen a tomar fotos esto con el fin de auto reconocerse y autoevaluarse lo ideal e s que tomen 5 fotos cada uno tendrá una descripción breve sobre título de la foto. y una descripción serán 5 momentos inmortalizados
----------------	--

4. MARCO CONCEPTUAL

. Logoterapia confrontación

a confrontación es un recurso psicológico que trabaja a caballo entre el pensamiento y la emoción. Haciendo referencia a dos autores de nuestro campo enormemente conocidos, Ellis la llamaba “técnica socrática”, pues se centraba en desafiar las creencias del paciente, mientras que Rogers la conocía como “reflejo de sentimiento”, debido a la búsqueda de encontrar las emociones ligadas a la expresión verbal de la persona. Dicho de otro modo, la confrontación es una herramienta muy útil en el proceso terapéutico porque ayuda a que la persona pueda dar otro enfoque a la situación que atraviesa (en la que puede haberse quedado “atascado”). Cuando la persona consigue posicionarse de forma distinta con respecto a su problema, suele ser mucho más capaz de encontrar también alternativas conductuales. Sin embargo, es una técnica que se debe emplear de forma muy cuidadosa, y cada psicólogo debe calibrar cómo y con qué pacientes puede hacer uso de una confrontación. Esto se debe a que no sólo genera un aumento de consciencia sobre el problema y un posible cambio a nivel cognitivo, sino que también puede generar un impacto emocional para el que la persona puede no estar preparada y con el que no sepa muy bien cómo lidiar. Por esa razón, se recomienda que las preguntas y afirmaciones de tipo confortativo no se den en las primeras sesiones de intervención psicológica, ya que la alianza terapéutica todavía no es lo suficientemente sólida como para que la persona, si sufre un impacto, se apoye en el psicólogo para hablarle de cómo le ha afectado dicha confrontación. Si la utilizamos intensamente desde el inicio de la relación

terapéutica, es muy probable que creamos una sensación de “ataque” hacia el paciente y esto le provoque rechazo hacia la figura del psicólogo y, por ende, hacia la terapia.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.psicoactiva.com/blog/la-confrontacion-en-psicologia-que-es-y-cual-es-su-utilidad/>

<p>UAN UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO</p> <p>FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES</p> <p>PRE INFORME GRUPAL</p>			
FECHA:	19/05/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar al sistema psicosocial un ambiente terapéutico por medio de la respiración		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Páez Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	RESPIRAR ES SANAR		
PROCEDIMIENTO	<p>Concientización sobre el aquí y ahora por medio de la respiración por conteo se le pedirá al sistema psicosocial que respiremos en 123 retiene en 1 soltemos en 456 esto con el fin de genera run estado de tranquilidad y relajación posterior a esto se les dirá que llevan las palmas de las manos hacia su corazón u comiencen a respirar y sentir como se infla el pecho y como obtiene la relajación esto generara concentración y disposición al sistema psicosocial</p>		

2. MOMENTO	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	Autorretrato
PROCEDIMIENTO:	<p>Por medio de la fotografía se le pedirá al sistema psicosocial que comiencen a tomar fotos esto con el fin de auto reconocerse y autoevaluarse lo ideal es que tomen 5 fotos cada uno tendrá una descripción breve sobre título de la foto. y una descripción serán 5 momentos inmortalizados</p>
4. MARCO CONCEPTUAL	
<p>. Logoterapia confrontación</p> <p>a confrontación es un recurso psicológico que trabaja a caballo entre el pensamiento y la emoción. Haciendo referencia a dos autores de nuestro campo enormemente conocidos, Ellis la llamaba “técnica socrática”, pues se centraba en desafiar las creencias del paciente, mientras que Rogers la conocía como “reflejo de sentimiento”, debido a la búsqueda de encontrar las emociones ligadas a la expresión verbal de la persona. Dicho de otro modo, la confrontación es una herramienta muy útil en el proceso terapéutico porque ayuda a que la persona pueda dar otro enfoque a la situación que atraviesa (en la que puede haberse quedado “atascado”). Cuando la persona consigue posicionarse de forma distinta con respecto a su problema, suele ser mucho más capaz de encontrar también alternativas conductuales. Sin embargo, es una técnica que se debe emplear de forma muy cuidadosa, y cada psicólogo debe calibrar cómo y con qué pacientes puede hacer uso de una confrontación. Esto se debe a que no sólo genera un aumento de consciencia sobre el problema y un posible cambio a nivel cognitivo, sino que también puede generar un impacto emocional para el que la persona puede no estar preparada y con el que no sepa muy bien cómo lidiar. Por esa razón, se recomienda que las preguntas y afirmaciones de tipo confortativo no se den en las primeras sesiones de intervención psicológica, ya que la alianza terapéutica todavía no es lo suficientemente sólida como para que la persona, si sufre un impacto, se apoye en el psicólogo para hablarle de cómo le ha afectado dicha confrontación. Si la utilizamos intensamente desde el inicio de la relación terapéutica, es muy probable que creemos una sensación de “ataque” hacia el paciente y esto le provoque rechazo hacia la figura del psicólogo y, por ende, hacia la terapia.</p>	
7. BIBLIOGRAFÍA	
<p>https://www.psicoadictiva.com/blog/la-confrontacion-en-psicologia-que-es-y-cual-es-su-utilidad/</p>	



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

PRE INFORME GRUPAL

FECHA:	21/05/21	DURACIÓN SESIÓN:	1 Hora
OBJETIVO GENERAL TERAPÉUTICO:	Generar al sistema psicosocial la importancia de los auto esquemas mediante la bonanza		
SISTEMA PSICOSOCIAL:	Estudiantes del IED Pompilio Martínez de Cajicá		
TERAPEUTA PSICOSOCIAL:	Jaime Alberto Páez Moreno		
1. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	RESPIRANDO ANDO		
PROCEDIMIENTO	Concientización sobre el aquí y ahora por medio de la respiración por conteo se le pedirá al sistema psicosocial que respiremos en 123 retiene en 1 soltemos en 456 esto con el fin de genera un estado de tranquilidad y relajación posterior a esto se les dirá que llevan las palmas de las manos hacia su corazón u comiencen a respirar y sentir como se infla el pecho y como obtiene la relajación esto generara concentración y disposición al sistema psicosocial		
2. MOMENTO			
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	BAILANDOME ECUENTRO		

PROCEDIMIENTO:

Se dispondrá al sistema psicosocial al estiramientos del cuerpo para que podamos empezar hacer movimientos circulares y movimientos exagerado con el fin de que generen conciencia sobre cómo sienten su cuerpo por después de esto se le pedirá al sistema psicosocial que comienzan a interiorizar las palabras de libertad enseguida se pondrá música relacionada a la bonanza y expresan corporal mediante movimientos exagerados de pasos largos o ‘cortos se dispondrá la palabra confianza a que el sistema psicosocial tendrá que soltar los miedos que le genere al caminar después de esto se dejara la música que proyecte en cada uno de los asistentes donde ellos generan un vínculo del yo y yo y el auto reconocimiento de sus emociones y sentimientos y al final se le pidiera al sistema psicosocial que de manera autónoma comienzan dejarse llevar por la música y que sensaciones les está transmitiendo se hará una retroalimentación de lo sucedido

4. MARCO CONCEPTUAL

Biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica, reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de vida. Su metodología consiste en inducir vivencias integradoras por medio de la música, del canto, del movimiento y de situaciones de encuentro en grupo. El significado de los términos usados en esta definición está descrito aquí en forma más explícita para su mejor comprensión. **INTEGRACION HUMANA** En Biodanza el proceso de integración actúa mediante la estimulación de las funciones primordiales de la conexión con la vida, que permite cada individuo integrarse a sí mismo, a la especie y al universo. **RENOVACION ORGANICA** Es la acción sobre la autorregulación orgánica, inducida principalmente mediante estados especiales de trance que activan procesos de reparación celular y regulación global de las funciones biológicas, disminuyendo los factores de desorganización y stress. **REEDUCACION AFECTIVA** Es la capacidad de establecer vínculos con la otra persona. **REAPRENDIZAJE DE LAS FUNCIONES ORIGINARIAS DE VIDA** Es aprender a vivir a partir de los instintos. El instinto es una conducta innata, hereditaria, que no requiere aprendizaje y se manifiesta mediante estímulos específicos, tienen por objetivo conservar la vida y permitir su evolución. Los instintos representan la naturaleza en nosotros, y sensibilizarse a ellos significa reestablecer la ligación entre naturaleza y cultura. **VIVENCIAS INTEGRADORAS** Es una experiencia vivida con gran intensidad en el aquí-ahora y con calidad ontológica (se proyecta sobre toda la existencia). Las vivencias en Biodanza son integradoras porque tienen un efecto armonizador en sí mismas. Las vivencias en Bonanza están orientadas para estimular los potenciales de vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia, denominados Líneas de Vivencia.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.youtube.com/watch?v=C1fsAz5RzIY>

<http://www.biodanzahoy.cl/biodanza/que-es-biodanza-2/>

1.5 Post informes

Fecha: 16/04/21

Resumen de la sesión: se genera un acercamiento al sistema psicosocial donde se da a conocer la dinámicas de los encuentros y la encuestas para comprender el sistema psicosocial técnicas empleadas: la técnica aplicada fue entrevista semi estructurada y y grupos focales

Logros: se logra realizar la encuestas dar información sobre los posibles encuentros

Fecha: 21/04/21

Resumen de la sesión: exteriorizar los sentimientos y emociones debido al estrés ocasionado por el ámbito educativo y familiar

técnicas empleadas: la técnica aplicada fue la logoterapia dialogo socrático

Logros: se logra la exteriorización de sentimiento y emociones permitiendo que el sistema psicosocial se evalúe y recobre la conciencia sobre el aquí y ahora teniendo posibilidades para la concentración y enfocando lo fundamental para la exteriorización

Fecha: 23/04/21

Resumen de la sesión: se dará conocimiento sobre la respiración y relajación de igual manera se realizara un diario es to con el fin de documentar cada uno de los encuentros técnicas empleadas: la técnica de respiración y relajación

Logros: se logra que el sistema psicosocial adquiriera conocimientos sobre la relajación y respiración como esto es tan fundamental para la vida y también desarrolle por medio de un libro pueda exteriorizar de manera más fácil su sentir

Fecha: 28/04/21

Resumen de la sesión: De acuerdo con lo visto en la anterior sesión el sistema psicosocial se le dará a conocer la meditación como parte de la relajación y respiración donde se dispuso a que generara conciencia sobre el aquí y ahora esto generando un estado de meditación técnicas empleadas: meditación (terapias alternativas)

Logros: se logra que el sistema psicosocial reduzca estresores esto generando un estado de tranquilidad y paz también promedio de la meditación se logró gestionar sentimiento y emociones reprimidas donde se generó una atmosfera terapéutica

Fecha: 30/04/21

Resumen de la sesión: se dio a conocer sobre que es el sentido de vida esto generando conciencia sobre qué temas abordaremos en el transcurrir de las sesiones

técnicas empleadas: taller educativo y relajación

Logros: se logra que el sistema psicosocial reduzca estresores esto generando un estado de concentración también promedio de del taller educativo se instruirá al sistema psicosocial y se les dará el conocimiento sobre el sentido se logró una interiorización sobre la importancia del sentido de vida están fundamental y la apropiación de estos saberes

Fecha: 5/05/21

Resumen de la sesión: se dio a conocer la biodanza donde el sistema psicosocial genera un espacio de aprendizaje y exteriorizando sus sentires

técnicas empleadas: Biodanza

Logros: se logra que el sistema psicosocial recobre el sentido de vida mediante el movimiento y la danza, también se logró que el sistema psicosocial pudiera reconocerse como personas únicas y diferenciales e importantes para una sociedad también se genera un acercamiento al yo y esto fortaleciendo los auto esquema

Fecha: 7/05/21

Resumen de la sesión: se inicia con unas respiraciones básicas donde se hace consciente de la respiración y el aquí ahora, posterior a esto se aplicará la técnica logoterapia donde se comienza a generar la atmósfera terapéutica generando un espacio de exteriorización de los sentires

técnicas empleadas: técnica de respiración y relajación, logoterapia sub técnica de reflexión

Logros: se logra que el sistema psicosocial genere, exteriorizar los sentires donde se genera un ambiente de expresión emocional y sentimental mediante las preguntas formuladas se da un momento de reflexión e introspección, y así la autovaloración y la percepción de sí mismo y biopsicosocial

Fecha: 12/05/21

Resumen de la sesión: se inicia con una meditación guiada donde introdujo al sistema psicosocial a un estado de imaginación donde le pedimos que se disponga a entrar en un mundo natural con sonidos de los animales también se ponen a imaginar los colores del ambiente como el verde amarillo azul esto generando un estado de relajación después de esto se le pide al sistema psicosocial que se empodere como si fueran unos poetas se les da a conocer varios poemas relacionados con el sentido de vida esto generando un empoderamiento,

técnicas empleadas: técnica imaginaria guiada, logoterapia sub técnica Logo cuento

Logros: se logra que el sistema psicosocial empedrado por medio de la escritura poder expresar sus sentimientos y emociones así generando un espacio de calidez y de acompañamiento compasivo

1.6 Carta institucional



ALCALDÍA MUNICIPAL
DE CAJICÁ

LA SUSCRITA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL MUNICIPIO DE CAJICÁ-
CUNDINAMARCA

CERTIFICA

Que **Jaime Alberto Páez Moreno**, en su condición de pasante de la Universidad Antonio Nariño –UAN, realizó el proceso de trabajo de grado en la Institución Educativa Departamental Pompilio Martínez en el periodo de febrero a junio del año en curso, en donde se llevo a cabo la aplicación del proyecto que lleva por nombre: *"programa de atención e intervención psicosocial con metapropósito de construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo, frente a la pérdida del sentido de vida en estudiantes del colegio Pompilio Martínez vinculados a la IED del municipio de Cajicá"*. Y la población objeto del proyecto fueron los estudiantes de los grados 7, 8 ,9 10,11, con un máximo de 15 estudiantes como grupo de trabajo de la institución educativa mencionada anteriormente.

Como profesional en formación de evidencio su proactividad, responsabilidad y como aplico sus conocimientos en cada una de sus actividades.

La presente se expide a solicitud del interesado a los 25 días del mes de agosto del año 2021 en el municipio de Cajicá.

Sin otro particular, quedamos atentos a sus comentarios y acciones.

Cordialmente,



ALISSON BAUTISTA PEREZ

Activa
Ve a Co