

PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON
METAPROPÓSITO DE CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES
PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE
GÉNERO EN ESTUDIANTES DE GRADO 9 Y 10 DEL INSTITUTO COMERCIAL
LORETO DE LA LOCALIDAD DE KENNEDY, BOGOTA.

MARIA CAMILA SIADO VALENCIA

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO
TERAPIAS PSICOSOCIALES
BOGOTÁ D.C 2020

PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON
METAPROPÓSITO DE CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES
PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE
GÉNERO EN ESTUDIANTES DE GRADO 9 Y 10 DEL INSTITUTO COMERCIAL
LORETO DE LA LOCALIDAD DE KENNEDY, BOGOTA.

MARIA CAMILA SIADO VALENCIA

Trabajo de grado presentado como prerrequisito
Parcial para obtener el Título de
PROFESIONAL EN TERAPIAS PSICOSOCIALES

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO
TERAPIAS PSICOSOCIALES
BOGOTÁ D.C 2020

AGRADECIMIENTOS

Primero, quiero agradecer a cada maestro, a la coordinadora de la facultad, a nuestra decana que es fundamental en cada proceso, por todas las enseñanzas que han dejado en mi vida, tanto profesional como en mi vida personal, por su paciencia y dedicación también cuando nosotros nos podíamos convertir en un obstáculo sin intención, son los mejores, cada proceso es necesario para poder crecer y brindar ese gran conocimiento a muchas personas, familias y poblaciones que necesiten de nuestra ayuda.

Quiero dedicar este proyecto a mi familia, a mi abuela que ha sido la gestora y acompañante de todo el proceso, a mi madre y mis hermanos. A mis compañeros de la facultad quienes me ayudaron y me guiaron cuando lo necesite.

Alguna vez creí que había llegado aquí por casualidad, porque tal vez así lo había dictado el universo, pero nada pasa por casualidad, cada uno de los momentos es con un propósito y en este momento estoy convencida de ello.

El mensaje que podría dejar a mis compañeros es que siempre tengan en la cabeza el objetivo que se plantearon al iniciar el primer semestre, la motivación que tuvieron para presentarse porque tenga por seguro que por más pequeña que sea la gestión que realiza un terapeuta psicosocial, siempre deja un impacto gigantesco en la vida de las personas a las cuales ayudamos, y eso vale más que nada en el mundo.

Contenido

1. PROBLEMA	5
1.1 Planteamiento del problema.....	5
2. JUSTIFICACIÓN.....	8
3. OBJETIVOS	11
3.1 Objetivo general.....	11
3.2 Objetivos específicos.....	11
4. MARCO TEÓRICO.....	12
5. DISEÑO METODOLÓGICO.....	16
5.1 Tipo de estudio: IAP	16
5.2 Población.....	16

5.3 Muestra	16
5.4 Tipo de muestra:	17
5.5 Técnica de recolección de información:.....	17
5.6 Criterios de inclusión:.....	18
5.7 Consideraciones éticas:.....	18
CRONOGRAMA GENERAL.....	19
PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL	20
RESULTADOS	22
CONCLUSIONES	26
RECOMENDACIONES	28
Bibliografía	29
ANEXOS	31

1. PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

La OMS (2014, p. 8) cita violencia de género desde la siguiente diferenciación: violencia física, maltrato emocional o psicológico, comportamientos controladores y agresiones sexuales; y en cuanto a la violencia contra la mujer destaca “violencia infligida por los hombres contra las mujeres, en particular las agresiones sexuales y la violencia de pareja”, y no hace distinción entre violencia de género y contra la mujer, al describir este tipo de violencia como: “todo acto de violencia de género que resulte, o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada”.

La violencia en adolescentes se manifiesta en agresiones de todo tipo, desde el maltrato psicológico en los colegios entre niños de corta edad, la intimidación en adolescentes, pasando por agresiones sexuales y físicas, hasta llegar al homicidio. Además, hay conexiones cercanas entre la violencia juvenil y otras formas de violencia u otros comportamientos problemáticos. Así, los adolescentes y jóvenes violentos suelen ser mentirosos compulsivos, conductores imprudentes, frecuentemente están afectados por tasas altas de enfermedades de transmisión sexual y también presentan a menudo otros problemas, tales como el absentismo escolar, el abandono de los estudios y el abuso de sustancias psicotrópicas. Sin embargo, no todos los jóvenes violentos tienen problemas significativos además de su violencia ni todos los jóvenes con problemas son necesariamente violentos. (Amurrio & Larrinaga, 2019).

Las relaciones de poder que se instauran ya desde la infancia y se perpetúan en la adolescencia son muy significativas, la relación entre las condiciones psicosociales y las imágenes culturales que una sociedad confecciona en cada tiempo histórico forma lo que se determina como juventud. Las causas violentas se analizan desde diferentes perspectivas una de ellas la ecológica, una perspectiva que toma como referencia el contexto y el ambiente y reflexiona desde las múltiples causas que deben de ser examinadas desde la interacción con otros sujetos y en diversos contextos (Iniasta & Muñoz, 2016).

Según la CEPAL (2017) La violencia de género es el ejercicio de la violencia que refleja la asimetría existente en las relaciones de poder entre hombres y mujeres, puesto que es una violencia ejercida por quien posee o cree poseer un poder legitimado desde una posición de dominación. Esa asimetría de poder en las relaciones entre hombres y mujeres viene definida por los géneros femenino y masculino, construidos socialmente, constantemente afectados por el poder social que impone un tipo de feminidad y masculinidad, que, a su vez, definen comportamientos y actitudes diferenciados y que afectan a la totalidad de la vida social.

La mayoría de investigaciones sobre violencia de género describen cómo se entiende la dualidad en la humanidad sobre las diferencias de género y la reproducción del modelo dominio-sumisión que subyace a casi todas las formas de violencia; esto se evidencia en justificar la violencia en distinto tipo de relaciones, manifestándose a los hombres como más sexistas, xenófobos y racistas, justificando las dificultades de empatía, falta de tolerancia y capacidad de autocrítica al cambio (Díaz, Martínez & Martín, 2013). El género adquiere un

valor añadido en la violencia y los patrones que marcan los cánones a seguir por chicos y chicas, la violencia de género que se observa en diversos escenarios es compleja de registrar (Iniesta & Invernón 2015; Muñoz & Iniesta, 2016).

Muchas investigaciones sobre violencia en adolescentes, analizan variables en busca de las correlaciones con familias, con la provocación de conductas violentas en relaciones de pareja, el ciclo intergeneracional, los rasgos de la personalidad y de los roles aprendidos en el papel masculino y femenino (Rey, 2015 y Expósito, 2011).

Las consecuencias de la violencia de género entre los adolescentes son muy variadas, en función de si son hombres o mujeres. Las investigaciones recogen que habrá afectación en el rendimiento académico, deserción escolar, insatisfacción con la relación en términos de afecto positivo, escucha y comprensión tanto para hombres como para mujeres (Kaura y Lohman, 2007).

En cuanto a las mujeres, se recogen consecuencias como embarazo precoz, trastornos de la alimentación, baja autoestima, inseguridad, aislamiento y mayor riesgo de ser víctimas de violencia de género en una relación adulta, disminución del uso de métodos anticonceptivos y por lo tanto mayor riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual o embarazos no deseados (Manlove, Ryan y Franzetta, 2004) síntomas ansiosos, depresivos y trastorno de estrés postraumático (Eshelman y Levendosky, 2012), ideación suicida (Close, 2005) y normalización de la propia experiencia de sufrir violencia (Stein, Tran y Fisher, 2009).

La pertinencia de este proyecto radica en el interés por gestionar el riesgo o mitigar el impacto que puede tener sobre los adolescentes la violencia de género, en el contexto educativo, realizando un análisis de diferentes variables como lo son su entorno familiar, creencias o mitos familiares antecedentes de violencia intrafamiliar, rasgos de la personalidad y roles desarrollados al largo de su vida, que puedan influir o perpetuar situaciones de riesgo para los estudiantes de la institución.

1.2. Formulación del problema:

De acuerdo con lo anterior se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo construir habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo frente a la violencia de género en estudiantes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá?

2. JUSTIFICACIÓN

La OMS alertó en 2016 que la violencia de género es la primera causa de pérdida de años de vida de las mujeres entre 15 y 44 años por encima de las guerras, los accidentes de tráfico o los distintos tipos de cáncer. Además, las incapacita para controlar sus propias vidas y desarrollarse como personas libres luego de atravesar situaciones de riesgo (Paz, 2017).

En todo el mundo, alrededor de 15 millones de mujeres adolescentes de 15 a 19 años han sido víctimas de relaciones sexuales forzadas en algún momento de sus vidas; 9 millones de estas adolescentes lo habían sido en el último año. En 20 países, casi 9 de cada 10 mujeres adolescentes que han sido víctimas de relaciones sexuales, dicen que esto había ocurrido por primera vez durante la adolescencia. (UNICEF, 2017). Si bien es cierto que el 50% de las mujeres de Latinoamérica han sufrido algún tipo de violencia por parte de su pareja, también existen casos en donde es el hombre el que es víctima de agresión haciendo hincapié en la violencia bidireccional donde hombres como mujeres sufren y ejercen violencia. (OMS, 2015).

También en Europa la violencia de género es ampliamente reconocida: un 10,6% reconocen situaciones que podrían ser definidas de violencia en el lugar de trabajo, 18,3% en el vecindario y un 16,5% entre los amigos y la familia. Estos porcentajes no varían mucho si miramos el nivel de ingreso o estudio. Entre más ingresos y estudio, en general, más casos de malos tratos y de maltratadores se conocen. El OIG (2018) aclara que esas cifras

corresponden a "la cuantificación anual de homicidios de mujeres de 15 años de edad y más, asesinadas por razones de género" y que, dependiendo del país, se pueden denominar: "femicidio, feminicidio u homicidio agravado por razones de género.

El 12,5% de las ciudadanas en España que están entre los 16 años han sufrido violencia de género alguna vez en su vida. De ellas, el 10,3% han sufrido violencia física; el 8,1% violencia sexual; el 25,4% violencia psicológica; el 21,9% violencia emocional y el 10,8% violencia económica. (Jiménez, R; 2016 pág. 4).

En el caso de Colombia y según el MinSalud (2018) entre 2017 y 2018 se atendieron 47.825 mujeres adolescentes en el sistema de salud por motivos de causa externa asociados a la violencia de género. Del total de los casos, el 34% tuvieron diagnóstico de sospecha de abuso sexual, el 31% por sospecha de maltrato físico, el 29% por sospecha de maltrato emocional, el 9% por sospecha de violencia sexual. Para el caso de los hombres, en el 2015, murieron 27 y 6.315 resultaron heridos por cuenta de su pareja o expareja, según datos de Medicina Legal. Y el año pasado, 42 murieron (un aumento del 55,5 por ciento en relación con el registro anterior) y 6.898 fueron heridos (aumento del 9,2 por ciento).

La violencia contra las mujeres, niñas, jóvenes adolescentes, tuvo un incremento del 86,6% de la violencia mortal hacia ellas, entre enero y junio de 2017 respecto al mismo periodo del 2016, pues se pasó de 15 víctimas a 28. Entre el 2014 y 2015 se registraron en Medellín 93 asesinatos de mujeres, 8.678 mujeres víctimas de violencia intrafamiliar y 2458 denuncias por violencias sexuales.

En Bogotá en el año 2019 los homicidios aumentaron de 940 del 2017 a 960. Y los otros indicadores crecieron así: 2.000 presuntos delitos sexuales más. En definitiva, hubo 122.000 casos de violencia contra la mujer (MINSALUD, 2018).

Este proyecto tiene una pertinencia importante respecto a la situación actual en Colombia y las cifras alarmantes que se evidencian a causa de la violencia de género; por esta razón se debe realizar un programa de sensibilización aplicado a las mujeres, los hombres y los funcionarios de la institución, con el fin de realizar un proceso que integre a todos los actores dentro de la problemática, es importante orientarlo a la gestión del riesgo, además de

concientizar a la población de las causas y consecuencias que afectan a las mujeres y hombres adolescentes integrados en este proyecto.

Es relevante realizar un programa de atención e intervención psicosocial orientado a la gestión del riesgo para ayudar al sistema a reconocer situaciones en las que pueden ser vulnerables a sufrir el impacto de un evento catastrófico, fortaleciendo habilidades en la población, por medio de un proceso autónomo para hacer frente a las adversidades que puedan surgir o afectar negativamente. En el para qué de este programa se debe tener en cuenta que el enfoque de prevención debe comenzar en las primeras etapas de la vida, mediante la educación de los niños y niñas que promueva las relaciones de respeto y la igualdad de género. El trabajo con jóvenes es la mejor opción para lograr un progreso rápido y sostenido en materia de prevención y erradicación de la violencia de género.

Entre las causas de la violencia de género contra cualquier persona se encuentran: la discriminación de género, las normas sociales y los estereotipos de género que la perpetúan. Dados los efectos devastadores que la violencia tiene en las mujeres, es importante contrarrestar esas consecuencias previniéndola desde sus orígenes y sus causas estructurales. Este programa hace un fuerte hincapié a través de la promoción de la igualdad de género, el empoderamiento de las mujeres y hombres y el fortalecimiento de las habilidades sociales, así mismo, el incluir el trabajo con hombres y niños ayuda a acelerar el progreso en materia de prevención y la erradicación de la violencia de género. Ellos pueden comenzar a cuestionar las desigualdades y las normas sociales profundamente arraigadas que perpetúan el control y el poder que los hombres ejercen sobre las mujeres y refuerzan la tolerancia para todos y todas.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo general

Construir habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo frente a la violencia de género en estudiantes de grado 9 y 10 del instituto comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.

3.2 Objetivos específicos

Promover estrategias para el reconocimiento de la libertad y responsabilidad necesarias para la población por medio de un proceso autónomo.

Generar acciones conjuntas entre el sujeto, los otros y el contexto complejo para realizar un proceso exhaustivo en beneficio de comunidad.

Fortalecer habilidades psicosociales desde la promoción y prevención con el fin de mitigar el riesgo de los estudiantes frente a la violencia de género.

4. MARCO TEÓRICO

El sustento de este proyecto de atención e intervención psicosocial se fundamenta desde el modelo psicosocial emergente que según (Medina, 2016) es la “formulación epistemológica, ontológica y metodológica de los problemas psicosociales”. Desde esta perspectiva epistemológica se aborda el problema psicosocial a evitar, que será la violencia de género vista como aquella violencia que se ejerce sobre una persona solo por su género.

Desde el existencialismo se reconoce las realidades de los sistemas psicosociales en riesgo, que de acuerdo con sus experiencias y vivencias se abordan como un ser único e individual; de acuerdo con la evaluación de las necesidades de la población se aborda la violencia de género como un fenómeno que se pretende evitar para el bienestar de la población dentro de la institución, por lo cual es pertinente evitar o mitigar su impacto en la población. Dentro de los objetivos del programa se habla de la importancia de la autogestión, definiendo los límites de su libertad y responsabilidad a través de un proceso voluntario en búsqueda mitigar el impacto negativo del problema psicosocial sobre el sistema psicosocial. (Medina, 2016).

De la teoría de las catástrofes de Rene Thom (1952) se analiza la violencia de género como un evento catastrófico del cual se pretende evitar, controlar o mitigar su impacto, de allí la importancia de guiar la construcción de habilidades psicosociales para generar acciones que transformen la realidad compleja del sistema. El impacto de un evento catastrófico sobre un sistema psicosocial puede generar un efecto negativo, en términos de daños o pérdidas.

Generalmente son impactos que no tienen irreversibilidad, pero no siempre las catástrofes causan la destrucción total del sistema, pero siempre conducirán a un grado de afectación y cambio cualitativo, estructural y funcional cuya consecuencia será la emergencia de una nueva estructura. Las consecuencias de esta afectación son irreversibles, es decir, que aunque el sistema encuentre de nuevo un equilibrio, este sistema no será igual al sistema antes del evento catastrófico, justamente por el impacto que puede tener sobre el sujeto y su entorno.

A partir de la teoría de las capacidades, Sen analiza problemas sociales que afectan el bienestar humano, como la desigualdad, la pobreza, la calidad de vida, la ausencia de desarrollo humano y la injusticia social; lo que permite realizar una nueva mirada de estos problemas y evaluar los alcances y límites de una sociedad verdaderamente libre. Al tomar el concepto de capacidades para evaluar la desigualdad en el interior de una sociedad, por ejemplo, se logra desarrollar demandas sociales, económicas y políticas para una sociedad que asume como ideales la libertad y la igualdad para sus miembros. A partir de las líneas hasta ahora expuestas, Nussbaum traza distintos niveles sobre la concepción del ser humano, dentro siempre de una lista sobre la que trabajar y discutir. El primer nivel concibe la forma de vida humana. Realiza un índice con aquellas cosas comunes a cualquier vida humana. En primer lugar, la mortalidad. Afirma Nussbaum que todos los seres humanos se enfrentan a la muerte y sienten cierta aversión hacia ella. En segundo lugar, el cuerpo humano. Todo ser humano tiene determinadas necesidades y capacidades, aunque la forma de vivirlas y desarrollarlas sea un hecho cultural. Entre ellas, la necesidad de comida y bebida, necesidad de abrigo, deseo sexual y movilidad. En tercer término, todo ser humano tiene capacidad para el placer y el dolor. En cuarto lugar, la capacidad cognitiva (para percibir, imaginar y pensar). En quinto lugar, está necesidad de desarrollo desde la primera infancia. En sexto punto, es común la razón práctica. Todo ser humano participa o intenta participar en la planificación y dirección de su propia vida preguntándose sobre lo que es mejor. En séptimo lugar, la asociación con otros seres humanos. En octavo lugar, la identificación de que se es miembro de una especie que convive con otras especies animales distintas. En noveno puesto, Nussbaum habla del humor y el juego, esto es, de la risa y el ocio. En décimo término, el sentimiento de diferenciación individual. El ser humano es capaz de distinguir que es uno y que es él solo el que siente dolor o placer, por ejemplo. Por último, cada ser humano es consciente de su entorno y contexto que es diferente al de otros. (Monereo, C, 2015)

La segunda etapa es la perspectiva ontológica que permite ver la existencia del problema psicosocial en el que se pretende trabajar con la población en situación de vulnerabilidad (Medina, 2016) que serán estudiantes pertenecientes al instituto comercial Loreto. De acuerdo con esta perspectiva estas mujeres serán abordadas como el sujeto, realizando un proceso integral con los otros (compañeros de curso) y el contexto complejo (funcionarios de la institución).

Se pretende abordar el tipo de problema psicosocial II, el cual corresponde a problemas psicosociales que afectan a poblaciones vulnerables en riesgo de sufrir el impacto de un evento catastrófico, en otras palabras, es la objetivación de situaciones, fenómenos y procesos que conforman la realidad de un sistema psicosocial vulnerable en riesgo de sufrir un evento catastrófico en este caso se plantea como solución la construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo. (Medina, 2016).

A su vez se comprende tres componentes importantes para entender los actores: Un sistema psicosocial vulnerable (Estudiantes del instituto Comercial Loreto), una amenaza (Violencia de género) y un proceso de decisión, por lo cual es necesario mitigar el impacto que pueda tener la violencia de género en el desenvolvimiento del ser y las repercusiones de este, que puedan afectar el bienestar y la calidad de vida de los estudiantes que aplican en este proyecto.

La perspectiva metodológica dentro del modelo psicosocial emergente se operacionaliza a través de la atención e intervención psicosocial, definido como un conjunto de estrategias y acciones para orientar, asesorar, acompañar, rehabilitar, gestionar el riesgo y gestionar el bienestar de sistemas psicosociales en situaciones particulares tales que se identifican como problemas psicosociales. Es además un proceso que se puede llevar a cabo antes, durante y después de las situaciones asociadas a los problemas psicosociales (Medina. 2016).

Las diferentes formas de acercamiento a los problemas psicosociales del ser humano requieren a su vez diferentes fundamentos y una acción enmarcada en una metodología coherente: La IAP la cual es definida por Fals Borda (2008, pág. 3) como una vivencia necesaria para progresar en democracia, como un complejo de actitudes y valores, y como un método de trabajo que dan sentido a la praxis en el terreno.

A continuación, se realiza una descripción conceptual teórica sobre los aspectos más relevantes de este proyecto, además de los antecedentes que preceden esta investigación y serán válidos para delimitar el estudio histórico y la importancia de conocer las afectaciones de la violencia de género en la sociedad.

ADOLESCENTE: La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. No es solamente un periodo de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. (Pineda, 2002)

VIOLENCIA DE GÉNERO: Este tipo de violencia se basa y se ejerce por la diferencia subjetiva entre los sexos. En pocas palabras, las mujeres sufren violencia por el mero hecho de ser mujeres, y las víctimas son mujeres de cualquier estrato social, nivel educativo, cultural o económico. La violencia de género es aquella que se ejerce sobre las mujeres por parte de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones de afectividad (parejas o ex-parejas). El objetivo del agresor es producir daño y conseguir el control sobre la mujer, por lo que se produce de manera continuada en el tiempo y sistemática en la forma, como parte de una misma estrategia. (Ministerio de sanidad e igualdad De España, 2014).

LIBERTAD: Capacidad que posee el ser humano de tomar decisiones y actuar de manera voluntaria según sus principios, y respetando los derechos de quienes le rodean. La libertad hace referencia a la idea de vivir de manera digna, libre de esclavitud o de cualquier otro modo de coacción que limite el bienestar y las acciones de un individuo. (López, 2013)”

RESPONSABILIDAD: La responsabilidad es un valor que está en la conciencia de la persona, que le permite reflexionar, administrar, orientar y valorar las consecuencias de sus actos, siempre en el plano de lo moral. (López, 2013)

AUTOESTIMA: Es la conciencia que cada uno tiene acerca de si mismo, de cuáles son los “rasgos de la identidad, cualidades y características más significativas del ser”. La autoestima formada incide en las esferas psicoemocionales del individuo a través de su vida y condiciona la calidad de su experiencia en todas y cada una de las dimensiones de interacción con el

entorno. La calidad de vida individual está influida por este concepto, implica la forma como cada persona se percibe y se valora a sí misma, modula su comportamiento a nivel individual, familiar, social

5. DISEÑO METODOLÓGICO

Esta investigación, se guiará bajo el enfoque de la investigación cualitativa, definida como un estudio de la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas. La investigación cualitativa implica la utilización y recogida de una gran variedad de materiales (entrevista, experiencia personal, historias de vida, observaciones, textos históricos, imágenes, sonidos), que describen la rutina y las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas. (Herrera, 2008).

5.1 Tipo de estudio: IAP

El método de la investigación-acción participación (IAP) combina dos procesos, el de conocer y el de actuar, implicando en ambos a la población cuya realidad se aborda. Al igual que otros enfoques participativos, la IAP proporciona a las comunidades y a las agencias de desarrollo un método para analizar y comprender mejor la realidad de la población (sus problemas, necesidades, capacidades, recursos), y les permite planificar acciones y medidas para transformarla y mejorarla (Balcázar, 2003).

5.2 Población

540 estudiantes del instituto comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.

5.3 Muestra

Se selecciona una muestra de 40 participantes. Es una muestra válida ya que nos permite recolectar información sobre el problema psicosocial que se pretende evitar.

5.4 Tipo de muestra:

Se utiliza una técnica de muestreo por conveniencia permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador (Otzen & Manterola, 2017).

5.5 Técnica de recolección de información:

Se ha tomado a consideración que para eficacia de esta investigación la técnica de recolección de información que será tomada y cuenta con la pertinencia para el objeto de estudio serán las entrevistas semiestructuradas y grupos de enfoque. Albert (2007) la define como: “una técnica de recolección de datos que tiene como propósito explorar y describir ambientes, implica adentrarse en profundidad, en situaciones sociales y mantener un rol activo, pendiente de los detalles, situaciones, sucesos, eventos e interacciones.

Para el cumplimiento de los objetivos anteriormente planteados se formularon 6 preguntas o ítems que deberán ser respondidos por la población incluida en el estudio a través de entrevistas que también han sido incluidas dentro de las técnicas de recolección de información.

Se realizaron entrevistas semiestructuradas (Ver anexo 1) en la cual se decide de antemano qué tipo de información se requiere y con base en ello se establece un guion de preguntas. No obstante, las cuestiones se elaboran de forma abierta lo que permite recoger información más rica y con más matices que en la entrevista estructurada. En la entrevista semiestructurada es esencial que el entrevistador tenga una actitud abierta y flexible para poder ir saltando de pregunta según las respuestas que se vayan dando o, inclusive, incorporar alguna nueva cuestión a partir de las respuestas dadas por la persona entrevistada. (Folgueiras, 2010)

Grupo de Enfoque: (Ver anexo 2) Es considerado como una especie de entrevistas grupales, las cuales consisten en reuniones de grupos pequeños o medianos (3 a 15 personas), en las cuales los participantes conversan a profundidad en torno a uno o varios temas en un ambiente relajado e informal bajo la conducción de un especialista en dinámicas grupales” (Sampieri, 2014)

5.6 Criterios de inclusión:

- Estudiantes de grados 9 y 10
- Mujeres y hombres adolescentes
- Datos obtenidos solamente en el año 2020
- Edades entre los 15 y 18 años

5.7 Consideraciones éticas:

De acuerdo con la resolución 84-30 el modelo de evaluación propuesto ofrece una base para asegurar los principios éticos, no maleficencia autonomía, justicia y respeto a la vida a la salud, el ambiente, lo social como puntos mínimos de acuerdo sean observados y cumplidos. Además de estar enmarcado en el código ético y deontológico del profesional en terapias psicosociales.

Los participantes debieron estar de acuerdo con la investigación y deberá prevalecer la seguridad de los participantes se expresará claramente si hay algún tipo de riesgo y firmaron un consentimiento informado por escrito. (Ver anexo 3)

CRONOGRAMA GENERAL

ETAPAS	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
Elaboración anteproyecto				
"Inmersión del campo"				
"Recolección de Información"				
"Etapas "Evaluación psicosocial				
Diagnostico psicosocial				
Propuesta de atención e intervención psicosocial				
Cierre				

PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL

A continuación, se realizará una descripción detallada de los resultados obtenidos en cada una de las etapas del programa de atención e intervención psicosocial.

En la evaluación psicosocial se identificó como sujeto a un grupo de adolescentes de grados 9 y 10 del instituto comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá, que se encuentran entre los 13 y 15 años; es una población que se encuentran con una alta vulnerabilidad de ser afectados por el impacto de un evento catastrófico debido al contexto donde se desenvuelven. Mediante la evaluación psicosocial, en donde se utilizaron instrumentos de recolección de información tales como: entrevistas semiestructuradas y grupos de enfoque pertinentes para obtener los datos necesarios para diligenciar la evaluación psicosocial, se identificó la violencia de género como el evento catastrófico a evitar, se compone de dos variables importantes y complejas: una externa y otra interna, cuyo resultado, si no se elimina la amenaza, sería un sistema psicosocial afectado, con estructuras funcional y cualitativamente diferentes, por esta razón se debió mitigar y controlar su impacto en los adolescentes incluidos en la atención e intervención psicosocial. En los otros se identificaron los funcionarios de la institución educativa donde se llevará a cabo el programa, y como contexto complejo las familias de los estudiantes con las cuales es pertinente trabajar y transformar su realidad.

Como factores de riesgo se encontró la edad del sujeto, estos adolescentes están en una etapa de su ciclo vital en donde son más propensos a sufrir de violencia en los espacios educativos y ser afectados de manera perjudicial para su desarrollo y la construcción de su personalidad. Este riesgo se incrementa al existir situaciones previas de violencia intrafamiliar y violencia íntima de pareja dentro de sus familias. También se encuentra el contexto donde se desenvuelve que los convierte en sujetos vulnerables a ser víctimas de algún tipo de violencia, ya sea en su comunidad o en el contexto escolar.

Según lo evidenciado en el diagnóstico psicosocial, existen factores asociados que convierten la población en sistemas psicosociales vulnerables a ser violentados en diferentes ámbitos, por ejemplo, el tránsito de colegio a casa en donde pueden ocurrir acciones violentas efectuadas por personas externas, pero que pueden ocasionar un daño en su integridad. Además, la poca atención y actuación de la institución frente a situaciones de violencia que puedan presentarse y afectar a la población estudiantil. En el diagnóstico también se encuentran los factores protectores asociados al sistema psicosocial como redes sociales fuertes, proyectos de vida a corto, mediano y largo plazo, familias nucleares que brindan soporte y estabilidad y leyes gubernamentales que los amparan en caso de que llegaran a ser víctimas de violencia de género, estos factores hacen que sea viable realizar un programa de atención e intervención psicosocial orientado a la gestión del riesgo.

En la última etapa, durante la atención e intervención psicosocial se llevará a cabo la implementación y ejecución del programa, en donde se pretende dar cumplimiento al objetivo general: Construir habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo frente a la violencia de género en estudiantes de grado 9 y 10 del instituto comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá., para tal fin se plantearon temáticas para el sujeto los otros y el contexto complejo.

Para el sujeto, se plantearon 12 sesiones para trabajar 6 temáticas que se consideran oportunas para las necesidades encontradas en el sistema psicosocial, temáticas como: Asertividad, habilidades sociales, inteligencia emocional, relaciones interpersonales, proyecto de vida, resolución de conflictos, felicidad, resiliencia.

Para los otros, se plantearon 6 sesiones para abordar 3 temáticas importantes la mitigación de la violencia de género en la institución, las cuales son: Comunicación asertiva, empatía y liderazgo.

Para el contexto se plantearon 3 sesiones en donde se trabajaron 2 temáticas relevantes para mejorar las dinámicas familiares, la calidad de vida, y la mitigación del riesgo frente al evento catastrófico a evitar dentro del hogar, las temáticas son: Sentido de vida y bienestar.

Estas temáticas pretenden ser desarrolladas por medio de grupos terapéuticos, talleres terapéuticos, talleres educativos e intervenciones individuales basadas en técnicas y

estrategias terapéuticas establecidas para el abordaje de cada una de las temáticas propuestas, se utilizaron técnicas como: Terapia centrada en el cliente, Gestalt, psicodrama, terapia de juego y logoterapia.

RESULTADOS

A continuación, se muestran los principales resultados en cada una de las etapas del programa de atención e intervención psicosocial orientado a la construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo dirigido a adolescentes pertenecientes al instituto comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.

Sistema Psicosocial

Durante el periodo de aplicación de este proyecto se desarrollaron actividades dirigidas a la atención e intervención psicosocial de los y las adolescentes, tanto de tipo individual como grupal. Se realizó una evaluación de sus necesidades e inquietudes y reafirmaron la presencia de ciertos factores comunes entre ellos, como son la sensación de frustración que causan los casos de abuso o violencia a la que puede estar expuesta esta población, un fuerte sentimiento de inseguridad, sensación de inferioridad y muy baja autoestima. Por otra parte, como analizamos en este trabajo, aparte de una percepción personal basada en lo observado durante estas semanas, son numerosos los estudios que demuestran que las personas víctimas de malos tratos van sufriendo un proceso de aumento de la inseguridad en todas las esferas de su vida y disminución progresiva de su autoestima. Con este proyecto se pretendía, por tanto, cubrir algunas de estas necesidades a través de una intervención grupal con la comunidad estudiantil, mediante la realización de talleres educativos, talleres y grupos terapéuticos y sesiones individuales, bajo en marco de felicidad y resiliencia. Por medio de temáticas como: comunicación asertiva, habilidades sociales, inteligencia emocional, proyecto de vida, felicidad y resiliencia, etc... con el objetivo de aumentar la autoestima y seguridad en sí mismas y de que establezcan redes de apoyo social y desarrollen habilidades de comunicación y relación con diferentes actores de la sociedad.

Para alcanzar estos objetivos se planteó una metodología totalmente abierta y participativa, donde sean ellos mismos quienes tomaran la decisión de transformar realidades complejas desde un punto temprano, en el cual se pudiera evitar al máximo las consecuencias negativas que pudiera ocasionar en sus vidas.

Sujeto:

A partir de los talleres grupales y las intervenciones individuales de las cuales se realizaron 8 en total. En la población este proyecto dejó un impacto importante, al tener en cuenta que aparte del apoyo psicológico que tienen disponible en el colegio, nunca habían tenido un acercamiento psicosocial que los guiara y apoyara en sus procesos de crecimiento en todas las esferas personales.

A nivel de los objetivos del programa se le dio cumplimiento a lo que se planteó al inicio en la institución y fue socializado a los estudiantes; el haber entrado en contexto con el tema de violencia de género, que para muchos era desconocido, fue uno de los grandes aportes evidentes en la población. Al compartir sus experiencias en grupo, los participantes, más que todo las mujeres quienes siempre fueron más participes y activas; manifestaban percibir mejoras en su nivel de autoestima y su inseguridad personal se fue disminuyendo, desarrollando habilidades de comunicación y empatía, lo que manifestaban por el aumento de sus intervenciones y expresiones de afecto y afirmación personal. Varios de ellos afirmaban, que muchas de sus vivencias tenían aspectos comunes, pudieron clarificar ideas y sentimientos, sobre todo respecto a la relación con sus pares y sus familias, ocupando un lugar importante dentro del grupo y han podido establecer relaciones significativas unos con otros.

Los otros:

Debido a las situaciones adversas a la realización del proyecto, no se pudieron realizar sesiones individuales con las familias de los estudiantes, quienes se habían planteado como los otros al iniciar el proyecto, sin embargo por medio del trabajo con los estudiantes, se promovió un desarrollo favorable para todos los miembros, teniendo jerarquías claras, límites claros, roles claros y definidos, comunicación abierta y explícita y capacidad de adaptación al cambio.

Contexto complejo:

Debido a las situaciones adversas a la realización del proyecto, no se pudieron realizar sesiones individuales con los miembros de la comunidad educativa, quienes se habían planteado como el contexto complejo al iniciar el proyecto, sin embargo, por medio de asesorías individuales con algunos de ellos se obtuvo el apoyo, la cooperación, la reciprocidad frente la población adolescente, logrando un grupo de apoyo emocional frente situaciones de violencia intima en pareja.

Se fomentó información frente al ciclo vital, las diferentes etapas emocionales e intelectuales que se presentan, y sus funcionalidades y roles de cada individuo en el sistema familiar, orientado hacia la libertad, responsabilidad y la comprensión.

Problema Psicosocial

Se consiguió que el sistema psicosocial reconociera la violencia de género como un problema al cual están expuestos en el día a día, también que observaran la vulnerabilidad y los riesgos del mismo y se desarrollara un proceso de decisión a través del cual fueran gestionadas estas amenazas.

Se impactó positivamente generando conocimiento que les permita identificar a futuro situaciones en las que se pueda estar en vulnerabilidad y se les instruyó frente a cómo actuar en las mismas.

Metapropósito

De acuerdo con el metapropósito de Construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo en este programa se consiguió realizar:

Evaluación Psicosocial:

A través de la evaluación psicosocial se logró la identificación de un grupo de adolescentes a los cuales por diferentes factores se encuentran expuestos a un evento catastrófico que se puede evitar: la violencia de género en diferentes contextos.

Diagnóstico Psicosocial

Se logró la caracterización de la amenaza y la vulnerabilidad del sistema y así mismo a través de estas iniciar con el diseño y creación de la propuesta de atención e intervención desde la gestión del riesgo la cual se realiza teniendo en cuenta las necesidades del sistema y las herramientas que posee para enfrentar dicha amenaza.

Atención e intervención Psicosocial

Se consiguió la implementación de la propuesta de atención e intervención planteada asumiendo las situaciones adversas derivadas de la pandemia, y abordando de diferentes maneras la población para conseguir los objetivos del programa.

Modelo psicosocial emergente

Perspectiva Ontológica:

Desde la perspectiva Ontológica se consiguió comprender el problema psicosocial, entender que la violencia de género es un problema psicosocial tipo tres en este sistema y que se requería implementar un programa para la gestión del riesgo, promoviendo a partir de allí acciones que mitigaran y evitaran el impacto de este evento catastrófico sobre el sistema psicosocial.

Perspectiva Metodológica

Se operacionalizó la propuesta a través del programa de atención e intervención psicosocial haciendo uso de diferentes estrategias terapéuticas haciendo un acompañamiento integral al sistema psicosocial y trabajando para conseguir los objetivos planteados al inicio.

CONCLUSIONES

Del presente programa se concluye que:

Problema psicosocial:

La violación de los derechos de las mujeres y hombres, y la violencia de género no son problemas nuevos; suponen conductas que hasta hace muy poco tiempo eran socialmente aceptadas y que, por estar delimitadas en general al ámbito de la vida privada, eran muy poco conocidas. Sin embargo, sí es reciente la preocupación por las mujeres en su mayoría, pero también en la población masculina, que sufren agresiones físicas, sexuales y psicológicas en el medio familiar, laboral y educacional. Hoy en día se observan ciertos cambios en la percepción del problema, que responden al profundo cuestionamiento de la unión de la violencia a las relaciones de género, en tanto que la evaluación de la violencia como algo negativo, en cualquiera de sus expresiones en la vida social es cada vez más generalizada.

Bajo el concepto violencia de género, de acuerdo con el espacio de relación y de ejercicio de poder en el cual ocurren los hechos, se consideran delitos las violaciones sexuales y el incesto, el asedio sexual en el trabajo y en las instituciones educativas, la violencia sexual contra mujeres detenidas o presas, la violencia contra las mujeres mitgadas y el tráfico de personas. Sin embargo, en nuestra cultura estas expresiones de violencia extrema no se han analizado ampliamente y, en general, no se realizan investigaciones específicas sobre el tema o no se le brinda la trascendencia necesaria. El problema más conocido es la violencia de género que se produce en el ámbito doméstico y familiar; y que otorga particular atención, puesto que en torno a ella en los últimos años se han gestado experiencias institucionales importantes, se han introducido cambios fundamentales en las legislaciones y se han articulado acciones colectivas de las mujeres.

También hay una gran variedad de acciones orientadas a prevenir la violencia y prestar atención y apoyo a las víctimas, pero en general éstas se realizan sin una previa planeación, con escasos recursos y con diferentes orientaciones. Tampoco existen análisis ni criterios metodológicos consistentes, lo que impide contar con cifras comparables que sirvan de base para la planificación de programas y proyectos que beneficien a las poblaciones afectadas. El seguimiento y la evaluación de los proyectos, permitirá disponer de información más ordenada y concluyente. La complejidad de las relaciones entre hombres y mujeres y sus causas y efectos, las distintas formas de discriminación, los estereotipos en que se reproducen y la violación a los derechos humanos de las mujeres no se reducen tan solo al problema de la violencia. Sin embargo, no se pueden analizar las diversas dimensiones de la inequidad social sin tomar en consideración este hecho como expresión fatal de la desigualdad y la desigualdad de género.

Modelo psicosocial emergente:

El modelo psicosocial emergente permite no solo la identificación de un sistema, un evento catastrófico y un problemas psicosocial, sino la comprensión de las realidades de dicho sistema, con una visión diferente permitiendo así la autogestión, la participación de todos sus componentes en el abordaje de dicho problema.

En este proceso observando el problema psicosocial: la violencia de género, no solo permitió la identificación teórica sino la observación del mismo en el contexto estudiado, sus manifestaciones y representaciones, llevando a un proceso de decisión en el cual el sistema, observa su entorno, reconoce sus habilidades, capacidades, potencialidades y necesidades y se gestiona para encontrar estrategias que le permitan hacer frente a esa vulnerabilidad o amenaza.

También resignificar experiencias vividas para contribuir a este nuevo espacio enmarcado en el respeto, la escucha activa y la comunicación asertiva y comenzar un proceso de transformación que contribuya no solo en el ámbito escolar, sino en todos los lugares donde se desenvuelva.

Se concluye entonces que el Modelo Psicosocial Emergente aporta significativamente a los procesos de gestión del riesgo a través de sus tres perspectivas dando paso así a la consolidación de procesos beneficiosos para las comunidades beneficiarias.

RECOMENDACIONES

Se recomienda a la institución realizar un seguimiento al sistema psicosocial vinculando a los padres de familia al proceso, al ser ellos mismos agentes de su propia transformación. Además de implementar estrategias integrales y enriquecedoras, que puedan ser aplicadas a toda la comunidad y que fortalezcan la resolución de problemáticas que afectan su desarrollo social, psicológico y educativo.

Por otra parte, se indica dar continuidad al proceso que se llevó a cabo con los estudiantes, bien sea de manera remota o utilizando provechosamente los convenios pactados con la universidad, para así poder concluir satisfactoriamente los objetivos planteados como institución y pensando en el bienestar de estudiantado.

Se le recomienda a la institución capacitaciones y otras herramientas que favorezcan al empoderamiento y participación de la mujer en cada una de sus funcionalidades, y de acuerdo a su ciclo vital, para seguir cultivando y promocionando el amor y el acompañamiento a cada una de ellas

Por último, se invita a promover el servicio a la comunidad, y el compromiso de los participantes que hicieron parte de cada una de las etapas que se realizó, desde el inicio hasta la finalización del programa, el seguir fortaleciendo y utilizando herramientas y espacios que se tienen para vincular a otras mujeres a procesos terapéuticos o grupos de apoyo, considerándose un factor importante debido a la notoria transformación y apoyo frente a la violencia de género.

Bibliografía

CEPAL. (2016). VIOLENCIA DE GÉNERO: UN PROBLEMA DE DERECHOS. SERIE MUJER Y DESARROLLO .

Colmenares, A. (2011). Investigación-acción participativa. *Revista Latinoamericana de Educación*, 3(1), 102-115.

Fernandez, S. (2017). Salud y violencia de género en América Latina: Una lectura género sensible y sociosanitaria. *Panel Violencia de género y salud en América Latina*, 1-66 .

Folgueiras, P. (2008). La entrevista. *Técnicas de recolección de información*, 1-11.

Guzmán, F. (2015). Violencia de género en adolescentes. *Métodos de investigación y diagnóstico*, 2-35.

Herranza, J. (2015). Violencia de género en población adolescente. *Guía de orientación para la familia*, 3-33.

Hidalgo, M., González, M., & Hidalgo, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatra Integral*, 1-13.

MUJERES, O. (2016). DATOS Y CIFRAS CLAVES PARA LA SUPERACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES. Colombia: AGENCIA DE ESTADOS UNIDOS PARA EL DESARROLLO INTERNACIONAL.

Muñoz, P., & Inhiesta, A. (2017). LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN JÓVENES ADOLESCENTES DESDE LOS ESTEREOTIPOS DE LAS RELACIONES DE PAREJA. ESTUDIO DE CASO EN COLOMBIA Y EN ESPAÑA. *INFAD*, 2(1), 169- 178.

OMS. (2016). Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual no conyugal en la salud. Suiza: Departamento de Salud Reproductiva e Investigaciones Conexas.

Ramos, L. (2008). Dos conceptos de libertad y dos conceptos de responsabilidad en Spinoza. *Universidad Autónoma de la Ciudad de México*, 1-24.

Sánchez, M., Martínez, I., & Almudena. (2017). LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN JÓVENES ADOLESCENTES DESDE LOS ESTEREOTIPOS DE LAS RELACIONES DE

PAREJA. ESTUDIO DE CASO EN COLOMBIA Y EN ESPAÑA. LA PSICOLOGÍA HOY: RETOS, LOGROS Y PERSPECTIVAS DE FUTURO. PSICOLOGÍA DE LA ADOLESCENCIA, 2(1), 1-11.

Social, M. d. (2018). Sala situacional Mujeres víctimas de violencia de género. Bogotá: Oficina de Promoción Social.

UNICEF. (2017). Violencia en las vidas de los niños y los adolescentes. Nueva York: Datos fundamentales.

OTZEN, T. & MANTEROLA C. (2017) Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. Inti. J. Morolo., 35(1):227-232.

ANEXOS

Anexo 1

Entrevista semiestructurada

Objetivo: Recolectar información pertinente para la investigación por medio de una entrevista semiestructurada de acuerdo con el tema a tratar.

Nombre:

Curso:

Fecha:

¿Con quién vives?

¿Cómo es la relación con tus padres?

¿Cómo es la relación con tus compañeros de estudio?

¿Has tenido o tienes alguna relación de pareja? ¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?

¿Qué considera por violencia de género?

¿Considera que las mujeres son más vulnerables a sufrir este tipo de violencia? ¿Por qué?

¿Qué tipos de abuso cree que se cometen en la violencia de pareja?

¿Cuál cree que es la razón para que se presente violencia hacia las mujeres u hombres?

¿Ha sido víctima de algún tipo de violencia?

¿Cómo ha afrontado situaciones de violencia de género?

Si ha tenido relaciones de pareja ¿Qué tipo de problemas han presentado?

Anexo 2

Grupo de enfoque

Objetivo: Obtener datos significativos en la población por medio de un grupo de enfoque que permitirá conocer las necesidades de los mismos.

Personal:

¿Has sido víctima de violencia de género?

¿Qué consecuencias cree que trae para las mujeres y hombres ser víctimas de violencia?

¿Qué herramientas cree que posee para afrontar de manera adecuada la violencia de género?

¿Se considera vulnerable o cree estar en riesgo de ser víctima de violencia en algún ámbito de su vida?

¿Cree que alguna vez ha ejercido violencia hacia otra persona?

Familiar:

¿De qué forma se relacionan los miembros de su familia?

¿En su familia existe algún antecedente de violencia de cualquier tipo? ¿Cuál?

¿Qué estrategias utilizan para resolver los conflictos dentro de su familia?

¿Han hablado alguna vez en su familia de cómo prevenir la violencia?

¿A quién le contarías una situación donde fuiste víctima de violencia de género?

Social:

¿Con qué apoyo aparte de tu familia crees que cuentas?

¿Cómo es tu relación con tus compañeros y compañeras?

¿Has evidenciado situaciones de violencia de género? ¿En dónde?

¿Conoces a alguien cercano que esté pasando por esta situación? ¿Quién?

¿Qué estrategias conoce que utiliza la institución para manejar una situación donde se presente violencia?

Anexo 3



TERAPIAS PSICOSOCIALES

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN EL PROYECTO

PROGRAMA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL CON METAPROPÓSITO DE A LA CONSTRUCCIÓN DE HABILIDADES PSICOSOCIALES PARA LA VIDA DESDE LA GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN ESTUDIANTES DE GRADO 9 Y 10 DEL INSTITUTO COMERCIAL LORETO DE LA LOCALIDAD DE KENNEDY, BOGOTÁ.

Yo, _____ identificado (a) con documento de identidad No. _____ acudiente del estudiante _____, del grado _____ con residencia en _____ teléfono _____, edad _____ años, autorizo a mi hijo(a) a participar del “programa de atención e intervención psicosocial con metapropósito de a la construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo frente a la violencia de género en estudiantes ” y tengo conocimiento de los objetivos y fases del estudio, así como de los beneficios de participar en el mismo.

Fui informado y manifiesto haber obtenido respuesta a todos mis interrogantes y dudas al respecto. Estoy informado que la participación en el proyecto es libre y voluntaria.

Objetivo general: Implementar un programa de atención e intervención psicosocial con metapropósito de a la construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo frente a la violencia de género en estudiantes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.

Acepto participar libre y voluntariamente en el estudio mencionado.

Firma _____

Firma _____

Nombre(s), Apellido(s):
C.C o T.I

Nombre(s), Apellido(s) del profesional

Análisis de datos- Entrevista 1

TRANSCRIPCION ENTREVISTA:

Investigador: Podemos empezar, primero quiero agradecerte por haber tenido la disposición de participar en esta entrevista.

Participante 1: Gracias a ti por la invitación.

Investigador: Bueno, como ya sabes mi nombre es María Camila, soy estudiante de terapias psicosociales, como te venia comentando el proyecto que voy a implementar es acerca de la prevención de la violencia de género.

Participante 1: Me parece chévere, además si lo necesitamos.

Investigador: Antes de empezar con las preguntas, me gustaría aclarar que ninguna de las respuestas es buena, ni mala, y que además serán tratadas de forma confidencial, y exclusivamente para resultados del proyecto.

Participante 1: (Umm) okey dale.

Investigador: Bueno, comencemos con la primera pregunta. ¿Con quién vives?

Participante 1: Con mi mamá, mi papá y mis hermanos.

Investigador: ¿Cómo es la relación con tus padres?

Participante 1: La relación con mi mamá es buena somos muy cercanas, en cambio con mi papá no es tan buena.

Investigador: ¿Cómo es la relación con tus compañeros de estudio?

Participante 1: Buena, a veces me sacan el mal genio, pero nos llevamos bien.

Investigador: ¿Cómo es la relación con tus compañeros de estudio?

Participante: Buena, a veces me sacan el mal genio (risas) pero nos llevamos bien.

Investigador: ¿Has tenido o tienes alguna relación de pareja? Y si has tenido, ¿Cómo han sido estas relaciones?

Participante: Si he tenido novio. Han sido un poco tóxicas por cuestión de celos de él hacia mí.

Investigador: ¿En esas de relaciones de pareja que tipos de problemas han presentado?

Participante: Peleas y discusiones

Investigador: ¿Qué considera por violencia de género?

Participante: (Pero violencia de género en general o solamente hacia la mujer)

Investigador: Si, en general no solamente hacia las mujeres.

Participante: Ah bueno, son humillaciones hacia una persona de diferente orientación sexual o diferentes gustos.

Investigador: ¿Considera que las mujeres son más vulnerables a sufrir este tipo de violencia? y ¿Por qué?

Participante: Si y no, porque en el mundo las mujeres tienen que ser perfectas físicamente y eso causa la vulnerabilidad por parte de las personas para que las maltraten.

Investigador: ¿Qué tipos de abuso cree que se cometen en la violencia en pareja?

Participante: Celos en algunos casos son celos de que la pareja pueda llegar a ser mejor en la otra en algunas cosas.

Investigador: ¿Ha sido víctima de algún tipo de violencia?

Participante: No

Investigador: ¿Cómo ha afrontado situaciones de violencia de género?

Participante: No he sido víctima de ninguno

Investigador: Okey linda, terminamos con la entrevista por el día de hoy, nuevamente agradezco tu colaboración y nos estaremos viendo.

Participante: No, gracias a ti.

Unidad de análisis	Conceptos claves	Categorías	Análisis
<p>Pregunta 1: ¿Con quién vives?</p> <p>Rta: Con mi mamá, mi papá y mis hermanos.</p>	<p>Mamá</p> <p>Papá</p> <p>Hermanos</p>	<p>Familia 2</p>	<p>La participante describe con quien de su familia convive actualmente.</p>
<p>Pregunta 2: ¿Cómo es la relación con tus padres?</p> <p>Rta: La relación con mi mamá es buena somos muy cercanas, en cambio con mi papá no es tan buena.</p>	<p>Papá</p> <p>Mamá</p> <p>buenas</p> <p>cercanas</p>	<p>Relaciones familiares 1</p> <p>Hogar 1</p>	<p>La participante manifiesta que con su mamá siente más confianza que con su padre, se indaga acerca de qué factores cree que pueden afectar esa relación, pero se niega a responder porque no le gusta hablar sobre el tema.</p>
<p>Pregunta 3: ¿Cómo es la relación con tus compañeros de estudio?</p>	<p>Buena</p> <p>Mal genio</p> <p>llevarse bien</p>	<p>Relaciones 1</p> <p>Compañeros 2</p> <p>Cercanía</p>	<p>Manifiesta que hay algunos de sus compañeros con los que no tiene muy buena relación, pero que eso no afecta la</p>

Rta: Buena, a veces me sacan el mal genio, pero nos llevamos bien.			dinámica del grupo porque todos son colaboradores
<p>Pregunta 4: ¿Has tenido o tienes alguna relación de pareja?</p> <p>Rta: Si he tenido novio.</p> <p>¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?</p> <p>Rta: Han sido un poco tóxicas por cuestión de celos de él hacia mí.</p>	<p>Novio</p> <p>Tóxico</p> <p>Celos</p>	<p>Noviazgo 2</p> <p>Conflictos 1</p> <p>Celos 1</p>	Relata que su último novio era demasiado celoso, aunque en ocasiones ella también lo celaba por cosas muy pequeñas así que decidieron terminar.
<p>Pregunta 5: ¿En esas de relaciones de pareja que tipos de problemas han presentado?</p> <p>Rta: Peleas y discusiones</p>	<p>Peleas</p> <p>Discusiones</p>	Enfrentamientos 2	Describe los tipos de problemas que ha tenido con su pareja
<p>Pregunta 6: ¿Qué considera por violencia de género?</p> <p>Rta: Humillaciones hacia una persona de diferente orientación sexual o diferentes gustos.</p>	<p>Humillación</p> <p>Orientación Sexual</p> <p>Gustos</p> <p>Persona</p>	<p>Violencia psicológica 2</p> <p>Orientación sexual 1</p> <p>Discriminación 2</p> <p>Persona 1</p>	Considera que la violencia de género es hacer sentir menos o subordinar a alguien por pensar distinto, o por sus gustos u orientaciones sexuales.
<p>Pregunta 7: ¿Considera que las mujeres son más</p>	Mujeres	Mujeres 3	Manifiesta que en efecto las mujeres son más vulnerables

<p>vulnerables a sufrir este tipo de violencia? ¿Por qué?</p> <p>Rta: Si y no, porque en el mundo las mujeres tienen que ser perfectas físicamente y eso causa la vulnerabilidad por parte de las personas para que las maltraten</p>	<p>Físico</p> <p>Vulnerabilidad</p> <p>Maltrato</p> <p>Mundo</p> <p>perfección</p> <p>Personas</p>	<p>Físico 1</p> <p>Maltrato 1</p> <p>Vulnerabilidad 2</p> <p>Sociedad 1</p> <p>Perfección 1</p>	<p>que los hombres a sufrir violencia de género, habla de casos en donde las mujeres son violentadas por su físico, se pueden analizar en su relato que re-victimiza a la mujer por como luce.</p>
<p>Pregunta 8: ¿Qué tipos de abuso cree que se cometen en la violencia en pareja?</p> <p>Rta: Celos en algunos casos son celos de que la pareja pueda llegar a ser mejor en la otra en algunas cosas.</p>	<p>Celos</p> <p>Pareja</p>	<p>Competitividad 1</p> <p>Pareja 1</p>	<p>Manifiesta que los celos en la pareja pueden ser causal de problemas o de abusos, en este caso los celos para ella es la competitividad ya sea profesional o económica dentro de la relación.</p>
<p>Pregunta 9: ¿Ha sido víctima de algún tipo de violencia?</p> <p>Rta: No</p>	<p>No</p>		<p>Manifiesta que no ha sido víctima de violencia de género.</p>
<p>Pregunta 10: ¿Cómo ha afrontado situaciones de violencia de género?</p> <p>Rta: No he sido víctima de ninguno</p>	<p>Negativo</p> <p>Víctima</p>	<p>Víctima 1</p>	<p>Manifiesta no haber sido de víctima</p>

DEFINICIONES- Categoría:

Familia:

RAE: Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas.

Participante: Mamá, hermanos.

Relaciones familiares:

RAE: En este núcleo familiar se satisfacen las necesidades más elementales de las personas, como comer, dormir, alimentarse, etc. Además, se prodiga amor, cariño, protección y se prepara a los hijos para la vida adulta, colaborando con su integración en la sociedad

Participante: Forma de relacionarse entre los miembros de la familia.

Hogar:

RAE: Domicilio habitual de una persona y en el que desarrolla su vida privada o familiar.

Participante: Lugar donde se relacionan los miembros de la familia

Relaciones:

RAE: Trato amoroso o sexual que hay entre dos personas.

Participante: Personas con las que alguien mantiene un trato de amistad, laboral, social, etc.

Compañeros:

RAE: Persona que comparte con otra u otras la estancia en un lugar, los estudios, un trabajo o la práctica de un deporte u otra actividad.

Participante: Personas con las que comparte en el colegio.

Cercanía:

RAE: Circunstancia de estar cerca en el espacio o en el tiempo.

Participante: Tener una forma correcta de relacionarse.

Noviazgo:

RAE: Relación que existe entre dos personas que se van a casar.

Participante: Relaciones de pareja.

Conflictos:

RAE: Oposición o desacuerdo entre personas o cosas.

Participante: Mal entendidos en las relaciones interpersonales.

Celos:

RAE: Sentimiento que experimenta una persona cuando sospecha que la persona amada siente amor o cariño por otra, o cuando siente que otra persona prefiere a una tercera en lugar de a ella.

Participante: Inseguridad hacia la pareja.

Enfrentamientos:

RAE: Acción de enfrentar o enfrentarse.

Participante: Conflictos de mayor magnitud.

Violencia psicológica:

RAE: Es un fenómeno que se origina cuando una o más personas arremeten de manera verbal a otra u otras personas, ocasionando algún tipo de daño a nivel psicológico o emocional en las personas agredidas

Participante: Hacer daño verbalmente a alguien causando una afectación a nivel psicológico.

Orientación sexual:

RAE: La orientación sexual es la atracción afectiva, romántica sexual y psicológica que la persona siente de modo sostenido en el tiempo.

Participante: Gusto sexual hacia otra persona.

Discriminación:

RAE: Trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, religión, etc.

Participante: Hacer sentir menos a alguien o rechazarlo.

Persona:

RAE: Individuo de la especie humana.

Participante: Cualquier individuo de la sociedad.

Mujeres:

RAE: Persona adulta de sexo femenino.

Participante: Genero femenino.

Físico:

RAE: Del cuerpo humano, en oposición a mental, espiritual o moral, o relacionado con él.

Participante: Apariencia de una persona.

Maltrato:

RAE: Comportamiento violento que causa daño físico o moral.

Participante: Causar daño a una persona

Vulnerabilidad:

RAE: La vulnerabilidad es la incapacidad de resistencia cuando se presenta un fenómeno amenazante, o la incapacidad para reponerse después de que ha ocurrido un desastre.

Participante: Contar con un riesgo hacia alguna situación.

Sociedad:

RAE: Conjunto de personas que se relacionan entre sí, de acuerdo a unas determinadas reglas de organización jurídicas y consuetudinarias, y que comparten una misma cultura o civilización en un espacio o un tiempo determinados.

Participante: Sistema organizado de relaciones que se establecen entre este conjunto de personas.

Perfección:

RAE: Cualidad de lo que es perfecto.

Participante: Aparentar que todo está bien.

Competitividad:

RAE: Rivalidad o competencia intensa para conseguir un fin.

Participante: Rivalidad entre dos personas.

Pareja:

RAE: Conjunto de dos elementos de la misma clase.

Participante: relación sentimental que existe entre dos personas

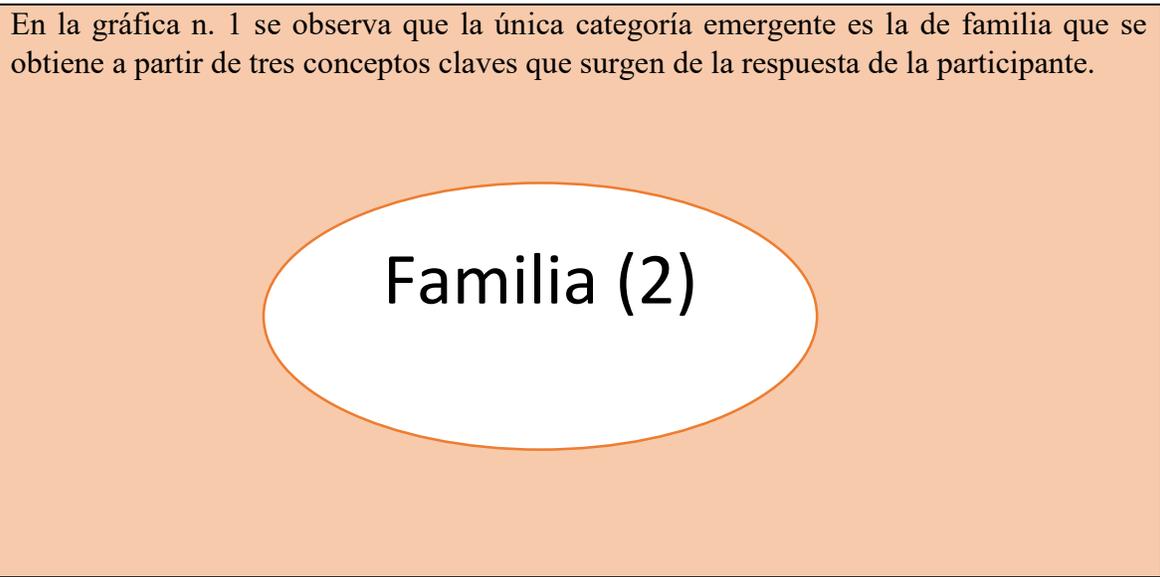
Víctima:

RAE: Persona o animal que sufre un daño o un perjuicio a causa de determinada acción o suceso.

Participante: Persona que sufre un daño y es afectada en diferentes ámbitos.

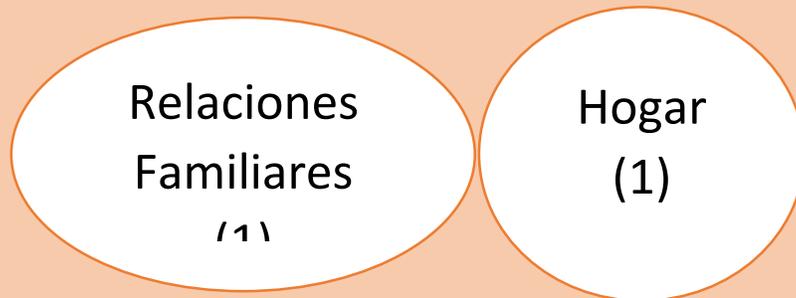
GRÁFICAS:

En la gráfica n. 1 se observa que la única categoría emergente es la de familia que se obtiene a partir de tres conceptos claves que surgen de la respuesta de la participante.

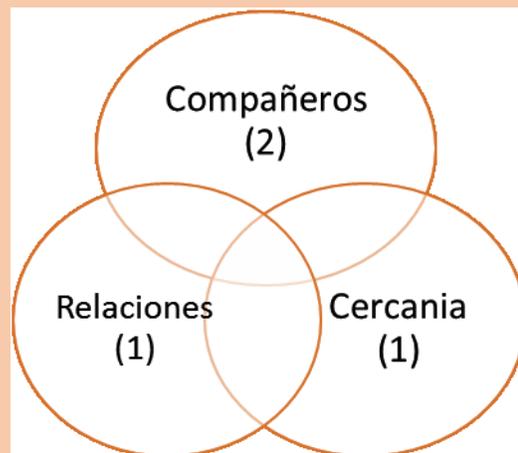


Familia (2)

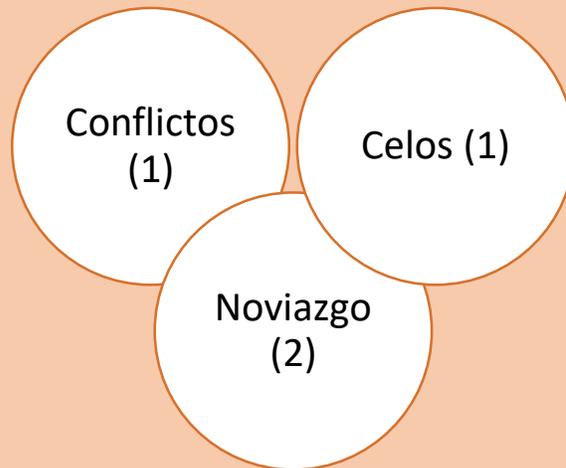
En la gráfica n.2 se observan dos categorías: Relaciones familiares que cuenta con un concepto clave, al igual que hogar que surge a partir de la descripción de la relación con los miembros de su familia.



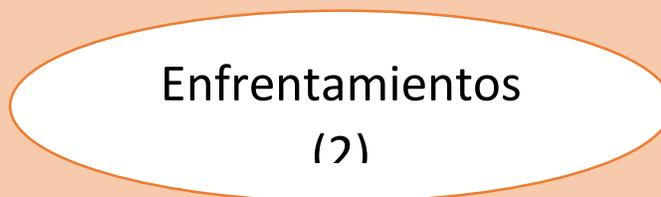
En la gráfica n. 3 se observa que la categoría de compañeros cuenta con dos conceptos importantes para la participante, y relaciones con un concepto al describir la forma de interactuar con sus pares, cercanía cuenta con 1 concepto clave.



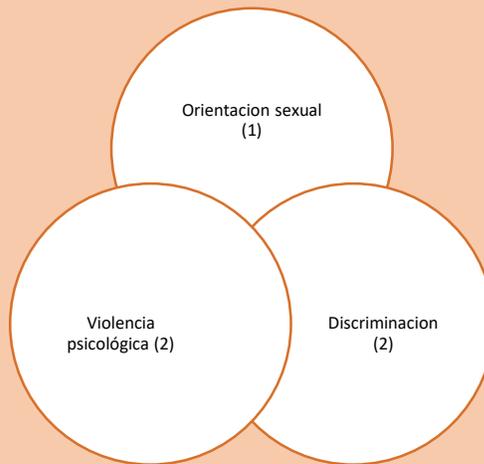
En la gráfica n. 4 se puede observar que la categoría de noviazgo cuenta con dos conceptos al ser la más relevante y nombrada en la respuesta del participante, conflictos y celos cuentan solamente con 1 concepto clave respectivamente.



En la gráfica n.5 se encuentra una categoría emergente que es enfrentamientos la cual cuenta con 2 conceptos claves que la participante describe de los problemas que ha tenido en sus relaciones de pareja.



En la gráfica n. 6 se observa que la categoría de violencia psicológica cuenta con 2 conceptos al igual que la categoría de discriminación, la categoría de orientación sexual

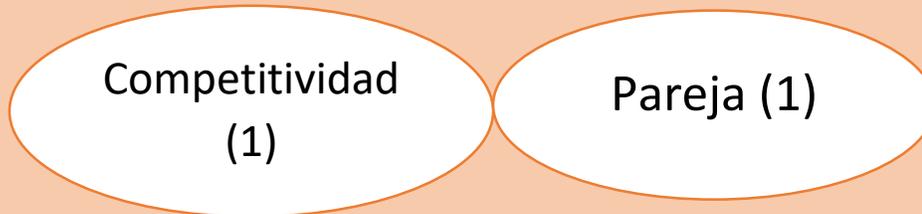


solo cuenta con 1.

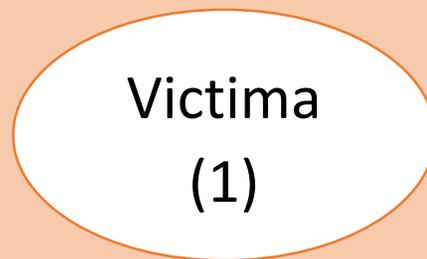
En la gráfica n.7 se observa que la categoría de mujeres cuenta con la mayoría de conceptos claves al ser el sujeto principal de la respuesta de la participante, además de hablar de su vulnerabilidad por ser mujer que cuenta con 2 conceptos claves, seguidamente habla de tipos de violencia: físico y maltrato que cuentan con 2 conceptos claves cada uno, y por último sociedad y perfección con un concepto clave.



En la gráfica n. 8 se observan dos categorías emergentes que son competitividad y pareja, las cuales surgen de la respuesta y se describen como uno de los conflictos dentro de las relaciones de pareja, cuentan con 1 concepto clave cada una.



En la gráfica n. 10 se observa la última categoría emergente: víctima, que surge del relato de la participante al no haber sido afectada por la violencia de género.



ANALISIS GENERAL DE LA ENTREVISTA:

Se realiza una entrevista semiestructurada a una estudiante de 10 grado del colegio instituto comercial Loreto, se evidencia que le cuesta manifestar situaciones de abuso o de violencia, al realizar las preguntas responde negativamente, pero se puede analizar miedo en sus respuestas, se indaga, pero no se obtiene mayor información al respecto. Al hablar específicamente de la violencia de género se observa claridad en el concepto, pero no en las situaciones donde ella pudo haber sido víctima o estar en riesgo de sufrirla.

Se observa también que culpabiliza a las mujeres cuando son violentadas, bien sea por su aspecto físico, o por estar inmersas en alguna situación que las ponga en riesgo.

Se recomienda seguimiento para clarificar distorsiones en sus respuestas y clarificar conceptos de la participante.

Entrevista 2

TRANSCRIPCION ENTREVISTA:

Investigador: Bueno vamos a iniciar con la segunda entrevista estamos con Juliana Higuera Juliana. Buenos días.

Participante 2: Buenos días.

Investigador: Bueno como te comentaba el objetivo de esta entrevista es obtener información pertinente para la investigación por medio de entrevistas y estructura de acuerdo al tema a tratar.

Participante 2: Okey me parece bien.

Investigador: Antes de empezar con las preguntas, me gustaría aclarar que ninguna de las respuestas es buena, ni mala, y que además serán tratadas de forma confidencial, y exclusivamente para resultados del proyecto.

Participante 2: Está claro

Investigador: Okey entonces vamos a iniciar con la primera pregunta ¿Con quién vives?

Participante 2: Vivo con mi mamá y mi hermano solamente los tres.

Investigador: Juliana me podrías comentar, ¿Cómo es la relación con tus padres?

Participante 2: Bien, aunque si ahí líos peleas por indiferencia de pensamiento malas acciones que cometemos algunos y que le molestan al otro.

Investigador: La tercera pregunta es: ¿Cómo es la relación con tus compañeros de estudio?

Participante 2: Más o menos, a ratos pues como que ocurren cosas que nos molestan y pues así

Investigador: Juliana ¿has tenido o tienes actualmente alguna relación de pareja? ¿Cómo han sido estas relaciones?

Participante 2: Bueno, actualmente sí tengo pareja sentimental la relación es súper bien, aunque sí, también hay momentos de mal genio. Pero lo solucionamos de buena manera. En mis relaciones anteriores no puedo negar que o decir que fueron buenas, debido a que, pues cuando uno es niño y aún no tiene claro el concepto de sentir algo, cariño, afecto o amor o lo que uno siente en ese momento por esa persona, si? pues entonces son difíciles de escribir ese tipo de relaciones.

Investigador: Okey Juliana, entonces la siguiente pregunta, ¿Qué considera por violencia de género?

Participante 2: Considero que es una forma de llamar a la violencia cuando discriminamos a alguien cuando lo ofendemos cuando los maltratamos físicamente o verbalmente por el simple hecho de ser como es, por ser ignorantes y no aceptar que todos somos diferentes.

Investigador: Muy bien, ¿Consideras que las mujeres son más vulnerables a sufrir este tipo de violencia? y ¿Por qué?

Participante 2: si hablamos de porcentajes, sí claro, pero también hay muchos hombres maltratados.

Investigador: ¿Qué tipos de abuso cree que se cometen en la violencia en pareja?

Participante 2: Violencia física, verbal, psicológica y emocional.

Investigador: ¿Cuál cree que es la razón para que se presente violencia de género hacia las mujeres u hombres?

Participante 2: Hacia las mujeres pues que son más vulnerables, les faltan más al respeto, los hombres las tratan mal y hacia los hombres también hay mujeres que son muy violentas con ellos.

Investigador: ¿Ha sido víctima de algún tipo de violencia?

Participante 2: No quiero decirlo, no me gusta hablar de eso

Investigador: Okey Juliana no te preocupes, después hablaremos con más confianza del tema. Vamos con la última pregunta, ¿Cómo has afrontado situaciones de violencia de género?

Participante 2: Aceptando a los demás

Investigador: Listo Juliana llegamos al final de la entrevista, en el momento que quieras hablar ya sabes que voy a estar aquí, nos vamos a estar viendo continuamente.

Participante 2: Okey vale muchas gracias.

Unidad de análisis	Conceptos claves	Categorías	Análisis
<p>Pregunta 1: ¿Con quién vives?</p> <p>RTA: Vivo con mi mamá y mi hermano solamente los tres.</p>	<p>Vivo</p> <p>Mamá</p> <p>Hermano</p>	<p>Familia 2</p> <p>Monoparental 1</p>	<p>El sistema psicosocial menciona a los miembros de su familia con quienes convive.</p>
<p>Pregunta 2: ¿Cómo es la relación con tus padres?</p> <p>RTA: Bien, aunque si ahí líos peleas por indiferencia de pensamiento malas acciones que cometemos algunos y que le molestan al otro.</p>	<p>Líos</p> <p>Peleas</p> <p>Indiferencia</p> <p>Pensamiento</p> <p>Acciones</p> <p>Molestan</p>	<p>Conflictos 3</p> <p>Discusiones1</p> <p>Indiferencias 2</p>	<p>Comenta que en su familia tiene discusiones por malos entendidos o falta de comunicación.</p>
<p>Pregunta 3: ¿Cómo es la relación con tus compañeros de estudio?</p> <p>RTA: Más o menos, a ratos pues como que ocurren cosas que nos molestan y pues así</p>	<p>Ratos</p> <p>Compañeros</p> <p>Molestar</p>	<p>Relaciones 1</p> <p>Compañeros 1</p> <p>Compartir 1</p>	<p>Manifiesta que tienen conflictos entre sus compañeros, pero siempre los solucionan</p>

<p>Pregunta 4: ¿Has tenido o tienes alguna relación de pareja?</p> <p>RTA: Bueno, actualmente sí tengo pareja sentimental</p> <p>¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?</p> <p>RTA: la relación es súper bien, aunque sí, también hay momentos de mal genio. Pero lo solucionamos de buena manera. En mis relaciones anteriores no puedo negar que o decir que fueron buenas, debido a que, pues cuando uno es niño y aún no tiene claro el concepto de sentir algo, cariño, afecto o amor o lo que uno siente en ese momento por esa persona, si? Pues entonces son difíciles de describir ese tipo de relaciones.</p>	<p>Pareja</p> <p>Sentimental</p> <p>Mal genio</p> <p>Solucionamos</p> <p>Niño</p> <p>Cariño</p> <p>Sentir</p> <p>Afecto</p> <p>Amor</p> <p>Tipos</p> <p>Relaciones</p> <p>Describir</p>	<p>Relaciones sentimentales 3</p> <p>Diferencias 2</p> <p>Solucionar 1</p> <p>Sentimientos 4</p>	<p>Describe sus relaciones anteriores como conflictivas, culpabiliza a la edad, actualmente considera que sabe llevar mejor su relación actual, pues aprendió de sus vivencias anteriores.</p>
<p>Pregunta 5: ¿Qué considera por violencia de género?</p> <p>RTA: Considero que es una forma de llamar a la violencia cuando discriminamos a alguien cuando lo ofendemos cuando los maltratamos físicamente o verbalmente por el simple hecho de ser como es, por ser ignorantes</p>	<p>Violencia</p> <p>Discriminar</p> <p>Ofendemos</p> <p>Maltratamos</p> <p>Físicamente</p> <p>Verbalmente</p> <p>Ignorantes</p> <p>Diferentes</p>	<p>Violencia 3</p> <p>Discriminación 1</p> <p>Maltrato 1</p>	<p>Describe el concepto que tiene acerca de la violencia de género, y lo relaciona con la discriminación y el maltrato.</p>

y no aceptar que todos somos diferentes.			
<p>Pregunta 6: ¿Considera que las mujeres son más vulnerables a sufrir este tipo de violencia? ¿Por qué?</p> <p>RTA: si hablamos de porcentajes, sí claro, pero también hay muchos hombres maltratados.</p>	<p>Porcentajes</p> <p>Hombres</p> <p>Maltratados</p>	<p>Hombres 1</p> <p>Intimidación 1</p>	<p>Según las cifras de violencia de género considera que las mujeres si son más vulnerables a sufrir este tipo de violencia</p>
<p>Pregunta 7: ¿Qué tipos de abuso cree que se cometen en la violencia en pareja?</p> <p>RTA: Violencia física, verbal, psicológica y emocional.</p>	<p>Violencia</p> <p>Física</p> <p>Psicológica</p> <p>Emocional</p>	<p>Violencia física 1</p> <p>Violencia psicológica 1</p> <p>Violencia emocional 1</p>	<p>Describe los tipos de violencia que cree que se dan durante la violencia en pareja.</p>
<p>Pregunta 8: ¿Cuál cree que es la razón para que se presente violencia hacia las mujeres u hombres?</p> <p>RTA: Hacia las mujeres pues que son más vulnerables, les faltan más al respeto, los hombres las tratan mal y hacia los hombres también hay mujeres que son muy violentas con ellos.</p>	<p>Mujeres</p> <p>Vulnerables</p> <p>Respeto</p> <p>Hombres</p> <p>Violentas</p>	<p>Género 2</p> <p>Riesgo 1</p> <p>Violentar 1</p>	<p>Describe las razones por las que cree que los hombres y mujeres pueden ser violentados</p>
<p>Pregunta 9: ¿Ha sido víctima de algún tipo de violencia?</p> <p>RTA: No quiero decirlo, no me gusta hablar de eso</p>	<p>Negar</p> <p>Hablar</p>	<p>Negación 1</p>	<p>Manifiesta que no se siente cómoda al hablar del tema, considera que tiene que tomar un tiempo para poder hablarlo tranquilamente</p>

<p>Pregunta 10: ¿Cómo ha afrontado situaciones de violencia de género?</p> <p>RTA: Aceptando a los demás</p>	<p>Aceptar Personas</p>	<p>Aceptación 1 Tolerancia 1</p>	<p>Manifiesta que su manera de afrontar la violencia para ella es la tolerancia.</p>
--	-----------------------------	--------------------------------------	--

DEFINICIONES- Categoría:

Familia:

RAE: Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas.

Participante: Mamá, hermanos.

Monoparental:

RAE: Que cuenta con solo uno de los padres

Participante: Familias que se componen por uno de los padres.

Conflictos:

RAE: Oposición o desacuerdo entre personas o cosas.

Participante: Mal entendidos en las relaciones interpersonales.

Discusiones:

RAE: Examinar y tratar entre [varias personas] un asunto o un tema proponiendo argumentos o razonamientos para explicarlo, solucionarlo o llegar a un acuerdo acerca de él

Participante: Defender un punto u opinión.

Indiferencia:

RAE: Actitud o cualidad de indiferente.

Participante: No mostrar interés

Relaciones:

RAE: Trato amoroso o sexual que hay entre dos personas.

Participante: Personas con las que alguien mantiene un trato de amistad, laboral, social, etc.

Compañeros:

RAE: Persona que comparte con otra u otras la estancia en un lugar, los estudios, un trabajo o la práctica de un deporte u otra actividad.

Participante: Personas con las que comparte en el colegio.

Compartir:

RAE: Dar [una persona] parte de lo que tiene para que otra lo pueda disfrutar conjuntamente con ella.

Participante: Usar o poseer algo en común

Relaciones sentimentales:

RAE: es un vínculo sentimental de tipo romántico que une a dos personas.

Participante: Relaciones de pareja

Diferencias:

RAE: Cualidad, característica o circunstancia que hace que una persona o cosa sea diferente de otra.

Participante: Conflictos por pensar diferente.

Solucionar:

RAE: Encontrar una solución para un problema, duda o cuestión.

Participante: Resolver conflictos

Sentimientos:

RAE: Estado de ánimo o disposición emocional hacia una cosa, un hecho o una persona.

Participante: Sentir algo por otras personas

Violencia:

RAE: Uso de la fuerza para conseguir un fin, especialmente para dominar a alguien o imponer algo.

Participante: Causar daño a alguien.

Discriminación:

RAE: Trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, religión, etc.

Participante: Hacer sentir menos a alguien o rechazarlo.

Maltrato:

RAE: Comportamiento violento que causa daño físico o moral.

Participante: Causar daño a una persona

Hombres:

RAE: Persona adulta de sexo masculino

Participante: Género masculino

Intimidación:

RAE: Hacer que alguien sienta miedo o temor.

Participante: Amenazar o hacer sentir menos

Violencia física:

RAE: forma de violencia que atañe al cuerpo y a la fuerza física: el castigo corporal, capaz de ocasionar dolor o incluso la muerte

Participante: Causar daño en la integridad física de una persona

Violencia psicológica:

RAE: Es un fenómeno que se origina cuando una o más personas arremeten de manera verbal a otra u otras personas, ocasionando algún tipo de daño a nivel psicológico o emocional en las personas agredidas.

Participante: Daño causado a nivel psicológico o mental de una persona.

Violencia emocional:

RAE: es una forma de maltrato que se manifiesta con gritos, insultos, amenazas, prohibiciones, intimidación, indiferencia, ignorancia, abandono afectivo, celos patológicos, humillaciones, descalificaciones, chantajes, manipulación y coacción.

Participante: Violentar a alguien de manera verbal causando una afectación psicológica.

Género:

RAE: Conjunto de personas o cosas que tienen características generales comunes.

Participante: Funciones o comportamientos de acuerdo al sexo.

Riesgo:

RAE: Posibilidad de que se produzca un contratiempo o una desgracia, de que alguien o algo sufra perjuicio o daño.

Participante: Ser vulnerable a sufrir un daño

Violentar:

RAE: Utilizar la violencia contra una persona o una cosa para conseguir un objetivo.

Participante: Utilizar violencia

Negación:

RAE: Acción de negar o negarse.

Participante: Respuesta negativa

Aceptación:

RAE: Consideración generalizada de que algo es bueno o válido.

Participante: Acción de aceptar

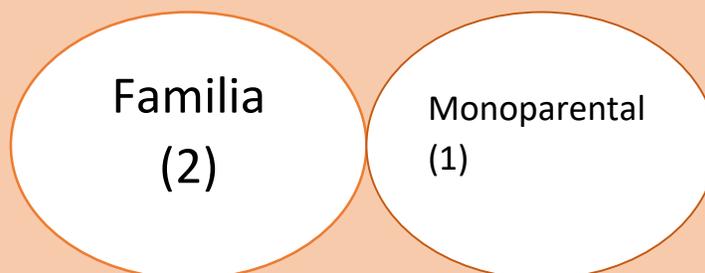
Tolerancia:

RAE: Actitud de la persona que respeta las opiniones, ideas o actitudes de las demás personas, aunque no coincidan con las propias.

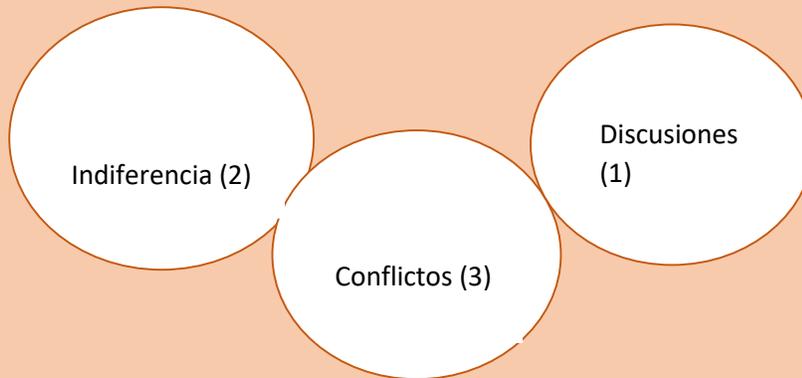
Participante: Respetar diferencias de otras personas

GRÁFICAS:

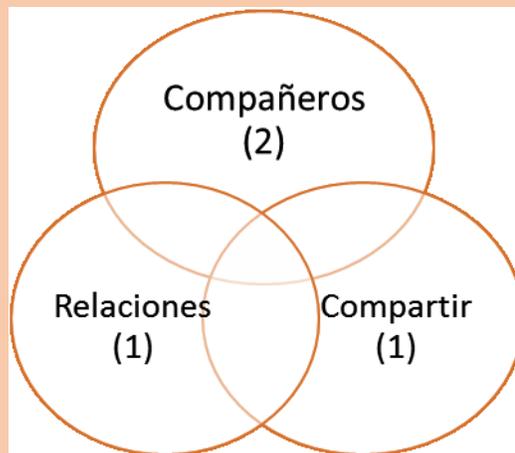
En la gráfica n. 1 se observan dos categorías, familia que cuenta con dos conceptos y monoparental con 1.



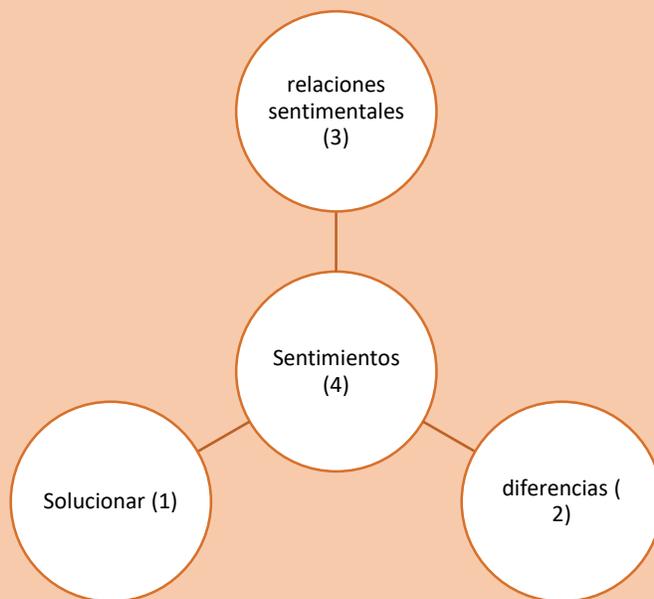
En la gráfica n. 2 se encuentra en concepto engente de conflictos con la mayoría de conceptos claves con 3. Indiferencia con 2 y discusiones con 1 al describir la relación entre los miembros de su familia.



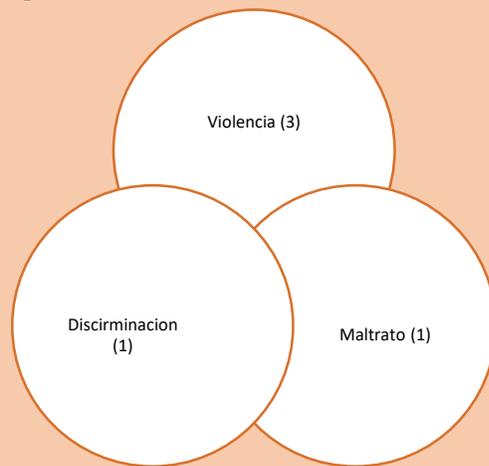
En la gráfica n. 3 se observa que la categoría de compañeros cuenta con dos conceptos importantes para la participante, y relaciones con un concepto al describir la forma de interactuar con sus pares, compartir cuenta con 1 concepto clave.



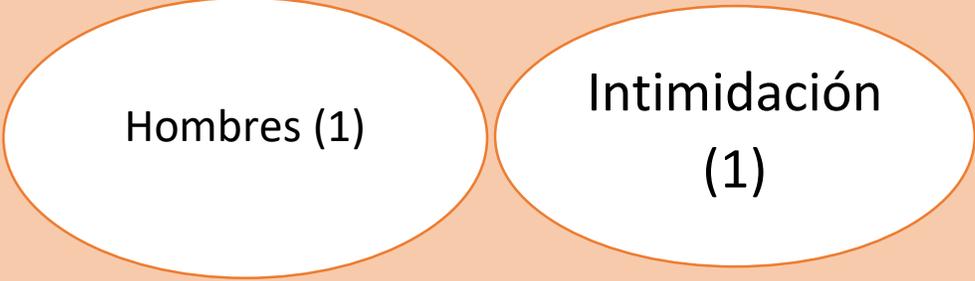
En la gráfica n. 4 se puede observar que la categoría de sentimientos cuenta con 4 conceptos claves ya que es la más importante en la respuesta de la participante, la categoría de relaciones cuenta con 3, diferencias con 2 conceptos y por último solucionar solamente con 1.



En la gráfica n. 5 se observa que la categoría de violencia cuenta con 3 conceptos al describir la decisión de violencia de género, seguido de las categorías de discriminación y maltrato que cuentan con un concepto clave cada una.



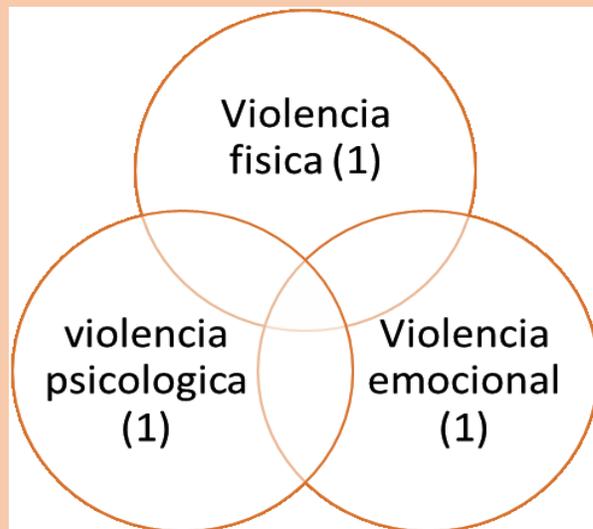
En la gráfica n. 6 se observan dos categorías emergentes que son hombres e intimidación al hablar de las cifras de violencia de género, cuentan con 1 concepto clave cada una.



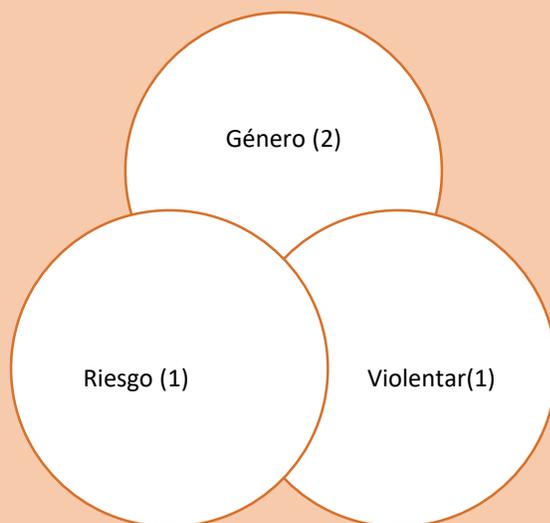
Hombres (1)

Intimidación
(1)

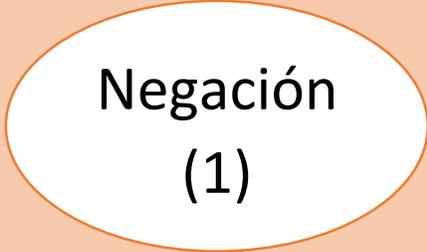
En la gráfica n.7 se observan las categorías de violencia física, violencia psicológica, violencia emocional las cuales surgen de a respuesta de la participante al describir los tipos de violencia más comunes, cuentan con un concepto clave cada 1.



En la gráfica n.8 se observa la categoría de género siendo la más importante de la respuesta, seguida de riesgo y violentar emergentes de las causas de la violencia, a las cuales les corresponde un concepto clave cada una.

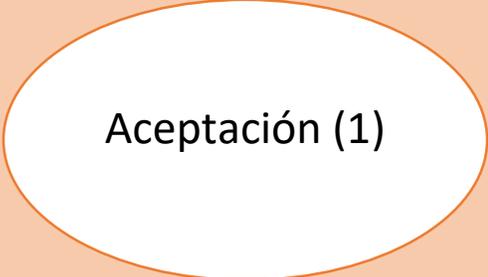


En la gráfica n. 9 se observa la última categoría emergente: negación, que surge del relato de la participante al no querer tocar el tema de sus vivencias e violencia de género.



Negación
(1)

En la gráfica n. 10 se observan las categorías de aceptación y tolerancia con 1 concepto clave respectivamente.



Aceptación (1)



Tolerancia
(1)

ANÁLISIS GENERAL DE LA ENTREVISTA:

Se realiza una entrevista semiestructurada a la estudiante de 10 grado, en donde se evidencia control ausente y poca supervisión en casa. Durante el relato de la participante aclara haber iniciado su vida sentimental a temprana edad. Además, se evidencia bastante claridad en los conceptos de violencia de género y describe con facilidad los tipos de violencia.

Durante el transcurso de la entrevista se nota fuerte incomodidad para relatar situaciones en donde estuvo en riesgo o fue victimizada por alguien, o situaciones fuertes que ha atravesado a la largo de su vida que han podido afectar su integridad o la de su familia.

Se recomienda indagar en sesiones próximas.

Grupo de enfoque 1

Transcripción grupo de enfoque: 3 participantes

Investigador: Buenos días chicos, Mi nombre es María Camila soy terapeuta psicosocial en formación, realizaremos un grupo de enfoque, el cual consistirá en una serie de preguntas que les iré realizando una serie de preguntas que van respondiendo uno por uno, ¿está claro?

Participantes: Si, está claro.

Investigador: Okey, les comparto que el objetivo de realizar este grupo de enfoque es obtener datos significativos en la población por medio de un grupo de enfoque que permitirá conocer las necesidades de los mismos. ¿Podemos comenzar?

Participante 1: Si yo creo que ya estamos listos.

Investigador: La primera categoría es la personal, y la primera pregunta es: ¿Has sido víctima de violencia de género? Contestaremos en orden de izquierda a derecha.

Participante 1: No nunca he sido víctima de violencia

Participante 2: Nunca he sido víctima de violencia de género, aunque a veces los chicos son un poco duros con nosotras en algunos sentidos ya que tienen un poco más de fuerza, pero yo considero que eso no es violencia de género

Participante 3: Sí.

Investigador: Vale chicos, la siguiente pregunta es: ¿Qué consecuencias cree que trae para las mujeres y hombres ser víctimas de violencia?

Participante 1: Pues, así como por ejemplo traumas psicológicos, pues eso cómo les afecta a ellos pueden llegar a no poder volver a ser los mismos que eran antes. Pueden llegar hasta el punto de suicidarse. O sea, la sociedad los acepta por lo que pasaron y así.

Participante 2: Desde mi punto de vista creo que trae problemas en la autoestima ya que cuando te sientes agredido agredida por alguna persona que te rodea te sientes menos empiezas a ser más callado te da miedo socializar con más gente. Entonces creo que se afecta más que la autoestima y la parte social.

Participante 3: Cómo desarrollamos la personalidad pues crecemos un poco tímidos en las situaciones que nos pasan.

Investigador: Aunque alguna de las respuestas queden inconclusas, no se preocupen después profundizaremos más en estas respuestas, la tercera pregunta es ¿Qué herramientas cree que posee para afrontar de manera adecuada la violencia de género?

Participante 1: Pues no sé yo creo que no tratar a los demás como a mí no me gustaría que me trataran y, si por ejemplo si ve a alguien que le están haciendo algo pues a mí no me parece como tratar de ayudar a la persona, ¿sí? O sea, hacer lo que yo pueda hacer

Participante 2: Creo que la herramienta más adecuada y la que todo mundo debería utilizar sería la comunicación.

Participante 3: Creo que sería útil también a personas que tengan algún tipo de autoridad o poder y que puedan intervenir en la violencia.

Investigador: Vamos con la pregunta número 4, ¿Se considera vulnerable o cree estar en riesgo de ser víctima de violencia en algún ámbito de su vida?

Participante 1: imam! no, no creo

Participante 2: Me siento vulnerable a que en el colegio siento que en cierta manera nosotras las niñas estábamos un poco expuestas al trato de los niños y que a veces no nos ponen mucha atención o no sé y no le ponen atención mucho a ese tema entonces creo que acá en el colegio un poco y pues en la casa no tanto, pero en el colegio sí

Participante3: Si creo que es constante la inseguridad en todos lados transporte, universidad, la calle.

Investigador: Sería importante que ampliaran un poco más sus respuestas para poder obtener mayor información, ¿vale?

Participantes: (Asienten con la cabeza)

Investigador: Continuamos con la última pregunta de la categoría personal, ¿Cree que alguna vez ha ejercido violencia hacia otra persona?

Participante 1: No

Participante 2: Creo que no, pero pues hay ocasiones que estamos con nuestros compañeros y tal vez exagera un poco en las palabras al referirme a ellos creo que es lo más cercano que he estado a ofender a otra persona. Cómo me dirijo a veces hacia esa persona.

Participante3: Sí también aquí en el colegio.

Investigador: Vamos con la siguiente categoría, que es la de familia, y la primera pregunta es ¿De qué forma se relacionan los miembros de su familia?

Participante 1: Pues bien, hablando como personas civilizadas

Participante 2: En mi familia como todas las familias hay discusiones y problemas pues hay veces que la comunicación no es la mejor, pero de igual manera como todas las familias tienen problemas, pero siempre llegamos a acuerdos.

Participante3: Nos relacionamos bien muy bien tenemos una buena relación hay las peleas normales con mi hermana, pero normal.

Investigador: La segunda pregunta: ¿En su familia existe algún antecedente de violencia de cualquier tipo? ¿Cuál?

Participante 1: No, no que yo sepa

Participante 2: Sí ahí sí hay violencia. Los papás de mi papá se agredían físicamente y emocionalmente cuando estaban más jóvenes y mis papás me cuentan eso, pero es algo como por encima y mis papás dicen que eso fue hace muchos años.

Participante3: No ninguno.

Investigador: Okey, ¿Qué estrategias utilizan para resolver conflictos dentro de su familia?

Participante 1: Hablando tratando de buscar soluciones de que todos nos sintamos en desacuerdo que estemos a gusto en un punto

Participante 2: Estrategias que se utilizan son como la comunicación casi siempre es así, aunque se deja pasar un tiempo después de la pelea para arreglar los problemas, comunicación en tiempo y espacio

Participante3: Con mi mami hablamos mucho y ya pues si es necesario me castigan quitándome el internet y el celular.

Investigador: ¿Han hablado alguna vez en su familia de cómo prevenir la violencia?

Participante 1: Si

Participante 2: Nunca hemos hablado de cómo prevenir la violencia en mi familia nunca.

Participante3: No, no lo hemos hecho.

Investigador: Okey chicos, la última pregunta de la categoría de familia, ¿A quién le contarías una situación donde fuiste víctima de violencia de género?

Participante 1: yo creo que a mi mamá o a mi tía.

Participante 2: Pues yo creo que a mi mamá porque con ella tengo más confianza es con la persona que más interactúo de mi familia

Participante3: A mis amigas y de pronto a mi mamá.

Investigador: Listo chicos, la tercera y última categoría de esta entrevista grupal es la social, la cual cuenta con 5 preguntas también. La primera pregunta es: ¿Con que apoyo aparte de tu familia crees que cuentas?

Participante 1: Con el colegio no sé, si como con la gente de Psicología

Participante 2: Creo que cuento con mis amigos con mis amigas más que todo con mis amigas son como las que aparte de mi familia o sea son las que más comparten con ellos creo que son ellas son como tres o cuatro chicas.

Participante3: Con mi novio

Investigador: Siguiente pregunta, ¿Cómo es tu relación con tus compañeros y compañeras?

Participante 1: Buena, si nos llevamos bien así vivenciado

Participante 2: Bueno nunca tengo problemas nunca existe algún tipo de conflicto fuerte, pero en ocasiones creo que hay comentarios que son ofensivos de parte y parte como hombres como mujeres.

Participante3: Buena tenemos mucha confianza.

Investigador: En alguna ocasión, ¿Has evidenciado situaciones de violencia de género?

Participante 1: No, no nunca.

Participante 2: Nunca a pesar de estar en el colegio tal vez cuando atacan algunas compañeras algunos compañeros, pero en mi casa no evidencio nada ni nada de eso tal vez algunas ocasiones en el colegio.

Participante3: Si en el colegio, en la calle, en los buses.

Investigador: En tu entorno puede ser en el colegio, o fuera de él, en cualquier entorno social ¿Conoces a alguien cercano que esté pasando por esta situación? ¿Quién?

Participante 1: Un compañero de otro curso, no me acuerdo como se llama.

Participante 2: Jeffrey un compañero que es víctima de violencia psicológica.

Participante3: No, la verdad no recuerdo.

Investigador: Listo chicos, terminamos con esta última pregunta: ¿Qué estrategias conoce que utiliza la institución para manejar una situación donde se presente violencia?

Participante 1: Pues no sé por ejemplo en el caso del colegio. Hablar de o sea podemos hablar con psicología o con las profes o sea yo siento que es como que, si uno se siente inseguro de hablar con los papás, dice que ellas pueden interceder como que los papás entienden y si como eso quiere decir.

Participante 2: Si, la orientadora.

Participante3: Normalmente nos mandan a coordinación.

Investigador: Muchas gracias por su participación en esta entrevista, es de alta importancia sus respuestas para poder continuar con este proceso, agradezco su compromiso y disposición.

Participantes: No, gracias a ti.

Unidad de análisis	Conceptos Clave	Categorías	Análisis
<p>Pregunta 1: ¿Has sido víctima de violencia de género?</p> <p>Participante 1: No nunca he sido víctima de violencia</p> <p>Participante 2: Nunca he sido víctima de violencia de género, aunque a veces los chicos son un poco duros con nosotras en algunos sentidos ya que tienen un poco más de fuerza, pero yo considero que eso no es violencia de género</p> <p>Participante 3: Sí.</p>	<p>Victima</p> <p>Violencia</p> <p>Género</p> <p>Chicos</p> <p>Duros</p> <p>Fuerza</p>	<p>Victima 1</p> <p>Violencia2</p> <p>Fuerza 3</p>	<p>Los participantes relatan vivencias en donde pudieron haber sido afectados por la violencia de género en algún momento.</p>
<p>Pregunta 2: ¿Qué consecuencias cree que trae para las mujeres y</p>	<p>Traumas</p> <p>Psicológicos</p>	<p>Traumas psicológicos 2</p> <p>Suicidio 1</p>	<p>Por medio de las respuestas se encuentra claridad en las consecuencias que</p>

<p>hombres ser víctimas de violencia?</p> <p>Participante 1: Pues, así como por ejemplo traumas psicológicos, pues eso cómo les afecta a ellos pueden llegar a no poder volver a ser los mismos que eran antes. Pueden llegar hasta el punto de suicidarse. O sea, la sociedad los acepta por lo que pasaron y así.</p> <p>Participante 2: Mi punto de vista creo que trae problemas en la autoestima ya que cuando te sientes agredido o agredida por alguna persona que te rodea te sientes menos empiezas a ser más callado te da miedo socializar con más gente. Entonces creo que se afecta más que la autoestima y la parte social.</p> <p>Participante 3: Cómo desarrollamos la personalidad pues crecemos un poco tímidos en las situaciones que nos pasan.</p>	<p>Afectación</p> <p>Suicidio</p> <p>Sociedad</p> <p>Problemas</p> <p>Autoestima</p> <p>Agresiones</p> <p>Callar</p> <p>Miedo</p> <p>Socializar</p> <p>Personalidad</p> <p>Timidez</p>	<p>Sociedad 1</p> <p>Autoestima 1</p> <p>Agresión 3</p> <p>Personalidad 2</p> <p>Miedo 2</p> <p>Timidez 1</p>	<p>puede tener en los seres humanos ser víctima o haber sido afectado en alguna esfera por la violencia de género.</p>
<p>Pregunta 3: ¿Qué herramientas cree que</p>	<p>Trato</p>	<p>Ayuda 3</p>	<p>Los participantes describen las</p>

<p>posee para afrontar de manera adecuada la violencia de género?</p> <p>Participante 1: Pues no sé yo creo que no tratar a los demás como a mí no me gustaría que me trataran y, si por ejemplo si ve a alguien que le están haciendo algo pues a mí no me parece como tratar de ayudar a la persona, ¿sí? O sea, hacer lo que yo pueda hacer</p> <p>Participante 2: Creo que la herramienta más adecuada y la que todo mundo debería utilizar sería la comunicación.</p> <p>Participante 3: Creo que sería útil también a personas que tengan algún tipo de autoridad o poder y que puedan intervenir en la violencia</p>	<p>Otros</p> <p>Ayudar</p> <p>Persona</p> <p>Herramienta</p> <p>Mundo</p> <p>Comunicación</p> <p>Autoridad</p> <p>Poder</p> <p>Intervenir</p> <p>Violencia</p>	<p>Comunicación 2</p> <p>Autoridad 1</p> <p>Habilidades 2</p> <p>Poder 2</p> <p>Intervenir 2</p>	<p>herramientas personales y también familiares con las que cuentan para afrontar de forma efectiva el impacto de la violencia.</p>
<p>Pregunta 4: ¿Se considera vulnerable o cree estar en riesgo de ser víctima de violencia en algún ámbito de su vida?</p> <p>Participante 1: No, no creo</p> <p>Participante 2: Me siento vulnerable a que en el colegio siento que en cierta manera nosotras</p>	<p>Negar</p> <p>Vulnerable</p> <p>Colegio</p> <p>Niñas</p> <p>Niños</p> <p>Atención</p> <p>Casa</p> <p>Inseguridad</p> <p>Calle</p>	<p>Colegio 2</p> <p>Negar 1</p> <p>Niñez 3</p> <p>Inseguridad 3</p> <p>Atención 1</p> <p>Cotidianidad 3</p>	<p>Se representan situaciones o condiciones personales que los puede convertir en personas vulnerables a sufrir o ser afectados por la violencia de género, además de las pocas condiciones de seguridad que les brinda la sociedad.</p>

<p>las niñas estábamos un poco expuestas al trato de los niños y que a veces no nos ponen mucha atención o no sé y no le ponen atención mucho a ese tema entonces creo que acá en el colegio un poco y pues en la casa no tanto, pero en el colegio sí</p> <p>Participante3: Si creo que es constante la inseguridad en todos lados transporte, universidad, la calle.</p>	<p>Transporte Universidad</p>		
<p>Pregunta 5: ¿Cree que alguna vez ha ejercido violencia hacia otra persona?</p> <p>Participante 1: No</p> <p>Participante 2: Creo que no, pero pues hay ocasiones que estamos con nuestros compañeros y tal vez exagera un poco en las palabras al referirme a ellos creo que es lo más cercano que he estado a ofender a otra persona. Cómo me dirijo a veces hacia esa persona.</p> <p>Participante3: Sí también aquí en el colegio.</p>	<p>Negar Ocasiones Compañeros Referir Ofender Persona Colegio</p>	<p>Trato 4 Ofender 2 Respeto 1</p>	<p>En su mayoría manifiestan pocas ocasiones en las que pudieron haber sido perpetradores de violencia</p>

<p>Pregunta 6: ¿De qué forma se relacionan los miembros de su familia?</p> <p>Participante 1: Pues bien, hablando como personas civilizadas</p> <p>Participante 2: En mi familia como todas las familias hay discusiones y problemas pues hay veces que la comunicación no es la mejor, pero de igual manera como todas las familias tienen problemas, pero siempre llegamos a acuerdos.</p> <p>Participante3: Nos relacionamos bien muy bien tenemos una buena relación hay las peleas normales con mi hermana, pero normal.</p>	<p>Personas Civilizadas</p> <p>Familia</p> <p>Discusiones Problemas</p> <p>Soluciones</p> <p>Acuerdos</p> <p>Relaciones</p> <p>Peleas</p> <p>Hermanos</p>	<p>Civilizadas 1</p> <p>Soluciones 2</p> <p>Conflictos 3</p> <p>Acuerdos 2</p> <p>Hermanos 2</p>	<p>Describen las formas de relacionarse entre los miembros de sus familias.</p>
<p>Pregunta 7: ¿En su familia existe algún antecedente de violencia de cualquier tipo? ¿Cuál?</p> <p>Participante 1: No, no que yo sepa</p> <p>Participante 2: Sí ahí sí hay violencia. Los papás de mi papá se agredían físicamente y</p>	<p>Negar</p> <p>Violencia</p> <p>Agresiones</p> <p>Físicas</p> <p>Abuelos</p> <p>Ninguno</p>	<p>Agresiones 2</p> <p>Violencia intrafamiliar 2</p> <p>Abuelo 2</p>	<p>Algunos participantes manifiestan no encontrar antecedentes de violencia dentro de sus familias, en otro caso se describen situaciones de violencia intrafamiliar entre algunos miembros de su familia</p>

<p>emocionalmente cuando estaban más jóvenes y mis papás me cuentan eso, pero es algo como por encima y mis papás dicen que eso fue hace muchos años.</p> <p>Participante3: No ninguno.</p>			
<p>Pregunta 8: ¿Qué estrategias utilizan para resolver conflictos dentro de su familia?</p> <p>Participante 1: Hablando tratando de buscar soluciones de que todos nos sintamos en desacuerdo que estemos a gusto en un punto</p> <p>Participante 2: Estrategias que se utilizan son como la comunicación casi siempre es así, aunque se deja pasar un tiempo después de la pelea para arreglar los problemas, comunicación en tiempo y espacio</p> <p>Participante3: Con mi mami hablamos mucho y ya pues si es necesario me castigan quitándome el internet y el celular.</p>	<p>Buscar Soluciones Desacuerdo Estrategias Tiempo Problemas Comunicación Espacio Mamá Internet Celular</p>	<p>Desacuerdo 3 Estrategias 5 Castigo 2 Tecnología 1</p>	<p>Manifiestan las estrategias que utilizan dentro de su familia para resolver conflictos de manera asertiva o no asertiva.</p>

<p>Pregunta 9: ¿Han hablado alguna vez en su familia de cómo prevenir la violencia?</p> <p>Participante 1: Si</p> <p>Participante 2: Nunca hemos hablado de cómo prevenir la violencia en mi familia nunca.</p> <p>Participante3: No, no lo hemos hecho.</p>	<p>Prevenir Violencia familia</p>	<p>Prevención 3</p>	<p>Se habla acerca de cómo previenen a violencia dentro de las familias de los participantes</p>
<p>Pregunta 10: ¿A quién le contarías una situación donde fuiste víctima de violencia de género?</p> <p>Participante 1: yo creo que a mi mamá o a mi tía.</p> <p>Participante 2: Pues yo creo que a mi mamá porque con ella tengo más confianza es con la persona que más interactúo de mi familia</p> <p>Participante3: A mis amigas y de pronto a mi mamá.</p>	<p>Mamá Tía Confianza Interactuar Familia Amigas</p>	<p>Confianza 3 Amistad 2 Sinceridad 1</p>	<p>Se evalúa por medio de las respuestas de los participantes que tan sostenibles son las redes sociales y familiares con quien cuenta cada individuo.</p>
<p>Pregunta 11: ¿Con que apoyo aparte de tu familia crees que cuentas?</p> <p>Participante 1: Con el colegio no sé, si como con la gente de Psicología</p> <p>Participante 2: Creo que cuento con mis amigos</p>	<p>Colegio Psicóloga Amigos Amigas Familia Compartir Chicas</p>	<p>Institución 3 Psicóloga 2 Novio 1 Afecto 3</p>	<p>Se evidencia por medio de las respuestas un fuerte compañerismo y amplias redes de amistad con la que cuentan los participantes, además del apoyo que les ofrece la institución educativa.</p>

<p>con mis amigas más que todo con mis amigas son como las que aparte de mi familia o sea son las que más comparten con ellos creo que son ellas son como tres o cuatro chicas.</p> <p>Participante3: Con mi novio</p>	<p>Novio</p>		
<p>Pregunta 12: ¿Cómo es tu relación con tus compañeros y compañeras?</p> <p>Participante 1: Buena, si nos llevamos bien así vivenciado</p> <p>Participante 2: Bueno nunca tengo problemas nunca existe algún tipo de conflicto fuerte, pero en ocasiones creo que hay comentarios que son ofensivos de parte y parte como hombres como mujeres.</p> <p>Participante3: Buena tenemos mucha confianza.</p>	<p>Buena</p> <p>Vivenciar</p> <p>Problemas</p> <p>Conflicto</p> <p>Comentarios</p> <p>Ofensivos</p> <p>Hombres</p> <p>Mujeres</p> <p>Confianza</p>	<p>Ofensivo 3</p> <p>Cordialidad 3</p> <p>Seguridad 2</p> <p>Interactuar 1</p>	<p>Formas de relación entre los compañeros de clase de los participantes.</p>
<p>Pregunta 13: ¿Has evidenciado situaciones de violencia de género?</p> <p>Participante 1: No, no nunca.</p>	<p>Negar</p> <p>Colegio</p> <p>Atacar</p> <p>Compañeras</p>	<p>Atacar 3</p> <p>Colaboradores 3</p> <p>Contexto 2</p>	<p>Relatan si alguna vez han sido testigos o han evidenciado alguna situación donde se haya presentado violencia de género.</p>

<p>Participante 2: Nunca a pesar de estar en el colegio tal vez cuando atacan algunas compañeras algunos compañeros, pero en mi casa no evidencio nada ni nada de eso tal vez algunas ocasiones en el colegio.</p> <p>Participante3: Si en el colegio, en la calle, en los buses.</p>	<p>Compañeros Evidencio Calle Buses</p>		
<p>Pregunta 14: ¿Conoces a alguien cercano que esté pasando por esta situación? ¿Quién?</p> <p>Participante 1: Un compañero de otro curso, no me acuerdo como se llama.</p> <p>Participante 2: Jeffrey un compañero que es víctima de violencia psicológica.</p> <p>Participante3: No</p>	<p>Compañero Curso Victima Violencia psicológica Negar</p>	<p>Bullying 6</p>	<p>Uno de los participantes manifiesta que uno de sus compañeros de otro grado es víctima de violencia psicológica o bullying.</p>
<p>Pregunta 15: ¿Qué estrategias conoce que utiliza la institución para manejar una situación donde se presente violencia?</p> <p>Participante 1: Pues no sé por ejemplo en el caso del colegio. Hablar de o sea podemos hablar con</p>	<p>Colegio Hablar Psicóloga Profes Inseguro Papás Entienden</p>	<p>Profesores 2 Orientar 4 Coordinación 3</p>	<p>Los estudiantes describen las rutas o los procedimientos a seguir que conocen y se manejan en su colegio cuando se presentan situaciones de violencia.</p>

<p>psicología o con las profes o sea yo siento que es como que, si uno se siente inseguro de hablar con los papás, dice que ellas pueden interceder como que los papás entienden y si como eso quiere decir.</p> <p>Participante 2: Si, la orientadora.</p> <p>Participante3: Normalmente nos mandan a coordinación.</p>	<p>Orientadora Coordinación</p>		
--	-------------------------------------	--	--

DEFINICIONES: CATEGORIAS:

Violencia:

RAE: Uso de la fuerza para conseguir un fin, especialmente para dominar a alguien o imponer algo.

Participante: Causar daño a alguien

Victima:

RAE: Persona o animal que sufre un daño o un perjuicio a causa de determinada acción o suceso.

Participante: Persona que sufre un daño y es afectada en diferentes ámbitos.

Fuerza:

RAE: Capacidad física para realizar un trabajo o un movimiento.

Participante: Aplicación de esta capacidad física sobre algo.

Agresión:

RAE: Acción que es contraria a los derechos de una persona.

Participante: Acción violenta que realiza una persona con la intención de causar un daño a otra.

Traumas psicológicos:

RAE: es el resultado de un doloroso exceso de intensidad emocional que quiebra el funcionamiento mental de un sujeto adulto, o que distorsiona gravemente el desarrollo del funcionamiento mental

Participante: Secuelas de la violencia psicológica.

Autoestima:

RAE: Aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo.

Participante: pensamientos, sentimientos y comportamientos dirigidos hacia uno mismo

Suicidio:

RAE: Acción que es tan arriesgada que puede causar graves perjuicios a quien la realiza.

Participante: Atentar contra la propia vida.

Personalidad:

RAE: Conjunto de rasgos y cualidades que configuran la manera de ser de una persona y la diferencian de las demás

Participante: Circunstancia de ser determinada persona.

Comunicación:

RAE: Transmisión de señales mediante un código común al emisor y al receptor.

Participante: Trasmistir información de forma asertiva.

Ayuda:

RAE: Persona o cosa que ayuda o sirve para ayudar.

Participante: Acción que una persona hace de manera desinteresada

Poder:

RAE: Estar en condiciones de hacer determinada cosa por no haber nada que lo impida.

Participante: Tener la capacidad o facultad de hacer determinada cosa.

Autoridad:

RAE: Facultad o derecho de mandar o gobernar a personas que están subordinadas.

Participante: Persona que tiene esta facultad o derecho.

Inseguridad:

RAE: Falta de seguridad.

Participante: No tener seguridad.

Colegio:

RAE: Institución destinada a la enseñanza primaria o secundaria.

Participante: Lugar para tomar clases

Niñez:

RAE: Primer período de la vida de la persona, comprendido entre el nacimiento y el principio de la adolescencia.

Participante: Acción o expresión propia de niños.

Trato:

RAE: Relación de una persona con otra o con otras.

Participante: Forma o manera como se relaciona una persona con otras o con los animales.

Ofender:

RAE: Hacer que una persona se sienta despreciada o humillada mediante palabras o acciones.

Participante: Realizar acciones que hieran la susceptibilidad de las personas.

Respeto:

RAE: Consideración de que algo es digno y debe ser tolerado.

Participante: Tratar de manera adecuada y asertiva a los demás.

Conflictos:

RAE: Guerra o combate derivados de una oposición o rivalidad prolongadas.

Participante: Oposición o desacuerdo entre personas o cosas.

Acuerdos:

RAE: Conformidad o armonía entre personas o aceptación de una situación, una opinión, etc.

Participante: Decisión sobre algo tomada en común por varias personas.

Civilizada:

RAE: Características para dentro de los parámetros normalmente entendidos como parte de una civilización.

Participante: Forma cordial de relacionarse.

Soluciones:

RAE: Respuesta eficaz a un problema, duda o cuestión.

Participante: Fin o resultado positivo de un proceso o acción.

Violencia intrafamiliar:

RAE: Es cualquier tipo de abuso de poder de parte de un miembro de la familia sobre otro. Este abuso incluye maltrato físico, psicológico o de cualquier otro tipo

Participante: Violencia que se ejerce dentro de las relaciones familiares.

Desacuerdo:

RAE: Falta de acuerdo entre personas o falta de aceptación de una situación, una opinión, etc.

Participante: No llegar a acuerdos.

Estrategia:

RAE: Arte de proyectar y dirigir las operaciones militares, especialmente las de guerra.

Participante: Medios para resolver conflictos.

Castigo:

RAE: Pena que se impone a la persona que ha cometido un delito o una falta o ha tenido un mal comportamiento

Participante: Medidas que se toman cuando no se realizan acciones correctas.

Prevención:

RAE: Medida o disposición que se toma de manera anticipada para evitar que suceda una cosa considerada negativa.

Participante: Acciones que se toman antes de que ocurra un evento.

Confianza:

RAE: Esperanza firme que una persona tiene en que algo suceda, sea o funcione de una forma determinada, o en que otra persona actúe como ella desea.

Participante: Seguridad

Amistad:

RAE: Relación de afecto, simpatía y confianza que se establece entre personas que no son familia.

Participante: Conjunto de personas con las que se tiene este tipo de relación.

Sinceridad:

RAE: Falta de fingimiento en las cosas que se dicen o en lo que se hace.

Participante: Decir las cosas con honestidad.

Institución:

RAE: Organismo público o privado que ha sido fundado para desempeñar una determinada labor cultural, científica, política o social.

Participante: Colegio

Novio:

RAE: Persona que mantiene una relación de amor con otra, especialmente cuando tiene intención de casarse o de vivir en pareja con ella.

Participante: Persona con la que se mantiene un vínculo amoroso.

Psicóloga:

RAE: La ciencia que se ocupa tanto teórica, como prácticamente, al estudio de los aspectos biológicos, sociales y culturales

Participante: Persona profesional en psicología

Interactuar:

RAE: Interaccionar.

Participante: Relacionarse

Ofensivo:

RAE: Que ataca o sirve para atacar

Participante: Que ofende o puede ofender.

Atacar:

RAE: Acometer, embestir: el enemigo nos atacó por sorpresa

Participante: Criticar u oponerse con fuerza a algo o a alguien

Bullying:

RAE: Acoso físico o psicológico al que someten a un alumno sus compañeros.

Participante: Violencia psicológica

Profesores:

RAE: Persona que tiene por oficio enseñar una ciencia, un arte, una técnica, etc.

Participante: Maestro de escuela

Orientar:

RAE: Colocar una cosa en una posición determinada

Participante: Guiar

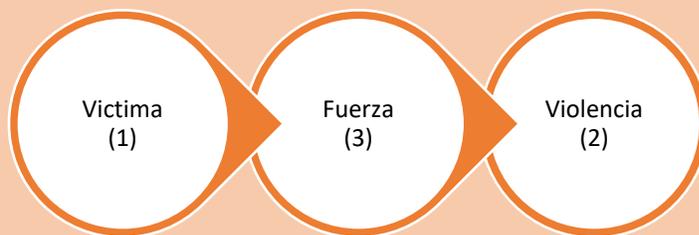
Coordinación:

RAE: Acción de coordinar.

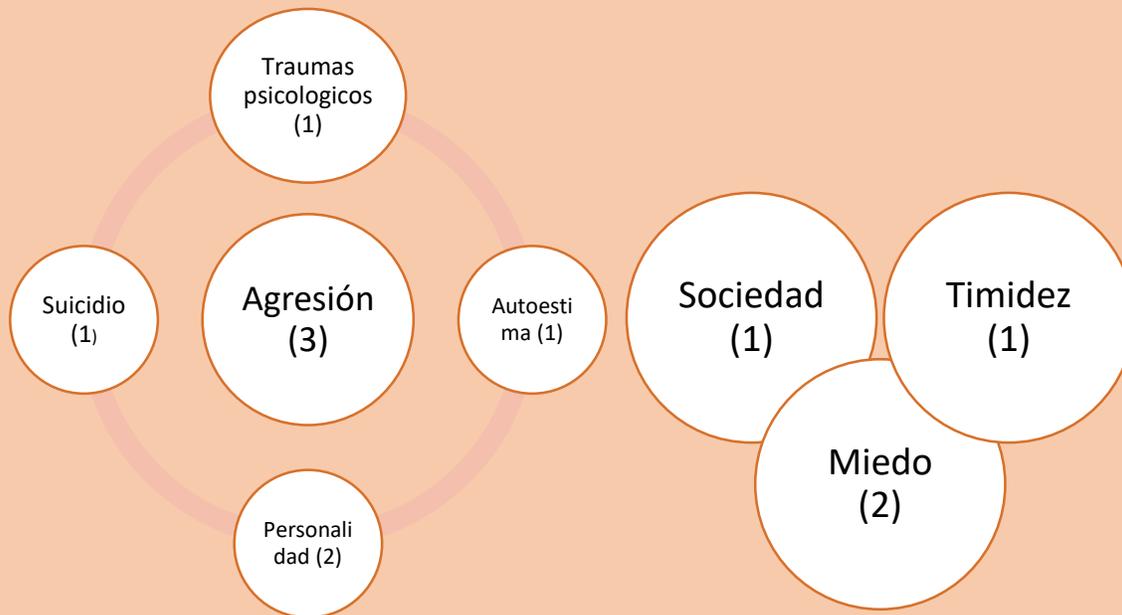
Participante: Líder de un grupo o proceso.

GRÁFICAS:

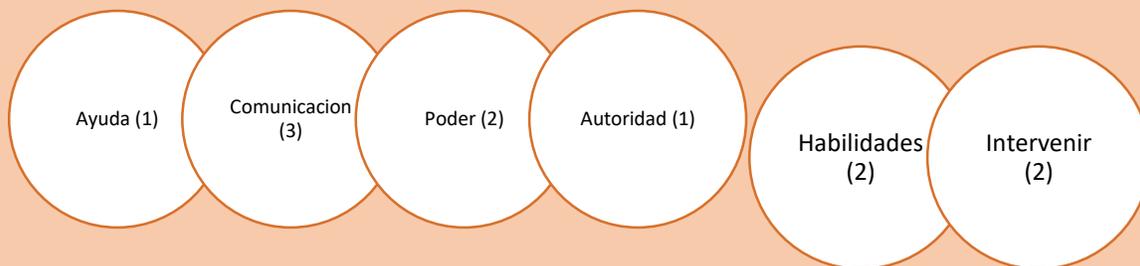
En la gráfica n. 1 se observan las categorías de fuerza que cuenta con 3 conceptos claves a ser más nombrado por los participantes en la entrevista acerca de si han sido o no víctimas de violencia de género, sigue la categoría de violencia con 2 conceptos y fuerza con 1.



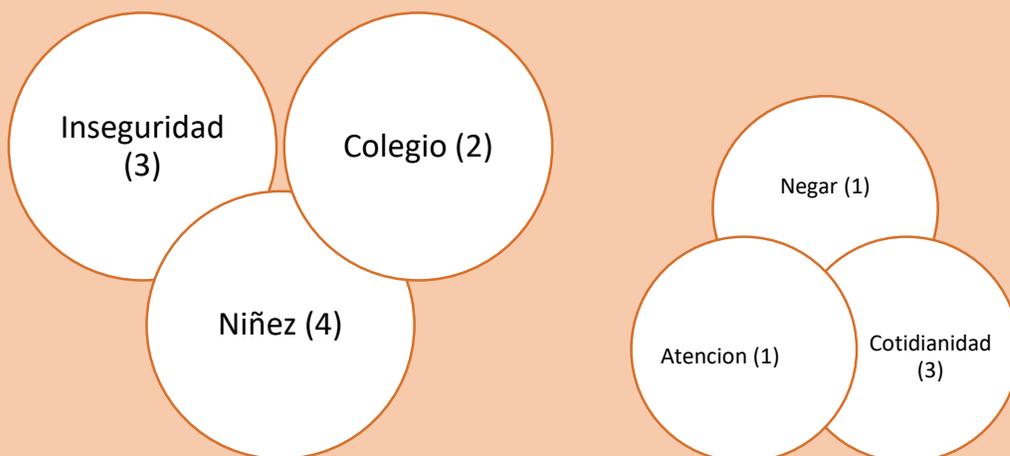
En la gráfica n.2 se observan ocho categorías la primera es agresión que cuenta con 3 conceptos claves, seguido de personalidad y miedo con dos, después se encuentra suicidio, traumas psicológicos, y autoestima con un concepto clave cada una igual que sociedad y timidez.



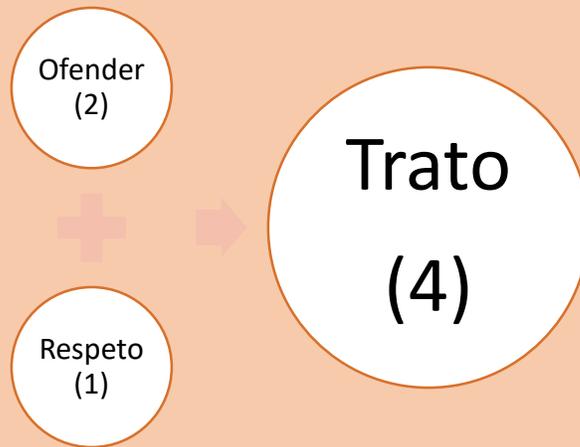
En la gráfica n. 3 se observan seis categorías para describir las herramientas internas o externas con las que cuenta el sistema, primero se encuentra la categoría de comunicación compuesta por 3 conceptos claves, después poder con 2, y por último autoridad y ayuda con un concepto cada uno.



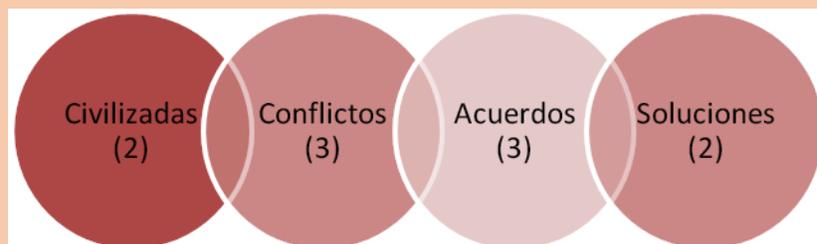
En la gráfica n. 4 se encuentran seis categorías emergentes de la pregunta sobre la vulnerabilidad o el riesgo de ser víctimas, está la categoría niñez con 4 conceptos claves, sigue la categoría de inseguridad, cotidianidad y colegio, cuentan con 3 y 2 conceptos claves respectivamente, negar y atención con 1.



En la gráfica n.5 se encuentran 3 categorías obtenidas de la respuesta de los participantes sobre la perpetración de violencia hacia sus compañeros, trato con 3 conceptos claves, sigue ofender con 2 y por último respeto con 1 concepto clave.



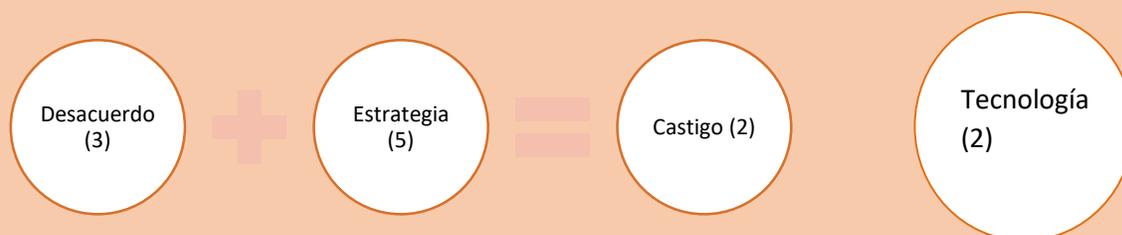
En la gráfica n. 6 se observan a categorías emergentes donde se encuentran conflictos con 3 conceptos claves, seguido de acuerdos y soluciones con 2 conceptos cada uno y por ultimo civilizada con 1.

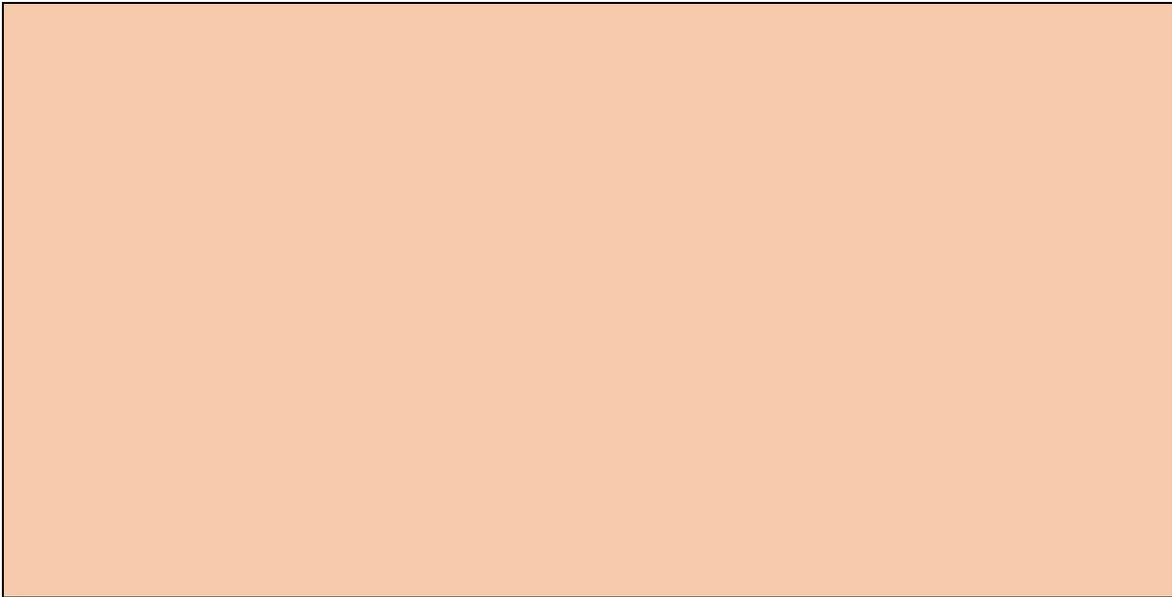


En la gráfica n.7 se observan tres categorías emergentes de las respuestas de los participantes sobre los antecedentes de violencia en su familia, agresiones y violencia intrafamiliar con dos conceptos claves cada uno al igual que abuelo.

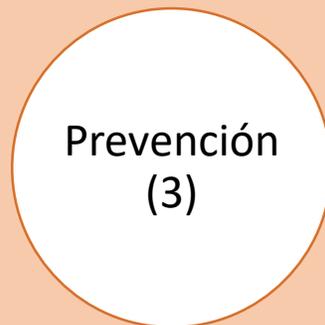


En la gráfica n. 8 se observan 4 categorías, estrategia con 5 conceptos claves siendo la más significativa en la respuesta de los participantes, seguida de desacuerdo con 3 conceptos emergentes y castigo con 2.

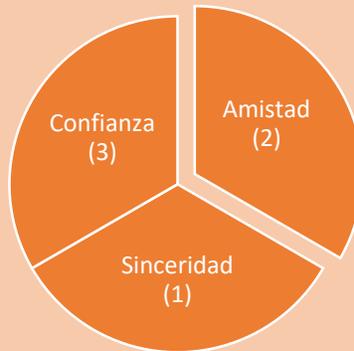




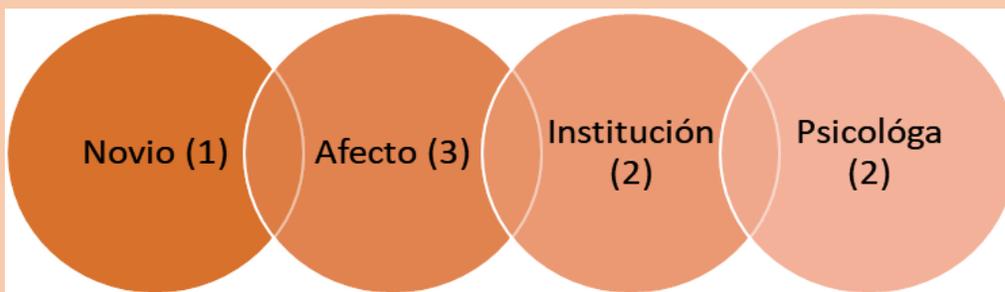
En la gráfica n. 9 se observa la categoría de prevención emergente de la respuesta de los participantes sobre la comunicación en su familia sobre la violencia: prevención que cuenta con dos conceptos claves.



En la gráfica n. 10 se observan 3 categorías confianza con 3 y amistad con dos conceptos claves cada uno, y sinceridad con 1 concepto clave.



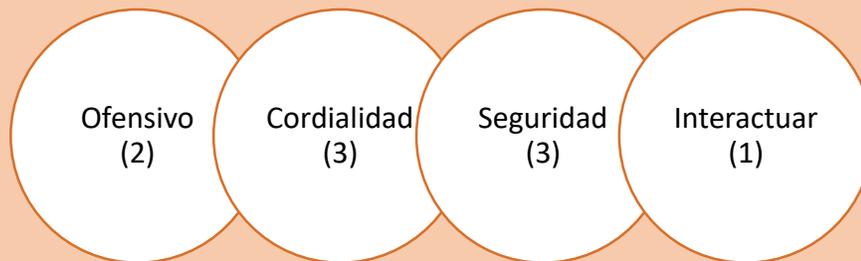
En la gráfica n. 11 se observan cuatro categorías emergentes de la respuesta de los participantes acerca de las redes sociales con las que cuenta, institución y psicóloga con dos conceptos cada uno, y novio con 1 concepto clave y afecto con 3.



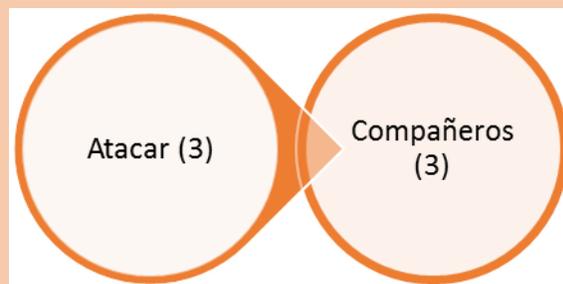
En la gráfica n. 12 se observan 4 categorías ofensivo con 2 conceptos claves, cordialidad y seguridad con por ultimo interactuar con

3 y

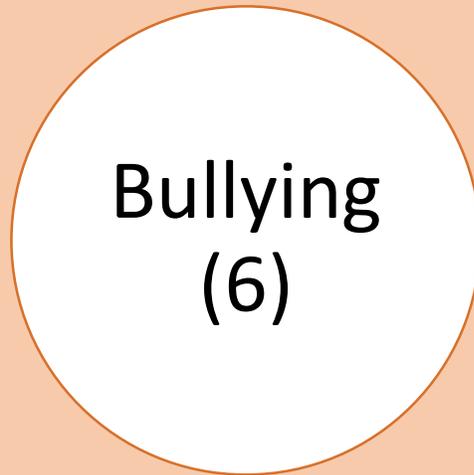
1.



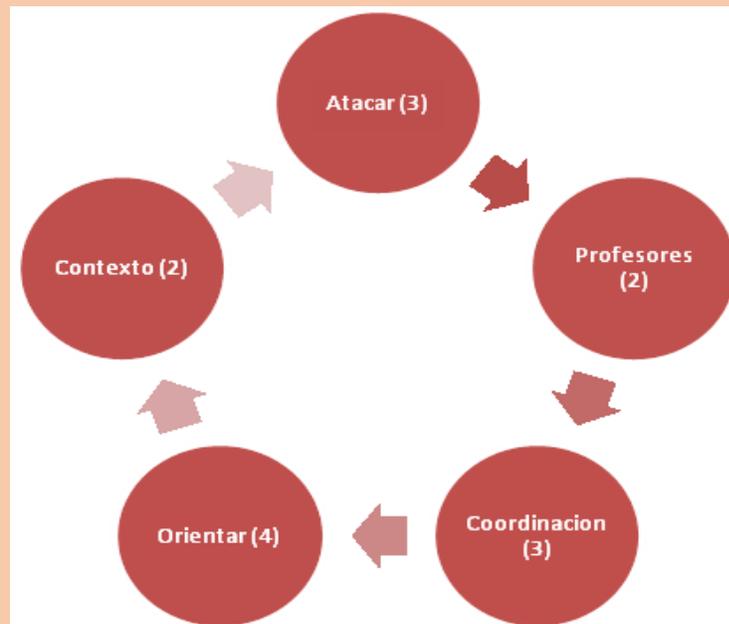
En la gráfica n. 13 se encuentran dos categorías de la respuesta de los participantes sobre situaciones de violencia que había evidenciado alguna vez: atacar y compañeros con 3 conceptos claves cada uno.



En la gráfica n. 14 se agrupan 6 conceptos obtenidos de la respuesta de uno de los participantes sobre la violencia psicológica, Bullying.



En la gráfica n. 15 se observan 5 categorías emergentes, orientar con 4 conceptos claves, atacar con 3, profesores con 2 conceptos al igual que contexto y coordinación con 1 concepto.



ANÁLISIS GENERAL GRUPO DE ENFOQUE:

Se evidencia durante la entrevista grupal que la participante 1 no brinda una comunicación y transmisión de la información de manera fluida, le cuesta responder de forma abierta a las preguntas.

La participante 2 maneja de manera adecuada su vocabulario, comunica de forma fluida aunque con poca claridad sus respuestas y la información que quiere transmitir.

La participante 3 muestra timidez en las primeras respuestas, pero se evidencia entusiasmo por responder y tratar de dar respuestas concisas para brindar buena información en pro del análisis de la entrevista.

Es importante la realización de las entrevistas y el grupo de enfoque, descritos textualmente durante el análisis de datos, para poder continuar con el proceso además de obtener información importante y relevante para diligenciar la historia psicosocial, instrumento

significativo para organizar y codificar todo lo relacionado con el problema psicosocial y el sistema psicosocial.

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

FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO EN ADOLESCENTES ESTUDIANTES DE GRADO 9 Y 10 DEL INSTITUTO COMERCIAL LORETO

EVALUACION PSICOSOCIAL

EVENTO CATASTRÓFICO A EVITAR: Violencia de género.

SEGÚN SU ORIGEN	SEGÚN SU TIPO	SEGÚN PRESENTACIÓN
Natural : Antrópico: X	Gradual : X Paralelo: Todo a la vez:	Recurrente: X Cíclico: Único:
Es un evento catastrófico que puede ser causado por cualquier individuo de la	Es una problemática que se puede dar progresivamente por un proceso de decisión	Es recurrente: Porque puede presentarse un fenómeno propio que

sociedad que busca afectar de manera física o psicológica a un miembro de la sociedad educativa por su condición sexual o de género.	que puede afectar a una población vulnerable, en este caso los adolescentes de la institución.	logra afectar al sistema psicosocial que está en riesgo y ocurrir en varias ocasiones o frecuentemente causando un daño mayor en la población
--	--	---

Caracterización del Sistema

Grupo

Teléfono del contacto	6949197
Dirección del Contacto	Trasversal 78 Bis 51-46 sur
Nombre y origen del grupo: Grupo de Compañeros con características similares entre sí (aficiones, formación académica, lugar de residencia, edad). Se distinguen aproximadamente hace 4 años, la mayoría comparten desde primaria o sexto de bachillerato.	Grupo de estudiantes de grado 9 y 10 pertenecientes al instituto comercial Loreto.
Estrato socioeconómico: 3 y 4.	Tamaño del grupo: 60 o 65 estudiantes.
Edad promedio de los integrantes del grupo: 14 y 17 años.	Distribución de roles: Se evidencia mayor liderazgo por parte de las mujeres en el grupo, los hombres cumplen un rol más colaborador, brindan ayuda a sus compañeros y compañeras de manera simultánea. Las mujeres en su rol de liderazgo resaltan el trabajo femenino dentro de su dinámica grupal.

	<p>Se encuentran entre 3 o 4 estudiantes que son neutrales y poco participativos durante las actividades.</p>
<p>Normas: Una de las normas implícitas es la división entre grupos de hombres y mujeres bastante marcadas en los dos cursos.</p> <p>La mayoría de normas explícitas que se evidencia dentro del grupo están enmarcadas en las normas de la institución que se encuentran en el manual de convivencia del cual tiene pleno conocimiento los estudiantes.</p> <p>Se respeta el uso de la palabra y la participación de cada uno.</p> <p>Si ocurre alguna situación que se desborde del control del maestro a la persona que esté a cargo se sigue un conducto regular de pleno conocimiento de los estudiantes.</p> <p>Dentro de las normas de la institución se resaltan las más importantes: no uso del celular durante la jornada, para esto, todos los estudiantes deben firmar un compromiso.</p> <p>Algunas de las normas convivenciales contempladas en el manual son:</p> <p>Reconocer los integrantes de la comunidad como personas únicas, e irrepitibles dándoles un trato tolerante y participativo.</p> <p>Evitar las actitudes displicentes hacia compañeros, profesores, o demás miembros de la comunidad educativa.</p> <p>Mal uso del uniforme dentro y fuera de la institución.</p> <p>Poner sobrenombres o apodos a cualquier miembro de la comunidad educativa.</p>	<p>Autoridad: Se reconoce con facilidad las figuras de autoridad durante los encuentros, lo que agiliza la socialización de las reglas y normas planteadas en cada actividad.</p> <p>Se evidencian 2 líderes mujeres, una de ellas es una voz de mando o guía para sus compañeros, y la otra estudiante es la monitora académica lo cual le brinda un rol de autoridad frente a sus compañeros. Uno de los hombres organiza y delimita el respeto de su grupo y resalta la figura de autoridad que los acompañe en determinado momento.</p> <p>La ruta de atención integral en donde los estudiantes reportar los casos o incumplimiento del manual, se da en orden de la jerarquía institucional de la siguiente manera:</p> <p>Profesores que dictan determinadas asignaturas.</p> <p>Director de curso.</p> <p>Coordinación</p> <p>Orientación</p> <p>Padre de familia</p> <p>Consultorio terapéutico</p> <p>Rectoría</p>

<p>Manifestaciones agresivas dentro y fuera de la institución.</p> <p>Generar ciberbullying o matoneo a cualquier miembro de la comunidad educativa.</p>	
<p>Otros aspectos: En la institución educativa se encuentran estudiantes de grados 9 y 10 quienes serán el sujeto de este programa de atención e intervención psicosocial, los cuales se encuentran en riesgo de ser víctimas de violencia de género dentro y fuera de la institución, se ha evidenciado que la institución cuenta con altos niveles de Bullying y ciberbullying hacia niños y niñas y ha sido poco el control por parte de la institución para atacar el problema.</p> <p>Adicional la institución se encuentra sin apoyo psicosocial por el momento, por lo cual es importante fortalecer las instancias con las que cuentan los estudiantes para momentos de conflictos o problemas que no se resuelvan fácilmente sin el debido seguimiento psicosocial.</p>	

DIAGNÓSTICO PSICOSOCIAL

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

Geográfico: Se conoce que la mayoría de los estudiantes viven en sectores aledaños a la institución, es decir, en la localidad de Kennedy (barrios como Casablanca, Roma, Pastranita, y Catalina 2), esto se debe valorar como un factor de riesgo ya que son muy pocos los adolescentes que cuentan con un adulto que los recoja a la salida de su jornada, por lo cual deben desplazarse a sus viviendas solos. La institución está ubicada en la localidad de Kennedy, barrio Casablanca, el momento de recreo los estudiantes toman su descanso en un parque ubicado en los conjuntos residenciales que rodean la institución.

Salud: Los estudiantes y funcionarios de la institución se encuentran afiliados a un sistema de salud contributivo y de calidad según el informe de las directivas de la misma. Se percibe a los miembros del grupo con un estado de salud óptimo.

Educación: Son estudiantes de grados 9 y 10, además de sus clases curriculares, el colegio brinda un convenio con el SENA quienes intensifican sus clases y su jornada horaria con el

objetivo de fortalecer su formación académica en distintas áreas y obtener el título de bachilleres técnicos al culminar sus estudios.

Recreación: Algunos días a la semana, se reúnen para realizar actividades deportivas (fútbol). Los fines de semana generalmente están con sus padres con quienes también realizan actividades variadas y de esparcimiento.

Factores psicosociales de riesgo

CAUSAS INTERNAS	CAUSAS EXTRERNAS	AMENAZAS
<p>SUJETO: Por el ciclo vital en que se encuentra el sistema psicosocial es vulnerable y es más propenso a ser víctima de, por otra parte también los puede hacer perpetradores de violencia de género hacia sus demás compañeros, basados en su edad en ciclos de violencia repetitivos que se pueden encontrar en el contexto escolar.</p> <p>En esta etapa el adolescente puede pasar por alto sus decisiones y preferencias en función del medio en que él se desenvuelve al estar en búsqueda de su identidad debido a su edad.</p>	<p>SUJETO: Según la información obtenida durante las entrevistas, en la mayoría de las familias se ha presentado algún tipo de violencia, ya sea violencia intrafamiliar o violencia de género; esto hace que la población sea aún más vulnerable al haber presenciado por lo menos una situación donde se violentaban.</p> <p>Se cataloga como un factor de riesgo evaluando el ciclo de la violencia, en donde alguien que pudo haber presenciado o ser víctima, puede replicarla en algún contexto donde se desenvuelva.</p>	<p>Violencia de género</p> <p>Violencia intrafamiliar</p> <p>Etapa del ciclo vital</p> <p>Violencia íntima de pareja</p> <p>Consumo de sustancias psicoactivas</p> <p>Bullying o matoneo</p>

<p>OTROS: Los adolescentes sujeto del programa cuentan con muy pocas personas en las que pueden confiar para contar problemáticas por las que puedan estar atravesando, además de su grupo de amigos.</p> <p>Ya sea por miedo, vergüenza, intimidación, etc.... los adolescente no confían en sus redes familiares o sociales que lo indispensables para solucionar problemáticas.</p>	<p>OTROS: Algunos de los adolescentes no cuentan con una supervisión constante por alguno de sus padres o familiares, esto causa redes familiares y redes de apoyo distantes que sean un soporte cuando alguno de ellos presente o sea afectado por la violencia de género.</p> <p>La institución educativa es deficiente también en la protección de los estudiantes, su red de apoyo para este tipo de situaciones como la violencia de género es incompleta e inconclusa.</p>	
<p>CONTEXTO COMPLEJO: A pesar de las luchas por la equidad de género, todavía se encuentra en la sociedad actual varios estigmas ya sea por género o por identidad sexual, estos adolescentes han crecido en un época donde la violencia de género sigue siendo un problema actual, por lo cual sigue siendo normalizado por ellos y no se dimensione la vulnerabilidad del grupos al no reconocer en algunas ocasiones en situaciones son violentados.</p>	<p>CONTEXTO COMPLEJO: En los contextos donde se desenvuelven los estudiantes son espacios donde se ha actuado de manera inactiva sobre la violencia de género, lo cual los convierte en un factor de riesgo que los vuelve vulnerables al no tener una instancia a la cual acudir que aborde el problema de manera integral, obligándolos en varias ocasiones a guardar silencio o mostrarse apáticos a hablar de estas situaciones.</p>	

Identifica factores protectores asociados al sistema psicosocial.

PSICOSOCIALES	ÁMBITOS	LIGADOS A OTRAS VARIABLES
<p>Social: Los integrantes del grupo generan lazos de amistad fuertes. Entre compañeros de estudio son bastante unidos, manejan normas claras de convivencia dentro de su grupo, a pesar de su edad manejan su dinámica de manera clara.</p>	<p>Personal: Todos los integrantes del grupo tienen claro que es un proyecto de vida. Cuentan con aspiraciones claras a mediano plazo luego de graduarse del colegio, proyectándose hacia un futuro profesional de acuerdo a sus gustos y aficiones.</p>	<p>Edad: Es un factor protector al ser adolescentes receptivos en búsqueda de identidad, lo cual facilita el moldeamiento de actitudes y aptitudes en pro de mejorar y fortalecer su personalidad, su ser y hacer.</p>
<p>Psicológico: Son jóvenes conscientes de las causas y consecuencias de la violencia de género y la importancia de prevenirla para disminuir el impacto que pudiera causar en los individuos.</p> <p>Aprecian sus capacidades y competencias y buscan fortalecerlas pensando en el ahora y en su futuro.</p>	<p>Familiar: La mayoría de las familias de los estudiantes, son familiares nucleares las cuales brindan un soporte y estabilidad de vital importancia para su desarrollo.</p>	<p>Género: Además de ser un factor de riesgo para el evento catastrófico a evitar, también se convierte en un factor protector al definir de forma clara los roles que vayan en función de su comportamiento sin afectar a los demás y tampoco ejercer un daño propio.</p>
<p>Cultural: Este grupo es muy apasionado por el deporte más que todo el Fútbol. La mayor parte de su tiempo libre la dedican a jugar.</p>	<p>Educativo: Cuentan con apoyo para un ingreso a la educación superior, y con posibilidades de continuar sus estudios, pues lo tienen planteado en su proyecto de vida.</p> <p>La institución donde están actualmente brinda una seguridad académica y ofrecer adecuadas</p>	<p>Raza: No aplica</p>

	herramientas para un conocimiento integral.	
Espiritual /trascendente: Creen en sus capacidades como personas, su convicción en que cada uno se desempeña en alguna labor en específico. Algunos de ellos fortalecen dentro de sus familias este aspecto al asistir y practicar actividades para el crecimiento espiritual.	Laboral: Los padres trabajan y gracias a esto suplen sus necesidades básicas.	Nivel escolaridad: Se encuentran cursando grados 9 y 10 de bachillerato.
Económico: Tienen en su mayoría una posición económica adecuada para sus necesidades, una economía estable	Redes sociales: Comparten una red social solida dentro y fuera de la institución. Además hay instituciones gubernamentales que atienden situaciones de violencia de género, como la línea purpura, es principalmente para mujeres, pero son especialistas en este tipo de violencia.	Creencias religiosas: Familias mayormente católicas y cristianas. Colegio regido bajo la religión católica.
Político: Actualmente se encuentran leyes que amparan a las víctimas de violencia de género, generalmente están dirigidas a las mujeres al ser estadísticamente las más afectadas por el impacto de este fenómeno. Los estudiantes no tienen conocimiento de leyes como: Ley 360 de 1997, señala que toda persona víctima de	Redes familiares: En los tiempos que comparten con su familia nuclear realizan diferentes actividades en donde están unidos y salen de la rutina diaria, generalmente durante los fines de semana.	Representaciones sociales: Actualmente a las mujeres que son las más afectadas por este fenómeno, se les reconocen derechos y responsabilidades ciudadanas que no eran visibles anteriormente para ellas, además de incluir a los hombres como victimas también de la violencia de género y otorgarles planes de emergencia para ellos también.

<p>estos delitos tiene derecho a tener acceso gratuito a: examen y tratamiento para la prevención de infecciones de transmisión sexual incluida el VIH/Sida, examen y tratamiento para trauma físico y emocional. La Ley 1146 de 2007, dispuso que el Sistema General de Seguridad Social en Salud tanto público como privado, así como los hospitales y centros de salud de carácter público, están en la obligación de prestar atención médica de urgencia e integral en salud a través de profesionales y servicios especializados a los niños, niñas y adolescentes abusados sexualmente</p> <p>Ley 1257 de 2008 en la que se incluyen disposiciones para la sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres.</p>		
<p>Ambientales: Cuentan con agua potable, vivienda en condiciones seguras, acceso a la educación y a la recreación, buen estado de salud, alimentación adecuada.</p>	<p>De comunicación: Al tener fácil acceso a medio de comunicación y tecnológicos, pueden estar informados sobre cifras y la situación actual de la violencia de género en el país, y campañas constantes</p>	<p>No. De hijos por familia: Las familias de estos adolescentes tiene máximo 3 hijos lo cual hace que el cuidado y la atención esté mejor distribuida al no ser una familia extensa.</p>

	de prevención que se viralizan por estos medios.	
--	--	--

PROPUESTA DE ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL

Como se evidencia en la historia psicosocial, durante la evaluación psicosocial se identifica como sujeto a un grupo de adolescentes de grados 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto, se encuentra con una alta vulnerabilidad de ser víctimas de violencia de género debido al contexto donde se desenvuelven y los factores de riesgo que encuentran en él. Estos adolescentes están en una etapa de su ciclo vital en donde son más propensos a sufrir de violencia en los espacios educativos y ser afectados de manera perjudicial para su desarrollo y la construcción de su personalidad. Este riesgo se incrementa al existir situaciones previas de violencia intrafamiliar y violencia íntima de pareja dentro de sus familias.

De acuerdo con el diagnóstico psicosocial, existen factores asociados que convierten la población en sistemas psicosociales vulnerables a ser violentados en diferentes ámbitos, por ejemplo, el tránsito de colegio a casa en donde pueden ocurrir acciones violentas efectuadas por personas externas, pero que pueden ocasionar un daño en su integridad. Además la poca atención y actuación de la institución frente a situaciones de violencia que puedan presentarse y afectar a la población estudiantil. En el diagnóstico también se encuentran los factores protectores asociados al sistema psicosocial como redes sociales fuertes, proyectos de vida a corto, mediano y largo plazo, familias nucleares que brindan soporte y estabilidad y leyes gubernamentales que los amparan en caso de que llegaran a ser víctimas de violencia de género, estos factores hacen que sea viable realizar un programa de atención e intervención psicosocial orientado a la gestión del riesgo.

De acuerdo a los objetivos del programa de atención e intervención psicosocial orientado a la construcción de habilidades psicosociales para la vida desde la gestión del riesgo, es pertinente realizar un proyecto en beneficio de esta población para reducir el impacto, eliminar o mitigar la amenaza de la violencia de género, y estará dirigido a la población estudiantil de grados 9 y 10 (sujeto), los funcionarios de la institución (otros) y los padres de familia (contexto complejo) esto con el fin de realizar un proceso integral de acuerdo a la evaluación de los múltiples factores que ponen en riesgo al sistema psicosocial.

Se trabajarán temáticas como: (Se plantean de acuerdo con las necesidades del sistema psicosocial).

Sujeto (Se realizarán 12 sesiones en donde se trabajarán 6 temáticas)

Asertividad: Es importante trabajar la asertividad para mejorar la confianza, el respeto, la comunicación, además de reconocer y controlar la expresión de emociones.

Habilidades sociales: Es necesario trabajar esta temática para desarrollar habilidades sociales que permitan nuevos aprendizajes en las formas de relacionarse, desarrollo del autoconcepto y mejorar la calidad de vida

Inteligencia emocional: Se debe trabajar la autorregulación emocional creando un equilibrio entre la impulsividad y la represión de emociones, con el fin de tomar conciencia de ellas y tener una capacidad adecuada para regularlas.

Relaciones interpersonales: Dentro de las relaciones interpersonales es importante desarrollar una comunicación correcta, eficaz y asertiva, que permita interactuar de manera sana con los demás.

Proyecto de vida: Se pretende guiar a los adolescentes en la construcción de su proyecto de vida que sea coherente con sus capacidades y habilidades personales y acorde a las exigencias del entorno social y cultural.

Resolución de conflictos: Es importante guiar, dar herramientas y prácticas para afrontar de manera adecuada los conflictos individuales, interpersonales e institucionales para crear un entorno positivo y seguro.

Felicidad: Ser feliz en la adolescencia está asociado con una mejor salud durante la vida adulta, los jóvenes que viven una adolescencia feliz tienen una mayor probabilidad de disfrutar de una mejor salud psicológica y física cuando sean adultos.

Resiliencia: El desarrollo de habilidades resilientes en los adolescentes favorece los procesos adaptativos en esta etapa de la vida, lo que permite la preparación para integrarse al mundo adulto. un adolescente resiliente cuenta con características, tales como una adecuada capacidad de expresión emocional, empatía, tolerancia hacia las diferencias, apoya el éxito, aprende del fracaso y por último, cuenta con una postura proactiva, para prevenir problemas y evitar crisis.

Otros (Se plantean 6 sesiones en donde se trabajarán 3 temáticas)

Comunicación asertiva: Es importante trabajar la comunicación asertiva para los demás funcionarios de la institución como una habilidad social en donde se expresan ideas, opiniones, apreciaciones y sentimientos de forma congruente, clara, directa, equilibrada, honesta y respetuosa, sin la intención de herir o perjudicar, y actuando desde una perspectiva de autoconfianza.

Empatía: La importancia de trabajar la empatía radica en identificar de la mejor manera posible las emociones y sentimientos que se generan en la otra persona, sin juzgarla; Más bien ponerse por un momento en el lugar del otro y tratar de comprenderlo.

Liderazgo: Formar un buen líder que sea capaz de guiar, motivar, y saber sacar lo mejor de cada una de las personas con quienes trabaja o del grupo que este a su cargo.

Contexto complejo (Se plantea 3 sesiones en donde se trabajaran 2 temáticas)

Sentido de vida: Es importante trabajar el sentido de vida en las familias para lograr un desarrollo existencial donde el ser humano trasciende a sí mismo y esto le permita construir diariamente acciones que sean acordes y coherentes con su proyecto y misión de vida

Bienestar: El bienestar dentro de las familias es la base para el desarrollo integral de los miembros de la misma, creando un ambiente propicio con más seguridad y sentido de hogar.

Se trabajarán por medio de grupos terapéuticos, talleres terapéuticos, talleres educativos e intervenciones individuales.

Se utilizaran las siguientes técnicas y estrategias terapéuticas:

Terapia centrada en el cliente para facilitar el trabajo de autoestima y autoesquemas.

Gestalt para conseguir que el sistema psicosocial se centre en el aquí y el ahora superando el pasado y experimentando de manera positiva el construir cambio para transformarse.

Psicodrama para permitir expresión de emociones y sentimientos.

Empoderamiento lingüístico que les permita comunicarse de manera asertiva y transformar su realidad interna y externa a partir del lenguaje.

Terapia de juego

Logoterapia (logo cuentos, logo canciones, huellas de sentido, escala de valores)

Círculos de Diálogo existencial

Técnicas de relajación: Jacobson, imaginería, entrenamiento autógeno, respiración, como método de control de funcionamiento corporal e imaginativo.

Desensibilización Sistemática

Modelación

Este programa está enmarcado en unos principios y atributos específicos que determinan su denominación, y serán los siguientes:

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han

vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque de empoderamiento: en el cual el sistema debe asumir el control de su vida y decida voluntariamente entrar en un proceso para el desarrollo de su potencial para llevar a cabo los objetivos del programa, creando y desarrollando competencias y potencialidades que le permitan con gestión social y participación organizar actividades en beneficio del grupo teniendo en cuenta el no asistencialismo y utilizar el enfoque sistémico terapéutico, orientado a una visión positiva del futuro que les permita transformar su realidad actual y conseguir eliminar la amenaza.

Enfoque evolutivo de género e interculturalidad: es importante en el enfoque evolutivo, reconocer las diferentes etapas del ciclo de desarrollo de las personas, las familias y los grupos. El enfoque de género es el más importante dentro del programa ya que orienta al reconocimiento de las interacciones e interrelaciones para encontrar donde se generan inequidades y asimetrías de poder. Interculturalidad en el sentido de reconocer la diversidad, así como las realidades emergentes.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

Marco de DDHH y DIH: Cumplir las normas sobre los derechos humanos y derecho internacional humanitario determinante para el programa.

Condiciones del programa de atención e intervención psicosocial:

Visibilizar el riesgo

Valorar el riesgo

Asumir la responsabilidad de las decisiones que se toman frente al riesgo

Buscar consenso para la realización de acciones tendientes a evitar o disminuir el riesgo

Generar capital social basado en la confianza para enfrentar el riesgo

Cronograma (Sujeto)

FECHA	ETAPA	TEMA	TECNICA O OBJETIVO ESTRATEGIA TERAPEUTIC A
-------	-------	------	---

30 SEPTIEMBRE	EVALUACION PSICOSOCIAL	Caracterización del sistema	Entrevista	Recolección de información importante para diligenciar la historia psicosocial
30 SEPTIEMBRE	DIAGNOSTICO PSICOSOCIAL	Elaboración de la evaluación y diagnóstico psicosocial	Grupo de enfoque	Analizar la información obtenida para realizar la evaluación y el diagnóstico psicosocial
13 OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Asertividad	Taller educativo	Reconocer capacidades y habilidades en el sistema psicosocial que logren una autogestión para mejorar conductas que afectan la dinámica del grupo
14 OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Asertividad	Taller educativo	Identificar las necesidades del sistema psicosocial en cuanto a sus habilidades sociales y empoderamiento con el fin de generar un cambio y/o transformación positiva.

20 OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Habilidades sociales	Centrada en el cliente	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas der relación entre los miembros de la comunidad estudiantil
21 OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Habilidades sociales	Centrada en el cliente	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas der relación entre los miembros de su familia
27 OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Control de emociones	Grupo terapéutico	Construir matices positivos en el sistema psicosocial para controlar y manejar adecuadamente sus emociones en situaciones complejas
28 OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Control de emociones	Gestalt	Construir habilidades asertivas en el manejo de emociones con el fin de disminuir conductas agresivas
3 NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Resolución de conflictos	Logoterapia	Fomentar el interés y aprendizaje de habilidades que

				faciliten el desarrollo resiliente de las personas, a través de la introducción, sensibilización y reconocimiento
4 NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Resolución de conflictos	Técnicas de relajación	Fomentar habilidades para resolver dinámicas complejas que se puedan presentar en diferentes contextos de manera adecuada
10 NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Relaciones interpersonales	Taller educativo	Crear redes de apoyo con tejido social fuerte con el fin de crear soporte y estabilidad entre los miembros de la comunidad
11 NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Relaciones interpersonales	Grupo terapéutico	Reconstruir relaciones sociales que se hayan visto afectadas dentro y fuera de la institución por medio del trabajo grupal
17 NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Proyecto de vida	Taller educativo	Establecer apreciaciones acerca de la construcción del

				proyecto de vida por medio de talleres educativos que profundicen en el tema
18 NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Proyecto de vida	Logoterapia	Instaurar habilidades de autogestión en la población para la consecución de su proyecto de vida y de sus metas.

Cronograma (Otros)

FECHA	ETAPA	TEMAS	TECNICAS O ESTRATEGIAS	OBJETIVO
OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Comunicación asertiva	Taller educativo	Aprender a mediar diferencias de manera asertiva con el fin de mejorar las relaciones entre la comunidad educativa
OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Comunicación asertiva	Gestalt	Fortalecer habilidades para mejorar la comunicación entre estudiantes y

				maestros para mejorar su forma de relacionarse
OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Empatía	Logoterapia	Generar acciones altruistas para fortalecer el trabajo comunitario por medio de técnicas terapéuticas
NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Empatía	Taller educativo	Potencializar el trabajo en grupo desde la empatía y la comunicación asertiva entre los miembros de la comunidad educativa
NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Liderazgo	Circulo de diálogo	Construir un liderazgo colectivo que aliente a la comunidad a eliminar factores de riesgo para los estudiantes por medio del trabajo en grupo
NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Liderazgo	Grupo terapéutico	Aprender a crear líderes íntegros que aporten beneficios a la comunidad

				educativa por medio del trabajo colectivo
--	--	--	--	---

Cronograma (Contexto complejo)

FECHA	ETAPA	TEMAS	TECNICAS O ESTRATEGIAS TERAPEUTICAS	OBJETIVO
OCTUBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Sentido de vida	Logoterapia	Conocer las valoraciones personales sobre su existencia por medio de la logoterapia
NOVIEMBRE	ATENCION E INTERVECION PSICOSOCIAL	Bienestar	Grupo terapéutico	Generar estrategias para mejorar la calidad de vida entre los miembros de su familia y de la comunidad educativa

FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

ASERTIVIDAD

PRE INFORME N. 1 SUJETO

ACTUO DESDE LA ASERTIVIDAD

Fecha:	Marzo 2020	Duración sesión:	1 hora con 30 minutos
Objetivo General Terapéutico:	Reconocer capacidades y habilidades en el sistema psicosocial que logren una autogestión para mejorar conductas que afectan la dinámica del grupo		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		

DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)

Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Escuchar al otro Tomar decisiones en grupo Establecer un objetivo común Respetar la palabra del otro Darle un sentido al grupo (nombre especial) Prohibido el uso del celular durante el taller <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p>
---------------------------	--

	A continuación se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.
1. Actividad Rompe Hielo	
Nombre de la actividad:	LA CEBOLLA
Objetivo:	Fomentar la conexión del grupo y la confianza para crear un clima cómodo para el reconocimiento de los participantes a través de una actividad lúdica
Tiempo:	20 min
Recursos:	Ninguno
Procedimiento:	<p>Se iniciará la actividad explicando la dinámica y cómo se trabajará, se explicara que no se debe usar la violencia en ninguna circunstancia durante el desarrollo de la actividad.</p> <p>Se elegirá a una persona voluntaria de entre el grupo que sea el/la granjero/a, mientras que el resto del grupo será la cebolla.</p> <p>Los participantes que forman la cebolla deben disponerse todos juntos de forma concéntrica, como formando las capas de una cebolla y el/la granjero/a debe intentar separarlos para “ir pelando la cebolla”.</p> <p>Cada vez que un integrante de la cebolla sea separado del grupo se convierte en granjero/a y debe ayudar a pelar la cebolla.</p> <p>Cuando se termine la dinámica debe darse un tiempo para que el grupo exprese qué le ha parecido la actividad y qué ha sentido mientras la realizaba.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Qué sentimiento creen que les genera la actividad?</p> <p>¿Cómo se sienten trabajando en grupo?</p>
2. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	PASIVO, AGRESIVO Y ASERTIVO
Objetivo:	Conocer los distintos tipos de comunicación que se puede encontrar en las relaciones interpersonales con el fin de conocer sobre la asertividad

Tiempo:	40 min
Recursos:	Hojas, esferos, tablero
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad y las reglas</p> <p>La terapeuta explicará brevemente qué es la asertividad y los tipos de comunicación (pasividad, agresividad, asertividad) que se pueden generar desde el lenguaje verbal o no verbal.</p> <p>Se dará una lluvia de ideas sobre la asertividad (por ejemplo como actuaría una persona desde la asertividad en una situación de violencia de género).</p> <p>(Ver anexo 1)</p> <p>Después, de manera individual, cada uno debe pensar en la persona más sumisa que conozcan y anotar características sobre su comportamiento.</p> <p>Se les pide que se levanten todos y actúen de un lado al otro del aula o salón con una actitud sumisa, utilizando exclusivamente el lenguaje no verbal, después deberán quedar estáticos con ese mismo gesto, los cuales irán siendo anotados por la terapeuta en el tablero.</p> <p>A continuación, se cambia de comportamiento sumiso a agresivo. Previamente, han de escribir de manera individual las características de la comunicación agresiva.</p> <p>Los integrantes del grupo van tomando asiento y elaboran, en grupo, una lista de comportamientos de una persona asertiva, sobre todo en relación a la conducta no verbal.</p> <p>Otra vez, han de moverse por el aula tomando una actitud asertiva y en silencio. La terapeuta repite el pedirles que se queden como estatuas y tomar nota del comportamiento no verbal.</p> <p>Para finalizar se realizara un debate en el que se analizan los distintos estilos comunicativos y cual creen que es el tipo de comunicación que ellos usan.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo se han sentido actuando desde los diferentes estilos comunicativos?</p> <p>¿Cuál creen que es la situación en la cual les cuesta ser asertivos?</p> <p>¿Con cuál emoción describirían la actividad?</p>
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	PASOS PARA LA ASERTIVIDAD

Objetivo:	Practicar diferentes escenarios de la vida cotidiana de los participantes donde se use la asertividad como forma de comunicarse para aplicarlo diariamente
Tiempo:	30 min
Recursos:	Tablero, marcador
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad al grupo</p> <p>La terapeuta expondrá los 3 pasos que conducen al dialogo asertivo: Expresar los sentimientos, solicitar qué queremos que ocurra y decir cómo nos sentiríamos tras el cambio.</p> <p>Se expondrán situaciones de la vida cotidiana de cada uno de los participantes de manera voluntaria en donde no se haya actuado de manera asertiva, ya sea en el colegio o en la vida personal o familiar.</p> <p>Se pide a los participantes relatar de nuevo la situación, pero desde los 3 pasos del dialogo asertivo y como cree que hubiese cambiado la situación si se hubiera comunicado desde la asertividad.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo se sintieron realizando la actividad?</p> <p>¿Creen que es importante la comunicación asertiva en la vida cotidiana?</p>

4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER

Se preguntará a cada participante:

¿Cuál crees que son los aprendizajes que te deja este taller?

¿Consideras importante conocer acerca de la asertividad?

¿Qué sentimientos generados durante el taller puedes describir?

5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS

Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)

Terapia de juego: es un tipo de terapia que ayuda a los niños y adolescentes a expresarse, a explorar sus pensamientos y sentimientos, y a dar sentido a sus experiencias de vida. El juego es una actividad natural del aprendizaje, ayuda a la exploración y la comunicación, por lo que este medio se considera altamente eficaz para ayudar a la población a expresar con el juego lo que les puede resultar difícil decir con palabra.

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

6. REFERENTE TEÓRICO

Asertividad: la asertividad es una habilidad social que consiste en conocer los propios derechos y defenderlos, respetando a los demás; tiene como premisa fundamental que toda persona posee derechos básicos o derechos asertivos. Como estrategia y estilo de comunicación, la asertividad se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas polares: la pasividad, que consiste en permitir que terceros decidan por nosotros, o que pasen por alto nuestros derechos; y por otro lado tenemos la agresividad, que se presenta cuando no somos capaces de ser objetivos y respetar las ideas de los demás.

Comunicación: El término comunicación procede del latín “communicare” que significa “hacer a otro partícipe de lo que uno tiene”. Es la acción de comunicar o comunicarse, se entiende como el proceso por el que se transmite y recibe una información. Todo ser humano y animal tiene la capacidad de comunicarse con los demás. Pero, para que un proceso se lleve a cabo, es indispensable la presencia de seis elementos: que exista un emisor; es decir, alguien que transmita la información; un receptor, alguien a quien vaya dirigida la información y que la reciba; y un [canal](#), que puede ser oral o escrito.

Trabajo en equipo: Trabajar en equipo es el esfuerzo integrado de un conjunto de personas para la realización de un proyecto. Trabajar en equipo implica la coordinación de 2 a más personas orientadas para el alcance de objetivos comunes. Cada miembro debe aportar para la realización de una parte del trabajo.

La denominación trabajo en equipo surgió después de la Primera Guerra Mundial. Hoy en día, es una forma de trabajo eficiente que entrega varios puntos de vista y que sirven para resolver más eficientemente conflictos que surgen en el ámbito económico, político y social.

Participación: Se denomina participación al acto de integrar un [movimiento](#), una sociedad en algún [rubro](#) o ser parte de una determinada causa. La participación sería, ateniéndonos a la misma etimología de la palabra, la circunstancia por la que se es parte n algo mayor. El término puede aludir a un amplio número de actividades, pero guarda siempre relación con este tipo de circunstancia, con el hecho de formar una parte pequeña de un todo mayor.

Comunicación agresiva: Se emplea una comunicación agresiva cuando intentamos exigir nuestros derechos, expresar nuestros sentimientos y satisfacer nuestras necesidades; sin tener en cuenta los derechos, sentimientos y necesidades de la persona que nos está escuchando.

Por lo tanto, comunicarse de manera agresiva no solo es insultar y descalificar al otro, también lo es, hablar con un volumen de voz muy alto; dar órdenes o hacer [críticas destructivas](#), por ejemplo. Es una de las formas de expresar la violencia; que se manifiesta con el lenguaje verbal, pero también con el no verbal.

Comunicación pasiva: Dentro de la comunicación, existen tres modelos: asertivo, agresivo y pasivo. Mientras en el primero, la persona traslada sus necesidades, sentimientos e ideas, siendo respetuoso con los demás. En el estilo agresivo, busca anteponer a toda costa su perspectiva personal frente al resto. Por último, [en la comunicación pasiva, el emisor no comparte sus opiniones para evitar conflictos y enfrentamientos](#).

La comunicación pasiva “es la que está relacionada con, las personas que no expresan sus necesidades, ni sus posturas ni sus opiniones, y que, normalmente, están de acuerdo con los otros, aunque vayan en contra de sus propias creencias”.

Dialogo asertivo: El dialogo asertivo es la capacidad de expresar ideas y sentimientos positivos y negativos de una manera abierta, honesta y directa. También nos permite reconocer nuestros derechos sin dejar de respetar los derechos de los demás, así como asumir la responsabilidad de nosotros mismos y de nuestras acciones sin juzgar o culpar a otras personas, confrontar de manera constructiva y encontrar una solución mutuamente satisfactoria cuando existe un conflicto.

La primera característica que debemos tener en cuenta es [que la asertividad](#) es un valor personal que podemos observar en nuestras relaciones sociales y personales. Esto ocurre porque observamos la asertividad en el momento de comunicarnos.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.deportesrecreativos.com/dinamicas-y-juegos-rompehielos/>

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>

<http://platea.pntic.mec.es/~jolall1/smart/Asertividad.pdf>

<https://www.psicologia-online.com/comunicacion-asertiva-ejemplos-y-tecnicas-4213.html>

<https://www.psicologoencasa.es/la-comunicacion-agresiva/>

<http://www.escuelamanagement.eu/desarrollo-personal/comunicacion-pasiva-supera-miedo-decir-no>

<https://definicion.mx/participacion/>

8. ANEXOS

UNA AMIGA TE PIDE QUE LE CUIDES EL NIÑO MIENTRAS VA AL CINE.	EL JEFE DE LA EMPRESA TE DA TRABAJO COMPLEMENTARIO PARA HOY.
LA VECINA TE PIDE QUE LE HAGAS LA COMPRA A LA VEZ QUE HACES LA TUYA.	TUS PADRES INTENTAN CONVENCERTE DE QUE VAYAS A VERLES
ALGUIEN TE PIDE QUE LE LLEVES A CASA EN COCHE.	ALGUIEN TE PIDE QUE HAGAS UNA LLAMADA FALSA POR TELÉFONO.
ESTÁS JUGANDO AL FÚTBOL Y ALGUIEN TE DICE: <i>Pero si no pegas una.</i>	LLEVAS UNA MOCHILA NUEVA Y TU AMIGA TE DICE: <i>Vaya mochila tan ridícula.</i>
ALGUIEN DE TU FAMILIA TE PIDE DINERO PRESTADO	UNA AMIGA TE PIDE PRESTADO ALGO QUE TU NO QUIERES DEJAR.
QUEDAS CON LOS AMIGOS Y LLEVAS UNA CAMISETA MUY BONITA QUE DEJA EL OMBLIGO AL AIRE. UNO TE DICE QUE ESTÁS MUY RIDÍCULA.	¿QUIERES FUMAR UN CIGARRILLO? SI NO TE GUSTA ES PORQUE ERES UNA NIÑA.
UN COLEGA TE PIDE QUE COMUNIQUES A TU GRUPO DE AMISTADES UNA NOTICIA DESAGRADABLE.	UNA AMIGA TE INTENTA CONVENCER PARA SALIR ESTA NOCHE.

Anexo 1



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

ASERTIVIDAD

PRE INFORME N. 2 SUJETO

(APRENDO Y REFLEXIONO ASERTIVAMENTE)

Fecha:	ABRIL 2020	Duración sesión:	1 hora y 30 min
Objetivo General Terapéutico:	Identificar las necesidades del sistema psicosocial en cuanto a sus habilidades sociales y empoderamiento con el fin de generar un cambio y/o transformación positiva.		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)			
Presentación y Bienvenida	El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:		
	Escuchar al otro		

	<p>Tomar decisiones en grupo</p> <p>Establecer un objetivo común</p> <p>Respetar la palabra del otro</p> <p>Darle un sentido al grupo (nombre especial)</p> <p>Prohibido el uso del celular durante el taller</p> <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomarán en cuenta.</p> <p>A continuación se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>
1. Actividad Rompe Hielo	
Nombre de la actividad:	EL ESPEJO
Objetivo:	Generar unión y preámbulo para la siguiente actividad, mediante la integración de las participantes en una actividad dinámica.
Tiempo:	15 min
Recursos:	Ninguno
Procedimiento:	<p>Se organizará a los participantes en un círculo para dar a conocer la actividad.</p> <p>.Se pedirá a los participantes formar grupos de 2 para la ejecución del ejercicio.</p> <p>El sistema psicosocial se organizará uno al frente al otro y se pedirá que escojan quien será el espejo.</p> <p>El terapeuta propondrá una temática que los participantes deberán ejecutar, ejemplo: ir a la playa.</p> <p>El espejo deberá imitar todas las acciones que realice la otra persona.</p>
Retroalimentación:	Se realizarán preguntas en donde se pueda indagar si se cumplieron los objetivos planteados en la actividad, como:

	<p>¿Qué aprendizajes le ha dejado esta actividad?</p> <p>¿Qué sentimiento le genera ser guía y ser guiado?</p>
3. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	EL TELÉFONO SIN PALABRAS
Objetivo:	Experimentar la comunicación asertiva no verbal con el fin de aprender a transmitir información de manera adecuada sin el diálogo
Tiempo:	45 min
Recursos:	Frase
Procedimiento:	<p>Se explicará a los participantes la dinámica de la actividad</p> <p>Se dividen en cuatro grupos</p> <p>Cada grupo hará una fila</p> <p>Se le entregará al último de cada grupo el papel donde está escrito el mensaje (EN UNA CASA EN EL BOSQUE, VIVE UN ANCIANO QUE CANTA CON UN MICROFONO MIENTRAS SU ESPOSA TOCABA CON SU GUITARRA UNAS HERMOSAS CANCIONES)</p> <p>Se les explicará que dentro de las reglas está prohibido mostrar el papel a los demás. Lo leerá en silencio y lo devolverá al coordinador de la actividad.</p> <p>El último de cada grupo expresa gestualmente el mensaje al penúltimo, éste se lo transmite de forma no verbal al siguiente y así sucesivamente hasta llegar al primero, que lo deberá traducir a palabras.</p> <p>Se entregará una bonificación al grupo que mejor transmita el mensaje</p>
Retroalimentación:	<p>¿Qué condiciones son necesarias para una adecuada comunicación?</p> <p>¿Qué factores dificultan la comunicación?</p>
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	CONSTRUYENDO NUESTRO LEMA
Objetivo:	Crear el lema que será insignia de los próximos talleres que se llevarán a cabo con el fin de darle una identidad al grupo.
Tiempo:	20 min

Recursos:	Hoja, bolígrafo
Procedimiento:	<p>Se explicará a los participantes el objetivo de la actividad y la dinámica</p> <p>Se dará una lluvia de ideas para que los participantes pueden tener una base para crear el lema, por ejemplo:</p> <p>Apoyo</p> <p>Acompañamiento</p> <p>Empatía</p> <p>Aceptación</p> <p>Alegría</p> <p>Amistad</p> <p>Amor</p> <p>Bondad</p> <p>Compresión</p> <p>Confianza</p> <p>Diversión</p> <p>Esperanza</p> <p>Felicidad</p> <p>Fortaleza</p> <p>Generosidad</p> <p>Gratitud</p> <p>Relajación</p> <p>Respeto</p> <p>Ternura</p> <p>Ellos podrán utilizar cualquiera de esas palabras para construir el lema</p> <p>Con los aportes de cada uno se realizará la socialización de ideas para que grupalmente se escoja el lema definitivo</p> <p>Cuando se haya construido el lema se deberá escribir en cartulina y será expuesto en el aula en los próximos talleres que se realicen</p>

Retroalimentación:	<p>¿Qué aprendizajes le ha dejado esta actividad?</p> <p>¿Por qué se sienten identificados con esa frase que escogieron previamente?</p> <p>¿Cómo relaciona la frase señalada con su vida?</p>
--------------------	--

4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER

Se preguntará a cada participante:

¿Cuál crees que son los aprendizajes que te deja este taller?

¿Consideras importante conocer acerca de la asertividad?

¿Qué sentimientos generados durante el taller puedes describir?

5. TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS

Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)

Terapia de juego: es un tipo de terapia que ayuda a los niños y adolescentes a expresarse, a explorar sus pensamientos y sentimientos, y a dar sentido a sus experiencias de vida. El juego es una actividad natural del aprendizaje, ayuda a la exploración y la comunicación, por lo que este medio se considera altamente eficaz para ayudar a la población a expresar con el juego lo que les puede resultar difícil decir con palabra.

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

6. REFERENTE TEÓRICO

Asertividad: la asertividad es una habilidad social que consiste en conocer los propios derechos y defenderlos, respetando a los demás; tiene como premisa fundamental que toda persona posee derechos básicos o derechos asertivos. Como estrategia y estilo de comunicación, la asertividad

se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas polares: la pasividad, que consiste en permitir que terceros decidan por nosotros, o que pasen por alto nuestros derechos; y por otro lado tenemos la agresividad, que se presenta cuando no somos capaces de ser objetivos y respetar las ideas de los demás.

Los seres humanos, como seres de naturaleza social, se ven involucrados continuamente en relaciones interpersonales, y, como tal, se debe cuidar este aspecto fortaleciendo la forma de relación e interacción entre los mismos y asegurar un desarrollo y crecimiento personal positivo, que conducirá a un aumento de la calidad de vida. Es por esto que se necesita de la atención e intervención psicosocial que permita abordar, tomar conciencia y mejorar la capacidad de relación social. En este sentido es importante adquirir relaciones basadas en la comunicación asertiva que permita construir relaciones interpersonales satisfactorias.

Aguilar (1995) señala que existen problemas para distinguir la habilidad social de la habilidad asertiva, en tanto que Rodríguez y Serralde (1991) afirman que la asertividad es lo mismo que la autoestima, o al menos un componente de la misma. También se le ha relacionado con el locus de control (Aguilar, 1987), e incluso se le ha confundido con la agresividad en algunos contextos culturales (Flores, 1994). Se discute asimismo la multidimensionalidad o unidimensionalidad del constructo y, por ende, su forma de medirlo. Hay, pues, el interés por aclarar y diferenciar el concepto de asertividad de otras variables y aspectos de la personalidad. Los orígenes de la palabra “asertividad” se encuentran en el latín *asserere* o *assertum*, que significa “afirmar” o “defender” (Robredo, 1995).

Es con base en esta concepción que el término adquiere un significado de afirmación de la propia personalidad, confianza en sí mismo, autoestima, aplomo y comunicación segura y eficiente (Rodríguez y Serralde, 1991). Existen diversas aproximaciones teóricas que buscan definir esta variable. Desde el punto de vista conductual, la propuesta de un aprendizaje asertivo se fundamenta en los conocimientos generados por Iván Pavlov, quien estudió la adaptación al medio ambiente de personas y animales; en cuanto a las primeras, considera que si dominan las fuerzas excitatorias, se sentirán orientadas a la acción y emocionalmente libres, enfrentándose a la vida según sus propios términos; por el contrario, si dominan las fuerzas inhibitorias, se mostrarán desconcertadas y acobardadas, sufrirán la represión de sus emociones y a menudo harán lo que no quieren hacer (Casares y Siliceo, 1997; Robredo, 1995).

Este equilibrio entre inhibición y excitación se traducirá más tarde como sumisión –o pasividad– y agresividad, respectivamente (Rodríguez y Serralde, 1991). En el enfoque cognitivo, el comportamiento asertivo consiste en expresar lo que se cree, se siente y se desea de forma directa y honesta, haciendo valer los propios derechos y respetando los derechos de los demás. Estos autores sostienen la necesidad de incorporar cuatro procedimientos básicos en el adiestramiento asertivo: enseñar la diferencias entre asertividad y agresividad, ayudar a identificar y aceptar los propios derechos y los derechos de los demás, reducir los obstáculos cognoscitivos y afectivos

para actuar de manera asertiva, disminuyendo ideas irracionales, ansiedades y culpas, y desarrollar destrezas asertivas a través de la práctica de dichos métodos.

Es así como la asertividad se fundamenta en la ausencia de ansiedad ante situaciones sociales, de manera que se hace viable manifestar sentimientos, pensamientos y acciones (Flores, 1994). Al desarrollarse nuevas definiciones ya no meramente conductistas (énfasis en las conductas observables y susceptibles de ser medidas), se da cabida a elementos más abstractos, como los valores y otros aspectos relacionados con el desarrollo humano. Así, el enfoque humanista de la asertividad se centra desde sus inicios (los años setenta) en concebir la variable como una técnica para el desarrollo de la autorrealización del ser humano. Pick y Vargas (1990) afirman que para ser asertivo se necesita aceptarse y valorarse, respetar a los demás, permanecer firmes en las propias opiniones, comunicar con claridad y directamente, en el lugar y momento adecuados y de forma apropiada, lo que se quiere o se necesita decir.

De acuerdo con Rodríguez y Serralde (1991), una persona asertiva se siente libre para manifestarse, expresando en sus palabras lo que siente, piensa y quiere; puede comunicarse con personas de todos los niveles, siendo una comunicación siempre abierta, directa, franca y adecuada; tiene una orientación activa en la vida; va tras de lo que quiere; actúa de un modo que juzga respetable; acepta sus limitaciones al comprender que no siempre puede ganar; acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas; con delicadeza, pero también con firmeza, establece quiénes son sus amigos y quiénes no; se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos, y evita los dos extremos: por un lado, la represión y, por el otro, la expresión agresiva y destructiva de sus emociones. Aguilar (1993a) emplea el término “conducta afirmativa” para referirse a lo que en otro momento llama “conducta asertiva”, la que define como la habilidad para transmitir los sentimientos, creencias y opiniones propios con honestidad, respeto a sí mismo y oportunidad, y al mismo tiempo respetando los derechos de los demás. Apunta que la conducta afirmativa puede notarse cuando la persona sabe decir “no”, estableciendo límites respetuosamente; se expresa con espontaneidad y respeta las diferencias de opinión; no llega a conclusiones si no tiene información válida; es positiva; trata de expresar sentimientos favorables; escucha tomando un rol activo; conoce las propias necesidades y las transmiten a los demás; busca el momento oportuno para hablar sin dejarlo para después; toma la responsabilidad del propio comportamiento, y sus comportamientos verbales y no verbales son congruentes entre sí. (Sánchez, 2000).

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.deportesrecreativos.com/dinamicas-y-juegos-rompehielos/>

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>

<http://platea.pntic.mec.es/~jolall1/smart/Asertividad.pdf>

<https://www.psicologia-online.com/comunicacion-asertiva-ejemplos-y-tecnicas-4213.html>

<https://www.psicologoencasa.es/la-comunicacion-agresiva/>

<http://www.escuelamanagement.eu/desarrollo-personal/comunicacion-pasiva-supera-miedo-decir-no>

<https://definicion.mx/participacion/>

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

ASERTIVIDAD

PRE INFORME N. 3 SUJETO

(FELICIDAD EN LA ADVERSIDAD)

Fecha:

MAYO 2020

Duración sesión:

1 H

Objetivo General Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas de afrontamiento frente a las adversidades con el fin de mejorar la calidad de vida
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia
DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)	
Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:</p> <p>Escuchar al otro</p> <p>Tomar decisiones en grupo</p> <p>Establecer un objetivo común</p> <p>Respetar la palabra del otro</p> <p>Darle un sentido al grupo (nombre especial)</p> <p>Prohibido el uso del celular durante el taller</p> <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>
1. Actividad Rompe Hielo	
Nombre de la actividad:	COMBATAMOS JUNTOS LA ANSIEDAD
Objetivo:	Generar hábitos para combatir el estrés desde casa por medio de la relajación con el fin de controlar emociones adversas a la situación actual
Tiempo:	20 min

Recursos:	Ninguno
Procedimiento:	<p>Por medio de un video llamado se realizará una sesión de relajación corta para combatir el estrés y la ansiedad por medio de la respiración.</p> <p>Se realizará respiración diafragmática guiada en los siguientes pasos:</p> <p>Ponga una mano en su pecho para asegurarse de que lleva el aire a la parte de debajo de los pulmones sin mover el pecho.</p> <p>Tome el aire lentamente y llévelo hacia abajo inflando el estómago sin mover el pecho.</p> <p>Retenga un momento el aire en esa posición</p> <p>Suelte el aire lentamente hundiendo el estomago</p> <p>Procure realizarlo nuevamente un poco más relajado al soltar el aire</p> <p>Ahora se va a enseñar a hacer el mismo ejercicio pero de forma más lenta</p> <p>Tome el aire nuevamente como se indicó en el paso anterior contando de 1 a 5</p> <p>Reténgalo contando de 1 a 3</p> <p>Suéltelo lentamente mientras cuenta de 1 a 5</p> <p>Se realizará el ejercicio 10 veces hasta haber sentido que ha relajado la mente y el cuerpo para continuar con la actividad</p>
Retroalimentación:	<p>¿Qué sentimientos cree que ha causado en usted la situación actual?</p> <p>¿Cuál cree que fue la sensación inmediata al terminar el ejercicio?</p>
3. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	¿Qué es la felicidad?
Objetivo:	Aprender acerca del concepto de felicidad y la importancia de implementarla a pesar de las adversidades con el fin de hacer frente a situaciones complejas que se puedan presentar
Tiempo:	30 min
Recursos:	Video

Procedimiento:	<p>Se realizará una breve descripción sobre la felicidad</p> <p>¿Qué es la felicidad?</p> <p>Podríamos conceptualizar la felicidad como un estado de satisfacción plena, una definición simple pero que tiene profundas implicaciones desde el punto de vista práctico:</p> <p>La felicidad es un estado subjetivo, cada persona la experimenta de una manera distinta</p> <p>La felicidad puede estar provocada por diferentes cosas o situaciones, dependiendo del significado que cada persona le confiera a estas</p> <p>La felicidad puede ser un estado duradero, pero también puede caducar.</p> <p>Y recuerda, la felicidad no es una meta, sino un camino a recorrer. Trabajar por ser cada día un poco más felices está en nuestras manos.</p> <p>El concepto de felicidad no es una idea meramente filosófica exenta de repercusiones en nuestra vida cotidiana. De hecho, la imagen que tengamos de la felicidad influye en nuestra actitud ante la vida e incluso puede hacer que seamos más o menos felices.</p> <p>A grandes rasgos, se puede hacer referencia a tres grandes posturas sobre el concepto de felicidad, posturas que provienen de las grandes corrientes filosóficas pero que se han popularizado y forman parte de las creencias de muchas personas.</p> <p>Escépticos: son aquellos que están convencidos de que la felicidad no existe o es imposible alcanzarla por lo que ni siquiera la buscan.</p> <p>Limitados: son quienes afirman que no existe la felicidad sino momentos felices por lo que debemos darnos por satisfechos las pocas veces que esta toca a nuestra puerta.</p> <p>Optimistas: son personas que piensan que la felicidad existe y se puede conquistar de manera definitiva.</p> <p>Dependiendo de la postura que asumamos, desarrollaremos una actitud más o menos proactiva ante la vida, esperaremos a que la felicidad toque a nuestra puerta o, al contrario, saldremos a buscarla.</p> <p>Y recuerda, la felicidad no es una meta, sino un camino a recorrer. Trabajar por ser cada día un poco más felices está en nuestras manos.</p> <p>Se expondrá un video acerca de la felicidad para realizar una reflexión al respecto</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=3P4bCeUp8QI</p>
----------------	---

	Se realizará la reflexión con el grupo
Retroalimentación:	¿Cuál cree que es su postura frente a la felicidad? ¿Qué reflexión le deja el video para su vida?
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	La felicidad es un arte
Objetivo:	Recapitular lo aprendido de la felicidad para aplicarlo a cualquier esfera o contexto con el fin de apropiarse el concepto y trabajar en él.
Tiempo:	20 min
Recursos:	Ninguno
Procedimiento:	<p>Se brindará la lectura de un poema-cuento “LA ALEGORÍA DEL CARRUAJE” y los participantes realizarán una reflexión sobre la felicidad a partir del mismo:</p> <p>Adelante el sendero se abre en abanico. Por lo menos cinco rumbos diferentes se me ofrecen. Ninguno pretende ser el elegido, sólo están allí. Un anciano está sentado sobre una piedra, en la encrucijada. Me animo a preguntar: -¿En qué dirección, anciano? -Depende de lo que busques —me contesta sin moverse. -Quiero ser feliz —le digo. -Cualquiera de estos caminos te puede llevar en esa dirección.</p> <p>Me sorprende: -Entonces... ¿da lo mismo? -No.</p>

-Tú dijiste...

-No. Yo no dije que cualquiera te llevaría; dije que cualquiera puede ser el que te lleve.

-No entiendo.

-Te llevará el que elijas, si eliges correctamente.

-¿Y cuál es el camino correcto?

El anciano se queda en silencio.

Comprendo que no hay respuesta a mi pregunta.

Decido cambiarla por otras:

-¿Cómo podré elegir con sabiduría? ¿Qué debo hacer para no equivocarme?

Esta vez el anciano contesta:

-No preguntes... No preguntes.

Allí están los caminos.

Sé que es una decisión importante. No puedo equivocarme...

El cochero me habla al oído, propone el sendero de la derecha.

Los caballos parecen querer tomar el escarpado camino de la izquierda.

El carruaje tiende a deslizarse en pendiente, recto, hacia el frente.

Y yo, el pasajero, creo que sería mejor tomar el pequeño caminito elevado del costado.

Todos somos uno y, sin embargo, estamos en problemas.

Un instante después veo cómo, muy despacio, por primera vez con tanta claridad, el

Cochero, el carruaje y los caballos se funden en mí.

También el anciano deja de ser y se suma, se agregan los caminos recorridos hasta aquí

Y cada una de las personas que conocí.

No soy nada de eso, pero lo incluyo todo.

Soy yo el que ahora, completo, debe decidir el camino.

Me siento en el lugar que ocupaba el anciano y me tomo un tiempo, simplemente el

	<p>Tiempo que necesito para tomar esa decisión.</p> <p>Sin urgencias. No quiero adivinar, quiero elegir.</p> <p>Llueve.</p> <p>Me doy cuenta de que no me gusta cuando llueve.</p> <p>Tampoco me gustaría que no lloviera nunca.</p> <p>Parece que quiero que llueva solamente cuando tengo ganas.</p> <p>Y, sin embargo, no estoy muy seguro de querer verdaderamente eso.</p> <p>Creo que sólo asisto a mi fastidio, como si no fuera mío, como si yo no tuviera nada que</p> <p>Ver.</p> <p>De hecho no tengo nada que ver con la lluvia.</p> <p>Pero es mío el fastidio, es mía la no aceptación, soy yo el que está molesto.</p> <p>¿Es por mojarme?</p> <p>No.</p> <p>Estoy molesto porque me molesta la lluvia.</p> <p>Llueve...</p> <p>¿Debería apurarme?</p> <p>No,</p> <p>Más adelante también llueve.</p> <p>Qué importa si las gotas me mojan un poco, importa el camino.</p> <p>No importa llegar, importa el camino.</p> <p>En realidad nada importa, sólo el camino.</p>
<p>Retroalimentación:</p>	<p>¿Qué puede concluir de la historia previamente expuesta?</p> <p>¿Cuál es la enseñanza que le deja?</p>
<p>4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER</p>	
<p>¿Cuál piensa que es el motivo o los motivos para su felicidad?</p> <p>¿Se considera una persona feliz?</p>	

5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS

Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)

Terapia de juego: es un tipo de terapia que ayuda a los niños y adolescentes a expresarse, a explorar sus pensamientos y sentimientos, y a dar sentido a sus experiencias de vida. El juego es una actividad natural del aprendizaje, ayuda a la exploración y la comunicación, por lo que este medio se considera altamente eficaz para ayudar a la población a expresar con el juego lo que les puede resultar difícil decir con palabra.

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

6. REFERENTE TEÓRICO

FELICIDAD: La felicidad es una sensación general de satisfacción con la vida que impregna y permanece durante períodos de tiempo más largos. Es comúnmente considerada como la principal forma en que los seres humanos pueden evaluar qué tan bien va su vida; lo feliz que se siente una persona, es tal vez la pieza única de información que se puede saber acerca de alguien.

La felicidad también es el fenómeno menos entendido en el mundo, ya que cada persona tiene la expectativa de encontrar dicha felicidad, no obstante nadie sabe cómo medirla o definirla con precisión (Gilbert, 2006); de hecho, parece que nadie sabe lo que realmente es. De aquí que diversos autores planteen un significado diferente de lo que es. Aristóteles (Trad. 2001) indica que el fin de todas las acciones y determinaciones del hombre tienen por objetivo algún bien que se desee conseguir. El fin supremo del hombre es la felicidad. Sin embargo, se dividen las opiniones sobre la naturaleza y esencia de la felicidad en la vida humana.

Por otra parte, Durán Casas en su artículo “Kant: Moralidad y Felicidad”, menciona que Kant, reconoce que la felicidad es "el fin universal de los hombres, esto es, el fin que todos los hombres

persiguen” (Durán-Casas, 2007, p.78). Con ello acepta, o mejor, constata, lo que ya Aristóteles había concebido con respecto a la felicidad: que la felicidad es el nombre que se le da a eso que todos los hombres buscan y luchan por alcanzar. Así, la felicidad en el mundo kantiano no depende del destino ni de los demás, ni mucho menos de Dios, sino del comportamiento y carácter propio de una persona.

Sin embargo, Alarcón, basado tanto en la filosofía griega, como en los recientes estudios, define la felicidad como “un estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien deseado” (Alarcón, 2009, p. 262). Así concibe a la felicidad como un sinónimo de satisfacción con la vida. Por otro lado, Fernández propone que la felicidad es única, si radica en nuestro interior y poco tiene que ver con la acumulación de bienes (Fernández, 2009). Algo ampliamente investigado por representantes de la psicología positiva (Seligman, 2002). Gilbert, define a la felicidad como lo que puede ser interpretado por el cerebro como “cualquier cosa que haga feliz al ser humano” (Gilbert, 2006, p. 51); el autor propone que la felicidad es nada más y nada menos una palabra que los seres humanos utilizan para referir a cualquier cosa que les guste.

La palabra es utilizada para indicar al menos tres experiencias afines, afirma el autor: la felicidad emocional, la felicidad moral y la felicidad valorativa. La felicidad emocional consiste en un sentimiento, una experiencia, un estado subjetivo, que no tiene un referente objetivo en el mundo físico; la felicidad moral, indica un sentimiento muy bueno que solo puede generarse con medios especiales (e.g., vivir de una forma correcta, ética, valiosa, profunda y enriquecedora).

Los griegos definían esta clase de felicidad como una “buen espíritu” que significa “vida bien vivida”; y por último, la felicidad valorativa, consistente en los juicios elaborados por cada persona sobre comparaciones entre experiencias propias, pasadas y recientes (Gilbert, 2006, p.56). Veenhoven (1991), en su artículo “Is happiness relative?” hace referencia al concepto de felicidad como el grado en el cual un individuo juzga, en general, la calidad de su vida en forma favorable, a la larga cristalizado en un punto de vista estable. Así, describe la felicidad como una actitud hacia la vida.

Muchas definiciones representan a la felicidad como un fenómeno afectivo. Por ejemplo Wessman y Ricks plantearon que: “La felicidad es como una evaluación global de la calidad de las propias experiencias individuales, en el camino de sus asuntos importantes” (Wessman & Ricks, 1966, p. 240). Otro concepto es expuesto por Kanhneman, quien retoma la famosa definición de Bentham (1789), delimitando a la felicidad como la “suma de los placeres y dolores” (Kanhneman, 2000, p. 2), que amenaza con afectar el balance o equilibrio afectivo. El autor también propone el concepto de felicidad objetiva. Kanhneman (2000) define a la “felicidad objetiva” como la verdadera experiencia afectiva que subyace de la evaluación global de la vida.

La felicidad también se define como la disposición y la actitud positiva que se tiene hacia la vida. Lieberman escribió, “en algún punto de la vida, antes incluso de la edad de 18 años, un individuo se orienta a un cierto nivel estable de satisfacción, que dentro de una gama bastante amplia de circunstancias ambientales, se mantiene durante toda la vida” (Lieberman, 1970, p. 75). Veenhoven (2006) menciona que algunas de estas definiciones de este tipo hacen énfasis en la coherencia de la respuesta afectiva, mientras que otros lo ven más bien como un sistema de creencias.

BIBLIOGRAFIA

<https://salvablog01.files.wordpress.com/2016/02/el-camino-de-la-felicidad-jorge-bucay.pdf>

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-46882007000200004

<https://ined21.com/se-puede-enseñar-a-ser-feliz/>



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

HABILIDADES SOCIALES

PRE INFORME N. 4 SUJETO

(MI ENTRENAMIENTO SOCIAL)

Fecha:	ABRIL 2020	Duración sesión:	1 H 40 MIN
Objetivo General Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas der relación entre los miembros de la comunidad estudiantil a través del entrenamiento social		

Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia
DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)	
Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:</p> <p>Escuchar al otro</p> <p>Tomar decisiones en grupo</p> <p>Establecer un objetivo común</p> <p>Respetar la palabra del otro</p> <p>Darle un sentido al grupo (nombre especial)</p> <p>Prohibido el uso del celular durante el taller</p> <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>
1. Actividad Rompe Hielo	
Nombre de la actividad:	CARGA ELECTRICA
Objetivo:	Crear un ambiente dinámico para todos los participantes con el fin de dar una introducción a tema trabajando en grupo
Tiempo:	20 min
Recursos:	Ninguno

Procedimiento:	<p>Se brindará una introducción a la temática</p> <p>La terapeuta dará la indicación para formar un círculo alrededor del salón</p> <p>Se pedirá que se retire un voluntario del círculo que han formado los participantes</p> <p>En ausencia de este explica que durante el juego todos deben permanecer en silencio y que uno de ellos " tendrá carga eléctrica".</p> <p>Se llama al voluntario y el animador le explica: " Uno de los presentes tiene carga eléctrica: Concéntrese y vaya tocando la cabeza de cada uno para descubrir quién tiene la carga eléctrica.</p> <p>Cuando el voluntario coloque su mano sobre la cabeza de quien tenga la carga eléctrica todos deberán gritar y hacer gestos como si se "electrocutaran"</p>
Retroalimentación:	¿Cómo se sienten trabajando en grupo? ¿Por qué?
2. Actividad Inicial	
Nombre de la actividad:	MI IDENTIDAD
Objetivo:	Fortalecer la cooperación grupal valorando positivamente las similitudes y diferencias del grupo a través de una actividad dinámica.
Tiempo:	40 min
Recursos:	Papel, tijeras, cartulina, bolígrafo, cinta
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad a los participantes</p> <p>Se reparten papel de colores a cada persona del grupo; en ellos tendrán que escribir lo siguiente:</p> <p>Una afición.</p> <p>Una persona que sea importante en su vida.</p> <p>Algo que se le dé bien hacer.</p> <p>Algo que no se le dé bien hacer y lo quiera aprender.</p> <p>A continuación, cada persona recortará la parte que le haya sobrado del papel, en donde escribirá su nombre quedando una especie de tarjeta y se la colocará en la camiseta sujetándola con un sujetador.</p>

	<p>Seguidamente comienza una persona a presentarse y a leer cada uno de los puntos de su tarjeta; quién tenga algo en común con ella, será la siguiente en presentarse, y así sucesivamente. Si no tienen nada en común el orden será al azar.</p> <p>Después pegarán todas las tarjetas juntas en una cartulina y se colocará en un lugar visible del salón</p> <p>Para finalizar podrán ofrecer ayuda mutua para aprender ese “algo” que no se le da bien que aparece en las tarjetas.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Creen que el tener cosas en común es un beneficio para el grupo?</p> <p>¿Discriminarían a alguien por tener gustos “diferentes” a los demás?</p>
3. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	SANA CONVIVENCIA
Objetivo:	Reflexionar acerca de la discriminación y la exclusión con el fin de fomentar el respeto base para un buen desenvolvimiento social
Tiempo:	40 min
Recursos:	Papeles de colores
Procedimiento:	<p>Se dará una introducción a la actividad</p> <p>El grupo se coloca de espaldas a todo el mundo de manera que no se vean la cara. La terapeuta irá colocando los papeles de color en sus frentes de diferentes colores de manera que cada persona tenga a alguien con el mismo color. Dos personas tendrán un papel que no se corresponderá con ninguna de las demás.</p> <p>Se da la señal y todo el mundo se da la vuelta. Deberán buscar a la persona o personas que tengan su mismo color y colocarse junto a ellas.</p> <p>Deberán dialogar y encontrar algo que los haga completamente opuestos</p> <p>Cuando hayan encontrado a su grupo, habrá dos personas que estarán solas y no tendrán a nadie a su lado.</p> <p>Luego de esto el grupo retomara a sus asientos y expondrán su experiencia.</p>
Retroalimentación:	<p>Se realizará la retroalimentación con las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cómo se sintieron las personas que quedaron sin grupo?</p> <p>¿Por qué creen que pudieron quedar por fuera?</p>

	<p>¿Cómo creen que fue la comunicación en el momento de encontrar diferencias?</p> <p>¿Qué sentimiento les causo ver a dos de sus compañeros solos?</p> <p>¿Alguna vez han dejado a alguien por fuera del grupo por alguna razón?</p> <p>¿Cuál?</p>
<h4>4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER</h4>	
<p>¿Cómo crees que puede afectar la discriminación en la vida de un ser humano?</p> <p>¿Te has sentido discriminado alguna vez?</p> <p>¿Cuál crees que sería la forma adecuada de expresar las diferencias?</p>	
<h4>5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS</h4>	
<p>Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)</p> <p>Terapia de juego: es un tipo de terapia que ayuda a los niños y adolescentes a expresarse, a explorar sus pensamientos y sentimientos, y a dar sentido a sus experiencias de vida. El juego es una actividad natural del aprendizaje, ayuda a la exploración y la comunicación, por lo que este medio se considera altamente eficaz para ayudar a la población a expresar con el juego lo que les puede resultar difícil decir con palabra.</p>	
<h4>CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE</h4>	
<p>Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.</p> <p>Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.</p>	
<h4>6. REFERENTE TEÓRICO</h4>	
<p>HABILIDADES SOCIALES: Al hablar de Habilidades Sociales, se debe conocer que no, desde el principio, fueron llamadas de esta manera. El estudio de las Habilidades Sociales tiene sus orígenes con trabajos realizados con niños, estudiando aspectos de la conducta de los mismos.</p>	

Los orígenes de las habilidades sociales comienzan a principios del siglo XX, con los trabajos de Jack (1934), Page (1936) y Williams (1935), quienes presentan los primeros intentos en entrenamiento en habilidades sociales, estudiando diferentes aspectos de la conducta social en niños (Olaz y Cabanillas, 2007).

Se plantea un programa de habilidades sociales que, desde una perspectiva psicosocial, pretende facilitar instrumentos que mejoren las relaciones interpersonales de los participantes con sus entornos más cercanos.

Los programas de entrenamiento en habilidades sociales pretenden enseñar, de forma directa y sistemática, estrategias y habilidades interpersonales, con la intención de que los individuos mejoren su competencia interpersonal en las diferentes situaciones sociales. Uno de los objetivos del programa de atención e intervención psicosocial es capacitar a los individuos en habilidades sociales para que logren la utilización de recursos personales. En el caso del trabajo con grupos de adolescentes, se debe facilitar que crezcan y desarrollen sus capacidades, en la medida de que disponen de recursos personales y sociales que les permitan satisfacer sus necesidades y así puedan enfrentarse a las dificultades y obstáculos cotidianos.

Según Caballo (2000), la conducta socialmente habilidosa se basa en un conjunto “de conductas emitidas por el individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de dicho individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás” (pág. 6), y tendiente a resolver los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de problemas a futuro. Por otro lado, Del Prette y Del Prette (2002), plantean que las habilidades sociales pueden ser definidas descriptivamente, desde una dimensión situacional, como un conjunto de desempeños presentados por el sujeto frente a las demandas que se suscitan en una situación interpersonal particular.

Las habilidades sociales están determinadas a nivel macro por el plano cultural donde intervienen las normas, los valores y reglas y a nivel micro por el plano personal donde se manifiesta la conducta, lo cognitivo afectivo y lo fisiológico. En la dimensión personal las habilidades sociales supondrían la presencia de dos grupos de destrezas: las cognitivas y las conductuales. Las destrezas cognitivas englobarían la percepción social y el procesamiento de la información que define, organiza y guía las habilidades sociales.

Las destrezas conductuales aluden a conductas verbales y no verbales utilizadas para la puesta en práctica de la decisión proveniente de procesos cognitivos. Según Del Prette y Del Prette (2002), la mayoría de los investigadores coinciden en que un repertorio fluido de habilidades sociales resulta de la articulación armoniosa de los componentes relativos a la dimensión personal. A su vez, las tres dimensiones mencionadas (personal, situacional y cultural) que determinan a las habilidades sociales, se combinan e interrelacionan en las interacciones. Cuando se trata de habilidades sociales y de competencia social, no es posible eludir el análisis de estas

tres dimensiones. Según estos mismos autores, el concepto de competencia social se refiere a la capacidad del individuo (autoevaluada o evaluada por otras personas) para expresarse abiertamente, defender sus derechos, lograr objetivos personales, maximizar las consecuencias positivas en los intercambios con interlocutores y minimizar la pérdida de reforzadores en su desempeño social. (Caputo, 2014).

Al referirse a comunicación verbal, se debe tener en cuenta que el lenguaje hablado varía de un individuo a otro y está ligado a la cultura, la clase social y a la educación. Lo no verbal, está presente siempre aunque no haya lenguaje hablado. Cabe destacar que dentro del contenido verbal, existen componentes como: hacer preguntas, pedir cambio de conducta, lidiar con las críticas, dar o recibir retroalimentación, manejo del silencio, entre otros. Además del estilo personal que caracteriza a un sujeto para hablar, las situaciones en que se encuentre determinarán que varíe el tema, la cantidad y duración aceptables del habla. El lugar en que se encuentre el sujeto, sea profesor o alumno, también es tomado como un factor determinante al momento del habla. Según Del Prette y Del Prette, (2002), los componentes de la forma verbal, están ligados a los aspectos formales del habla, es decir, al “cómo”.

La latencia y duración del habla puede modificar o dificultar las interacciones satisfactorias o hasta puede llegar al aburrimiento. Las expresiones del habla, según Argyle, (1981); Trower, Bryant y Argyle, (1978); Wilkinson y Canter, (1982. Citado en Caballo, 2000), se pueden clasificar en diferentes elementos del habla: habla egocéntrica, donde se dirige a uno mismo sin tener en cuenta el efecto en los demás. Las instrucciones, las cuales están dirigidas a influir en la conducta de otros de manera explícita y directa; y pueden ser exigencias, órdenes y sugerencias. Las preguntas que pueden estar dirigidas a empezar un encuentro, a conseguir respuestas, a expresar interés por el otro. Según Del Prette y Del Prette, (2002), hacer preguntas va a depender de la capacidad del sujeto para utilizarlas de manera correcta y de acuerdo con el objetivo que persigue. Esta habilidad puede mejorar notablemente todo tipo de relaciones.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.educambia.com/actividades-para-trabajar-las-habilidades-sociales-en-la-adolescencia.html>

<https://blog.neuronup.com/habilidades-sociales-cuales-son-ejemplos-para-que-sirven/>

<https://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-habilidades-sociales/>

8. ANEXOS



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

RESILIENCIA

PRE INFORME N. 5 SUJETO

(NOMBRE DEL TALLER)

Fecha:	ABRIL 2020	Duración sesión:	1H
Objetivo General Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan adoptar actitudes resilientes para afrontar situaciones complejas que se puedan presentar a lo largo de su vida a través de la autorreflexión		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 y 10 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)			

<p>Presentación y Bienvenida</p>	<p>La terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:</p> <p>Escuchar al otro</p> <p>Tomar decisiones en grupo</p> <p>Establecer un objetivo común</p> <p>Respetar la palabra del otro</p> <p>Darle un sentido al grupo (nombre especial)</p> <p>Prohibido el uso del celular durante el taller</p> <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomarán en cuenta.</p> <p>A continuación, se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades</p>
<p>1. Actividad Rompe Hielo</p>	
<p>Nombre de la actividad:</p>	<p>CONOZCAMONOS MEJOR</p>
<p>Objetivo:</p>	<p>Reducir la tensión emocional que pueda estar ocasionando la situación actual por medio de una dinámica para cohesionar el grupo</p>
<p>Tiempo:</p>	<p>15 min</p>
<p>Recursos:</p>	<p>Hoja, bolígrafo</p>
<p>Procedimiento:</p>	<p>Se explicará el desarrollo de la actividad a los participantes (La actividad se realizará por medio de una video llamada)</p> <p>La dinámica consiste en realizar una pequeña presentación simulando que es la primera vez que se ven y nadie sabe quién es quien</p> <p>La presentación se hará respondiendo unas preguntas que generalmente nadie hace durante una entrevista y que pocas veces se cuentan</p>

	<p>Deberán responder las preguntas en una hoja en blanco para después compartirlas, las preguntas se estarán compartiendo en la pantalla de la terapeuta. (Ver anexo 1)</p> <p>Cada uno socializara las respuestas</p>
Retroalimentación:	<p>¿Conocías esos aspectos de tus compañeros?</p> <p>¿Qué aprendizaje te deja esta actividad?</p>
2. Actividad Inicial	
Nombre de la actividad:	¿Qué es la resiliencia?
Objetivo:	Aprender sobre la resiliencia y las características que hacen una persona resiliente con el fin de crear conciencia colectiva en los participantes
Tiempo:	30 min
Recursos:	Hoja, bolígrafo
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad número a los participantes:</p> <p>La terapeuta realizará una pequeña introducción sobre lo que es la resiliencia</p> <p>¿Qué es la resiliencia?</p> <p>Según Becoña, 2006. A veces la vida nos pone a prueba, nos plantea situaciones que superan nuestras capacidades: una enfermedad, una ruptura de pareja particularmente dolorosa, la muerte de un ser querido, el fracaso de un sueño largamente anhelado, problemas económicos...</p> <p>Existen diferentes circunstancias que nos pueden llevar al límite y hacer que nos cuestionemos si tenemos la fuerza y la voluntad necesarias para continuar adelante. En este punto tenemos dos opciones: dejarnos vencer y sentir que hemos fracasado o sobreponernos y salir fortalecidos, apostar por la resiliencia.</p> <p>La resiliencia implica reestructurar nuestros recursos psicológicos en función de las nuevas circunstancias y de nuestras necesidades. De esta manera, las personas resilientes no solo son capaces de sobreponerse a las adversidades</p>

que les ha tocado vivir, sino que van un paso más allá y utilizan esas situaciones para crecer y desarrollar al máximo su potencial.

Para las personas resilientes no existe una vida dura, sino momentos difíciles. Y no se trata de una simple disquisición terminológica, sino de una manera diferente y más optimista de ver el mundo, ya que son conscientes de que después de la tormenta llega la calma.

¿Qué caracteriza a una persona resiliente?

Son conscientes de sus potencialidades y limitaciones. El autoconocimiento es un arma muy poderosa para enfrentar las adversidades y los retos, y las personas resilientes saben usarla a su favor. Estas personas saben cuáles son sus principales fortalezas y habilidades, así como sus limitaciones y defectos. De esta manera pueden trazarse metas más objetivas que no solo tienen en cuenta sus necesidades y sueños, sino también los recursos de los que disponen para conseguirlas.

Son creativas. La persona con una alta capacidad de resiliencia no se limita a intentar pegar el jarrón roto, es consciente de que ya nunca volverá a ser el mismo. El resiliente hará un mosaico con los trozos rotos, y transformará su experiencia dolorosa en algo bello o útil. De lo vil, saca lo precioso.

Confían en sus capacidades. Al ser conscientes de sus potencialidades y limitaciones, las personas resilientes confían en lo que son capaces de hacer. Si algo les caracteriza es que no pierden de vista sus objetivos y se sienten seguras de lo que pueden lograr. No obstante, también reconocen la importancia del trabajo en equipo y no se encierran en sí mismas, sino que saben cuándo es necesario pedir ayuda.

Asumen las dificultades como una oportunidad para aprender. A lo largo de la vida enfrentamos muchas situaciones dolorosas que nos desmotivan, pero las personas con un alto nivel de resiliencia son capaces de ver más allá de esos momentos y no desfallecen. Estas personas asumen las crisis como una la conciencia plena. Aún sin ser conscientes de esta práctica milenaria, las personas resilientes tienen el hábito de estar plenamente presentes, de vivir en el aquí y ahora y de tener una gran capacidad de aceptación. Para estas personas el pasado forma parte del ayer y no es una fuente de culpabilidad y zozobra mientras que el futuro no les aturde con su cuota de incertidumbre y preocupaciones. Son capaces de aceptar las experiencias tal y como se

presentan e intentan sacarles el mayor provecho. Disfrutan de los pequeños detalles y no han perdido su capacidad para asombrarse ante la vida.

Ven la vida con objetividad, pero siempre a través de un prisma optimista. Las personas resilientes son muy objetivas, saben cuáles son sus potencialidades, los recursos que tienen a su alcance y sus metas, pero eso no implica que no sean optimistas. Al ser conscientes de que nada es completamente positivo ni negativo, se esfuerzan por centrarse en los aspectos positivos y disfrutan de los retos. Estas personas desarrollan un optimismo realista, también llamado optimismo, y están convencidas de que por muy oscura que se presente su jornada, el día siguiente puede ser mejor.

Se rodean de personas que tienen una actitud positiva. Las personas que practican la resiliencia saben cultivar sus amistades, por lo que generalmente se rodean de personas que mantienen una actitud positiva ante la vida y evitan a aquellos que se comportan como vampiros emocionales. De esta forma, logran crear una sólida red de apoyo que les puede sostener en los momentos más difíciles.

No intentan controlar las situaciones, sino sus emociones. Una de las principales fuentes de tensiones y estrés es el deseo de querer controlar todos los aspectos de nuestra vida. Por eso, cuando algo se nos escapa de entre las manos, nos sentimos culpables e inseguros. Sin embargo, las personas con capacidad de resiliencia saben que es imposible controlar todas las situaciones, han aprendido a lidiar con la incertidumbre y se sienten cómodos aunque no tengan el control. Se centran en cambiar sus emociones, cuando no pueden cambiar la realidad.

Son flexibles ante los cambios. A pesar de que las personas resilientes tienen una autoimagen muy clara y saben perfectamente qué quieren lograr, también tienen la suficiente flexibilidad como para adaptar sus planes y cambiar sus metas cuando es necesario. Estas personas no se cierran al cambio y siempre están dispuestas a valorar diferentes alternativas, sin aferrarse obsesivamente a sus planes iniciales o a una única solución.

Son tenaces en sus propósitos. El hecho de que los resilientes sean flexibles no implica que renuncien a sus metas, al contrario, si algo las distingue es su perseverancia y su capacidad de lucha. La diferencia estriba en que no luchan contra molinos de viento, sino que aprovechan el sentido de la corriente y fluyen con ella. Estas personas tienen una motivación intrínseca que les ayuda a mantenerse firmes y luchar por lo que se proponen.

Afrontan la adversidad con humor. Una de las características esenciales de las personas resilientes es su sentido del humor, son capaces de reírse de la adversidad y sacar una broma de sus desdichas. La risa es su mejor aliada

	<p>porque les ayuda a mantenerse optimistas y, sobre todo, les permite enfocarse en los aspectos positivos de las situaciones.</p> <p>Buscan la ayuda de los demás y el apoyo social. Cuando las personas resilientes pasan por un suceso potencialmente traumático su primer objetivo es superarlo, para ello, son conscientes de la importancia del apoyo social y no dudan en buscar ayuda profesional cuando lo necesitan.</p> <p>Después de la charla sobre la resiliencia los participantes deberán escribir en una hoja alguna situación su vida en donde consideran fueron personas que enfrentaron la adversidad en forma de aprendizaje. (Becoña, 2006)</p>
Retroalimentación:	<p>¿Qué entendieron sobre resiliencia?</p> <p>¿Cómo implementarían la resiliencia en sus vidas de acuerdo con la situación actual que atraviesa la humanidad?</p>
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	LA OVEJA RESILIENTE
Objetivo:	Reflexionar sobre la resiliencia en los seres humanos a partir del cuento de la oveja resiliente
Tiempo:	20 min
Recursos:	Video
Procedimiento:	<p>Se presentará el siguiente video a los participantes:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=bF4_Xm6RIQQ</p> <p>Los participantes deberán hacer una reflexión sobre el video y socializarla con sus compañeros.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Qué reflexión les deja el video?</p> <p>¿Creen que cuentan con capacidades para ser resilientes?</p>
4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER	
<p>¿Qué aprendizaje les dejó el taller?</p> <p>¿Cómo creen que pueden fortalecer la resiliencia?</p>	

5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS

Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)

Terapia de juego: es un tipo de terapia que ayuda a los niños y adolescentes a expresarse, a explorar sus pensamientos y sentimientos, y a dar sentido a sus experiencias de vida. El juego es una actividad natural del aprendizaje, ayuda a la exploración y la comunicación, por lo que este medio se considera altamente eficaz para ayudar a la población a expresar con el juego lo que les puede resultar difícil decir con palabra.

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

6. REFERENTE TEÓRICO

RESILIENCIA: El punto de inferencia de la resiliencia lo encontramos en algunas investigaciones que demostraban que los niños, a pesar de vivir en ambientes vulnerables, conseguían mantener unos niveles de adaptación óptimos, sin desarrollar problemas psicológicos, en contra de las predicciones (Grotberg, 1999; Masten, 2001; Werner y Smith, 1982).

Algunos autores clásicos iniciaron veladamente un importante recorrido sobre los aspectos positivos de la conducta humana. Jugaron un papel preponderante los humanistas como Carl Rogers con el funcionamiento pleno de las personas y Abraham Maslow con sus estudios sobre las personas sanas y el concepto de autorrealización, así como Aaron Antonovsky con la orientación salugénica o Michael Argyle con la psicología de la felicidad. Pero la Psicología Positiva como corriente psicológica se constituye como tal a partir de una conferencia de Martin Seligman en la sesión inaugural de la American Psychological Associations (APA) en el año 1998 (Mariñelarena, 2012). Según Seligman (2011), la Psicología Positiva gira alrededor del bienestar psicológico a través de cinco elementos: las emociones positivas, el compromiso, los vínculos positivos, el logro y el significado. Posiblemente la juventud del enfoque, junto con la

escasez de estudios, conlleva un desarrollo más lento de muchos de los conceptos que utilizan en sus modelos y teorías.

Ese es el caso de la resiliencia, que a pesar de su gran protagonismo en los últimos años, sigue siendo un constructo de difícil definición aunque su esencia es bastante clara como veremos posteriormente. El término surge de la física en relación con la resistencia de los materiales así como con la capacidad de recuperación de los mismos al ser sometidos a diferentes presiones y fuerzas. Según Earvolino (2007) este concepto se utiliza en diversas ciencias y materias como la ecología, la microbiología, la regeneración celular, el procesamiento de materiales, la economía y el marketing corporativo, entre otras. En las ciencias sociales los primeros trabajos sobre resiliencia se centraron fundamentalmente en los niños y adolescentes y posteriormente fueron estudiándose otras etapas del periodo evolutivo. En general el objeto de estudio fue la desadaptación comportamental en población infantil vulnerable, comprobando que a mayor factor de riesgo asumido, menor resiliencia observada (Garmezy, 1991; Luthar, 1991; Masten, Best y Garmenzi, 1990; Rutter, 1985).

Uno de los estudios más representativos, que podríamos considerar precursor del concepto, fue el elaborado por Werner y Smith (1982) partiendo de la hipótesis de que los niños que viven en situaciones desfavorables tendrán más probabilidades de padecer problemas de aprendizaje, delincuencia, consumo de drogas, problemas de adaptación y padecer enfermedades, tanto físicas como mentales. Pudieron observar que un porcentaje amplio de la muestra estudiada, en concreto más del 55% mostró una alta capacidad de adaptación, sin presentar problemas de aprendizaje comportamiento ni enfermedades físicas o mentales. En el seguimiento del estudio a lo largo de unos 30 años, se comprobó que estas capacidades se mantenían en el tiempo. Los autores concluyeron que la variable responsable de estas capacidades es la resiliencia. En la actualidad consideramos que el concepto de resiliencia sigue siendo un constructo ambiguo (Pinto, 2014), que necesita una mayor clarificación, sobre todo, en cuestiones referidas a su configuración teórica. Para poder llevarlo a la práctica en condiciones óptimas, necesitamos contar con un modelo que permita mejorar los resultados de las poblaciones vulnerables y de la población general en relación con la salud. En este trabajo se pretende profundizar en la configuración de la resiliencia psicosocial, estudiando las variables que empíricamente se relacionan con ella, con el objetivo de aproximarnos a una construcción más clara que permita su aplicabilidad en futuras investigaciones en el ámbito de la salud.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.redalyc.org/pdf/839/83943611006.pdf>

<https://www.psicologiamadrid.es/blog/articulos/psicologia-y-coronavirus/desarrollar-la-resiliencia-frente-al-covid-19-y-el-encierro-en-casa>

<https://www.elpradopsicologos.es/blog/resiliencia-resilientes/>

8. ANEXOS

- 1 ¿QUÉ SUPERPODER TENDRÍAS?
- 2 ¿CUÁL SERÍA UN BUEN TÍTULO PARA TU AUTOBIOGRAFÍA?
- 3 ¿CON QUÉ PERSONAJE DE FICCIÓN TE IDENTIFICAS MÁS?
- 4 ¿QUÉ CANCIÓN SERVIRÍA PARA RESUMIR TU PERSONALIDAD? ¿POR QUÉ?
- 5 ¿CUÁL ES EL RECUERDO DE TU INFANCIA QUE TIENES MÁS VIVO?
- 6 SI PUDIERAS CENAR CON CUALQUIER PERSONAJE HISTÓRICO, ¿A QUIEN ELEGIRÍAS?
- 7 ¿SI FUESES UN ANIMAL, CUÁL SERÍAS? ¿POR QUÉ?
- 8 ¿EN QUÉ ÉPOCA TE HUBIERA GUSTADO VIVIR?
- 9 ¿CUÁL HA SIDO EL SUEÑO MÁS EXTRAÑO QUE HAS TENIDO NUNCA?
- 10 ¿QUÉ CANCIÓN ODIAS PERO SIN EMBARGO TE SABES DE MEMORIA?



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

COMUNICACIÓN ASERTIVA

PRE INFORME N. 2 OTROS

(¿ESTAS ESCUCHANDO?)

Fecha:	ABRIL 2020	Duración sesión:	1 hora y 30 min
Objetivo General Terapéutico:	Fortalecer habilidades para mejorar la comunicación entre estudiantes y maestros y mejorar su forma de relacionarse mediante el trabajo grupal		
Sistema Psicosocial:	Profesores y directivos del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)			
Presentación y Bienvenida	El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas: Escuchar al otro		

FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

ASERTIVIDAD

PRE INFORME N. 1 OTROS

(APRENDO A COMUNICARME ASERTIVAMENTE)

Fecha:	Marzo 2020	Duración sesión:	1 hora con 30 minutos
Objetivo General Terapéutico:	Aprender a mediar diferencias de manera asertiva con el fin de mejorar las relaciones entre la comunidad educativa a través del trabajo en grupo		
Sistema Psicosocial:	Profesores y directivos del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		

DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)

Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Escuchar al otro Tomar decisiones en grupo Establecer un objetivo común Respetar la palabra del otro Darle un sentido al grupo (nombre especial) Prohibido el uso del celular durante el taller <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p>
---------------------------	--

	A continuación, se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.
1. Actividad Rompe Hielo	
Nombre de la actividad:	PUNTO DE PARTIDA
Objetivo:	Conocer las expectativas de los participantes del taller sobre lo que desean conocer a partir de sus necesidades y ajustar futuras dinámicas.
Tiempo:	20 min
Recursos:	Hoja, esfero
Procedimiento:	<p>Se explicará a los participantes que esta dinámica consiste en rellenar un breve cuestionario con preguntas para darse a conocer ante el grupo. En el formulario se expondrán las ideas de los profesores sobre el grupo, su participación en él y las expectativas que tiene sobre este proceso y el proceso que se lleva a cabo con los estudiantes. Las respuestas se pondrán en común al final de la dinámica.</p> <p>Se repartirá la hoja a cada miembro del grupo.</p> <p>Se indicará a los participantes que deben llenar la hoja con sus inquietudes, expectativas y sugerencias en 10-minutos de manera individual.</p> <p>Una vez relleno se pondrán en común las respuestas, la terapeuta ira apuntando las respuestas en el tablero para simplificar la conclusión.</p> <p>Se concluirá qué temas se van a tratar a lo largo del proceso.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo se sintieron al ser tenidos en cuenta para elaborar un mejor proceso?</p> <p>Si pudiera describir la actividad con una emoción ¿Cuál sería?</p>
2. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	¿QUÉ PASO AQUÍ?
Objetivo:	Fomentar la comunicación asertiva y la reflexión trabajando en grupo con el fin de aplicar este tipo de comunicación en las relaciones interpersonales
Tiempo:	40 min
Recursos:	Imágenes

Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad a los participantes</p> <p>La terapeuta les pide formar subgrupos en lo posible del mismo número de participantes.</p> <p>Se dará una imagen a cada subgrupo (Ver anexo 1) y les pide que, de manera individual, escriban qué sucedió antes de la foto, qué ocurre en el momento de la foto y qué pasará después.</p> <p>Cuando hayan acabado, uno a uno comparte con sus compañeros su narración. Debaten entre todos e intentan llegar a una situación común.</p> <p>Cada subgrupo elige a un compañero que exponga delante de los demás compañeros.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Podrías aplicar alguna imagen a una situación de tu vida cotidiana?</p> <p>¿Cómo te sentiste durante la actividad?</p>
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	EL DADO
Objetivo:	Conocer la situación actual del grupo respecto a sus relaciones e interacciones con el fin de mejorar y fortalecer la dinámica del mismo.
Tiempo:	30 min
Recursos:	Dado, hojas, esferos
Procedimiento:	<p>Se explicará a los participantes el procedimiento de la actividad</p> <p>Se escriben 6 preguntas sobre el estado del grupo en un papel, por ejemplo:</p> <p>¿Qué hace que el grupo se tambalee? ¿Hay algo que amenace su estabilidad?</p> <p>¿Nos comunicamos suficientemente en el grupo?</p> <p>¿Cómo solucionamos nuestros conflictos?</p> <p>¿Qué es lo que nos une como grupo?</p> <p>¿Sabemos pedir ayuda cuando estamos mal? ¿a quién recurrimos?</p> <p>¿Qué puedo aportar al grupo para una mejor relación?</p> <p>Se organizará un círculo alrededor del salón para empezar a responder las preguntas previamente planteadas.</p>

	<p>Uno de los miembros comienza tirando el dado y respondiendo a la pregunta con el número que corresponda y así sucesivamente hasta que todos los miembros hayan respondido al menos una pregunta.</p> <p>La terapeuta ira anotando las preguntas para obtener información</p> <p>Finalmente se analizan grupalmente todas las respuestas que se han dado ante una misma pregunta y se realiza un debate sobre qué se podría mejorar y cómo mejorarlo.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo se sintieron realizando la actividad?</p> <p>¿Creen que es importante crear acuerdos que sean en beneficio del grupo?</p>
4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER	
<p>Se preguntará a cada participante:</p> <p>¿Cuál crees que son los aprendizajes que te deja este taller?</p> <p>¿Consideras importante conocer acerca de la asertividad?</p> <p>¿Qué sentimientos generados durante el taller puedes describir?</p>	
5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS	
<p>Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)</p> <p>Terapia centrada en el cliente: Creada en 1950 por el psicólogo estadounidense, Carl Rogers (1902 – 1987), el enfoque centrado en la persona, en última instancia afirma que los seres humanos que tienen una tendencia innata a desarrollarse hacia su máximo potencial. Sin embargo, esta capacidad puede ser bloqueada o distorsionada por nuestras experiencias de vida, en particular las que afectan a nuestro sentido de valor. El propósito central de este enfoque es facilitar la tendencia hacia la auto-realización del cliente, la auto-realización es la creencia de que todos los seres humanos persiguen lo que es mejor para ellos. Este tipo de terapia facilita el crecimiento personal y las relaciones de un individuo, por lo que les permite explorar y utilizar sus propias fortalezas y la identidad personal. Un terapeuta centrado en la persona va a ayudar a este proceso y proporcionar un apoyo vital.</p>	
CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE	
	Tomar decisiones en grupo

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

Enfoque de empoderamiento: en el cual el sistema debe asumir el control de su vida y decida voluntariamente entrar en un proceso para el desarrollo de su potencial para llevar a cabo los objetivos del programa, creando y desarrollando competencias y potencialidades que le permitan con gestión social y participación organizar actividades en beneficio del grupo teniendo en cuenta el no asistencialismo y utilizar el enfoque sistémico terapéutico, orientado a una visión positiva del futuro que les permita transformar su realidad actual y conseguir eliminar la amenaza.

6. REFERENTE TEÓRICO

Asertividad: Desde que se comenzó a estudiar la asertividad, han surgido problemas para distinguir la habilidad social de la habilidad asertiva (Aguilar, 1995). Se han utilizado diferentes términos (por ejemplo, conducta asertiva, habilidades sociales, competencia social o autoexpresión) para hacer referencia, al parecer, a un mismo fenómeno, siendo la asertividad y la habilidad social los términos más utilizados. Al-Kubaisy y Jassim (2003) hablan del entrenamiento en habilidades sociales como sinónimo del entrenamiento asertivo, y lo proponen como parte del tratamiento para la fobia social, es decir, como tratamiento para un trastorno de ansiedad.

Desde una perspectiva psicosocial Los seres humanos, como seres de naturaleza social, se ven involucrados continuamente en relaciones interpersonales, y, como tal, se debe cuidar este aspecto fortaleciendo la forma de relación e interacción entre los mismos y asegurar un desarrollo y crecimiento personal positivo, que conducirá a un aumento de la calidad de vida. Es por esto que se necesita de la atención e intervención psicosocial que permita abordar, tomar conciencia y mejorar la capacidad de relación social. En este sentido es importante adquirir relaciones basadas en la comunicación asertiva que permita construir relaciones interpersonales satisfactorias.

Según Díaz (1999), la asertividad es una habilidad social, pero que en ocasiones, por la vaguedad de las definiciones de ambas variables, se tiende a considerarlas como sinónimos. Por su parte, Kukulu, Buldukoglu, Kulakac y Koksall (2006) hallaron que las habilidades para comunicarse aparecieron como predictoras y mediadoras de la asertividad, ya que tanto el locus de control

como el soporte de los pares predijeron indirectamente la asertividad por medio de las habilidades para comunicarse. Respecto al locus de control, se puede decir en general que la integralidad ha sido relacionada con una mayor salud psicológica, autoestima y felicidad; a su vez, la externalidad lo ha sido con tipos específicos de agresión (Österman, Björkqvist, Lagerspetz y cols., 1999) y con un mayor grado de dominancia, tolerancia, sociabilidad, habilidad para tomar riesgos, industriosisidad y resistencia a la influencia (González, 1996). La externalidad también ha sido relacionada con un mayor grado de sufrimiento, ansiedad, sintomatología neurótica y depresiva, tendencia a manifestar agresión y hostilidad, sentimientos de frustración y falta de poder, lo que origina autoritarismo, desconfianza, dogmatismo, menor habilidad para diferir la gratificación, tomar riesgos y resistir la influencia (cfr. González, 1996).

Al respecto, De Man (1988) también halló que la asertividad se relaciona con la estabilidad y se opone al neuroticismo, mientras que la agresividad lo hace con el locus de control interno y la extroversión. De acuerdo con Aguilar (1987), las personas asertivas tienden al autocontrol, es decir, tienen control sobre sí mismas y sobre sus acciones. Cuando la persona carece de autocontrol y el ambiente responde contrariamente a sus intereses, podrá reforzar su mentalidad de víctima y se creará incapaz de dirigir su destino. En una investigación con adolescentes, Harman, Hansen, Cochran y Lindsey (2005) encontraron que quienes mostraron por internet la conducta más falsa, tuvieron habilidades sociales más pobres, niveles bajos de autoestima, y altos en ansiedad social y agresión. De esta manera, se sugiere que las habilidades sociales, la autoestima y la agresión tienen una relación en la misma dirección; vinculando lo anterior con el hecho de que la asertividad es una manera de hacer frente a la ansiedad, se le supone contrapuesta a las variables antes mencionadas e íntimamente asociada a ellas. En cuanto a la agresividad, se ha observado que, al igual que la asertividad, es una forma de conducta que un individuo manifiesta para solucionar situaciones problemáticas (Martínez, 2000).

En ocasiones, cuando hace valer sus derechos, puede ser considerado como insensible a las necesidades de los demás. Choynowski (1977) define la agresividad como un rasgo de personalidad muy complejo que abarca los siguientes aspectos: agresividad física, agresividad verbal, malicia, irritabilidad, negativismo, negatividad, resentimiento, suspicacia, agresividad vicaria, autoagresión, valor físico, inconformidad y falta de autocontrol, los cuales representan estímulos nocivos para sí mismo o para otras personas. Sin embargo, Flores (1994) menciona que la mayoría de las definiciones de agresión, derivadas de diversas investigaciones, no la muestran como un rasgo de la personalidad. Aguilar (1987) define la conducta agresiva como la forma de expresión de pensamientos, emociones u opiniones que, con el fin de defender las propias necesidades o derechos, atacan, violan el derecho y faltan al respeto, la autoestima, la dignidad o la sensibilidad de otras personas. Desde esta perspectiva, defender las propias necesidades o derechos a través de la expresión de emociones u opiniones es el punto donde agresividad y asertividad convergen. Recientemente se han elaborado textos en los que se contrasta la aserción con la agresividad, y se habla de las situaciones en que tanto la conducta asertiva como la confrontación son apropiadas y efectivas (Rakos, 2006). Además, varias escalas

de asertividad tienen reactivos que se confunden con la agresión, por lo que se concluye que la validez discriminante de estas escalas con la agresión es cuestionable (Flores, 1994).

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.deportesrecreativos.com/dinamicas-y-juegos-rompehielos/>

<https://definicion.de/relaciones/>

<http://platea.pntic.mec.es/~jolall1/smart/Asertividad.pdf>

<https://www.psicoactiva.com/blog/la-terapia-centrada-en-el-cliente/>

<https://www.significados.com/reflexion/>

8. ANEXOS

ANEXO 1





	<p>Establecer un objetivo común</p> <p>Respetar la palabra del otro</p> <p>Darle un sentido al grupo (nombre especial)</p> <p>Prohibido el uso del celular durante el taller</p> <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>
--	--

1. Actividad Rompe Hielo

Nombre de la actividad:	TELEFONO ROTO
Objetivo:	Determinar qué uso le da cada una de las participantes a las diferentes formas de comunicación a través de una actividad lúdica.
Tiempo:	15 MIN
Recursos:	Frases

Procedimiento:	<p>Se explicará a las participantes en que consiste la actividad</p> <p>Se organizará el grupo en mesa redonda.</p> <p>Se dará una frase algún participante de manera aleatoria y la frase se tendrá que ir rotando por todo el grupo hasta que llegue a la última participante.</p> <p>A la persona que esté en la cola le corresponderá decir la frase y hacer una pequeña reflexión de la misma</p> <p>Se repetirá hasta concluir todas las frases</p>
Retroalimentación:	<p>Se realizará la retroalimentación sobre la importancia de la comunicación asertiva y qué aspectos positivos puede traer consigo.</p> <p>¿Cómo se puede hacer un mejor uso de la comunicación?</p> <p>¿Qué aprendizaje deja la actividad?</p>
2. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	ESCUCHA ASERTIVA
Objetivo:	Aprender acerca de la escucha activa y asertiva con el fin de integrarla en su cotidiana comunicación y mejorar aspectos negativos
Tiempo:	40 min
Recursos:	Hojas, bolígrafo
Procedimiento:	<p>Se realizará una breve introducción acerca de los qué es la escucha asertiva (Ver anexo 1)</p> <p>Se dividirá el grupo en parejas para iniciar la actividad</p> <p>Por parejas, se representa un diálogo con distintas respuestas, unas que favorecen y otras que entorpecen la comunicación. Ej.:</p> <p>Uno contará una historia relativamente importante para él. El otro escuchará, y llegado un momento, podrá realizar acciones DESFAVORABLES como estas:</p> <p>Hará chistes de todo lo que el otro dice</p> <p>Dará consejos sin que se los pida el que habla</p> <p>Dirá “ya hablaremos de eso más tarde”</p> <p>Tratará de contar una historia mejor</p>

	<p>Conversará con alguien más mientras le está hablando la otra persona</p> <p>No responderá nada</p> <p>Se pasará de gracioso diciendo una tontería tras otra</p> <p>Interrumpirá y cambiará de tema</p> <p>Le hará reproches</p> <p>Mirará a otra parte y no al que le habla</p> <p>Responderá con “por qué...” a todo lo que se le dice</p> <p>Se reirá sin venir al caso</p> <p>Se sentirá molesto y ofendido por lo que le dice la otra persona</p> <p>Le hará callar</p> <p>También podrá realizar acciones FAVORABLES como estas:</p> <p>Formula preguntas que clarifiquen la información</p> <p>Le expresa que entiende cómo se siente</p> <p>Le felicita</p> <p>Le mira a la cara y asiente con la cabeza</p> <p>Valora las cosas positivas que le dice la otra persona</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo se han sentido los que hablaban en cada situación?</p> <p>¿Cómo les gustaría que los demás nos escucharan?</p> <p>¿Cómo escuchan generalmente los demás?</p>
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	CONSTRUYENDO NUESTRO LEMA
Objetivo:	Crear el lema que será insignia de los próximos talleres que se llevaran a cabo con el fin de darle una identidad al grupo
Tiempo:	20 min

Recursos:	Hoja, bolígrafo
Procedimiento:	<p>Se explicará a los participantes el objetivo de la actividad y la dinámica</p> <p>Se dará una lluvia de ideas para que los participantes pueden tener una base para crear el lema, por ejemplo:</p> <p>Apoyo</p> <p>Acompañamiento</p> <p>Empatía</p> <p>Aceptación</p> <p>Alegría</p> <p>Amistad</p> <p>Amor</p> <p>Bondad</p> <p>Compresión</p> <p>Confianza</p> <p>Diversión</p> <p>Esperanza</p> <p>Felicidad</p> <p>Fortaleza</p> <p>Generosidad</p> <p>Gratitud</p> <p>Relajación</p> <p>Respeto</p> <p>Ternura</p> <p>Ellos podrán utilizar cualquiera de esas palabras para construir el lema</p> <p>Con los aportes de cada uno se realizará la socialización de ideas para que grupalmente se escoja el lema definitivo</p> <p>Cuando se haya construido el lema se deberá escribir en cartulina y será expuesto en el aula en los próximos talleres que se realicen</p>

Retroalimentación:	<p>¿Qué aprendizajes le ha dejado esta actividad?</p> <p>¿Por qué se sienten identificados con esa frase que escogieron previamente?</p> <p>¿Cómo relaciona la frase señalada con su vida?</p>
--------------------	--

4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER

Se preguntará a cada participante:

¿Cuál crees que son los mensajes y reflexiones que podría compartir con su entorno de este taller?

¿Consideras importante los aprendizajes sobre la escucha asertiva?

5. TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS

Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)

Terapia centrada en el cliente: Creada en 1950 por el psicólogo estadounidense, [Carl Rogers](#) (1902 – 1987), el enfoque centrado en la persona, en última instancia afirma que los seres humanos que tienen una tendencia innata a desarrollarse hacia su máximo potencial. Sin embargo, esta capacidad puede ser bloqueada o distorsionada por nuestras experiencias de vida, en particular las que afectan a nuestro sentido de valor. El propósito central de este enfoque es facilitar la tendencia hacia la auto-realización del cliente, la auto-realización es la creencia de que todos los seres humanos persiguen lo que es mejor para ellos. Este tipo de terapia facilita el crecimiento personal y las relaciones de un individuo, por lo que les permite explorar y utilizar sus propias fortalezas y la identidad personal. Un terapeuta centrado en la persona va a ayudar a este proceso y proporcionar un apoyo vital.

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

Enfoque de empoderamiento: en el cual el sistema debe asumir el control de su vida y decida voluntariamente entrar en un proceso para el desarrollo de su potencial para llevar a cabo los objetivos del programa, creando y desarrollando competencias y potencialidades que le permitan con gestión social y participación organizar actividades en beneficio del grupo teniendo en cuenta el no asistencialismo y utilizar el enfoque sistémico terapéutico, orientado a una visión positiva del futuro que les permita transformar su realidad actual y conseguir eliminar la amenaza.

6. REFERENTE TEÓRICO

Asertividad: la asertividad es una habilidad social que consiste en conocer los propios derechos y defenderlos, respetando a los demás; tiene como premisa fundamental que toda persona posee derechos básicos o derechos asertivos. Como estrategia y estilo de comunicación, la asertividad se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas polares: la pasividad, que consiste en permitir que terceros decidan por nosotros, o que pasen por alto nuestros derechos; y por otro lado tenemos la agresividad, que se presenta cuando no somos capaces de ser objetivos y respetar las ideas de los demás.

La asertividad fue descrita inicialmente en 1949 como “un rasgo de personalidad”, se pensó que algunas personas la poseían y otras no; más tarde otro experto en 1958 entendía la asertividad como “la expresión adecuada, hacia otra persona, de cualquier emoción que no sea respuesta de ansiedad” y en 1966 otro autor la definió como la “expresión de los derechos y sentimientos personales”. Por su parte, otros en 2003 consideraron que la asertividad es la conducta que permite a una persona actuar para implantar su propio interés, defenderse a sí mismo sin ansiedad y expresar sus derechos, sin destruir los derechos de otros. Históricamente, las definiciones de la asertividad siguen manteniendo los mismos principios, según otro investigador en 1999 “asertividad significa defender y hablar por uno mismo sin lesionar los derechos de los demás”, mientras que para otro autor en 2010 mantiene una definición clásica en donde la asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

Finalmente resalta analizar la asertividad donde su mensaje básico es: “esto es lo que pienso, esto es lo que yo siento, ésta es la forma en la que yo veo la situación” y se dice sin dominar, humillar o degradar al otro individuo. En este sentido, se podrían retomar tres elementos generales de las definiciones: uno, es que el individuo tiene derecho de expresarse; dos, es necesario también el respeto hacia el otro individuo y tres, es deseable que las consecuencias del comportamiento sean satisfactorias para ambos miembros de la interacción. Ser un profesional asertivo permitirá obtener beneficios tanto en el área personal, aumentando su autoestima, su seguridad personal, su autoimagen y su autoconcepto, como en el área laboral, disminuyendo el número de situaciones estresantes e incrementando la eficacia, calidad y competencia de los cuidados y servicios que se prestan. (Sánchez, 2000).

Esto debe ir de la mano con la comunicación la cual es la acción consciente de intercambiar información entre dos o más participantes con el fin de transmitir o recibir información u opiniones distintas. Los pasos básicos de la comunicación son la formación de una intención de comunicar, la composición del mensaje, la codificación del mensaje, la transmisión de la señal, la recepción de la señal, la decodificación del mensaje y finalmente, la interpretación del mensaje por parte de un receptor.

Es importante trabajar en equipo y lograr un esfuerzo integrado de un conjunto de personas para la realización de un proyecto. Trabajar en equipo implica la coordinación de 2 a más personas orientadas para el alcance de objetivos comunes. Cada miembro debe aportar para la realización de una parte del trabajo.

La denominación trabajo en equipo surgió después de la Primera Guerra Mundial. Hoy en día, es una forma de trabajo eficiente que entrega varios puntos de vista y que sirven para resolver más eficientemente conflictos que surgen en el ámbito económico, político y social.

Dentro del asertividad se habla de varios tipos de comunicación como la comunicación agresiva y pasiva:

Comunicación agresiva: Se emplea una comunicación agresiva cuando intentamos exigir nuestros derechos, expresar nuestros sentimientos y satisfacer nuestras necesidades; sin tener en cuenta los derechos, sentimientos y necesidades de la persona que nos está escuchando.

Por lo tanto, comunicarse de manera agresiva no solo es insultar y descalificar al otro, también lo es, hablar con un volumen de voz muy alto; dar órdenes o hacer críticas destructivas, por ejemplo. Es una de las formas de expresar la violencia; que se manifiesta con el lenguaje verbal, pero también con el no verbal.

Comunicación pasiva: Dentro de la comunicación, existen tres modelos: asertivo, agresivo y pasivo. Mientras en el primero, la persona traslada sus necesidades, sentimientos e ideas, siendo respetuoso con los demás. En el estilo agresivo, busca anteponer a toda costa su perspectiva personal frente al resto. Por último, en la comunicación pasiva, el emisor no comparte sus opiniones para evitar conflictos y enfrentamientos.

La comunicación pasiva “es la que está relacionada con, las personas que no expresan sus necesidades, ni sus posturas ni sus opiniones, y que, normalmente, están de acuerdo con los otros, aunque vayan en contra de sus propias creencias”.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://www.deportesrecreativos.com/dinamicas-y-juegos-rompehielos/>

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>

<http://platea.pntic.mec.es/~jolall1/smart/Asertividad.pdf>

<https://www.psicologia-online.com/comunicacion-assertiva-ejemplos-y-tecnicas-4213.html>

<https://www.psicologoencasa.es/la-comunicacion-agresiva/>

<http://www.escuelamanagement.eu/desarrollo-personal/comunicacion-pasiva-supera-miedo-decir-no>

<https://definicion.mx/participacion/>

8. ANEXOS

ANEXO 1

(Practicamos la escucha activa)

El truco de un buen conversador no es ser interesante (saber hablar), sino estar interesado (saber escuchar). Decimos que una persona realiza una buena escucha activa cuando es capaz de prestar atención de una forma intencionada, dando claras muestras de comprensión y generando empatía (esto es, sabiendo ponerse en el lugar del otro).

¿Cómo hacer una buena escucha activa?

1. Presta toda tu atención a la persona que habla, y dale claras muestras de ello: mírale frecuentemente a los ojos, asiente mediante gestos y expresiones verbales.
2. Repite los puntos clave de aquello que te cuente y que parezca tener importancia para él, para darle a entender que le vas comprendiendo.
3. No lo interrumpas salvo para mostrar que atiendes y para pedir aclaración si no entiendes.

Existen factores que pueden interferir en nuestra capacidad de escucha:

- Hábitos no verbales: desviar la mirada, movernos demasiado o muy poco, apoyar la cabeza en las manos, descuidar nuestra postura, perder el equilibrio y la simetría del cuerpo, cubrirte demasiado tiempo el pecho o el vientre con los brazos, ocultar las manos, no respetar el espacio territorial del otro,...
- Actitudes impulsivas: hacer evaluaciones o emitir juicios críticos, dar consejos sin que te los pidan, tratar de contar nuestro caso o una historia mejor que la que nos cuentan, preguntar selectivamente curioseando, disparar porqués, interpretar retorcidamente las intenciones del otro,...



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

VISIBILIZAR EL RIESGO

TALLER EDUCATIVO

EMPATIA

PRE INFORME N. 4 OTROS

(TRABAJANDO MI PROPIA EMPATIA)

Fecha:	ABRIL 2020	Duración sesión:	1 H 30 MIN
Objetivo General Terapéutico:	Potencializar el trabajo en grupo desde la empatía y la comunicación asertiva entre los miembros de la comunidad educativa		
Sistema Psicosocial:	Profesores y directivos del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)			
Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dará una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentará, la persona a cargo dará a conocer las siguientes reglas:</p> <p>Escuchar al otro</p> <p>Tomar decisiones en grupo</p> <p>Establecer un objetivo común</p>		

	<p>Respetar la palabra del otro</p> <p>Darle un sentido al grupo (nombre especial)</p> <p>Prohibido el uso del celular durante el taller</p> <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procederá a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>
1. Actividad Rompe Hielo	
Nombre de la actividad:	PASAMOS EL GLOBO
Objetivo:	Dinamizar el grupo por medio de una actividad grupal con el fin activar a los participantes y activar la confianza
Tiempo:	15 minutos
Recursos:	Globo
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad a los participantes</p> <p>El grupo deberá formar un círculo alrededor del aula</p> <p>Se deberá ir rotando el globo a los participantes de la siguiente forma:</p> <p>La persona que empieza en juego habrá de pasar el globo a la persona que este a su lado diciendo su nombre y una parte del cuerpo, ej.</p> <p>JUAN CON EL HOMBRO</p> <p>La siguiente persona deberá realizar lo que le indican en el paso anterior, y pasar el globo con la parte del cuerpo que le indicaron</p> <p>Así sucesivamente rotará el globo por todos los participantes hasta que sea necesario detener el juego</p>

Retroalimentación:	¿Cuál creen que es la importancia de trabajar en grupo?
3. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	EL OVILLO
Objetivo:	Reconocer los niveles de autoestima de los participantes con el fin de dar inicio al trabajo de la empatía consigo mismo y poderla replicar al grupo
Tiempo:	30 min
Recursos:	Lana
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica de la actividad a los participantes:</p> <p>Se sienta todo el grupo formando un círculo.</p> <p>El tutor/a comienza lanzando el ovillo a alguien sin soltar la punta.</p> <p>Al tiempo que le lanza el ovillo, dice algo positivo que valore de la persona a quien se lo lanza y el por qué cree que es una cualidad de su compañero.</p> <p>Quien recibe el ovillo agarra el hilo y, diciendo también algo que valore o le guste de otro compañero/a, se lo lanza.</p> <p>Se vuelve a repetir la actividad pero ahora diciendo algo que le guste de sí mismo y que a los demás no les agrada mucho.</p> <p>Y así sucesivamente, siempre sin soltar el hilo, para que se vaya formando una telaraña.</p> <p>Se realiza la retroalimentación de la actividad</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo te has sentido durante la actividad?</p> <p>¿Por qué crees que a los demás no les agrada esa cualidad que ves a ti?</p> <p>¿Cómo has recibido las valoraciones?</p> <p>¿Se reconocen dentro de esas cualidades que reconocen los demás?</p>
3. Actividad de Cierre	
Nombre de la actividad:	AUTO RETRATO

Objetivo:	Favorecer el conocimiento más profundo en el grupo y promover la cohesión grupal con el objetivo de evitar la violencia verbal entre los compañeros a través del autoconocimiento.
Tiempo:	40 min
Recursos:	Revistas, fotografías, hoja en blanco, pegante
Procedimiento:	<p>Se explicará a los integrantes del grupo como se llevará a cabo la actividad:</p> <p>Se entregarán al grupo imágenes, postales, recortes de revistas para que tengan variedad para escoger.</p> <p>Las fotografías deben ser sugerentes, atractivas, simbólicas, que permitan la identificación, la proyección y la expresión de pensamientos, sentimientos, valores, emociones. Las imágenes también podrán ser figurativas (rostros, situaciones, paisajes, objetos, animales...)</p> <p>Se invitará a que cada miembro del grupo elija las que expresen algún aspecto de su persona.</p> <p>Deberá pegarlas en una hoja en blanco realizando un tipo de collage</p> <p>Al finalizar podrá mostrará a los compañeros/as y explicará el motivo de su elección.</p> <p>Los demás sólo pueden hacer preguntas de aclaración, excluyendo cualquier clase de objeción, crítica o divergencia.</p>
Retroalimentación:	<p>¿Cómo se sintieron al hablar de sí mismos al grupo?</p> <p>¿Consideran que los demás conocían esos aspectos de ustedes?</p>
4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER	
<p>¿Consideran importante trabajar la empatía propia para poder replicarla a los demás?</p> <p>¿Qué creen que es la empatía y como se puede trabajar?</p>	
5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS	

Técnica Gestalt: La Terapia Gestalt toma en cuenta el campo bio-psico-social en su totalidad, incluyendo como parte básica la interacción organismo-ambiente”, “de esta forma esta Terapia utiliza variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales. Ninguna dimensión relevante se excluye de la teoría básica del enfoque gestáltico” Santacruz (2013)

Terapia centrada en el cliente: Creada en 1950 por el psicólogo estadounidense, [Carl Rogers](#) (1902 – 1987), el enfoque centrado en la persona, en última instancia afirma que los seres humanos que tienen una tendencia innata a desarrollarse hacia su máximo potencial. Sin embargo, esta capacidad puede ser bloqueada o distorsionada por nuestras experiencias de vida, en particular las que afectan a nuestro sentido de valor. El propósito central de este enfoque es facilitar la tendencia hacia la auto-realización del cliente, la auto-realización es la creencia de que todos los seres humanos persiguen lo que es mejor para ellos. Este tipo de terapia facilita el crecimiento personal y las relaciones de un individuo, por lo que les permite explorar y utilizar sus propias fortalezas y la identidad personal. Un terapeuta centrado en la persona va a ayudar a este proceso y proporcionar un apoyo vital.

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque participativo y constructivista: En el cual su base metodológica será la IAP, por lo que genera espacios de reflexión facilitando así el aprendizaje colectivo contando con la participación y el análisis crítico de todos sus integrantes. también utilizando enfoque constructivista con el cual se pretende forjar y transformar a partir del lenguaje, la comunicación, las experiencias humanas, consiguiendo restituir los derechos que se han vulnerado y concientizar de la importancia de trabajar para mantenerlos y ponerlos en práctica junto con los deberes ciudadanos que se deben tener en cuenta.

Enfoque contextual: Se busca el reconocimiento e identificación del contexto en donde se encuentra el sistema psicosocial, es de gran importancia para el proceso de transformación que se llevan a cabo.

Enfoque de empoderamiento: en el cual el sistema debe asumir el control de su vida y decida voluntariamente entrar en un proceso para el desarrollo de su potencial para llevar a cabo los objetivos del programa, creando y desarrollando competencias y potencialidades que le permitan con gestión social y participación organizar actividades en beneficio del grupo teniendo en cuenta el no asistencialismo y utilizar el enfoque sistémico terapéutico, orientado a una visión positiva del futuro que les permita transformar su realidad actual y conseguir eliminar la amenaza.

6. REFERENTE TEÓRICO

EMPATIA: Al realizar una primera aproximación, se podría decir que la empatía es la capacidad de comprender los sentimientos y emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar. Es una habilidad indispensable para los seres humanos, teniendo en cuenta que toda nuestra vida transcurre en contextos sociales complejos. Esta naturaleza social hace que el reconocimiento y la comprensión de los estados mentales de los demás, así como la capacidad de compartir esos estados mentales y responder a ellos de modo adecuado, sean tanto o más

importantes que la capacidad de comprender y responder adecuadamente a los contextos naturales no sociales.

La empatía desde un análisis psicosocial es ponerse en el lugar de la otra persona, ser capaz de entenderla, de tratar de comprender qué pasa por su mente, cómo y por qué se siente así. Pero es una visión no desde nuestra perspectiva, sino intentando pensar cómo piensa el otro, con sus creencias, sus valores, crianza, etc... A veces confundimos la empatía con otro concepto que no es lo mismo, pero es una parte fundamental para que se produzca la empatía, el manejo de las emociones.

Se refiere a reconocer la tristeza, la alegría, el miedo, el enfado. Hay personas que son capaces de identificar rápidamente el estado emocional en el que se encuentra otra persona y hay otras que no consiguen identificarlo y esto dificulta aún más el reconocimiento de las emociones o sentimientos en las demás personas y por ende lograr algún tipo de empatía con el otro.

El término empatía es la traducción del inglés empathy, que a su vez fue traducido del alemán *emfühlung* por Titchener (1909). El término *emfühlung*, que significa sentirse dentro de algo o alguien, comenzó a utilizarse en el campo de la Estética alemana de fines del siglo XIX y fue traducido al inglés empathy para ser utilizado en el campo de la psicología experimental de EE.UU en los comienzos del siglo XX (Wispé, 1987). Aunque los psicólogos suelen atribuir a Lipps la primera conceptualización de la empatía, sería más apropiado decir que él fue quien tomó el concepto de la Estética, lo organizó y desarrolló en el campo de la psicología (Wispé, 1987).

De acuerdo con esta Al intentar describir coloquialmente la empatía suele recurrirse a frases como “ponerse en el lugar/ en los zapatos de los demás”, buscando una metáfora para la idea de comprender o sentir lo que el otro siente en determinada situación. Desde el ámbito científico no existe una definición unívoca de empatía. Se trata más bien de un campo conceptual en construcción y discusión, en el que recientemente se han realizado algunos intentos de integración. Al realizar una primera aproximación, se podría decir que la empatía es la capacidad de comprender los sentimientos y emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar. Es una habilidad indispensable para los seres humanos, teniendo en cuenta que toda nuestra vida transcurre en contextos sociales complejos. Esta naturaleza social hace que el reconocimiento y la comprensión de los estados mentales de los demás, así como la capacidad de compartir esos estados mentales y responder a ellos de modo adecuado, sean tanto o más importantes que la capacidad de comprender y responder adecuadamente a los contextos naturales no sociales.

El término empatía es la traducción del inglés empathy, que a su vez fue traducido del alemán *einführung* por Titchener (1909). De acuerdo con esta concepción original, ligada a los desarrollos del autor sobre la experiencia estética (Lipps, 1903), la empatía es la tendencia natural a sentirse dentro de lo que se percibe o imagina, tendencia que permite, en primer lugar, reconocer la existencia de otro (Wispe, 1987). Para Lipps, la imitación, que tiene lugar en distintos niveles, constituye el proceso básico que da lugar a la autoconciencia en la experiencia, y a la conciencia del objeto. La empatía es, así, la unión entre un sujeto y un objeto artístico, la participación de dos sujetos en la misma experiencia por medio de sus acciones (Morgade Salgado, 2000).

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://misdinamicas.com/dinamicas/calentamiento/dinamicas-rompehielos/>

<https://dinamicasgrupales.com.ar/tag/empatia/>

<http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v32n1/v32n1a04.pdf>

8. ANEXOS

FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES

GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A LA VIOLENCIA DE GENERO

Tema: Sentido de vida

Modalidad del Grupo: Terapéutico

Pre informe # 1

Circulo de dialogo

PRE INFORME N. 1 CONTEXTO COMPLEJO

(NOMBRE DEL TALLER)

Fecha:	Mayo 2020	Duración sesión:	2 h
Objetivo General Terapéutico:	Conocer las valoraciones personales sobre su existencia por medio de la logoterapia		
Sistema Psicosocial:	Padres de familia de los estudiantes del instituto comercial Loreto		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		

DESARROLLO DEL TALLER (tipo de taller)

Presentación y Bienvenida	<p>Saludo y bienvenida:</p> <p>Tema: Empatía y Rapport</p> <p>Tiempo: 10 minutos</p> <p>Se preguntará a cada participante como se han sentido durante la semana con alguna emoción.</p>
---------------------------	---

1. Actividad Rompe Hielo

Nombre de la actividad:	Grupo de apoyo y expresión
Objetivo:	Conocer las valoraciones personales sobre su existencia por medio de la logoterapia
Tiempo:	40 minutos
Recursos:	Letras, definiciones
Procedimiento:	<p>Se explicará la dinámica a trabajar y el desarrollo del círculo de diálogo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se organizan el grupo con los integrantes del círculo que en este caso serán los padres de familia. 2. Se llevará a cabo la introducción del círculo con el lema representativo de los círculos de dialogo. 3. Se explicará la dinámica de la primera actividad y la temática que será en sentido de vida. 4. A continuación se entrega una lista con las palabras: <ul style="list-style-type: none"> • RESILIENCIA • HUMOR • CREATIVIDAD • INICIATIVA • AUTOESTIMA • AUTONOMIA • VALORES • RESPETO • COMPAÑERISMO • TOLERANCIA • EMPODERAMIENTO

	<p>5. Se entrega un conjunto de letras para que ellos en el menor tiempo posible armen las palabras, expliquen el significado de cada una y cuenten como lograron trabajar en equipo para armar rápidamente las palabras.</p>
Retroalimentación:	<p>Se realizará una contextualización a los participantes acerca del significado de cada término que pudieron encontrar y armar luego de que ellos hayan dado su aporte.</p> <p>Y se realizara una reflexión acerca del trabajo en equipo.</p>
2. Actividad Inicial	
Nombre de la actividad:	Las cosas no son exactamente como piensas.
Objetivo:	Fortalecer los vínculos y relaciones por medio de la expresión de sentimientos y situaciones en común
Tiempo:	30 min
Recursos:	Cuento
Procedimiento:	<p>Se socializará un cuento sobre el sentido de vida:</p> <p>Una muchacha estaba aguardando su vuelo en una sala de espera de un gran aeropuerto. Como debía esperar por muchas horas, decidió comprar un libro para matar el tiempo. También compro un paquete de galletas. Se sentó en un asiento en la sala VIP del aeropuerto para poder descansar y leer en paz.</p> <p>Al lado del asiento donde estaba la bolsa de galletas se sentó un hombre que abrió una revista y comenzó a leer. Cuando ella tomo la primera galleta, el hombre también tomo una. Ella se sintió indignada, pero no dijo nada. Apenas pensó: “pero, que descarado, si yo estuviese más dispuesta la daría un golpe en el ojo para que nunca más se le olvide”. Cada vez que ella tomaba una galleta, el hombre también tomaba una.</p> <p>Aquello la dejaba tan indignada que no conseguía reaccionar. Cuando quedaba apenas una galleta, pensó: “ah... ¿qué será lo que este abusador va a hacer ahora?”.</p>

	<p>Entonces el hombre dividió la última galleta por la mitad, dejando la otra mitad para ella.</p> <p>¡¡¡Ah!!! ¡Aquello era demasiado! ¡Se puso a bufar de la rabia!</p> <p>Entonces cerró su libro y sus cosas y se dirigió al sitio de embarque. Cuando se sentó, confortablemente, en su asiento, ya en el interior del avión, miro dentro de la bolsa y para su sorpresa su paquete de galletas estaba allí... todavía intacto, ¡¡cerradito!!</p> <p>Sintió tanta vergüenza. Solo entonces percibió lo equivocada que estaba, había olvidado que sus galletas estaban guardadas dentro de su bolsa.</p> <p>El hombre había compartido sus galletas sin sentirse indignado, nervioso, consternado o alterado, mientras ella quedo muy trastornada, pensando que estaba compartiendo las de ella con él. Y ya no había más tiempo para explicaciones... ni para pedir disculpas.</p> <p>¿Cuántas veces, en nuestras vidas, estamos comiendo las galletas de los demás, y no somos conscientes de ellos?</p> <p>Antes de llegar a una conclusión... ¡¡observa mejor!! Tal vez las cosas no sean exactamente como piensas, no pienses lo que no sabes acerca de las personas...</p>
Retroalimentación:	¿Qué reflexión le deja el cuento?
3. Actividad Central	
Nombre de la actividad:	
4. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN DEL TALLER	

¿Cuál cree que es su sentido de vida?

¿Qué cree que le puede quitar su sentido de vida?

5. TÉCNICAS Y ESTRATEGÍAS TERAPÉUTICAS EMPLEADAS

Logoterapia: La Logoterapia es un método terapéutico que se gesta en la experiencia personal de su fundador y que recoge también un rico pensamiento filosófico. En efecto, es innegable que las experiencias en los campos de concentración marcan profundamente a este pensador, no solo a nivel personal sino también en el campo de lo que sería en el futuro su mejor aporte a la psicología, no obstante, hay que reconocer que en esta empresa también entraron en juego diferentes circunstancias vitales, distintas a los escenarios del holocausto Nazi. Los encuentros de Frankl con Freud, Adler, Kierkegaard y su incursión en los terrenos de la filosofía existencial, se constituyeron igualmente en sucesos importantes que encausarían a este psiquiatra en el desarrollo de su pensamiento existencial cristalizado en lo que se conoce hoy como Logoterapia.

Círculos de dialogo existencial: Los CDE tienen una orientación filosófica y psicológica en la Logoterapia; de igual forma, se tienen en cuenta para su ejecución las nociones de la terapia centrada en el cliente de Carl Rogers, en especial los conceptos de empatía, aceptación, congruencia y los reflejos. Los fundamentos antropológicos son los propuestos por Viktor Frankl.

Los CDE tienen como objetivos primarios los siguientes: Buscar una comunicación existencial significativa entre los participantes para prevenir la soledad y la depresión; favorecer la catarsis; servir de puente con otras estructuras donde se efectúe un seguimiento o asesoría más sistemática a la persona (Luna, 1999).

CONDICIONES DEL PROGRAMA SEGÚN ENFOQUE PSICOSOCIAL EMERGENTE

Enfoque de empoderamiento: Con el fin de guiar al sistema psicosocial a comenzar un proceso de rehabilitación psicosocial de manera voluntaria y autogestionada.

6. REFERENTE TEÓRICO

RESILIENCIA: La resiliencia es la capacidad de los seres humanos para adaptarse positivamente a situaciones adversas. Sin embargo, el concepto ha experimentado cambios importantes desde la década de los 60. En un principio, se interpretó como una condición innata, luego se enfocó en los factores no solo individuales, sino también familiares, comunitarios y, actualmente, culturales. Los investigadores del siglo XXI entienden la resiliencia como un proceso comunitario y cultural, que responde a tres modelos que la explican: un modelo «compensatorio», otro «de protección» y por último uno «de desafío». Asimismo, la resiliencia es la capacidad de tener éxito de modo aceptable para la sociedad, a pesar de un estrés o de una adversidad que implica normalmente un grave riesgo de resultados negativos. También se define como un proceso de competitividad donde la persona debe adaptarse positivamente a las situaciones adversas.

HUMOR: El humorismo hace uso de la comicidad para derivar en una forma de entretenimiento y de comunicación humana, que tiene la intención de hacer que la gente se sienta mejor, incluso feliz, y ría. El humor alcanza, incluso, una forma de expresión en los animales; los etólogos señalan que el humor es ante todo un rictus que aparece en los labios de los primates y se muestra cuando éstos se enfrentan a situaciones para ellos absurdas, irresolubles, inasumibles, dañosas o sencillamente incomprensibles: enseñar los dientes es una forma de desviar un impulso agresivo o de resumirlo mímicamente, un tipo de sublimación inteligente que sirve para evitar la violencia y el dolor. De ahí que enseñar los dientes o reír entre los humanos esté frecuentemente ligado a disociarse de acontecimientos que suscitan normalmente profunda inquietud y que muchas veces se asocia con la desgracia (humor negro). Incluso se habla a veces de la llamada risa nerviosa, como un acto fallido del inconsciente. Desde este punto de vista, el humor se constituye en un acto de purificación que permitiría evacuar esta violencia, nacida de la frustración y del sufrimiento.

CREATIVIDAD: La creatividad es la capacidad o habilidad del ser humano para inventar o crear cosas, que pueden ser objetos físicos, ideas, representaciones o simplemente fantasías. Se trata de la posibilidad de generar lo nuevo: nuevos conceptos, nuevas ideas o nuevas asociaciones entre ellos, lo cual conduce habitualmente a nuevas soluciones a los problemas.

INICIATIVA: La iniciativa es la cualidad que poseen algunas personas de poder por sí mismos iniciar alguna cuestión, bien sea comenzar un proyecto, o buscar soluciones a alguna problemática. Lo que se debe tener en cuenta con este término es que una de sus características principales es que la iniciativa nace de cada persona, es decir, no hay ningún factor externo que lo impulse para lograr su objetivo.

AUTOESTIMA: La autoestima es el valor que el individuo atribuye a su persona y a sus capacidades. Es una forma de pensar positivamente, una motivación para experimentar diferentes perspectivas de la vida, de enfrentar retos, de sentir y actuar que implica que nosotros nos aceptemos, respetemos, confiemos y creamos en nosotros mismos.

AUTONOMIA: Autonomía proviene del vocablo latín auto que significa “uno mismo” y nomos quiere decir “norma”, esto nos indica que la autonomía es la capacidad que tiene una persona o entidad de establecer sus propias normas y regirse por ellas a la hora de tomar decisiones. En la psicología la autonomía se describe como la capacidad que tiene un individuo de sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo. Este concepto abarca una serie de características y elementos referentes con la autogestión personal. Entre esos elementos tenemos la autoestima, la actitud positiva ante la vida, el análisis correcto de las normas sociales y la autosuficiencia.

VALORES: Los valores son principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas. Son creencias fundamentales que nos ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro. También son fuente de satisfacción y plenitud. Nos proporcionan una pauta para formular metas y propósitos, personales o colectivos. Reflejan nuestros intereses, sentimientos y convicciones más importantes.

RESPECTO: La palabra Respeto procede etimológicamente del latín respectus, que significa “acción de mirar atrás”, “consideración, atención”; sugiere entonces como una mirada atenta, tomar algo en consideración. El respeto es reconocer el derecho ajeno; es el reconocimiento, consideración, atención o deferencia, que se deben a las otras personas. Es una condición “sine qua non” para saber vivir y alcanzar la paz y la tranquilidad. El valor del respeto está basado en la ética y en la moral. Una persona cuando es respetuosa acepta y comprende las maneras de pensar y actuar distintas a las de ella, también trata con sumo cuidado todo aquello que lo rodea.

7. BIBLIOGRAFÍA

<https://logoforo.com/un-cuento-para-la-reflexion/>

<https://terapeutagestalt.org/un-cuento-sobre-el-sentido-de-la-vida/>

8. ANEXOS

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

Facultad de Terapias Psicosociales

Formato de Preinforme Individual y/o familiar

El presente es el reporte de la propuesta a realizar con el sistema psicosocial en visitas domiciliarias, intervención Individual y/o Intervención familiar. Los espacios destinados para diligenciar cada apartado pueden ser ampliados de acuerdo al criterio del Terapeuta Psicosocial.

Nombre del profesional: María Camila Siado Valencia	
Nombre (s) del Sistema Psicosocial:	
Edad: 15 años	Estado Civil / hijos (as):
Teléfono y dirección de contacto:	
Fecha: ABRIL 2020	Numero de sesión: 1

Objetivo de la sesión:

Distinguir y aprender a manejar las distintas emociones que pueden evocar determinados momentos y situaciones por medio de la inteligencia emocional
--

Desarrollo de la sesión.

Empatía y rapport: Se brindará un saludo empático al sistema psicosocial, posteriormente una inducción corta al programa de atención e intervención y se Darán a conocer las actividades previamente establecidas.

Atención e Intervención psicosocial:

Actividad 1: Brújula de las emociones

Se realizará en una hoja donde estará la rosa de los vientos un acercamiento a las Emociones y reflexionar acerca de las preguntas propuestas. (VER ANEXO)

Paso 1: Pintamos la alegría al norte y reflexionamos sobre la pregunta: ¿Qué me hace feliz? ¿Qué quiero lograr?

Paso 2: Al sur, reflejamos la respuesta y responderemos ¿Qué cambiaría de mi vida? ¿Cómo lo podría lograr?

Paso 3: Entre ambas emociones, situaremos el logro que hemos conseguido, o bien el fracaso. Se debe realizar una lectura positiva.

Paso 4: En el este, pondremos el enojo. Pensaremos qué me ataca o me hace sentir en una situación de riesgo. En el lado oeste, situamos el miedo. En este punto, reflexionaremos cuáles son nuestros miedos.

Paso 5: En el resto de los puntos, podemos situar otras emociones que estén presentes.

Paso 6: Se pedirá a sistema psicosocial pensar en los ámbitos de su vida: familia, amigos, estudio, salud, etc...

Y a partir de esto pensara en anécdotas del ámbito que ha escogido y qué emociones le evocan esos recuerdos. Pueden ser ubicados en la brújula si lo desea.

Recursos: Dibujo de la brújula, lapicero

Tiempo: 1 hora

Cierre y retroalimentación: El manejo de las emociones es una competencia emocional esencial en la vida de las personas, pero antes de buscar la forma de expresar y manejar las emociones de manera saludable es importante tomar un espacio para conocer qué es lo que está causando dicha emoción, ya que de esta forma se podrá buscar una solución a la situación que está generando esta emoción así como una forma de manejar dicha emoción de manera saludable.

A partir de esta reflexión: ¿Cuál piensas que es el manejo que le das a tus emociones? ¿Crees que el aprender a expresarlas te puede ayudar?

Técnicas y estrategias terapéuticas

Inteligencia emocional: El término “Inteligencia emocional“ se refiere a la capacidad de reconocer y manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones.

Inteligencia emocional: El término “Inteligencia emocional“ se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos; de motivarnos y de manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones.

La Inteligencia Emocional requiere no sólo tener emociones sino que además aprendamos a reconocerlas y valorarlas en nosotros mismos y en los demás, y que respondamos apropiadamente a ellas, aplicando eficazmente la información y energía de las emociones en nuestra vida diaria y en nuestro trabajo. Significa manejar los sentimientos de modo tal de expresarlos adecuadamente y con efectividad, permitiendo el trabajo en conjunto, sin roces, en busca de una meta común.

Las personas que logran desarrollar sus habilidades emocionales tienen más probabilidad de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida, y de dominar hábitos mentales que favorezcan su propia productividad. (Trujillo, 2005)

Terapia centrada en el cliente: Creada en 1950 por el psicólogo estadounidense, [Carl Rogers](#) (1902 – 1987), el enfoque centrado en la persona, en última instancia afirma que los

seres humanos que tienen una tendencia innata a desarrollarse hacia su máximo potencial. Sin embargo, esta capacidad puede ser bloqueada o distorsionada por nuestras experiencias de vida, en particular las que afectan a nuestro sentido de valor. El propósito central de este enfoque es facilitar la tendencia hacia la auto-realización del cliente, la auto-realización es la creencia de que todos los seres humanos persiguen lo que es mejor para ellos. Este tipo de terapia facilita el crecimiento personal y las relaciones de un individuo, por lo que les permite explorar y utilizar sus propias fortalezas y la identidad personal. Un terapeuta centrado en la persona va a ayudar a este proceso y proporcionar un apoyo vital.

Condiciones del Programa según Enfoque Psicosocial

Enfoque de empoderamiento: Es pertinente aplicarla a este sistema psicosocial para que se haga participe del desarrollo de sus capacidades resilientes y se empodere dentro de su propio cambio y transformación, objetivos finales de esta sesión.

Tareas y/o compromisos

Continuar con las siguientes sesiones

Recomendaciones y Anexos

Continuar con el seguimiento individual, con autorización de la institución por medio de videollamada con la estudiante (pendiente por aprobación de la coordinadora académica)

--

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

Facultad de Terapias Psicosociales

Formato de Preinforme Individual y/o familiar

El presente es el reporte de la propuesta a realizar con el sistema psicosocial en visitas domiciliarias, intervención Individual y/o Intervención familiar. Los espacios destinados para diligenciar cada apartado pueden ser ampliados de acuerdo con el criterio del Terapeuta Psicosocial.

Nombre del profesional: María Camila Siado Valencia	
Nombre (s) del Sistema Psicosocial:	
Edad:	Estado Civil / hijos (as):
Teléfono y dirección de contacto:	
Fecha: ABRIL	Numero de sesión: 1

Objetivo de la sesión:

Implementar estrategias terapéuticas para la obtención de información por medio de instrumentos de recolección de datos aplicados al sistema psicosocial.

Desarrollo de la sesión. En este espacio se consigna la propuesta detallada (Actividad, recursos, tiempo y procedimiento) de la sesión de acuerdo con el objetivo, metodología y metapropósito del programa de Atención e Intervención Psicosocial.

Empatía y rapport: Se brindará un saludo empático al sistema psicosocial, posteriormente una inducción corta al programa de atención e intervención y se darán a conocer las actividades previamente establecidas.

Atención e Intervención psicosocial:

Actividad 1: Cuento de Ratonos, dragones y seres humanos auténticos

Paso 1: se leerá al sistema psicosocial el cuento, es un cuento que explica los tres tipos de personas: agresivos (dragones), pasivos (ratones) y los seres humanos auténticos (asertivos representados en una persona).

Los ratones son animales simpáticos, pequeños, delicados, suaves... Si nadie se mete con ellos y en la vida les va bien... corretean, buscan comida, juegan entre ellos... Sin embargo, como por su pequeño tamaño no son muy fuertes, cuando se encuentran con algún problema... una tormenta, un enemigo que se aproxima, otro ratón que les disputa la comida... Entonces se muestran cobardes: se quedan callados, se esconden, huyen...

Paso 2: Se pedirá al sistema psicosocial reflexionar un momento acerca de ¿cuándo te comportaste como un ratón? ¿Recuerdas cómo te sentiste? ¿Te hubiera gustado reaccionar de otra manera?

Los dragones son otra clase de animales: grandes, muy fuertes y poderosos. A diferencia de los ratones, los dragones son altaneros y bravucones, por eso cuando tiene algún problema con otro animal, sea este grande o pequeño se enfrentan a él: dan manotazos, empujan y pisotean. Destruyen sus objetos, gritan fuertemente y usan malas palabras para dirigirse a los demás. Los dragones van por la vida abusando del resto de los animales. Y, por lo general, abusan de los más débiles e indefensos.

Paso 3: Se preguntará al sistema psicosocial si quizás, en alguna ocasión, tú te has comportado como un dragón con tus familiares, amigos o desconocidos. Recuerda una situación concreta, ¿cómo te sentiste actuando como un dragón? ¿Cómo crees que se sienten los demás cuando te comportas con ellas como un dragón?

Paso 4: Se pedirá al sistema psicosocial describir como se ha comportado en distintas situaciones, en donde debe seleccionar si se comporto como un ratón o como un dragón.

(Ver anexo 1)

Paso 5: Se le pedirá al sistema psicosocial dibujar o describirse a sí mismo como un súper héroe y que poderes tendría. Y se reflexionara por medio de esta actividad acerca del ser humano autentico o asertivo.

Naturalmente, no siempre las personas se comportan como ratón o dragón. En muchas ocasiones las personas son honradas, sinceras, cordiales, amables, responsables, afectuosas... ¿Te gustaría aprender a ser tú mismo un ser humano auténtico?

Los seres humanos auténticos son personas fuertes y poderosas. Es posible que aún no lo sepas, pero tú eres una persona con un enorme poder, que puede desarrollar una tremenda fuerza. Evidentemente puedes pensar que esto no es cierto, ya que quizás no seas una persona demasiado alta o fuertes, puede que no seas el más rápido o que te canses con facilidad. ¿Cuáles es, entonces, tu fuerza? ¿Dónde está tu poder para enfrentarte a las dificultades con los demás?

Tú verdadera fuerza y tu poder, consiste en tu capacidad para dirigir tu propia vida. Todas las personas poseen este poder de manera innata, incluido tú; y lo que es más importante, nadie te lo puede quitar

Recursos: Dibujo ratones y dragones

Tiempo: 1 hora

Cierre y retroalimentación: Los seres humanos no siempre somos libres para actuar, solo algunas veces, pero siempre somos libres para tomar decisiones.

Cuando haces lo que te da la gana, no estás usando tu fuerza. En cambio, cuando piensas sobre las diferentes alternativas posibles para una determinada situación y eliges hacer lo que necesitas hacer, estás usando y desarrollando tus fuerzas. Solamente en ese caso estás actuando como una persona asertiva y responsable o como un súper héroe usando su fuerza para ayudarse a sí mismo y a los demás.

Técnicas y estrategias terapéuticas

Terapia centrada en el cliente: Rogers tenía la idea de que el sí mismo era una parte central del yo. El yo, a su vez, se desenvuelve en un campo lleno de las experiencias vividas, que separan el yo real del yo ideal; por lo tanto, no interesa en realidad si lo que una persona experimenta es cierto o falso, ya que lo más importante, es cómo interpreta una persona particular sus experiencias (Engler, 1996). En el yo real, se ubican los componentes más

importantes de la personalidad, como son el autoconcepto y autoestima, que se van construyendo en relación con los procesos antes mencionados de la estimación positiva incondicional, la empatía y la congruencia.

Es lógico pensar entonces, que dependiendo de cómo se conduzcan estos procesos, el ser humano puede orientarse al crecimiento personal que luego es coronado por el sentimiento de autorrealización.

Es pertinente utilizar esta terapia ya que consiste básicamente en experimentar la inadecuación de viejas maneras de percibir de manera más exacta y adecuada, y en reconocer las relaciones significativas existentes entre las percepciones. En un sentido preciso y significativo, la terapia es el diagnóstico, y éste es un proceso que se desarrolla en la experiencia del cliente, más que en el intelecto del clínico. (Rogers, 1997, p.197)

Condiciones del Programa según Enfoque Psicosocial

Enfoque de empoderamiento: Es pertinente aplicarla a este sistema psicosocial para que se haga participe del desarrollo de sus capacidades resilientes y se empodere dentro de su propio cambio y transformación, objetivos finales de esta sesión.

Tareas y/o compromisos

Continuar con la asistencia a las sesiones individuales

Recomendaciones y Anexos

¿Cómo me he comportado en estas situaciones?

✦ Cuando mi mamá o papá me regañan por algo que hice:

  ?

✦ Cuando algún miembro de mi familia hace algo que me enoja:

  ?

✦ Cuando mis compañeros hacen algo que no me gusta:

  ?

✦ Cuando siento que no me tratan de una manera adecuada:

  ?

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

Facultad de Terapias Psicosociales

Formato de Preinforme Individual y/o familiar

El presente es el reporte de la propuesta a realizar con el sistema psicosocial en visitas domiciliarias, intervención Individual y/o Intervención familiar. Los espacios destinados para diligenciar cada apartado pueden ser ampliados de acuerdo al criterio del Terapeuta Psicosocial.

Nombre del profesional: María Camila Siado Valencia
Nombre (s) del Sistema Psicosocial:

Edad:	Estado Civil / hijos (as):
Teléfono y dirección de contacto:	
Fecha:	Numero de sesión: 1

Objetivo de la sesión:

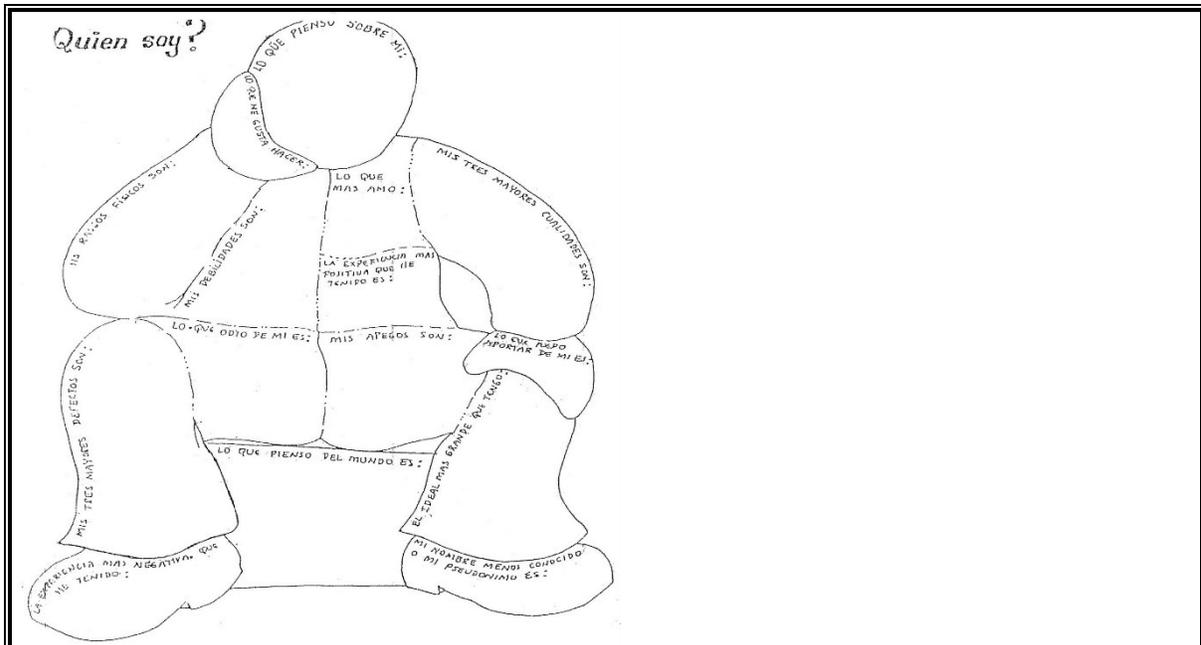
Conocer las dinámicas familiares del sistema psicosocial por medio de herramientas terapéuticas con el fin de comprender las relaciones positivas y negativas que afectan o nutren los subsistemas familiares.

Desarrollo de la sesión. En este espacio se consigna la propuesta detallada (Actividad, recursos, tiempo y procedimiento) de la sesión de acuerdo al objetivo, metodología y metapropósito del programa de Atención e Intervención Psicosocial.

Actividad: “¿Quién soy?”

Se propone al sistema psicosocial completara una actividad propuesta en donde se podrá autorreconocer y resaltara sus cualidades y fortalezas como persona; al terminar se compartan las conclusiones que el sistema psicosocial puede resaltar, y así se asuma y reconozca a través de sus comportamientos y decisiones.

Se propone un dibujo que completara el sistema psicosocial:



Recursos: Dibujo para completar

Tiempo: 1 hora

Empatía y rapport

Atención e Intervención psicosocial:

Cierre y retroalimentación:

Para la retroalimentación de la actividad se dará a conocer el objetivo que se pretendía y se realizará una conceptualización de la importancia de desarrollar, trabajar y mejorar nuestra autoestima diariamente. La autoestima nos ayuda a sentirnos mucho mejor con nosotros mismos, lo que influye en nuestro comportamiento. Por lo tanto, una buena autoestima puede ayudarnos a conseguir querernos tal y como somos. Estar bien con nosotros mismos. Confiados, seguros y sobretodo, estar en sintonía con uno mismo.

Técnicas y estrategias terapéuticas

Terapia centrada en el cliente:

Rogers tenía la idea de que el sí mismo era una parte central del yo. El yo, a su vez, se desenvuelve en un campo lleno de las experiencias vividas, que separan el yo real del yo ideal; por lo tanto, no interesa en realidad si lo que una persona experimenta es cierto o falso, ya que lo más importante, es cómo interpreta una persona particular sus experiencias (Engler, 1996). En el yo real, se ubican los componentes más importantes de la personalidad, como son el autoconcepto y autoestima, que se van construyendo en relación con los procesos antes mencionados de la estimación positiva incondicional, la empatía y la congruencia. Es lógico pensar entonces, que dependiendo de cómo se conduzcan estos procesos, el ser humano puede orientarse al crecimiento personal que luego es coronado por el sentimiento de autorrealización.

Es pertinente utilizar esta terapia ya que consiste básicamente en experimentar la inadecuación de viejas maneras de percibir de manera más exacta y adecuada, y en reconocer las relaciones significativas existentes entre las percepciones. En un sentido preciso y significativo, la terapia es el diagnóstico, y éste es un proceso que se desarrolla en la experiencia del cliente, más que en el intelecto del clínico. (Rogers, 1997, p.197)

Condiciones del Programa según Enfoque Psicosocial

Enfoque de empoderamiento: Es pertinente aplicarla a este sistema psicosocial para que se haga participe de su rol dentro de su familia y se empodere dentro de su propio cambio y transformación objetivos finales de esta sesión.

Tareas y/o compromisos

Continuar con la asistencia a las siguientes sesiones

Recomendaciones y Anexos



UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

Facultad de Terapias Psicosociales

Formato de Preinforme Individual y/o familiar

El presente es el reporte de la propuesta a realizar con el sistema psicosocial en visitas domiciliarias, intervención Individual y/o Intervención familiar. Los espacios destinados para diligenciar cada apartado pueden ser ampliados de acuerdo al criterio del Terapeuta Psicosocial.

Nombre del profesional: María Camila Siado Valencia	
Nombre (s) del Sistema Psicosocial:	
Edad:	Estado Civil / hijos (as):
Teléfono y dirección de contacto	
Fecha:	Numero de sesión: 1

Objetivo de la sesión:

Obtener información sobre el conocimiento del sujeto sobre su familia, sus tradiciones, mitos y costumbres con el fin de conocer la forma de relación entre sus miembros.

Desarrollo de la sesión. En este espacio se consigna la propuesta detallada (Actividad, recursos, tiempo y procedimiento) de la sesión de acuerdo al objetivo, metodología y metapropósito del programa de Atención e Intervención Psicosocial.

Empatía y rapport: Se brindará un saludo empático al sistema psicosocial, posteriormente una inducción corta al programa de atención e intervención y se darán a conocer las actividades previamente establecidas.

Atención e Intervención psicosocial

Actividad 1: “Reglas, tradiciones, y costumbres en mi familia”

Se propone que en equipo (sistema psicosocial y terapeuta) se analicen las tradiciones, costumbres y las reglas implícitas o explícitas que mueven y delimitan las dinámicas familiares; al terminar se compartan las conclusiones que el sistema psicosocial puede resaltar, y así se asuma y reconozca a través de sus comportamientos y decisiones.

Se propone una tabla que completara el sistema psicosocial:

Aspecto	¿Cuáles son?	¿Cómo las realizan?	¿Quiénes participan?
Tradiciones			
Costumbres			
Reglas			

Recursos: Tabla para completar

Tiempo: 1 hora

Cierre y retroalimentación: Para la retroalimentación de la actividad se dará a conocer el objetivo que se pretendía y se realizará una conceptualización de lo que son los patrones generacionales dentro de su familia y la importancia de reconocer estas costumbres y tradiciones como un conjunto de oportunidades para estrechar vínculos afectivos entre padres e hijos, al recordar nuestras raíces y transmitir el legado de nuestros antepasados, como muestra nuestra herencia; muchas de estas herencias son parte de la identidad de cada individuo e influyen en su comportamiento de manera positiva o negativa haciendo un manejo de la libertad y responsabilidad como un ser independiente.

Técnicas y estrategias terapéuticas

Terapia centrada en el cliente:

Rogers tenía la idea de que el sí mismo era una parte central del yo. El yo, a su vez, se desenvuelve en un campo lleno de las experiencias vividas, que separan el yo real del yo ideal; por lo tanto, no interesa en realidad si lo que una persona experimenta es cierto o falso, ya que lo más importante, es cómo interpreta una persona particular sus experiencias (Engler, 1996). En el yo real, se ubican los componentes más importantes de la personalidad, como son el autoconcepto y autoestima, que se van construyendo en relación con los procesos antes mencionados de la estimación positiva incondicional, la empatía y la congruencia. Es lógico pensar entonces, que dependiendo de cómo se conduzcan estos procesos, el ser humano puede orientarse al crecimiento personal que luego es coronado por el sentimiento de autorrealización.

Es pertinente utilizar esta terapia ya que consiste básicamente en experimentar la inadecuación de viejas maneras de percibir de manera más exacta y adecuada, y en reconocer las relaciones significativas existentes entre las percepciones. En un sentido preciso y significativo, la terapia es el diagnóstico, y éste es un proceso que se desarrolla en la experiencia del cliente, más que en el intelecto del clínico. (Rogers, 1997, p.197)

Intervención en familia: El abordaje familiar atañe a un proceso metodológico que incluye la valoración social, la planeación de las acciones, la intervención para el cambio y la evaluación de la misma. Es un proceso de ayuda dirigido a la persona en su dimensión individual, familiar y social, tendiente a activar cambios frente a los problemas familiares que los afecten y a lograr un mejor funcionamiento relacional y social.

Liliana Barg, por su parte, en sus obras de los años 2000 y 2003, plantea la necesidad de usar la investigación como herramienta cotidiana en la intervención, con énfasis en los procedimientos cualitativos y que considere a la familia como sujeto histórico y social capaz de transformar las relaciones entre sus miembros, con las Instituciones y con el Estado. A su vez, realiza un abordaje sociofamiliar con una postura humanista, desde la perspectiva de los derechos humanos y del quehacer clásico del Trabajo Social, reconociendo a la familia como actor social y como sujeto de derechos humanos. Por otro lado, el enfoque sistémico posibilita una visión y una aproximación integrales de los procesos familiares, tendiendo a realizar intervenciones que tengan efecto a mediano y largo plazo. Ello le ha permitido a la profesión construir metodologías propias o adaptarlas de las diferentes áreas del conocimiento. Según Ángela María Quintero Velásquez (2004), «la sistémica» es un cuerpo integrado de principios del comportamiento humano, se erige en una epistemología diferente para interpretar los

sistemas sociales, y facilita que el Trabajo Social supere el asistencialismo, el paternalismo, en la interacción con los sistemas familiares, asumiendo la noción moderna de que la familia es un sistema relacional y asimismo implica enlaces en las redes. (Eroles 1997).

Condiciones del Programa según Enfoque Psicosocial

Enfoque de empoderamiento: Es pertinente aplicarla a este sistema psicosocial para que se haga participe de su rol dentro de su familia y se empodere dentro de su propio cambio y transformación objetivos finales de esta sesión.

Tareas y/o compromisos

--

Recomendaciones y Anexos

UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

Facultad de Terapias Psicosociales

Formato de Preinforme Individual y/o familiar

El presente es el reporte de la propuesta a realizar con el sistema psicosocial en visitas domiciliarias, intervención Individual y/o Intervención familiar. Los espacios destinados para diligenciar cada apartado pueden ser ampliados de acuerdo al criterio del Terapeuta Psicosocial.

Nombre del profesional: María Camila Siado Valencia	
Nombre (s) del Sistema Psicosocial:	
Edad:	Estado Civil / hijos (as):
Teléfono y dirección de contacto	
Fecha: abril 2020	Numero de sesión: 1

Objetivo de la sesión:

Conocer aspectos del sistema psicosocial y de su familia por medio de un genograma en donde deberá describir su sistema familiar
--

Desarrollo de la sesión. En este espacio se consigna la propuesta detallada (Actividad, recursos, tiempo y procedimiento) de la sesión de acuerdo al objetivo, metodología y metapropósito del programa de Atención e Intervención Psicosocial.

Empatía y rapport: Se brindará un saludo empático al sistema psicosocial, posteriormente una inducción corta al programa de atención e intervención y se darán a conocer las actividades previamente establecidas.

Atención e Intervención psicosocial

Actividad 1: Genograma familiar:

En el genograma familiar el consultante deberá describir la información básica de, al menos, tres generaciones de una familia. Incluyendo información sobre su estructura, los datos demográficos de los miembros y las relaciones que mantienen entre ellos.

Ejemplo: (Ver anexo 1)

Recursos: Hoja

Tiempo: 1 hora

Cierre y retroalimentación: el genograma familiar permite evidenciar una gran cantidad de información, lo que permite no sólo conocer a la familia, sino realizar hipótesis acerca de la relación entre el problema y el contexto familiar, la evolución del problema a lo largo del tiempo, su relación con el ciclo vital de la familia, etc.

¿Qué pudo evidenciar en su genograma?

Técnicas y estrategias terapéuticas

Terapia centrada en el cliente:

Rogers tenía la idea de que el sí mismo era una parte central del yo. El yo, a su vez, se desenvuelve en un campo lleno de las experiencias vividas, que separan el yo real del yo ideal; por lo tanto, no interesa en realidad si lo que una persona experimenta es cierto o falso, ya que lo más importante, es cómo interpreta una persona particular sus experiencias (Engler, 1996). En el yo real, se ubican los componentes más importantes de la personalidad, como son el autoconcepto y autoestima, que se van construyendo en relación con los procesos antes mencionados de la estimación positiva incondicional, la empatía y la congruencia.

Es lógico pensar entonces, que dependiendo de cómo se conduzcan estos procesos, el ser humano puede orientarse al crecimiento personal que luego es coronado por el sentimiento de autorrealización.

Es pertinente utilizar esta terapia ya que consiste básicamente en experimentar la inadecuación de viejas maneras de percibir de manera más exacta y adecuada, y en reconocer las relaciones significativas existentes entre las percepciones. En un sentido preciso y significativo, la terapia es el diagnóstico, y éste es un proceso que se desarrolla en la experiencia del cliente, más que en el intelecto del clínico. (Rogers, 1997, p.197)

Genograma: El genograma es una técnica de evaluación y diagnóstico, para representar gráficamente las principales características e interrelaciones de un grupo familiar a lo largo del tiempo, recibiendo otros nombres como familiograma, árbol genealógico, árbol familiar y pedegree humano.

Este tiene su origen a mediados del siglo XX con Murray Bowen y desde entonces ha recibido diferentes adaptaciones, al igual que es utilizado no solamente por psicólogos, sino por todos los profesionales dedicados al ámbito social y de la salud.

La información que el genograma debe incluir sobre la familia es: miembros de la familia (padre, madre, hijos, tíos, abuelos, etc), las relaciones biológicas y legales de la pareja (matrimonio, divorcio, etc.), el subsistema fraterno (hermanos), el hogar (personas que viven al interior del mismo hogar), información demográfica (fechas de nacimiento, fallecimiento, matrimonio, etc.), enfermedades y problemas (biológicos y psicosociales), acontecimientos vitales estresantes, muerte, encarcelamiento, deudas y otros, además de los recursos familiares (fuentes de apoyo al interior de la familia, relaciones familiares, coaliciones, alianzas, etc.). (Leónidas, Carolina, & Santos 2015)

Condiciones del Programa según Enfoque Psicosocial

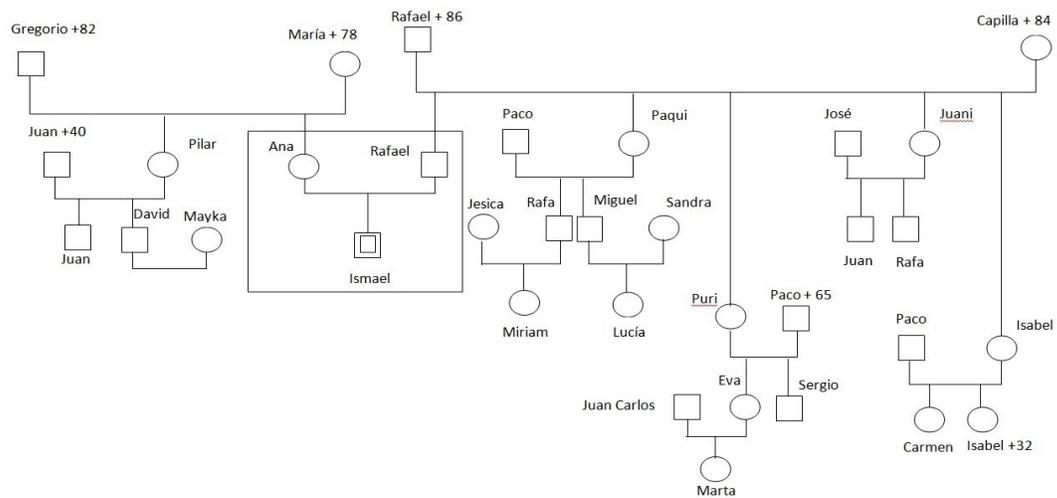
Enfoque de empoderamiento: Es pertinente aplicarla a este sistema psicosocial para que se haga participe de su rol dentro de su familia y se empodere dentro de su propio cambio y transformación objetivos finales de esta sesión.

Tareas y/o compromisos

Indagar en los aspectos que puedan quedar inconclusos, podrá realizar esta consulta a algún miembro de su familia que clarifique la información.

Recomendaciones y Anexos

Anexo 1: Ejemplo de un genograma





FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES
GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A
TALLER EDUCATIVO

POST INFORME N°

Fecha:	13 OCT 2020	Duración sesión:	2H
Objetivo Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas de afrontamiento frente a las adversidades con el fin de mejorar la calidad de vida		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
EVALUACIÓN DEL DESARROLLO DEL TALLER TERAPÉUTICO			
Evaluación de la Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dio una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentó, la persona a cargo dio a conocer las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Escuchar al otro✓ Tomar decisiones en grupo✓ Establecer un objetivo común✓ Respetar la palabra del otro✓ Darle un sentido al grupo (nombre especial)✓ Prohibido el uso del celular durante el taller <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procedió a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>		
1. ACTIVIDAD ROMPE HIELO			
Nombre de la actividad:	CONOZCAMONOS MEJOR		
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó el desarrollo de la actividad a los participantes (La actividad se realizará por medio de una video llamada)</p> <ul style="list-style-type: none">✓ La dinámica consistía en realizar una pequeña presentación simulando que es la primera vez que se ven y nadie sabe quién es quien✓ La presentación se desarrolló respondiendo unas preguntas que generalmente nadie hace durante una entrevista y que pocas veces se cuentan✓ Deberían responder las preguntas en una hoja en blanco para después compartirlas, las preguntas se estarán compartiendo en la pantalla de la terapeuta. (Ver anexo 1)✓ Cada uno socializo las respuestas✓ Para la retroalimentación se preguntó a los participantes ¿Conocías esos aspectos de tus compañeros? ¿Qué aprendizaje te deja esta actividad?		

Logros obtenidos:	Reducir la tensión emocional que pueda estar ocasionando la situación actual por medio de una dinámica para cohesionar el grupo
Duración:	20 min
2. ACTIVIDAD CENTRAL	
Nombre de la actividad:	¿QUÉ ES LA RESILIENCIA?
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó la dinámica de la actividad número a los participantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La terapeuta realizó una pequeña introducción sobre lo que es la resiliencia <p>¿Qué es la resiliencia?</p> <p>Según Becoña, 2006. A veces la vida nos pone a prueba, nos plantea situaciones que superan nuestras capacidades: una enfermedad, una ruptura de pareja particularmente dolorosa, la muerte de un ser querido, el fracaso de un sueño largamente anhelado, problemas económicos...</p> <p>Existen diferentes circunstancias que nos pueden llevar al límite y hacer que nos cuestionemos si tenemos la fuerza y la voluntad necesarias para continuar adelante. En este punto tenemos dos opciones: dejarnos vencer y sentir que hemos fracasado o sobreponernos y salir fortalecidos, apostar por la resiliencia.</p> <p>La resiliencia implica reestructurar nuestros recursos psicológicos en función de las nuevas circunstancias y de nuestras necesidades. De esta manera, las personas resilientes no solo son capaces de sobreponerse a las adversidades que les ha tocado vivir, sino que van un paso más allá y utilizan esas situaciones para crecer y desarrollar al máximo su potencial.</p> <p>Para las personas resilientes no existe una vida dura, sino momentos difíciles. Y no se trata de una simple disquisición terminológica, sino de una manera diferente y más optimista de ver el mundo, ya que son conscientes de que después de la tormenta llega la calma.</p> <p>¿Qué caracteriza a una persona resiliente?</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Son conscientes de sus potencialidades y limitaciones. El autoconocimiento es un arma muy poderosa para enfrentar las adversidades y los retos, y las personas resilientes saben usarla a su favor. Estas personas saben cuáles son sus principales fortalezas y habilidades, así como sus limitaciones y defectos. De esta manera pueden trazarse metas más objetivas que no solo tienen en cuenta sus necesidades y sueños, sino también los recursos de los que disponen para conseguirlas. b. Son creativas. La persona con una alta capacidad de resiliencia no se limita a intentar pegar el jarrón roto, es consciente de que ya nunca volverá a ser el mismo. El resiliente hará un mosaico con los trozos rotos, y transformará su experiencia dolorosa en algo bello o útil. De lo vil, saca lo precioso. c. Confían en sus capacidades. Al ser conscientes de sus potencialidades y limitaciones, las personas resilientes confían en lo que son capaces de hacer. Si algo les caracteriza es que no pierden de vista sus objetivos y se sienten seguras de lo que pueden lograr. No obstante, también reconocen la importancia del trabajo en equipo y no se encierran en sí mismas, sino que saben cuándo es necesario pedir ayuda. d. Asumen las dificultades como una oportunidad para aprender. A lo largo de la vida enfrentamos muchas situaciones dolorosas que nos desmotivan, pero las personas con un alto nivel de resiliencia son capaces de ver más allá de esos momentos y no desfallecen. Estas personas asumen las crisis como una la conciencia plena. Aún sin ser conscientes de esta práctica milenaria, las personas resilientes tienen el hábito de estar plenamente presentes, de vivir en el aquí y ahora y de tener una gran capacidad de aceptación. Para estas personas el pasado forma parte del ayer y no es una fuente de culpabilidad y

	<p>zozobra mientras que el futuro no les aturde con su cuota de incertidumbre y preocupaciones. Son capaces de aceptar las experiencias tal y como se presentan e intentan sacarles el mayor provecho. Disfrutan de los pequeños detalles y no han perdido su capacidad para asombrarse ante la vida.</p> <ol style="list-style-type: none"> e. Ven la vida con objetividad, pero siempre a través de un prisma optimista. Las personas resilientes son muy objetivas, saben cuáles son sus potencialidades, los recursos que tienen a su alcance y sus metas, pero eso no implica que no sean optimistas. Al ser conscientes de que nada es completamente positivo ni negativo, se esfuerzan por centrarse en los aspectos positivos y disfrutan de los retos. Estas personas desarrollan un optimismo realista, también llamado optimismo, y están convencidas de que por muy oscura que se presente su jornada, el día siguiente puede ser mejor. f. Se rodean de personas que tienen una actitud positiva. Las personas que practican la resiliencia saben cultivar sus amistades, por lo que generalmente se rodean de personas que mantienen una actitud positiva ante la vida y evitan a aquellos que se comportan como vampiros emocionales. De esta forma, logran crear una sólida red de apoyo que les puede sostener en los momentos más difíciles. g. No intentan controlar las situaciones, sino sus emociones. Una de las principales fuentes de tensiones y estrés es el deseo de querer controlar todos los aspectos de nuestra vida. Por eso, cuando algo se nos escapa de entre las manos, nos sentimos culpables e inseguros. Sin embargo, las personas con capacidad de resiliencia saben que es imposible controlar todas las situaciones, han aprendido a lidiar con la incertidumbre y se sienten cómodos aunque no tengan el control. Se centran en cambiar sus emociones, cuando no pueden cambiar la realidad. h. Son flexibles ante los cambios. A pesar de que las personas resilientes tienen una autoimagen muy clara y saben perfectamente qué quieren lograr, también tienen la suficiente flexibilidad como para adaptar sus planes y cambiar sus metas cuando es necesario. Estas personas no se cierran al cambio y siempre están dispuestas a valorar diferentes alternativas, sin aferrarse obsesivamente a sus planes iniciales o a una única solución. i. Son tenaces en sus propósitos. El hecho de que los resilientes sean flexibles no implica que renuncien a sus metas, al contrario, si algo las distingue es su perseverancia y su capacidad de lucha. La diferencia estriba en que no luchan contra molinos de viento, sino que aprovechan el sentido de la corriente y fluyen con ella. Estas personas tienen una motivación intrínseca que les ayuda a mantenerse firmes y luchar por lo que se proponen. j. Afrontan la adversidad con humor. Una de las características esenciales de las personas resilientes es su sentido del humor, son capaces de reírse de la adversidad y sacar una broma de sus desdichas. La risa es su mejor aliada porque les ayuda a mantenerse optimistas y, sobre todo, les permite enfocarse en los aspectos positivos de las situaciones. k. Buscan la ayuda de los demás y el apoyo social. Cuando las personas resilientes pasan por un suceso potencialmente traumático su primer objetivo es superarlo, para ello, son conscientes de la importancia del apoyo social y no dudan en buscar ayuda profesional cuando lo necesitan. <ol style="list-style-type: none"> 2. Después de la charla sobre la resiliencia los participantes deberían escribir en una hoja alguna situación su vida en donde consideran fueron personas que enfrentaron la adversidad en forma de aprendizaje. (Becoña, 2006) 3. Para la retroalimentación se preguntó a los participantes ¿Qué entendieron sobre resiliencia?
Logros obtenidos:	Aprender sobre la resiliencia y las características que hacen una persona resiliencia con el fin de crear conciencia colectiva en los participantes
Duración:	40n min
3. ACTIVIDAD DE CIERRE	

Nombre de la actividad:	LA OVEJA RESILIENTE
Ejecución de la actividad:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se presentará el siguiente video a los participantes: https://www.youtube.com/watch?v=bF4_Xm6RIQQ 2. Los participantes deberán hacer una reflexión sobre el video y socializarla con sus compañeros. 3. Para retroalimentación final se preguntó a los participantes ¿Qué reflexión les deja el video? ¿Creen que cuentan con capacidades para ser resilientes?
Logros obtenidos:	Reflexionar sobre la resiliencia en los seres humanos a partir del cuento de la oveja resiliente
Duración:	30 min
4. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DEL TALLER	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se logró apropiar el concepto de resiliencia en la población. ✓ Se construyó un matriz de características resilientes que pueden adoptar en sus vidas con los participantes ✓ Se construye un concepto solido de cambio de actitud en los estudiantes por medio del taller 	
5. SUGERENCIAS PARA SEGUIMIENTO DE PROCESO	
Activación general de las cámaras para los estudiantes como una de las reglas de la sesión.	
6. APRENDIZAJES, CONCEPTOS Y PROCESO FORMATIVOS DEL TALLER	
<p>RESILIENCIA: El punto de inferencia de la resiliencia lo encontramos en algunas investigaciones que demostraban que los niños, a pesar de vivir en ambientes vulnerables, conseguían mantener unos niveles de adaptación óptimos, sin desarrollar problemas psicológicos, en contra de las predicciones (Grotberg, 1999; Masten, 2001; Werner y Smith, 1982).</p> <p>Algunos autores clásicos iniciaron veladamente un importante recorrido sobre los aspectos positivos de la conducta humana. Jugaron un papel preponderante los humanistas como Carl Rogers con el funcionamiento pleno de las personas y Abraham Maslow con sus estudios sobre las personas sanas y el concepto de autorrealización, así como Aaron Antonovsky con la orientación salugénica o Michael Argyle con la psicología de la felicidad. Pero la Psicología Positiva como corriente psicológica se constituye como tal a partir de una conferencia de Martin Seligman en la sesión inaugural de la American Psychological Associations (APA) en el año 1998 (Mariñelarena, 2012). Según Seligman (2011), la Psicología Positiva gira alrededor del bienestar psicológico a través de cinco elementos: las emociones positivas, el compromiso, los vínculos positivos, el logro y el significado. Posiblemente la juventud del enfoque, junto con la escasez de estudios, conlleva un desarrollo más lento de muchos de los conceptos que utilizan en sus modelos y teorías.</p>	



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES
GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A
TALLER EDUCATIVO

POST INFORME N°

Fecha:	14 OCT 2020	Duración sesión:	2H
Objetivo Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas de afrontamiento frente a las adversidades con el fin de mejorar la calidad de vida		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
EVALUACIÓN DEL DESARROLLO DEL TALLER TERAPÉUTICO			
Evaluación de la Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dio una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentó, la persona a cargo dio a conocer las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Escuchar al otro✓ Tomar decisiones en grupo✓ Establecer un objetivo común✓ Respetar la palabra del otro✓ Darle un sentido al grupo (nombre especial)✓ Prohibido el uso del celular durante el taller <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procedió a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>		
1. ACTIVIDAD ROMPE HIELO			
Nombre de la actividad:	CONOZCAMONOS MEJOR		
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó el desarrollo de la actividad a los participantes (La actividad se realizará por medio de una video llamada)</p> <ul style="list-style-type: none">✓ La dinámica consistía en realizar una pequeña presentación simulando que es la primera vez que se ven y nadie sabe quién es quien✓ La presentación se desarrolló respondiendo unas preguntas que generalmente nadie hace durante una entrevista y que pocas veces se cuentan✓ Deberían responder las preguntas en una hoja en blanco para después compartirlas, las preguntas se estarán compartiendo en la pantalla de la terapeuta. (Ver anexo 1)✓ Cada uno socializo las respuestas✓ Para la retroalimentación se preguntó a los participantes ¿Conocías esos aspectos de tus compañeros? ¿Qué aprendizaje te deja esta actividad?		

Logros obtenidos:	Reducir la tensión emocional que pueda estar ocasionando la situación actual por medio de una dinámica para cohesionar el grupo
Duración:	20 min
2. ACTIVIDAD CENTRAL	
Nombre de la actividad:	MI IDENTIDAD
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó la dinámica de la actividad número a los participantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se pidió a los participantes buscar un papel de colores en donde tendrían que escribir lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> • Una afición. • Una persona que sea importante en su vida. • Algo que se le dé bien hacer. • Algo que no se le dé bien hacer y lo quiera aprender. 2. A continuación, cada persona recortó la parte que le había sobrado del papel, en donde escribió su nombre quedando una especie de tarjeta y se la colocó en la camiseta sujetándola con lo que tuvieran en casa. 3. Seguidamente comienzo una persona a presentarse y a leer cada uno de los puntos de su tarjeta; quién tuviera algo en común con ella, será la siguiente en presentarse, y así sucesivamente. Si no tenían nada en común el orden será al azar. 4. Después pegarán todas las tarjetas juntas en una cartulina y se colocará en un lugar de su curato a su casa, donde fuese permitido. 4. Para finalizar podían ofrecer ayuda mutua para aprender ese “algo” que no se le da bien que aparece en las tarjetas. 5. Para la retroalimentación se preguntó a los participantes ¿Creen que el tener cosas en común es un beneficio para el grupo? ¿Discriminarían a alguien por tener gustos “diferentes” a los demás?
Logros obtenidos:	Reflexionar acerca de la discriminación y la exclusión con el fin de fomentar el respeto base para un buen desenvolvimiento social
Duración:	40n min
3. ACTIVIDAD DE CIERRE	
Nombre de la actividad:	SANA CONVIVENCIA
Ejecución de la actividad:	<p>Se dará una introducción a la actividad</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. El grupo debía apagar las cámaras. La terapeuta envió al chat interno un color de tarjeta a cada de manera que cada uno tuviera a alguien con el mismo color. Dos personas tendrán un papel que no se corresponderá con ninguna de las demás. 5. Se da la señal y todos debían prender las cámaras. Deberían buscar a la persona o personas que tengan su mismo color y hacer parejas. 6. Debían dialogar y encontrar algo que los haga completamente opuestos 7. Cuando habían encontrado a su grupo, habrá dos personas que estarán solas y no tendrán a nadie a su lado. 8. Luego de esto el grupo expuso su experiencia. 9. Para la retroalimentación final se preguntó a los participantes.
Logros obtenidos:	Reflexionar acerca de la discriminación y la exclusión con el fin de fomentar el respeto base para un buen desenvolvimiento social

Duración:	30 min
4. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DEL TALLER	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se logró apropiar el concepto de exclusión en la población. ✓ Se construyó un lazo consistente entre el grupo al tomar conciencia sobre los sentimientos de algún compañero que haya sido excluido alguna vez. ✓ Se construye una matriz de responsabilidades propias sobre la discriminación 	
5. SUGERENCIAS PARA SEGUIMIENTO DE PROCESO	
Activación general de las cámaras para los estudiantes como una de las reglas de la sesión.	
6. APRENDIZAJES, CONCEPTOS Y PROCESO FORMATIVOS DEL TALLER	
<p>HABILIDADES SOCIALES: Al hablar de Habilidades Sociales, se debe conocer que no, desde el principio, fueron llamadas de esta manera. El estudio de las Habilidades Sociales tiene sus orígenes con trabajos realizados con niños, estudiando aspectos de la conducta de los mismos. Los orígenes de las habilidades sociales comienzan a principios del siglo XX, con los trabajos de Jack (1934), Page (1936) y Williams (1935), quienes presentan los primeros intentos en entrenamiento en habilidades sociales, estudiando diferentes aspectos de la conducta social en niños (Olaz y Cabanillas, 2007).</p> <p>Se plantea un programa de habilidades sociales que, desde una perspectiva psicosocial, pretende facilitar instrumentos que mejoren las relaciones interpersonales de los participantes con sus entornos más cercanos. Los programas de entrenamiento en habilidades sociales pretenden enseñar, de forma directa y sistemática, estrategias y habilidades interpersonales, con la intención de que los individuos mejoren su competencia interpersonal en las diferentes situaciones sociales. Uno de los objetivos del programa de atención e intervención psicosocial es capacitar a los individuos en habilidades sociales para que logren la utilización de recursos personales. En el caso del trabajo con grupos de adolescentes, se debe facilitar que crezcan y desarrollen sus capacidades, en la medida de que disponen de recursos personales y sociales que les permitan satisfacer sus necesidades y así puedan enfrentarse a las dificultades y obstáculos cotidianos.</p>	



FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES
GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A
TALLER EDUCATIVO

POST INFORME N°

Fecha:	30 SEP 2020	Duración sesión:	2H
Objetivo Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas de afrontamiento frente a las adversidades con el fin de mejorar la calidad de vida		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
EVALUACIÓN DEL DESARROLLO DEL TALLER TERAPÉUTICO			
Evaluación de la Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dio una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentó, la persona a cargo dio a conocer las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Escuchar al otro✓ Tomar decisiones en grupo✓ Establecer un objetivo común✓ Respetar la palabra del otro✓ Darle un sentido al grupo (nombre especial)✓ Prohibido el uso del celular durante el taller <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomarán en cuenta.</p> <p>A continuación, se procedió a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>		
1. ACTIVIDAD ROMPE HIELO			
Nombre de la actividad:	COMBATAMOS JUNTOS LA ANSIEDAD		
Ejecución de la actividad:	<p>Por medio de un video llamado se realizó una sesión de relajación corta para combatir el estrés y la ansiedad por medio de la respiración.</p> <p>Se realizó respiración diafragmática guiada en los siguientes pasos:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ponga una mano en su pecho para asegurarse de que lleva el aire a la parte de debajo de los pulmones sin mover el pecho.2. Tome el aire lentamente y llévelo hacia abajo inflando el estómago sin mover el pecho.3. Retenga un momento el aire en esa posición4. Suelte el aire lentamente hundiendo el estómago5. Procure realizarlo nuevamente un poco más relajado al soltar el aire6. Ahora se va a enseñar a hacer el mismo ejercicio pero de forma más lenta7. Tome el aire nuevamente como se indicó en el paso anterior contando de 1 a 58. Reténgalo contando de 1 a 39. Suéltelo lentamente mientras cuenta de 1 a 5		

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se realizó el ejercicio 10 veces hasta haber sentido que ha relajado la mente y el cuerpo para continuar con la actividad
Logros obtenidos:	Generar hábitos para combatir el estrés desde casa por medio de la relajación con el fin de controlar emociones adversas a la situación actual
Duración:	20 min
2. ACTIVIDAD CENTRAL	
Nombre de la actividad:	¿QUÉ ES LA FELICIDAD?
Ejecución de la actividad:	<p>Se realizó una breve descripción sobre la felicidad</p> <p>1. ¿Qué es la felicidad?</p> <p>Podríamos conceptualizar la felicidad como un estado de satisfacción plena, una definición simple pero que tiene profundas implicaciones desde el punto de vista práctico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La felicidad es un estado subjetivo, cada persona la experimenta de una manera distinta • La felicidad puede estar provocada por diferentes cosas o situaciones, dependiendo del significado que cada persona le confiera a estas • La felicidad puede ser un estado duradero, pero también puede caducar. <p>Y recuerda, la felicidad no es una meta, sino un camino a recorrer. Trabajar por ser cada día un poco más felices está en nuestras manos.</p> <p>El concepto de felicidad no es una idea meramente filosófica exenta de repercusiones en nuestra vida cotidiana. De hecho, la imagen que tengamos de la felicidad influye en nuestra actitud ante la vida e incluso puede hacer que seamos más o menos felices.</p> <p>A grandes rasgos, se puede hacer referencia a tres grandes posturas sobre el concepto de felicidad, posturas que provienen de las grandes corrientes filosóficas pero que se han popularizado y forman parte de las creencias de muchas personas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escépticos: son aquellos que están convencidos de que la felicidad no existe o es imposible alcanzarla por lo que ni siquiera la buscan. • Limitados: son quienes afirman que no existe la felicidad sino momentos felices por lo que debemos darnos por satisfechos las pocas veces que esta toca a nuestra puerta. • Optimistas: son personas que piensan que la felicidad existe y se puede conquistar de manera definitiva. <p>Dependiendo de la postura que asumamos, desarrollaremos una actitud más o menos proactiva ante la vida, esperaremos a que la felicidad toque a nuestra puerta o, al contrario, saldremos a buscarla.</p> <p>Y recuerda, la felicidad no es una meta, sino un camino a recorrer. Trabajar por ser cada día un poco más felices está en nuestras manos.</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Se expuso un video acerca de la felicidad para realizar una reflexión al respecto 3. Se realizó la reflexión con el grupo
Logros obtenidos:	Aprender acerca del concepto de felicidad y la importancia de implementarla a pesar de las adversidades con el fin de hacer frente a situaciones complejas que se puedan presentar
Duración:	40n min
3. ACTIVIDAD DE CIERRE	
Nombre de la actividad:	LA FELICIDAD ES UN ARTE
Ejecución de la actividad:	<ol style="list-style-type: none"> 10. Se brindó la lectura de un poema-cuento “<i>LA ALEGORÍA DEL CARRUAJE</i>” y los participantes realizaron una reflexión sobre la felicidad a partir del mismo: 11. Se realiza la reflexión de la actividad por medio de la pregunta: ¿Qué puede concluir de la historia previamente expuesta? 12. Se concluyó con la retroalimentación de la actividad por medio de la pregunta: ¿Cuál es la enseñanza que le deja?
Logros obtenidos:	Recapitular lo aprendido de la felicidad para aplicarlo a cualquier esfera o contexto con el fin de apropiarse el concepto y trabajar en él.
Duración:	30 min
4. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DEL TALLER	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se logró apropiarse el concepto de felicidad en la población. ✓ Se genera una base sobre la actitud positiva en los estudiantes ✓ Se generan hábitos de relajación frente a situaciones estresantes o de ansiedad ✓ Se construye un concepto sólido de cambio de actitud en los estudiantes por medio del taller 	
5. SUGERENCIAS PARA SEGUIMIENTO DE PROCESO	
Activación general de las cámaras para los estudiantes como una de las reglas de la sesión.	
6. APRENDIZAJES, CONCEPTOS Y PROCESO FORMATIVOS DEL TALLER	
<p>FELICIDAD: La felicidad es una sensación general de satisfacción con la vida que impregna y permanece durante períodos de tiempo más largos. Es comúnmente considerada como la principal forma en que los seres humanos pueden evaluar qué tan bien va su vida; lo feliz que se siente una persona, es tal vez la pieza única de información que se puede saber acerca de alguien.</p>	



**FACULTAD DE TERAPIAS PSICOSOCIALES
GESTIÓN DEL RIESGO FRENTE A
TALLER EDUCATIVO**

POST INFORME N°

Fecha:	20 OCT 2020	Duración sesión:	2H
Objetivo Terapéutico:	Potencializar factores internos que permitan nuevas formas de afrontamiento frente a las adversidades con el fin de mejorar la calidad de vida		
Sistema Psicosocial:	Adolescentes de grado 9 del Instituto Comercial Loreto de la localidad de Kennedy, Bogotá.		
Terapeuta Psicosocial:	María Camila Siado Valencia		
EVALUACIÓN DEL DESARROLLO DEL TALLER TERAPÉUTICO			
Evaluación de la Presentación y Bienvenida	<p>El terapeuta dio una bienvenida empática donde cada uno de los integrantes se presentó, la persona a cargo dio a conocer las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Escuchar al otro ✓ Tomar decisiones en grupo ✓ Establecer un objetivo común ✓ Respetar la palabra del otro ✓ Darle un sentido al grupo (nombre especial) ✓ Prohibido el uso del celular durante el taller <p>Si el sistema psicosocial considera que se deben agregar más reglas se tomaran en cuenta.</p> <p>A continuación, se procedió a explicar en qué consiste el taller y cuáles son sus finalidades.</p>		
1. ACTIVIDAD ROMPE HIELO			
Nombre de la actividad:	HISTORIAS A TRAVÉS DE OBJETOS		
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó el desarrollo de la actividad a los participantes (La actividad se realizará por medio de una video llamada)</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se solicitó a los participantes presentar algún objeto de su casa o de su cuarto que tuviera un valor significativo ✓ Cada uno debía contar la historia por la cual era tan significativo para su vida ✓ Se preguntó a cada uno que pasaría si en algún momento lo perdieran. 		
Logros obtenidos:	Fomentar la conexión del grupo y la confianza para crear un clima cómodo para el reconocimiento de los participantes a través de una actividad lúdica		
Duración:	20 min		

2. ACTIVIDAD CENTRAL	
Nombre de la actividad:	PASIVO, AGRESIVO Y ASERTIVO
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó la dinámica de la actividad y las reglas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La terapeuta explico brevemente qué es la asertividad y los tipos de comunicación (pasividad, agresividad, asertividad) que se pueden generar desde el lenguaje verbal o no verbal. 2. Se dio una lluvia de ideas sobre la asertividad (por ejemplo como actuaría una persona desde la asertividad en una situación de violencia de género). 3. Después, de manera individual, cada uno debía pensar en la persona más sumisa que conozcan y anotar características sobre su comportamiento. 4. A continuación, se cambió de comportamiento sumiso a agresivo. Previamente, han de escribir de manera individual las características de la comunicación agresiva. 5. Los integrantes del grupo elaboraron, en grupo, una lista de comportamientos de una persona asertiva, sobre todo en relación a la conducta no verbal. Para finalizar se realizó un debate en el que se analizaron los distintos estilos comunicativos y cual creen que es el tipo de comunicación que ellos usarían.
Logros obtenidos:	Conocer los distintos tipos de comunicación que se puede encontrar en las relaciones interpersonales con el fin de conocer sobre la asertividad
Duración:	40n min
3. ACTIVIDAD DE CIERRE	
Nombre de la actividad:	PASOS PARA LA ASERTIVIDAD
Ejecución de la actividad:	<p>Se explicó la dinámica de la actividad al grupo</p> <ol style="list-style-type: none"> 13. La terapeuta expuso los 3 pasos que conducen al dialogo asertivo: Expresar los sentimientos, solicitar qué queremos que ocurra y decir cómo nos sentiríamos tras el cambio. 14. Se expusieron situaciones de la vida cotidiana de cada uno de los participantes de manera voluntaria en donde no se haya actuado de manera asertiva, ya sea en el colegio o en la vida personal o familiar. 15. Se pidió a los participantes relatar de nuevo la situación, pero desde los 3 pasos del dialogo asertivo y como cree que hubiese cambiado la situación si se hubiera comunicado desde la asertividad.
Logros obtenidos:	Practicar diferentes escenarios de la vida cotidiana de los participantes donde se use la asertividad como forma de comunicarse para aplicarlo diariamente
Duración:	30 min
4. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DEL TALLER	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se logró apropiar el concepto de comunicación asertiva en la población. ✓ Se logró adoptar la importancia de la comunicación asertiva en las relaciones interpersonales ✓ Se motivó a los estudiantes a actuar los diferentes estilos comunicativos expuestos en la dinámica 	
5. SUGERENCIAS PARA SEGUIMIENTO DE PROCESO	

Activación general de las cámaras para los estudiantes como una de las reglas de la sesión.

6. APRENDIZAJES, CONCEPTOS Y PROCESO FORMATIVOS DEL TALLER

Asertividad: la asertividad es una habilidad social que consiste en conocer los propios derechos y defenderlos, respetando a los demás; tiene como premisa fundamental que toda persona posee derechos básicos o derechos asertivos. Como estrategia y estilo de comunicación, la asertividad se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas polares: la pasividad, que consiste en permitir que terceros decidan por nosotros, o que pasen por alto nuestros derechos; y por otro lado tenemos la agresividad, que se presenta cuando no somos capaces de ser objetivos y respetar las ideas de los demás.

Comunicación: El término comunicación procede del latín “communicare” que significa “hacer a otro partícipe de lo que uno tiene”. Es la acción de comunicar o comunicarse, se entiende como el proceso por el que se transmite y recibe una información. Todo ser humano y animal tiene la capacidad de comunicarse con los demás. Pero, para que un proceso se lleve a cabo, es indispensable la presencia de seis elementos: que exista un emisor; es decir, alguien que transmita la información; un receptor, alguien a quien vaya dirigida la información y que la reciba; y un canal, que puede ser oral o escrito.