

**APOYO A LOS PROCESOS Y PROGRAMAS PSICOLÓGICOS QUE SE
EFECTÚAN EN EL INSTITUTO DE FAMILIA Y VIDA DE LA UNIVERSIDAD
PONTIFICIA BOLIVARIANA SECCIONAL BUCARAMANGA.**

JHON HENRY PINZÓN TARAZONA

ID: 000167894



**UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
SECCIONAL DE BUCARAMANGA
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

2018

**APOYO A LOS PROCESOS Y PROGRAMAS PSICOLÓGICOS QUE SE
EFECTÚAN EN EL INSTITUTO DE FAMILIA Y VIDA DE LA UNIVERSIDAD
PONTIFICIA BOLIVARIANA SECCIONAL BUCARAMANGA.**

JHON HENRY PINZÓN TARAZONA

ID: 000167894

TRABAJO DE GRADO EN LA MODALIDAD DE SERVICIO SOCIAL

Supervisora:

Psi. CLAUDIA LILIANA RICO GÓMEZ



**UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
SECCIONAL DE BUCARAMANGA
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

2018

AGRADECIMIENTOS

A Dios por guiarme y permitirme culminar esta etapa, por darme el discernimiento necesario para que mis pasos fueran firmes y ayudarme a superar todas las dificultades que se hicieron presentes.

Agradezco a la Universidad Pontificia Bolivariana Seccional de Bucaramanga por haberme aceptado y ser parte de ella, como también a los diferentes docentes que me brindaron sus conocimientos, experiencias y apoyo para lograr mi meta de ser parte de esta gran familia en la facultad de psicología.

A mi familia, por todo el apoyo, las palabras de aliento y su compañía que son el motor que me impulsa a ser mejor a cada instante, para así cumplir mis metas y continuar con nuevas.

Finalmente, a todas aquellas personas, familiares, amigos (as) y mi asesora Claudia Liliana Rico Gómez por haberme brindado su amabilidad, capacidad y conocimientos como psicóloga, por su paciencia y comprensión necesaria para guiarme durante todo el desarrollo de mi servicio social. De esta forma y con el acompañamiento de todas estas excelentes personas que aportaron en la construcción de mí ser personal y profesional.

“Si he visto más lejos es porque estoy sentado sobre los hombros de gigantes”.

Isaac Newton

TABLA DE CONTENIDO

Tabla de contenido	4
Resumen	5
Abstract	6
Introducción	7
Justificación	8
Objetivos generales	10
Objetivos específicos	10
Referentes teóricos	11
Metodología	15
Participantes (población cubierta)	15
Procedimiento	15
Instrumentos	16
Resultados	17
Discusión	25
Conclusiones	27
Recomendaciones	28
Referencias	29
Anexos	34
Talleres	34
Consentimiento	102

RESUMEN GENERAL DE TRABAJO DE GRADO

TITULO: APOYO A LOS PROCESOS Y PROGRAMAS PSICOLÓGICOS QUE SE EFECTÚAN EN EL INSTITUTO DE FAMILIA Y VIDA DE LA UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA SECCIONAL BUCARAMANGA.

AUTOR(ES): JHON HENRY PINZÓN TARAZONA

PROGRAMA: Facultad de Psicología

DIRECTOR(A): CLAUDIA LILIANA RICO GÓMEZ

RESUMEN

La imagen, concepto o percepción de "familia" en la actualidad se ha tergiversado, hasta el punto de no tener un lugar ideal para entenderla o tomarla, ya que a medida que pasa los años se debe adaptar a los diferentes cambios que se dan en su entorno, por esta razón se debe tratar como fundamento o inicio, ya que es la primera instancia del individuo su lugar de aprendizaje que conlleva a entender el sentido de ser persona, de construir una sociedad con sentido, con una estructura que se pueda entender; la familia se da a partir de etapas, valores y principios. Por esto es necesario, establecer parámetros que apoyen la realidad de las comunidades vulnerables, ya que los valores han cambiado, brindar herramientas de apoyo para que las familias puedan hacerle frente a las dificultades que se presentan en su diario vivir. El desarrollo del trabajo de grado en calidad del servicio social en el Instituto Familia y Vida con enfoque social-educativo, a través de una metodología cualitativa desde una base sistémico-espiritual y la observación participante, este tienen como objetivo plantear nuevas hipótesis a medida que se trabaja y adaptando a la población (que aproximadamente fue 320 personas entre niños, jóvenes y adultos), Esta labor utilizo diferentes materiales didácticos que facilitaban el proceso de enseñanza y aprendizaje, talleres reflexivos, este como recurso para adaptar las actividades, manifestar su punto de vista, trabajo en grupo, socialización todo enfocado en la práctica en su diario vivir; a medida que se iba trabajando en los temas, se tomaban los resultados e impresiones, las cuales mostraban un cambio progresivo en la población, se continuo un trabajo enfocado en la promoción, de hábitos saludables, al desarrollo individual, reestructuración del proyecto de vida en pos de generar nuevas metas en jóvenes y adultos.

PALABRAS CLAVE:

Familia, Instituto Familia y Vida, taller, sistémico-espiritual y aprendizaje.

V° B° DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

GENERAL SUMMARY OF WORK OF GRADE

TITLE: SUPPORT FOR THE PSYCHOLOGICAL PROCESSES AND PROGRAMS THAT ARE CARRIED OUT AT THE INSTITUTE OF FAMILY AND LIFE OF THE UNIVERSITY PONTIFICIA BOLIVARIANA SECTIONAL BUCARAMANGA.

AUTHOR(S): JHON HENRY PINZÓN TARAZONA

FACULTY: Facultad de Psicología

DIRECTOR: CLAUDIA LILIANA RICO GÓMEZ

ABSTRACT

The image, concept or perception of "family" at present has been distorted, to the point of not having an ideal place to understand or take it, since as the years pass it must adapt to the different changes that occur in its environment, for this reason should be treated as a foundation or beginning, since it is the first instance of the individual its place of learning that leads to understand the meaning of being a person, to build a society with meaning, with a structure that can be understood ; the family is based on stages, values and principles. This is why it is necessary to establish parameters that support the reality of vulnerable communities, since values have changed, provide support tools so that families can face the difficulties that arise in their daily lives. The development of the degree work in social service quality in the Family and Life Institute with a social-educational approach, through a qualitative methodology from a systemic-spiritual basis and participant observation, this has the objective of proposing new hypotheses as we work and adapt to the population (approximately 320 people including children, youth and adults), This work used different teaching materials that facilitated the teaching and learning process, reflective workshops, this as a resource to adapt activities, manifest your point of sight, group work, socialization all focused on the practice in his daily life; As the topics were being worked on, the results and impressions were taken, which showed a progressive change in the population, a work focused on promotion, healthy habits, individual development, restructuring of the life project in to generate new goals for young people and adults.

KEYWORDS:

Family, Family and Life Institute, workshop, systemic-spiritual and learning.

V° B° DIRECTOR OF GRADUATE WORK

INTRODUCCIÓN

El Instituto de Familia y Vida de la UPB es una unidad académica, interdisciplinaria, investigativa y de servicios a la luz de los principios cristianos, que colabora con la difusión, promoción y desarrollo de la calidad de vida de las familias Santandereanas, sus miembros y de la sociedad en general. Como principales objetivos es la de potenciar espacios de interacción social sus miembros y la comunidad, privilegiando la atención integral y apoyando el descubrimiento del sentido de vivir con alegría en relación con el evangelio de la vida.

Como misión del instituto está la formación integral de las personas que la constituyen, mediante la evangelización de la cultura, la búsqueda constante de la verdad, en los procesos de docencia, investigación, proyección social y la reafirmación de los valores desde el humanismo cristiano, para el bien de la sociedad. Tiene como visión, ser una institución católica de excelencia educativa con liderazgo ético, científico, empresarial y social al servicio del país.

A través de los convenios el Instituto de Familia y Vida brinda talleres, charlas, foros que permiten un acercamiento a las diferentes realidades de poblaciones vulnerables como instituciones educativas, de pareja, adolescentes y consumidores de SPA, entre otros; por esta razón la relevancia de la intervención del psicólogo pasante en calidad de servicio social, en procesos que conllevaron a mejorar la calidad de vida de estas personas y de sus familias desde la perspectiva humanista/espiritual la cual es la principal misión del instituto.

Las instituciones intervenidas como colegios públicos, parroquias, Corporación hogares Crea, entre otros; poseían diagnósticos previos en referencia a comportamientos disruptivos en niños y jóvenes, conflictos de pareja y consumo de sustancias psicoactivas en adultos. Para lo cual se intervino a través de la metodología talleres reflexivos y la observación participante, permitiendo la libre colaboración y expresión de cada una de las poblaciones afectadas. Como actividades satélites se apoyó los programas de Radio Católica, primeros auxilios psicológicos, charlas en parroquia, y a padres de familia. Finalmente se concluye que el desarrollo de Servicio Social con una evaluación de las actividades y retroalimentación con las poblaciones trabajadas, de esta forma se deja un proceso que continuará formando, apoyando y fortaleciendo a estas comunidades en Santander.

JUSTIFICACIÓN

La imagen, concepto o percepción de “familia” en la actualidad se ha tergiversado, hasta el punto de no tener un lugar ideal para entenderla o tomarla, ya que a medida que pasa los años se debe adaptar a los diferentes cambios que se dan en su entorno, por esta razón se debe tratar como fundamento o inicio, ya que es la primera instancia del individuo su escuela o lugar de aprendizaje que conlleva a entender el sentido de ser persona, de construir una sociedad con sentido, con una estructura que se pueda entender; la familia se da a partir de etapas, valores y principios. Seguidamente, la familia brinda diferentes factores protectores, herramientas que el individuo puede alcanzar, a medida que pasa el tiempo irán cambiando para un mejor uso en los diferentes entornos que se manifiestan a medida que se crece y se vive en sociedad. Asimismo, Beck (2000) señala que la familia constituye una realidad multidimensional, con una continua simbología que sobrepasa a cada individuo y generación; por lo que la unión o conformación de la misma, articula el tiempo, la historia dentro de un sistema unificado dando significado a sus acciones y al mundo que los rodea, sustentando, nutriendo la vida de cada miembro. Así pues, como todo grupo social forja una imagen de sí misma que sea representativa, y se ira renovando por pequeños hechos que se dan a medida que pasa el tiempo (citado por Valero & Cruz, 2012)

Por esta razón, es importante impulsar la participación de la familia en la escuela es un punto clave y siendo conscientes (tener un objetivo real y dentro del plan de vida), que las condiciones han cambiado, ya no son las mismas de hace veinte años, en que los padres tenían el poder de elegir, estos decidieron tener un actitud muy convencional, “los padres no votaron, pero en protestar por todo sí son los primeros”; Creo que en muchas familias, los deberes como ciudadanos se han trasmutado en derechos como consumidores. (Bolívar, 2006)

Por esto es necesario, establecer parámetros que apoyen la realidad de las comunidades vulnerables, ya que los valores han cambiado, brindar herramientas de apoyo para que las familias puedan hacerle frente a las dificultades que se presentan en su diario vivir. En consecuencia, el instituto familia y vida (IFV) en los diferentes convenios, promueve los valores y fortalezas a través de talleres (reflexivos), charlas y foros, por medio del trabajo conjunto del psicólogo pasante en calidad de servicio social, el cual apoya y

promueve estas actividades, permitiendo un acompañamiento educativo y social, de esta forma se atenderán las problemáticas presentes, en esta medida se dará un desarrollo integral en la comunidad, además de aporta por medio de la formación, práctica, experiencia y crecimiento en el proceso académico. Todo esto con el fin de promover la disminución de la violencia en la familia y en la sociedad; ya que una sociedad bien formada es una sociedad bien cimentada.

OBJETIVOS

Objetivo general

- Apoyar desde el área de psicología los diferentes programas que se llevaran a cabo en el Instituto de Familia y Vida de la ciudad de Bucaramanga.

Objetivos específicos

- Fortificar las estrategias de afrontamiento y proyecto de vida por medio de talleres educativos en los estudiantes del colegio Roberta García Peña y colegio María Goretti.
- Acompañar todos los programas realizados, producción editorial y medios dentro del Instituto de Familia y Vida.
- Reforzar las estrategias de afrontamiento en los jóvenes y adultos que residen en hogares CREA.
- Apoyar en el proceso y desarrollo de los talleres de primeros auxilios psicológicos (PAP I y II) que se realizaran en el Instituto de Familia y Vida.

REFERENTES TEÓRICOS

Ante el auge del avance tecnológico, ciencia, salud, educación entre otros, la dinámica dentro de la sociedad ha cambiado a un ritmo sobresaliente, a su vez la participación de los miembros de la primera escuela han sido afectados, esto ha llevado a que se tergiversa su objetivo inicial, llevándola a un ciclo de confusión y de tensión. La importancia de la familia, en la senda de la escuela, la forma de la dinámica social en que se desenvuelven los estudiantes.

La familia, como esa primera instancia, en la que los primeros hombres se educaban a través del contacto y la relación sus miembros, y así aprendían la estructura de la sociedad, además del cómo, relacionarse e integrarse con ella para llegar a ser hombres y mujeres equilibrados, estables, con un proyecto de vida adecuado, y que se puede alcanzar. Así como la familia tiene valor social, también tiene un valor constitucional dentro del estado, por esto dentro de la constitución política de Colombia, (1991) Ley 42, en la cual manifiesta que:

“La familia es el núcleo fundamental de la sociedad. Se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformarla. El Estado y la sociedad garantizan la protección integral de la familia.”

Así mismo, el concepto de familia tiene una variabilidad, pero “tradicionalmente se ha considerado como la más universal de las instituciones sociales, la unidad básica de la sociedad y la fuente de las primeras y más poderosas influencias a las que está expuesto el individuo en todas las sociedades (Martínez González, 1996; White, 1979 cita dos por observatorio de infancia, 2006) Por otra parte, Malde Modino (2012) hace referencia desde la psicología:

[...] como la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se supone duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, en el cual existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia (citado por Oliva & Villa, 2014, p.16)

Finalmente, Beck (2000) señala que la familia constituye una realidad multidimensional, con una continua simbología que sobrepasa a cada individuo y generación; por lo que la unión o conformación de la misma, articula el tiempo, la historia dentro de un sistema unificado dando significado a sus acciones y al mundo que los rodea, sustentando, nutriendo la vida de cada miembro. Así pues, como todo grupo social forja una imagen de sí misma que sea representativa, y se ira renovando por pequeños hechos que se dan a medida que pasa el tiempo (citado por Valero & Cruz, 2012)

Añadiendo lo anterior, la dinámica familia también es un punto de gran importancia; Viveros y Arias (2006) resaltan que “la dinámica hace referencia a la movilidad que se da en el clima relacional que construyen los integrantes de la familia para interactuar con ellos mismo y con el contexto externo” (p. 6 citados por Viveros & Vergara, 2013), así mismo, cuando no se da una formación adecuada puede repercutir dentro de la formación integral de sus miembros de forma negativa, alterando la relación que debe tener con las otras secciones que constituyen la sociedad, en nuestros interés “la escuela”, igualmente, la familia es el grupo humano más cercano al niño, en el cual vive e interactúa con otras personas, está llamada a jugar una posición de privilegio en la mediación del desarrollo psicológico de sus hijos, al tener la responsabilidad de comenzar su interacción con el niño antes que cualquier otro agente educativo. (Bell, Illian & Benito, 2010)

En la actualidad la violencia o agresividad entre escolares es un tema de gran relevancia, principalmente, en las instituciones o escuelas, por esta razón es importante conocer las características del alumno violento y cómo afecta su ambiente, desempeño y desarrollo en la institución. Este aspecto muestran un incremento paulatino de las incidencias violentas, situándose en un índice cercano al 40%, de igual modo se pone en manifiesto que la agresividad entre escolares influye a un gran número de niños y adolescentes, afectando tanto a su rendimiento académico como a su desarrollo personal por lo que, la víctima de agresión, puede desarrollar graves síntomas de ansiedad, percibiendo el ambiente escolar como aversivo y amenazante (Cerezo, 2006; Piñuel y Oñate, 2005 citados en Martorell, González, Rasal & Estellés, 2009).

El joven que presenta un comportamiento violento muestra dos elementos dentro de su inteligencia emocional que son de suma importancia dentro del trabajo terapéutico: el auto control y empatía. Por consiguiente, Olweus (1991 citado por Martorell, González, Rasal & Estelles, 2009) señala que los niños y adolescentes agresivos son impulsivos, tienen la necesidad de dominar a sus compañeros y no muestran empatía por las víctimas de sus agresiones. Por esta razón es importante que los padres sean agentes activos en el ambiente educativo, dejando a un lado las evasivas y tomar toda responsabilidad, sensatez y con un objetivo claro, que es el bienestar personal de sus hijos.

Seguidamente, salvaguardar una sana participación de los padres de familia dentro del contexto educativo es de gran relevancia, no solo desde la perspectiva en psicología educativa-social, sino a partiendo del desarrollo adecuado del niño; ya desde la década de los noventa Skinner y Welbom, (1994) señalan que las primeras relaciones familiares interactúan con las disposiciones del niño pequeño, muy tempranamente. La calidad de estas relaciones interpersonales tiene que ver con la habilidad de los niños para afrontar la amenaza (citado por Richaud De Minzi, 2005), las cuales se presentan en su ambiente educativo, por otra parte Sandler, Wolchick, MacKinnon, Ayers y Roosa, (1997) señalan la importancia de una sana relación, en correlación con la resolución del problema o un primer paso en el niño:

Existe consistente evidencia de que los niños que perciben un alto nivel de apoyo de parte de sus padres son más adaptativos y que reduce los efectos negativos de los estresores sobre la salud mental de los niños. La percepción de parte del menor de que sus padres les proveen apoyo aumenta su autoestima, su sentido de integración social, la percepción de control y la efectividad de sus afrontamientos. (Citado por Richaud De Minzi, 2005)

Por esta razón, impulsar la participación de la familia en la escuela es un punto clave y siendo conscientes, que las condiciones han cambiado, ya no son las mismas de hace veinte años, en que los padres tenían el poder de elegir, estos decidieron tener un actitud muy convencional, “los padres no votaron, pero en protestar por todo sí son los primeros”; Creo que en muchas familias, los deberes como ciudadanos se han trasmutado en derechos como consumidores. (Bolívar, 2006)

Ahora, comenzando en la escuela como centro de formación integral, y su relación con la familia, se ha establecido dentro de una particular característica como “pendiente”, ya que no se marcó una vía concreta, por ello Dubet (1997) afirma “que existe una paz armada entre la escuela y familia y pone en evidencia, como otros, el uso de vocabulario bélico para referirse a esta relación” (p.9) lo más adecuado, es establecer un nuevo contacto entre familia y escuela para reproducir una nueva o renovada relación, en que la escuela se encarga de educación, docentes libres puede ejercer su derecho como educadores y los padres defender sus intereses y los de sus hijos. (Citado por Garreta & Llevot 2007); por otra parte este dialogo se puede diferir por los "tipos" de actores involucrados en este diálogo. Los padres y los maestros son en cierto sentido dos "mundos" diferentes porque inicialmente cumplen roles muy distintos. Los padres pertenecen a la esfera privada: su tarea fundamental es la educación de sus hijos y, por lo tanto, la transmisión del conocimiento espontáneo (reglas de vida) (Thollembeck, 2009). Los docentes como profesionales en la academia, se encargan de la formación integral de estudiante, enfocando su enseñanza al campo del saber y de emprender nuevos objetivos.

La adquisición de elementos de apoyo es de gran importancia, aún más en las primeras etapas donde el niño empieza a reconocer sus límites, tener relaciones con otros y aprender nuevas cosas; el ámbito educativo y social puede ser impactante para el menor, todas estas experiencias forman una perspectiva individual, que definen hasta un punto para que se pueda comprender su esencia individual; cuando se da un enfoque negativo o sin ningún objetivo se evidencia elemento no grato que conlleva a establecer metas erróneas o inesperadas, Víctor Frankl (1988, 2003a) lo describe como un vacío existencial ocasionado por la pérdida del instinto y de la tradición, lo que origina que el hombre actual no sepa lo que debe hacer. Los síntomas sociales del vacío existencial se manifiestan por medio de la drogadicción, agresión y depresión/suicidio. (Citado por Avellar De Aquino, Veloso, Salvino, & Bandeira, 2017)

METODOLOGÍA

El desarrollo del trabajo de grado en modalidad, Servicio social, se realizó a través de una metodología cualitativa desde un enfoque sistémico-espiritual, este tienen como objetivo plantear nuevas hipótesis a medida que se trabaja y adaptando los talleres a la población.

Participantes (Población cubierta)

Durante las actividades realizadas en los cuatro meses del Servicio Social, se trabajó con las diferentes instituciones que mantiene un convenio con el Instituto de Familia y Vida las cuales son: Colegio Santa María Goretti Bucaramanga (Santander) en las Sede B y C, Colegios Roberto García Peña Girón (Santander) en las sede B y C, Hogares Crea, asimismo con las diferentes parroquias y agentes de pastoral familiar, Curso de primeros Auxilios Psicológicos (PAP, nivel I-II) abierto a todo público y el programa Radial, “familia y vida”.

Procedimiento

Teniendo en cuenta el interés del Instituto de Familia y Vida por brindar atención y acompañamiento a la luz de los principios cristianos; Se dieron a conocer los lugares de práctica (instituciones que solicitaban los servicios de instituto), asimismo se tuvo un primer encuentro con las comunidades, además con los profesionales de la institución, y/o directivos de la misma, estos ya poseían una perspectiva específica o general de los contextos con mayor relevancia; en seguida se realizó la selección de los temas con mayor relevancia para afrontar las problemáticas, estas eran: comportamiento disruptivo en el aula de clase (y en el hogar), manejo de las emociones, pautas de crianza, estrategias de afrontamiento, proyecto de vida y vocacional.

Consecutivamente, se dio inicio a las actividades en cada lugar, además se empleó como instrumento pedagógico los talleres reflexivos y la técnica de observación participante este como recurso para adaptar de una mejor forma las actividades; por otra parte en la Corporación Hogares Crea, se empleó los mismos instrumentos para apoyar de una mejor forma, el proceso de rehabilitación en SPA con esto los participantes pueden manejar un espacio de reflexión, exponer sus ideas, puntos de vista, dudas, comentarios y socializar sobre el tema, a medida que se trabajaba se iban adaptando las actividades para que fueran más

dinámicas y participativas, los contenidos abordados fueron: inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento, sexualidad, autoconocimiento (todo lo relacionado con su ser personal), y proyecto de vida.

Instrumentos

El taller, como medio de aprendizaje, ha sido una herramienta que promueve la reflexión, acción y permite el análisis de situaciones reales del contexto donde se viven, a la vez que potencia la constitución y desarrollo de alternativas de solución. Además, plantea una educación humanizante, donde cada persona es el agente de su propia transformación; una educación crítica, bajo la cual a los sujetos se les potencia su actitud crítica para interpretar y valorar la realidad; una educación vial lógica, que propenda por la capacidad de escuchar al otro antes de responder, y de discutir antes de juzgar y; una educación concientizadora que propende por la acción de reflexionar. (Gutiérrez, (s. f., s. pag.). citado por hincapié & López, 2011)

El taller reflexivo es un instrumento pedagógico y socializador; este es considerado como eje central metodológico del trabajo con grupos familiares, en él se aprende a pensar y actuar en equipo, donde se orienta la comunicación constante con la realidad personal y social, todo esto desde una posición crítica. (Gutiérrez, 2003).

Es también es un procedimiento pedagógico, en el cual los participantes asumen problemáticas y temáticas específicas a través de una postura integradora, donde se privilegia la reflexión y la articulación de la teoría con la práctica como fuerza motriz del proceso, y donde se orienta la comunicación constante con las realidades personales y sociales. Supone también pensar a los sujetos como actores activos y como seres autónomos, capaces de pensar por sí mismos, con sentido crítico, que toman en tanto su punto de vista como el de los demás. (Gutiérrez, (s. f., s. pag.). citado por hincapié & López, 2011)

En observar un fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis, un elemento fundamental de todo proceso de investigación en el aula, pues en ella se apoya el investigador para obtener la mayor cantidad posible de dato (Gutiérrez, 2007). Se caracteriza por ser una técnica de tipo exploratorio que permite acceder a aspectos

nuevos o señalar los que son de mayor interés, es una herramienta práctica en el campo social ya que hay mayor comprensión del contexto en que se está trabajando.

RESULTADOS

A continuación se presentarán las instituciones con las cuales se trabajaron y mantienen convenio con el Instituto de Familia y Vida. (Tabla, 1)

Institución	Población	Temática abordada	Numero de talleres.
Colegios Roberto García Peña Girón (Santander) en las sede B	Primaria 117, niños y niñas (Grados segundo y tercero)	Inteligencia emocional (manejo de las emociones), estrategias de afrontamiento, proyecto de vida.	7
Colegios Roberto García Peña Girón (Santander) en las sede C	Primaria 30 niños y niñas (Grados segundo y tercero)	Inteligencia emocional (manejo de las emociones), estrategias de afrontamiento.	7
	Secundaria: 89 estudiantes (décimo y once grado, adolescentes)	Orientación vocacional, proyecto de vida y auto conocimiento.	3
Colegio Santa María Goretti Bucaramanga (Santander) en las Sede B	Primaria: 12 niñas (Grados segundo y tercero)	Inteligencia emocional (manejo de las emociones), estrategias de afrontamiento, proyecto de vida.	8
Colegio Santa María Goretti Bucaramanga (Santander) en las Sede C	Primaria 30 Niños y niñas (Grados segundo y tercero)	Inteligencia emocional (manejo de las emociones), estrategias de afrontamiento, proyecto de vida.	8
Hogares crea	24 hombres (jóvenes y adultos)	Estrategias de afrontamiento, sexualidad, inteligencia emocional, proyecto de vida,	9

		masculinidades, autoestima, auto control, entre otros	
Programa Radial, "familia y vida".	Todos los oyentes que sintonizaban Radio Católica Metropolitana,	Pautas de crianza Sexualidad Mitos y estereotipos de la vejes Como tener una saludable vejes Jubilación Comunicación en familia El valor de la familia, entre otros.	10
PAP	13 hombre y mujeres (adultos jóvenes y medios)	Primeros auxilios psicológicos.	4

Tabla, 1. Descripción de los participantes

Como primera instancia la labor con las instituciones educativas estuvo enfocado a mejorar el comportamiento y comprender en mayor medida las emociones, esto trabajado en los estudiantes de primaria.

Dando inicio al convenio con el colegio Roberto Gracia Peña (Girón), se dio como medida bajar los índices de deserción, pero se evidenció la falta de empatía, mejoramiento del comportamiento y manejo de las emociones en los estudiantes de primaria, además de dar a conocer los servicios del Instituto de Familia y Vida.

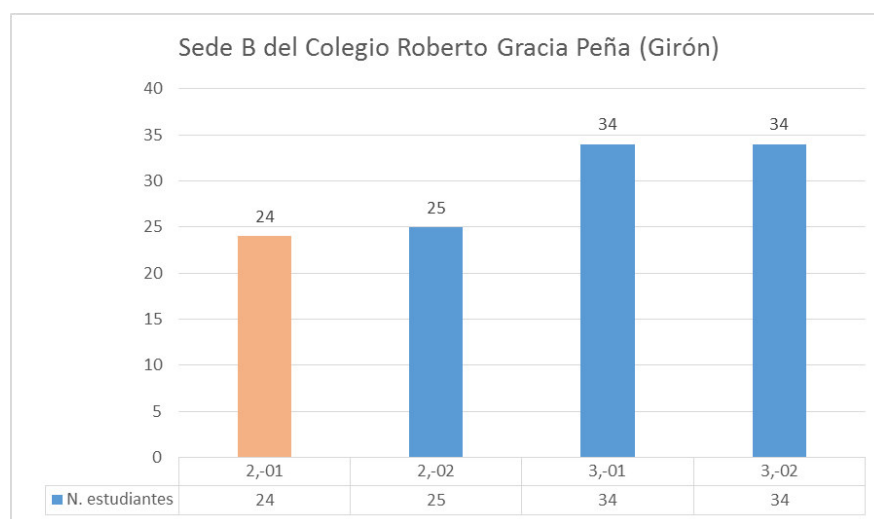


Tabla 2: sede B niños y niñas abordados en los diferentes salones

En la sede B del Colegio Roberto Gracia Peña (Girón), se trabajó con los estudiantes de los grados 2-01; 2-02; 3-01; 3-02, luego de hablar con los coordinadores se evidencia que ciertos elementos socio-afectivos eran los generadores de las dificultades y problemas del salón de clases. Se trabajó con un total de 117 estudiantes (población mixta). (Ver tabla, 2) Por otra parte, por eventos escolares y compromisos académicos se optó por escoger un grupo focal en el último mes para concretar las actividades y lograr con el cumplimiento en los talleres, el grado seleccionado fue 2-01 (24 estudiantes) ya que había mejor calidad en el ambiente y trabajo con los estudiantes.

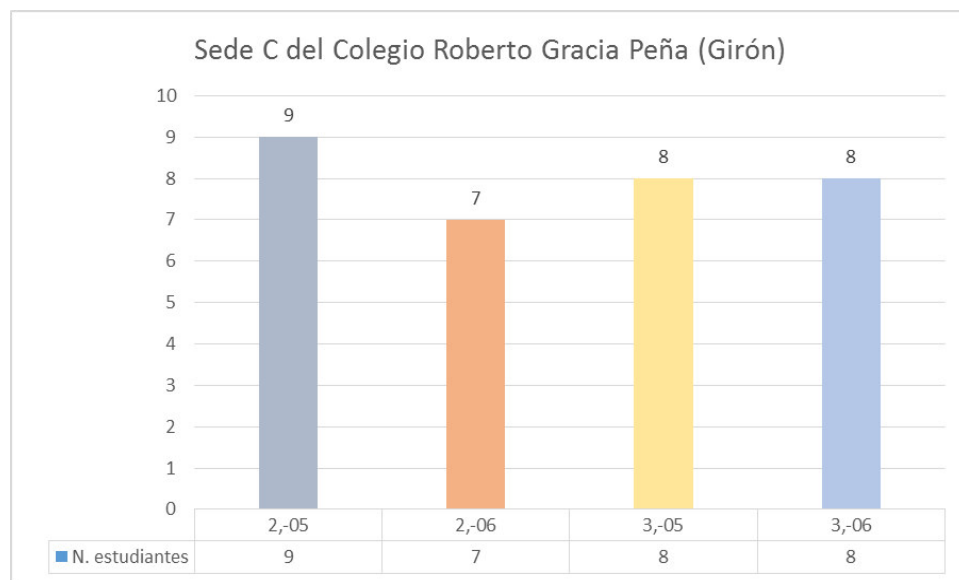


Tabla 3: sede C niños y niñas abordados en los diferentes salones

En la sede C, se trabajó con los estudiantes que fueron seleccionados previamente por los docentes de los grados 2-05; 2-06; 3-05; 3-06; de igual forma mantiene la misma problemática, y la población con las que se trabajaron en la sede C fueron 34 estudiantes (población mixta) (ver tabla 3). Posteriormente de realizar los seis talleres en la sede C y siete en la sede B, se pudo evidenciar el trabajo realizado con los estudiantes, y la participación de los docentes, dentro de las temáticas abordadas frente a la comprensión las emociones, de cómo manejarlas, en qué medida emplear estrategias de afrontamiento y la elaboración de un proyecto de vida (enfocado en ellos mismos, el colegio (docentes y compañeros de clase) y su familia), permitieron una mayor gestión frente a las situaciones que se presentaba en al aula de clase y en su hogar; finalmente se comprobó en los últimos

talleres una respuesta más asertiva y rápida por los estudiantes (esto de forma progresiva), además ante los espacios de socialización expresaban de forma clara los conceptos y ejemplos que se trabajaron.

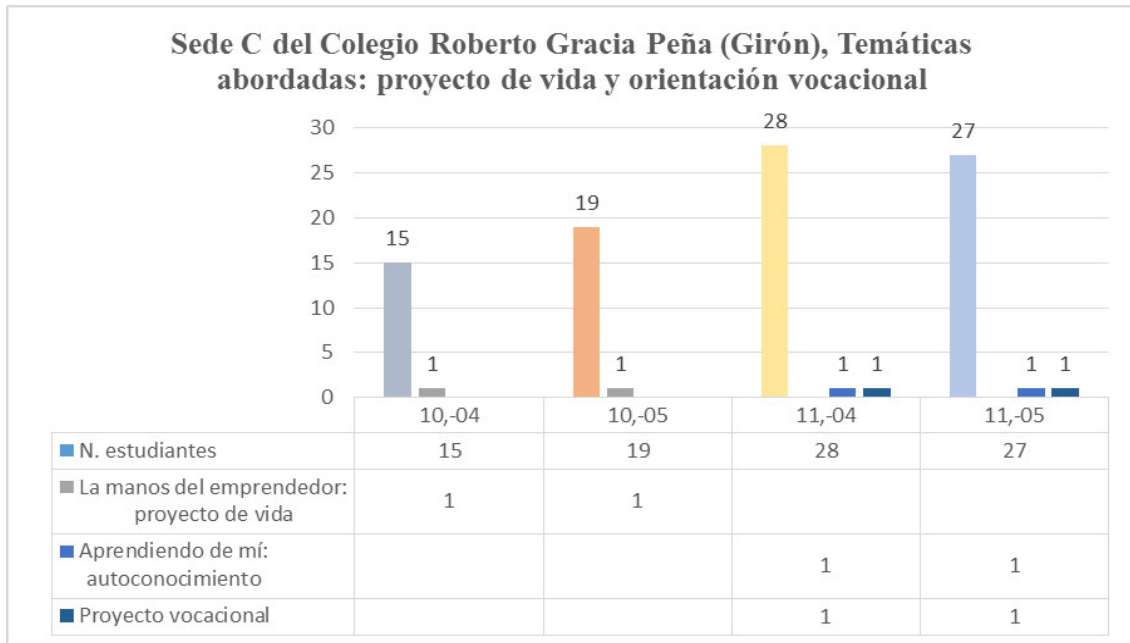


Tabla 4: sede C adolescentes (mixto), abordados en los diferentes salones y temas

Siguiendo con la labor en la sede C se trabajó con los estudiantes de los dos últimos grados de secundaria (decimo y once), 10-04; 10-05; 11-04; 11-05, con ellos se abordaron los temas de autoconocimiento enfocado en el aspecto profesional, proyecto de vida y vocacional (Ver, tabla 4); en este grupo se enfocó en saber cuáles eran sus habilidades, planes, metas a futuro en su vida profesional, se socializaron varios puntos de vista donde se evidenciaba la comprensión del tema, solución de dudas, asesoramiento y, búsqueda de recursos; por último, se finalizó exitosamente cada taller, con un buen trabajo en equipo y su autoevaluación de cada uno por parte de los estudiantes.

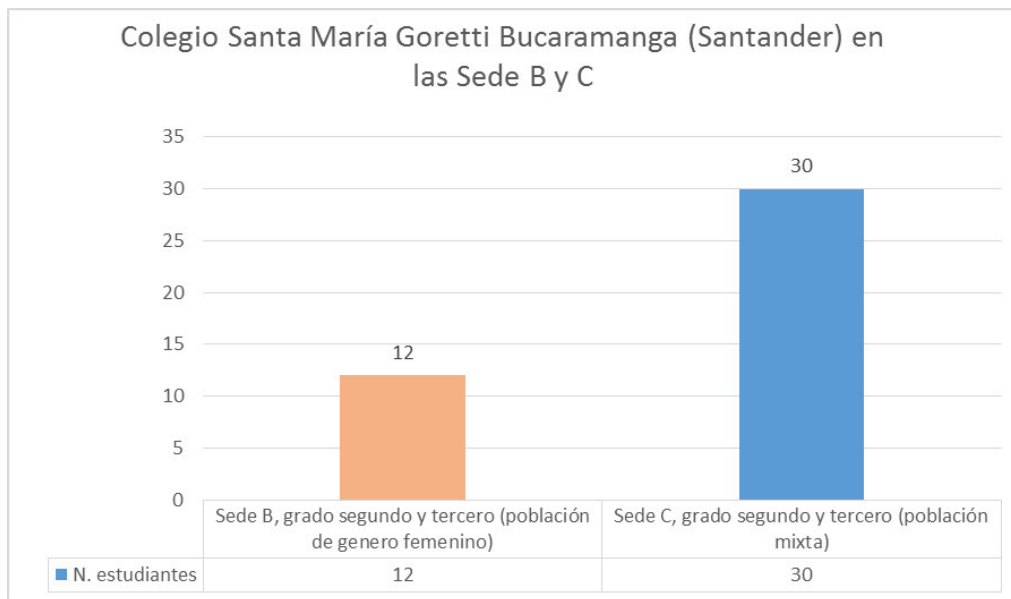


Tabla 5: sede B y C niños y niñas abordados en los diferentes salones

En el Colegio Santa María Goretti Bucaramanga (Santander) en las Sede B se ha trabajado con los estudiantes (población mixta) de los grados segundo y tercero de primaria, estos fueron seleccionados por la trabajadora social de la institución luego de identificar comportamiento no adecuados en el aula de clase, las temáticas trabajadas fueron: Estrategias de afrontamiento, proyecto de vida, reconocimiento y manejo de las emociones. (Ver, tabla 5), de igual forma en la sede B se trabajaron con estudiantes de género femenino de los grados segundo y tercero de primaria, se empleó la misma temática; acto seguido se evidenció la comprensión de cada tema a medida que se iba trabajando dentro de los espacios de socialización, hay una adecuada manifestación en sus emociones y, reconocimiento en los otros; por último, los estudiantes emplean diferentes formas de solución, ya sea buscando un docente, coordinadora, alejándose del lugar y facilitando una respuesta no violenta; en las dos sede (B y C) se trabajaron ocho talleres con cada grupo.

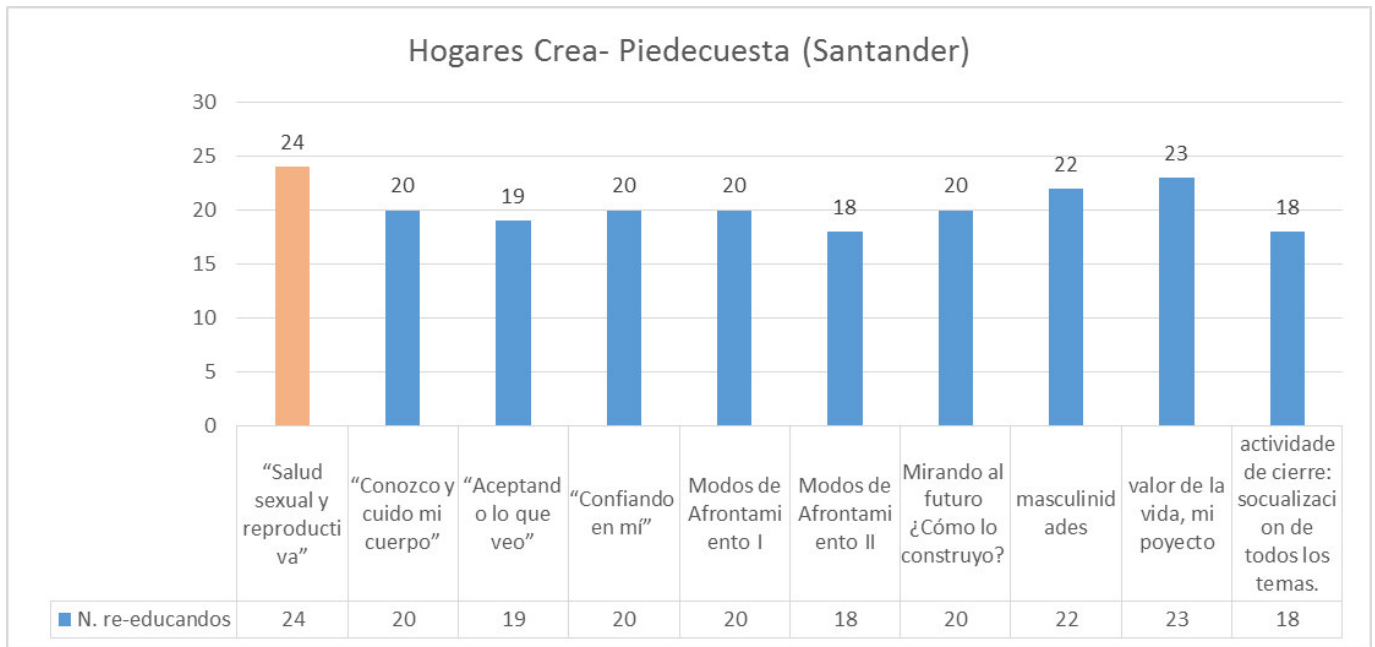


Tabla 6: hogares Crea, número de participantes y sus respectivos talleres

Por otra parte, se ha trabajado con los re-educandos, los cuales son adolescentes, jóvenes y adultos, en Hogares Crease se inició con 22 personas, número que luego disminuyó y que posteriormente volvió a aumentar, las edades de estos oscilaban entre los 18 a los 50.

En Hogares Crea se trabajó con los re-educandos, en un inicio con 24 personas entre adolescentes y adultos que están en la etapa de progreso en superar sus adicciones en diferentes tipos de SPA, así mismo la institución cuenta con el espacio necesario para el buen desarrollo de las actividades. Los talleres realizados fueron nueve con una actividad de cierre. (Ver, tabla 6)

Hogares Crea fue una institución con la que más se trabajaron diferentes temáticas, dando un mayor abordaje; los talleres reflexivos que se desarrollaron están enfocados en el apoyo en su proceso, así mismo se trabajaron las estrategias de afrontamiento, junto con la inteligencia emocional, la autoeficacia, la autoimagen, autoconcepto, autoeficacia, sexualidad, proyecto de vida (sentido de la vida, como una forma proyectiva), un tema enfocado en su masculinidad; de esta forma se favoreció a los re-educandos en su dimensión psico-afectiva buscando disminuir la problemática de adicciones a sustancia psicoactivas,

pornografía y juegos de azar, finalmente se realizó una actividad de cierre, en la cual se socializo la mayoría de temas, exponiendo sus ideas y concretado lo que aprendieron, ya sea en una palabra, dibujo o por escrito.

Por otra parte, durante el periodo en calidad servicio social el IFV, fue posible trabajar con diferentes comunidades, en las cuales se realizaron varias actividades; estas permitieron mayor aprendizaje, fortalecimiento profesional, afianzar una imagen clara en la labor como psicólogo de la UPB.

Temas abordados en el programa Familia y vida, en Radio católica metropolitana 1450 am
- El papel de los padres en las tareas escolares
- Padres exitosos en el ejercicio de la autoridad
- Identidad femenina y masculina
- Mitos y estereotipos de la vejez
- Pautas para tener una vejez saludable
- Preparación para la jubilación y el papel de la familia en este proceso
- Cómo tener una sana comunicación en la familia
- Hábitos saludables en la familia
- El valor de la familia
Tabla, 7. Programas radiales.

Por otra parte, se realizaron diferentes programas en Radio Católica Metropolitana 1450 m cada semana o a veces cada quince días; se trabajaron un total nueve temáticas, en ciertas ocasiones se repitieron por petición de los oyentes; en ellos se trataron diferentes contenidos que están dentro de la contexto de la familia y sus problemáticas, de igual forma se dieron pautas a sustentadas desde el campo psicológico, espiritual y eclesial. Asimismo se recibieron diferentes llamadas para responder dudas o exponer sus puntos de vista, todo esto complemento e enriqueció el lugar de trabajo, brindado un espacio de calidad para todas las personas que estaba atentas en sus radios. (Ver, tabla 7)

Se ha trabajado con la Pastoral familiar, en los grupos pastoral de las diferentes parroquias y catedrales de la arquidiócesis de Bucaramanga, estas son: Catedral de la Sagrada Familia con los agentes de pastoral familiar se tratan diferentes temas enfocados en duelo, pautas de crianza, familia, pareja, comunicación asertiva; además, se da la invitación en ser parte en un evento centrado en la pareja y sus dimensiones, donde asistieron veinte parejas;

de la misma forma, en la Parroquia Nuestra Señora de Fátima, se dio una charla sobre restableciendo el vínculo, padres con hijos adolescentes, en ella se brindó la información enfocada en el adolescente en la actualidad, además de la perspectiva de ellos y la de sus padres, de la misma forma se dio un espacio para preguntas y aportes; en la Iglesia María Reina de Las Misiones, se dio una charla para adolescentes sobre manejo de Relaciones interpersonales, en ella se indicaron formas o estrategias de afrontamiento enfocadas en su diario vivir, se dieron varias situaciones para que en grupos emplearan lo aprendido. Por último, se realizó en la institución educativa Santa María Goretti la “Escuela de Padres”, en ella trato la temática, sobre la participación activa de los padres de familia en el ámbito educativo y sus beneficios en los estudiantes, mostrando los puntos positivos para ellos, sus hijos, los docentes y colegio; así mismo en la colegio Gonzalo Jiménez Navas sede C, se brindó una charla sobre pautas de crianza a padres con hijos en cuarto y quinto de primaria, además se recalcó la importancia de su participación en el proceso educativo; en ella asistieron padres y docentes de la institución.

Por último, se dio un espacio para continuar con el seminario de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) con dos niveles, este tuvo una gran acogida a pensar del poco tiempo para su publicación a toda la comunidad, este estuvo abierto a todo el público, se contó con la participación de agentes de pastoral, profesionales, estudiantes, seminaristas, parejas, y personas en estado de discapacidad. Cada nivel contaba con cuatro módulos.

PAP 1 – ciclo vital

El Curso PAP (Primeros Auxilios Psicológicos), está enfocado en que las personas que trabajan con población tengan habilidades básicas, aunque muy completas, sobre la atención de situaciones vulnerables o de crisis en una primera instancia.

PAP 2 – Familia y pareja

Tiene como objetivo, brindar las competencias suficientes para asumir desde la perspectiva cristiana la realidad de la familia para que pueda asumir y dar respuesta a los retos actuales de forma eficaz, encaminadas al mejoramiento de la calidad de vida de la familia.

DISCUSIÓN

En el desarrollo del trabajo en calidad del servicio social en el Instituto de Familia y Vida en las áreas socio educativa, desde un enfoque sistémico-espiritual, es necesario resaltar el valor y la importancia de la psicología educativa, la cual tiene como objeto de estudio los procesos de enseñanza y aprendizaje en escenarios escolares, sean estos de carácter formal e informal para el desarrollo humano y en el trabajo; teniendo presente la interacción permanente entre los saberes de la psicología y de la educación, así mismo las variables de naturaleza psicológica que intervienen en el proceso educativo, las variables neurocognitivas y socioculturales implicadas en dichos procesos. (Colegio Colombiano de Psicólogos)

Por esta razón, el trabajo con las comunidades vulnerables son de gran relevancia; tratar temas de control de la emociones, estrategias de afrontamiento, para el buen manejo e implementarlas de la mejor manera en el aula de clase, consecutivamente se brindan herramientas o elementos de apoyo a los estudiantes de menor grado (segundo y tercero), en el cual, se evidenció que al explotar estos temas se puede disminuir el comportamiento disruptivo; además a través de nuevos talleres o continuado con el trabajo se reforzara lo aprendido y brindara nuevos resultados. De igual forma, se tuvo, la participación de los padres a través de unas reuniones enfocadas a las pautas de crianza desde el ámbito educativo y la importancia de su participación en este, con esto se dio un acercamiento y, dar a conocer el trabajo que se estaba realizando con sus hijos.

Así mismo, se continuó con la labor frente a la promoción y prevención en los jóvenes y adultos en las estrategias de afrontamiento, proyecto de vida, a través de la inteligencia emocional, apoyándolos en su proceso para que prevalezcan y sean más, de lo que eran cuando consumían SPA, la pornografía y el alcohol; que consiga reconfigurar su imagen y logren replantearse nuevos propósitos; todo esto con la ayuda de los talleres reflexivos que están entrelazados y enfocados en el bienestar , el crecimiento personal, psíquico y espiritual.

Por otra parte, el compromiso que realiza el Instituto de Familia y Vida en sus convenios, es de gran relevancia, además apoyando con los objetivos presentes en el este

proyecto responden a las necesidades percibidas en la comunidad estudiantil, de esta forma se brinda la información pertinente, espacios de formación, interacción sana (escucha activa), tratadas desde los talleres reflexivos, además la formulación de su proyecto de vida y opción vocacional, pensando en el futuro y, actuando en el presente. Toda esta labor, está dirigida en la medida que el individuo pueda y perciba, la forma en que logre utilizar lo aprendido en su en su diario vivir, ya sea en al aula de clase, con sus padres o familiares, amigos o conocidos.

En último lugar, esta labor se dio a partir de un enfoque espiritual-sistémico ya que resalta la labor, eclesial a través del trabajo comunitario, brinda apoyo al que necesite ayuda, además el recalcar los valores cristianos y las facilidades de la teoría sistémica en temas de familia, permitiendo un mejor abordaje en las diferentes temáticas y actividades del instituto, colegios, fundaciones o parroquias; todo este trabajo brindo un valor agregado en el proceso y las actividades de la labor en el servicio social.

CONCLUSIONES

Se evidenció que el Instituto de Familia y Vida abre las puertas a la academia, al trabajo comunitario y en el transcurso de esta gran experiencia, se puede resaltar que se logró abarcar cada uno de los objetivos planteados en las instituciones educativas, abordando los contenidos en función de las problemáticas presentadas a través de un acompañamiento grupal e individual a niños, adolescentes, adultos, parejas y familias, los cuales se trabajaron los temas en familia, inteligencia emocional, proyecto de vida, técnicas de afrontamiento y opción vocacional.

Seguidamente, los cursos de los primeros auxilios psicológicos (PAP-, que ahora va en su segunda nivel), los cuales, toman los temas enfocados a los principios del ciclo vital, bases de las primeras atenciones psicológicas (que hacer y qué no hacer, manejo de ambiente, rutas de atención, entre otras), familia y pareja, brindan la experiencia a los practicantes además es un espacio de formación, de igual manera para con los agentes de pastoral, comunidades y para todo el público interesado en su desarrollo personal y profesional.

Se logró llevar a cabo un buen trabajo con los re-educando a través de talleres reflexivos enfocados en la promoción, de hábitos saludables, al desarrollo individual, reestructuración del proyecto de vida en pos de generar nuevas metas, además, se encauzó dar más espacio a la socialización los temas tratados; esto conllevó a afianzar más la relación que se da por medio del convenio, pero más aun con la labor de los practicantes y el pasante en calidad de servicio social en curso. Finalmente, es necesario resaltar la importancia del apoyo desde área de psicología en las actividades satélites que se realizan en el Instituto, ya que brindan mayor experiencia al pasante, acercándolo más a la comunidad en los diferentes escenarios y situaciones, todo esto apoyando desde el marco profesional, humano, cristiano, social y comunitario.

RECOMENDACIONES

Es importante dar continuidad con los espacios de formación y capacitación, en referencia a cursos de los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) con el fin de brindar pautas y herramientas a líderes de pastorales y comunidades que favorezcan el adecuado desarrollo de su rol en el contexto comunitario.

Tener mayor acompañamiento por parte de las personas encargadas del convenio en las diferentes instituciones, tener mejores condiciones en los espacios de trabajo ya que cuando se requiere un servicio se deben de tener ciertos elementos de apoyo para que tengan un buen desarrollo en las actividades, por último, que el tiempo empleado en sean con todo el grupo y no seleccionar a ciertos estudiantes ya que ellos se atrasan en sus deberes académicos, y que sea válido como una hora de clase (de igual forma se irán rotando las horas para que no haya ningún problema con la labor de los docentes).

Por último, se recomienda tener más practicantes para abarcar nuevas tareas o compromisos que surgen en el transcurso del semestre.

REFERENCIAS

- Ana llenas (Productor). (2014). El monstruo de colores de ANNA LLENAS. Programa REDES
- Aula de Elena (Productor). (2015). El monstruo de colores – videocuento
- Avellar De Aquino, T., Veloso, V., Salvino, E., & Bandeira, L. (2017). La percepción de sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal. *Avances en Psicología Latinoamericana, Bogotá (Colombia)*, 35 (2), 375-386
- Barreat, M. Benítez, A., Fuentes, L., & Noel, G. (2016). Asesoramiento vocacional y rendimiento académico en estudiantes del programa Fray Juan Ramos de Lora. *Educere*, 20 (66), 355-366.
- Bell, R., Illán, N., y Benito, J. (2010). Familia – Escuela – Comunidad: pilares para la inclusión. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 69(24,3), Pp.47-57.
- Bermúdez, M P., Teva, I y Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2(1) 27-32. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64720105>
- Bolívar, A. (2006). Familia y escuela: dos mundos llamados a trabajar en común. *Revista de Educación*, 339, 119-146
- Bonet, J. (1997). *Sé amigo de ti mismo: Manual de autoestima*. Recuperado de https://books.google.com.co/books/about/S%C3%A9_amigo_de_ti_mismo.html?id=iTwVTnXcuBcC&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=Mfhi44CDPMMC&printsec=frontcover&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Buendía, J. & Mira, J. (1993). *Eventos vitales, afrontamiento y desarrollo: un estudio sobre el estrés infantil*. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=gaCFIuVYAD8C&pg=PA41&dq=estrategias+de+afrontamiento&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjJrLqLs7vVAhXBXKiYKHUHVCoUQ6AEINTAD#v=onepage&q=estrategias%20de%20afrontamiento&f=false>
- Caraballo, A. (2000-2017). GuiaInfantil.com. Polegar Medios S.L. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/7-tecnicas-para-ensenar-a-los-ninos-a-manejar-la-ira/>
- César García (Productor). 2015. Las cartas de las emociones: juego-dinámica para aprender inteligencia emocional. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=F_CAEQmDpG0

Chacón, C. C. (2006). Las Creencias de Autoeficacia: un Aporte para la Formación del Docente de Inglés. *Acción Pedagógica*, 15, 44 – 54. Venezuela.

Constitución política de Colombia, artículo 42, familia, recuperado de <http://www.constitucioncolombia.com/titulo-2/capitulo-2/articulo-42>

Coursera, Elvia Vargas Trujillo - Departamento de Psicología, Universidad de los Andes. 2017, Lecture 7 - ¿Qué es sexo, género y orientación sexual?, <https://es.coursera.org/learn/sexualidad-y-educacion/lecture/6Exop/que-es-sexo-genero-y-orientacion-sexual>

D' Angelo O, & Arzuaga Ramírez, M. (2008). Los proyectos de vida en la formación humana y profesional. Retos del desarrollo integral complejo en aplicaciones al campo educativo. http://www.unilibrecali.edu.co/facultadsalud/images/stories/PDF_GrandesSesiones/2008

D' Angelo, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. *Revista Cubana de Psicología*, 17(3) 270-275. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf>

Duron, M. (Minders Psicología Infantil). (2017). *La tortuga (Cuento para trabajar el autocontrol) – Técnica de Psicología Infantil – Minders*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=riwGSIUkXR8>

Ediba. (2010, 11 de octubre). Mi cuaderno de las emociones. *Ediba*. Recuperado de <http://edibaplayer.ediba.com/player2/buscador?term=MCE-001>

Esteban, E. (2000-2017). GuiaInfantil.com Polegar. Medios S.L. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/conducta/la-caja-de-la-ira-una-excelente-herramienta-contra-las-rabietas-infantiles/>

Fernández, P., y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3) 63-93. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005>

Ferragut, M; Fierro, A; (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(3) 95-104. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525022008>

Frankl, Viktor E.(1996). El hombre en busca de sentido. Barcelona. Editorial Herder. Décima octava edición.

García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36(1), 97-109.

Garreta, J., y Llevot, N. (2007). La relación familia-escuela: ¿una cuestión pendiente? En Garreta, J (Ed), La relación familia-escuela, Pp. 9-13. Universidad de Lleida, España.

Gordillo, F., Pérez, M., Mestas, L., Salvador, J., Arana, J., y López, R. (2015). Diferencias en el reconocimiento de las emociones en niños de 6 a 11 años. *Acta de Investigación Psicológica*, 5(1), 1846-1859. Recuperado de http://ac.els-cdn.com/S2007471915300053/1-s2.0-S2007471915300053-main.pdf?_tid=53eb3e4a-8f9c-11e7-a3e3-00000aab0f26&acdnat=1504328904_70db01ebd2e5b204329cb4563813789f

Gutiérrez, E. (2007). Técnicas e instrumentos de observación de clases y su aplicación en el desarrollo de proyectos de investigación reflexiva en el aula y de autoevaluación del proceso docente. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3189672>

Gutiérrez, G. (2003). *El taller reflexivo*. Universidad Pontificia Bolivariana: Medellín.

Heinsen, M. (2012). *Autoestima y tacto pedagógico en edad temprana: Orientaciones para educadores y familia*. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=PklGCsWJ-cMC&pg=PA103&dq=autoestima+infantil&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwj0sZ-566rWAhULRiYKHVTAD4I4ChDoAQhTMAk#v=onepage&q=autoestima%20infantil&f=false>

Hernández, L & Barraza, A. (2013). Rendimiento académico y autoeficacia percibida, Un estudio de caso. Recuperado de <http://iunaes.mx/wp-content/uploads/2014/08/FINAL-LIBRO-DE-AUTOEFICACIA-DE-LUIS-FERNANDO.pdf>

Hincapié, A., & López, M. (2011). Reflexiones para la fundamentación de la intervención en Bienestar Universitario, desde la mirada de Trabajo Social. *Revista Trabajo Social*, 13, 107-127.

Izquierdo, A. (2015). Salud sexual y reproductiva. *Revista Cubana de Enfermería*, 29(1), 1-2. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192013000100001

Llamazares, E., Cámara, P., Rico, L., Martínez, B., Adánez, G., González, s., Sánchez, A., & Eguizábal, J. (2015). JÓVENES Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR: AUTOEFICACIA, MOTIVACIÓN Y PROCESOS PSICOLÓGICOS. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2 (1), 151-161.

Londoño, N., Pérez, M., y Murillo, M. (2009). Validación de la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en una Muestra Colombiana. *Informes psicológicos*, 11(13), 13-29. Recuperado de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/1211>

López, É. (2005). La educación emocional en la educación infantil, *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 153-167.

Martorell, C., González, R., Rasal, P., & Estellés, R. (2009). Convivencia e inteligencia emocional en niños en edad escolar. *European Journal of Education and Psychology*, 2 (1), 69-78.

Ministerio de Salud, y Pro familia. (2015). Encuesta Nacional de Demografía y Salud. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/Documents/General/20161212_B_ENDS%202015_Metodos_anticonceptivos.pdf

Ministerio de Salud. (s.f.). Métodos anticonceptivos modernos. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/ssr/Paginas/Metodos-anticonceptivos-modernos.aspx>

Morales, A. & Ariza, J. (2013). Valores, actitudes y motivaciones en la juventud ante el emprendimiento individual y colectivo. REVESCO Revista de Estudios Cooperativos, (112), 11–35. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/40812/1/2013-112%2811-35%29.pdf>

Observatorio de infancia (2006), Estrategias para prevenir y afrontar conflictos en las relaciones familiares (padres e hijos), recuperado de <http://www.observatoriodelainfancia.msssi.gob.es/documentos/Estrategias-prevenir-afrontar-conflictos.pdf>

Oliva, E., y, Villa, V. (2014). Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización. Justicia Juris, 10 (1), Pp. 11-20.

Olivari, C & Urra, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia Y Enfermería*, 13 (1): 9-15

Pena, M., Extremera, N. & Rey, L. (2011). El papel de la inteligencia emocional percibida en la resolución de problemas sociales en estudiantes adolescentes. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(1) 69-79. Recuperado de <http://www.uacm.kirj.redalyc.redalyc.org/articulo.oa?id=338230787007>

Redime Asociación. (2015, Junio 4). Sólo respira, los niños nos enseñan cómo manejar las emociones. Recuperado de <https://youtu.be/lnDifgPuhHI>

Ribes, M. (2006). *Educación infantil. Estrategias Para la Resolución de Supuestos Prácticos: Exámenes Resueltos*. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=Sq0G3ur3KIMC&pg=PA91&dq=autoestima+infantil&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwj_o7nT06rWAhWCSCYKHVeGBNMQ6AEINDAD#v=onepage&q=autoestima%20infantil&f=false

Ricardo.V. (Abril, 2005). PROYECTO DE VIDA Y PLANTEAMIENTO ESTRATÉGICO PERSONAL. Lima, Perú: Terra.

Richaud De Minzi, M. (2005). Estilos parentales y estrategias de afrontamiento en niños. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37 (1), 47-58.

Riso, W. (2003). Aprendiendo a quererse a sí mismo, Bogotá, Colombia: Editorial norma.

Schaffer, R. (2000). *Desarrollo social*. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=xduCpqoPKBgC&pg=PA207&dq=la+autoestima+n+los+ni%C3%B1os&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwjy35asj_jVAhVI2SYKHeodCH8Q6AEISjAI#v=onepage&q=la%20autoestima%20en%20los%20ni%C3%B1os&f=false

Thollembeck, J. (2009). Malentendus dans les relations familles-école: la question des origines. UFAPEC, 20, P. 1-9.

Valero, A., y Cruz, N. (2012). La estructura familiar de niños en riesgo de callejerización en la Delegación. *Revista del departamento de trabajo de la universidad de sonora*. 10, Pp.42-50.

Vargas, E. (2013). Bases de la diferenciación sexual y aspectos éticos de los estados intersexuales. *Reflexiones*, 92 (1), 141-157

Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. En G. Berríos, A. Bulbena, P. Fernández. (Ed.), *Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología* (pp. 425-435). Barcelona, España: MASSON.

Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. En G. Berríos, A. Bulbena, P. Fernández. (Ed.), *Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología* (pp. 425-435). Barcelona, España: MASSON.

Verduzco, M A., Gómez, E., Durán, C. (2004). La influencia de la autoestima en la percepción del estrés y el afrontamiento en niños de edad escolar. *Salud Mental*, 27(4) 18-25. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58242703>

Viveros, E & Vergara, C. (2013). Familia y dinámica familiar: cartilla dirigida a facilitadores para la aplicación de talleres con familias. Medellín: FUNLAM

ANEXOS

Taller 1	
Nombre de la actividad	“Manejando mis emociones”
Marco conceptual	<p>Las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social. (López, 2005), no obstante, desarrollar y mantener procesos de aprendizaje adecuados es uno de los objetivos primordiales en las instituciones educativas, así mismo la convivencia como el rendimiento están ligadas a los contenidos emocionales; a pesar de su importancia el modelo educativo minimiza este aspecto a medida que el educando avanza, por esta razón es necesario establecer procesos adecuados, enfocados en manejo emocional con la población educativa en primaria y secundaria, cabe resaltar en este punto que “la escuela es un ámbito más de conocimiento y de experiencias en el que se desarrollan las emociones” (López, 2005) por consiguiente Bisquerra (2001) indica que las emociones predisponen a los individuos a una respuesta organizada en calidad de valoración primaria (citado por García, 2012), de esta manera Casassus añade:</p> <p style="text-align: center;">Esta respuesta puede llegar a ser controlada como producto de una educación emocional, lo que significa poder ejercer control sobre la conducta que se manifiesta, pero no sobre la emoción en sí misma, puesto que las emociones son involuntarias, en tanto las conductas son el producto de las decisiones tomadas por el individuo. (2006 citado por citado por García , 2012)</p> <p>Asimismo, según Ekman e Izar (como se citó en Gordillo, Pérez, Mestas, Salvador, Arana & López, 2015) la expresión emocional es necesaria para lograr una adecuada regulación del comportamiento frente a las diversas interacciones sociales y demandas del medio. Asimismo, Del Barrio (como se citó en Gordillo, Pérez, Mestas, Salvador, Arana y López, 2015) considera relevante tener en cuenta que el poder expresar las emociones es fundamental en el desarrollo del niño puesto que es a partir de esta vía que el infante puede comunicar y expresar sus necesidades.</p> <p>De igual manera es necesario tener en cuenta que para que los niños puedan regular sus emociones, primero deben reconocerlas y discriminarlas de una manera apropiada. Además, el hecho de que el niño cuente con la capacidad para poder regular sus procesos emocionales le permitirá conseguir y contar con las habilidades pertinentes para poder ser eficaz dentro de las instituciones educativas (Gordillo, Pérez, Mestas, Salvador, Arana y López, 2015).</p>

	<p>Por consiguiente, educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar cada una de las emociones que se están sintiendo, asentar límites, enseñar formas aceptables y apropiadas de expresión, y de relación con los demás, quererse y aceptarse a sí mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas (López, 2005).</p>
<p>Objetivos</p>	<p>Objetivo general: Generar conocimiento acerca del vocabulario emocional en los niños de primaria.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar qué es una emoción y cuál es la diferencia entre emoción y sentimiento. • Brindar información a los alumnos acerca de las emociones básicas que les facilite la identificación de las mismas. • Reflexionar con los estudiantes acerca de la importancia de identificar las emociones y poder manejarlas adecuadamente. • Reforzar las habilidades de motricidad en los estudiantes.
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados tercero y cuarto de primaria. • Población: 22-25 niños. • Materiales: Computador portátil, video beam, fotocopias, papel Kraft y colores. • Lugar: Institución Educativa Roberto García Peña, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente una hora y quince minutos. • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. Primero se realizará una dinámica de enganche con los estudiantes denominada “Cuando yo a la selva fui”, para esta los estudiantes se formarán en un círculo y se les guiará para que canten una canción y a medida que se está cantando se realizan una serie de movimientos con el cuerpo. 2. Seguido a esto se les hará una breve introducción acerca del tema a trabajar, el cual es manejo de emociones y se les hará entrega de una fotocopia que contiene un dibujo de un monstruo y ellos deben colorearlo a su gusto. 3. Posteriormente cuando los estudiantes hayan terminado de colorear se les preguntará qué representa ese monstruo para ellos y si ellos tienen conocimiento acerca de qué es un monstruo de colores, se discutirá sobre el tema y se les mostrara el video “El monstruo de colores de ANNA LLENAS. Programa REDES”. 4. Después de haber observado dicho video se reflexionará acerca de que es un monstruo de colores y de que son las emociones por medio de la interacción con los estudiantes.

	<ol style="list-style-type: none"> 5. Finalizada dicha reflexión se les pedirá a los estudiantes que se formen en grupos y que le asignen un nombre a su grupo, asimismo se le entregará a cada grupo un pliego de papel y unos marcadores y se les comentará que hay un amiguito que les quiere contar una historia y se dará paso al video “El monstruo de colores-video cuento”. 6. A medida que va transcurriendo el segundo video y se van presentando cada una de las emociones se harán una serie de pausas para profundizar en estas con ejemplos de la vida cotidiana y se les explicará a los estudiantes que en el pliego de papel que se les entregó deberán dibujar o escribir lo que para ellos representa e implica cada emoción. 7. Seguidamente se dará un espacio para que los niños terminen la actividad y se pasará a la socialización de lo que han escrito o dibujado frente a cada emoción. 8. Finalmente, se le entregará una fotocopia a cada niño que contiene un dibujo de una serie de botellas, cada una de estas botellas representa una emoción tal y como se muestra en el video cuento. Estos frascos deberán ser completados con papel seda de acuerdo a cómo se sienten o cuáles emociones se encuentran con mayor o menor intensidad en su vida. 9. Por último, se socializarán con los estudiantes el contenido de los frascos y se hablará con ellos acerca de la importancia de identificar las emociones y el poder expresarlas y manejarlas de forma adecuada sin hacerle daño al otro.
<p>Referencias</p>	<p>Ana Ilenas (Productor). (2014). El monstruo de colores de ANNA LLENAS. Programa REDES</p> <p>Aula de Elena (Productor). (2015). El monstruo de colores – videocuento</p> <p>García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. <i>Revista Educación</i>, 36(1), 97-109.</p> <p>Gordillo, F., Pérez, M., Mestas, L., Salvador, J., Arana, J., y López, R. (2015). Diferencias en el reconocimiento de las emociones en niños de 6 a 11 años. <i>Acta de Investigación Psicológica</i>, 5(1), 1846-1859. Recuperado de http://ac.els-cdn.com/S2007471915300053/1-s2.0-S2007471915300053-main.pdf?_tid=53eb3e4a-8f9c-11e7-a3e3-00000aab0f26&acdnat=1504328904_70db01ebd2e5b204329cb4563813789f</p> <p>López, É. (2005). La educación emocional en la educación infantil, <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i>, 19(3), 153-167.</p>

Taller 2	
Nombre de la actividad	“Conociendo e identificando mis emociones”
Marco conceptual	<p>Según Ekman e Izar (como se citó en Gordillo, Pérez, Mestas, Salvador, Arana y López, 2015) la expresión emocional es necesaria para lograr una adecuada regulación del comportamiento frente a las diversas interacciones sociales y demandas del medio. Asimismo, Del Barrio (como se citó en Gordillo, Pérez, Mestas, Salvador, Arana y López, 2015) considera relevante tener en cuenta que el poder expresar las emociones es fundamental en el desarrollo del niño puesto que es a partir de esta vía que el infante puede comunicar y expresar sus necesidades.</p> <p>De igual manera es necesario reconocer que para que los niños puedan regular sus emociones, primero deben reconocerlas y discriminarlas de una manera apropiada. Además, el hecho de que el niño cuente con la capacidad para poder regular sus procesos emocionales le permitirá conseguir y contar con las habilidades pertinentes para poder ser eficaz dentro de las instituciones educativas (Gordillo, Pérez, Mestas, Salvador, Arana y López, 2015).</p>
Objetivos	<p>Objetivo general: Fortalecer el manejo de emociones en los niños para que de esta manera puedan responder correctamente a las demandas externas.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar qué es una emoción y un sentimiento y cuáles son las emociones básicas. • Reconocer la manera en que cada alumno actúa de acuerdo a la emoción que esté vivenciando. • Incentivar la reflexión frente a la importancia de identificar las emociones y manejarlas adecuadamente.
Metodología	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundo y tercero de primaria. • Población: # niños. • Materiales: Fotocopias, cajas de cartón, papel Kraft, cinta, marcadores, pelota. • Lugar: Institución Educativa Roberto García Peña, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente una hora y quince minutos. • Procedimiento: <p>1. En primer lugar, se realizará una dinámica de enganche con los estudiantes denominada “El cien pies”, para esta los estudiantes se formarán en un círculo y se les guiará para que repitan una canción que los psicólogos en</p>

	<p>formación facilitarán, y a partir de la indicación de un número los niños deberán formarse en grupos de acuerdo a dicha cantidad.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. En segundo lugar, se hará una breve introducción acerca del tema a trabajar, el cual es el conocimiento y la identificación de las emociones y se les pedirá nuevamente a los estudiantes que se formen en un círculo con el fin de llevar a cabo la dinámica del “tingo, tingo, tingo”. En esta los niños deberán pasarse una pelota y cuando los psicólogos en formación digan “tango” se le harán preguntas alusivas a las emociones al alumno que haya quedado con la pelota en las manos. 3. En tercer lugar, se dará paso a la explicación del tema, señalando cuales son las diferencias entre una emoción y un sentimiento y presentando las emociones básicas. 4. En cuarto lugar, se pedirá a los niños que formen grupos y en cada uno de estos se elegirá un representante y a su vez esta persona, deberá sacar de una caja que contiene dibujos de las emociones una hoja y tendrá que pegarlo en el pliego de papel kraft con ayuda de su grupo e identificar y escribir el nombre de la emoción a la cual hace alusión el dibujo. 5. En quinto lugar, otro integrante del grupo deberá sacar de otra caja que contiene los nombres de las emociones un papel y junto a su grupo tendrán que dramatizar una situación en la que se evidencie dicha emoción y los demás estudiantes deberán adivinar qué emoción está representando cada grupo. 6. Finalmente, se reflexionará con los alumnos acerca de la importancia de identificar las emociones y poder expresarlas de manera adecuada sin hacerse daño así mismo y a los otros.
<p>Referencias</p>	<p>Gordillo, F., Pérez, M., Mestas, L., Salvador, J., Arana, J., y López, R. (2015). Diferencias en el reconocimiento de las emociones en niños de 6 a 11 años. <i>Acta de Investigación Psicológica</i>, 5(1), 1846-1859. Recuperado de http://ac.els-cdn.com/S2007471915300053/1-s2.0-S2007471915300053-main.pdf?_tid=53eb3e4a-8f9c-11e7-a3e3-00000aab0f26&acdnat=1504328904_70db01ebd2e5b204329cb4563813789f</p>

<i>Taller No. 3</i>	
Nombre de la actividad	“Me quiero y me ayudó”
Marco conceptual	<p>La autoestima hace alusión a una percepción evaluativa que poseemos sobre nosotros mismos, por lo tanto, esta se configura por medio de pensamientos, valoraciones, sentimientos, percepciones y conductas encaminadas hacia nosotros mismos, hacia nuestra forma de ser, nuestro carácter y nuestra manera de actuar (Bonet, 1997).</p> <p>También, Ribes (2006) considera que la autoestima es el grado tanto de aceptación como de valoración que una persona posee de sí misma, lo cual implica aceptarse y quererse tal y como uno es. Asimismo, en la construcción de la autoestima juegan un papel fundamental las experiencias propias, las expectativas de los demás y la valoración y consideración social. Además, es importante tener en cuenta que la autoestima es indispensable para la formación de una personalidad equilibrada y que los niños construyen la autoestima de diversas formas, ya que cada uno da prioridad a unos aspectos sobre otros.</p> <p>De igual manera es relevante reconocer que una sana autoestima es esencial para todos los individuos, pues esta les facilita a las personas a adaptarse y desenvolverse de forma efectiva en el ambiente, logrando así enfrentar y solucionar las situaciones y dificultades con éxito. Igualmente, una sana autoestima se empieza a desarrollar desde el nacimiento, por medio del trato y la interacción con las personas que rodean al niño (Heinsen, 2012)</p>
Objetivos	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Brindar a los niños un espacio para el desarrollo y fortalecimiento de una percepción positiva frente a sí mismos.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar a los alumnos el significado de la palabra cualidad. • Favorecer en los estudiantes la identificación de sus cualidades, capacidades y gustos. • Brindar información a los estudiantes acerca de la importancia de tener un concepto favorable sobre sí mismos.

<p>Metodología</p>	<p>Grupo: Grado segundo y tercero de primaria.</p> <p>Población: Aproximadamente 38 niños.</p> <p>Materiales: Fotocopias, colores</p> <p>Lugar: Institución Educativa Roberto García Peña, sede C.</p> <p>Duración: Aproximadamente dos horas.</p> <p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se llevará a cabo una dinámica para captar la atención de los estudiantes, en la cual los niños deben realizar dos filas paralelas y a cada uno se le dará un número. Además, detrás de estas dos filas se encuentra un balón, de tal forma que cuando se diga algún número las dos personas a las cuales se les asignó dicho número deberán salir corriendo a coger el balón. 2. En segundo lugar, se hará entrega a cada niño de una escarpela en la cual deberán escribir sus nombres, para que de esta forma sea más fácil su identificación y ellos tengan un mayor sentido de pertenencia en el grupo. 3. En tercer lugar, se les dará a los niños una fotocopia en la cual hay dos tablas, el título de una de ellas es “Soy capaz de...” y el otro es “Me gusta cuando yo...”. Por lo tanto, cada estudiante deberá completar la frase con aquello que identifica de sí mismo respecto a lo que es capaz y a lo que le gusta. También se les brindarán algunos ejemplos a los niños para que comprendan con mayor facilidad la actividad. 4. En cuarto lugar, se pedirá a los niños que se organicen en un círculo y se socializará lo que cada uno escribió, resaltando así lo fundamental que es reconocer y valorar todo lo positivo que poseemos cada uno de nosotros y cómo esto nos permite querernos y aceptarnos como somos. 5. En quinto lugar, se dividirá el grupo en dos y de cada grupo deberá salir un representante, a estos dos se les dará un papel que contiene una cualidad positiva, ellos deberán por medio de mímicas representarla ante su grupo, sin poder hablar y así
---------------------------	--

	<p>sucesivamente seguirá saliendo un representante de cada grupo a dramatizar las cualidades que se les den y ganará el grupo que termine primero de adivinar todas las cualidades.</p> <p>6. Finalmente, se reflexionará con los alumnos acerca de la importancia de la autoestima y de cómo el amor propio facilita su crecimiento personal y cómo a partir de una autoestima alta se logra enfrentar con éxito las diferentes situaciones que puedan presentarse en la vida. Asimismo, se dará cierre al taller realizando la actividad denominada “mi nube”, para esta se le dará a cada niño una hoja en forma de nube y cuatro tiras de papel de colores, se les indicará que deben escribir su nombre en la nube y que en cada tira de papel escriban un adjetivo positivo que les haga sentir bien consigo mismos.</p>
<p>Referencias</p>	<p>Bonet, J. (1997). <i>Sé amigo de ti mismo: Manual de autoestima</i>. Recuperado de https://books.google.com.co/books/about/S%C3%A9_amigo_de_ti_mismo.html?id=iTwVTnXcuBcC&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false</p> <p>Heinsen, M. (2012). <i>Autoestima y tacto pedagógico en edad temprana: Orientaciones para educadores y familia</i>. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=PklGCsWJ-cMC&pg=PA103&dq=autoestima+infantil&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwj0sZ-566rWAhULRiYKHVTAD4I4ChDoAQhTMAk#v=onepage&q=autoestima%20infantil&f=false</p> <p>Ribes, M. (2006). <i>Educación infantil. Estrategias Para la Resolución de Supuestos Prácticos: Exámenes Resueltos</i>. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=Sq0G3ur3KIMC&pg=PA91&dq=autoestima+infantil&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwj_o7nT06rWAhWCSCYKHVeGBNMQ6AEINDAD#v=onepage&q=autoestima%20infantil&f=false</p>

Nombre de la actividad	Teniendo control sobre mi
Marco conceptual	<p>Salovey (como se citó en Fernández y Extremera, 2005) hace alusión al hecho de que los estudiantes dentro de su contexto escolar se están enfrentando constantemente a diferentes situaciones, por lo cual, deben recurrir al uso de habilidades emocionales para así lograr adaptarse de forma exitosa a la escuela.</p> <p>Teniendo en cuenta lo anterior, la regulación emocional según Fernández y Extremera (2005) es considerada como la habilidad más compleja de la inteligencia emocional, es la capacidad para estar abiertos a los sentimientos, sin importar si estos son negativos o positivos y poder reflexionar acerca de ellos para de esta forma poder desechar o emplear la información que traen consigo en función de su utilidad, permitiendo así la obtención de un pensamiento claro y eficaz y no fundamentando en la irracionalidad o la vehemencia. Asimismo, la regulación emocional implica la habilidad para controlar las emociones tanto propias como ajenas, favoreciendo así el dominio sobre nuestro mundo intrapersonal e interpersonal. De igual forma, la regulación emocional nos permite percibir, sentir y vivenciar nuestra dimensión afectiva, sin la necesidad de ser abrumados por esta, de tal manera que nuestro pensamiento no se vea nublado por el estado afectivo que estemos experimentando.</p>
Objetivos	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Promover en los estudiantes la regulación emocional para enfrentarse de forma adecuada a las situaciones de su diario vivir.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Generar un espacio de reflexión donde los estudiantes logren comprender que son ellos quienes tienen el control sobre sus emociones. ● Orientar a los estudiantes en la identificación de situaciones que generen en ellos la emoción de la ira. ● Brindar una técnica de autocontrol a los estudiantes que les permita fortalecer la regulación de sus emociones.

<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Grupo: Grados segundo y tercero de primaria. ● Población: Aproximadamente 72 niños. ● Materiales: Computador portátil, video beam, parlantes, arcilla, fotocopias, escarcha, recipiente de vidrio, silicona líquida. ● Lugar: Institución Educativa Roberto García Peña, sede B y sede C. ● Duración: Aproximadamente dos horas. ● Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se llevará a cabo la dinámica de enganche denominada “Zapatos en venta”, para ésta se conforman 4 o 5 grupos, cada grupo tendrá que escoger un color y se procederá a cantar la siguiente frase: Hay zapatos a la venta y todos repetirán el estribillo a su debido momento de lo contrario quedarán eliminados: Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Azul, Azul, Azul Rta ¿Qué quiere? ¿Qué quiere?, ¿qué quiere? ¿Tiene zapatos en venta? Rta Si hay si hay si hay ¿De qué color los tiene? Rta Amarillo, Amarillo, Amarillo El amarillo responde: Rta ¿Qué quiere? ¿Qué quiere?, ¿qué quiere? ¿Tiene zapatos en venta? Rta Si hay si hay si hay ¿De qué color los tiene? 2. En segundo lugar, se retomará el tema trabajado en el taller anterior el cual fue “la autoestima” preguntándoles a los niños cómo se sienten cuando las personas les recalcan sus cualidades y qué emociones experimentan, esto con el fin de realizar un enganche entre las temáticas trabajadas anteriormente y el tema a trabajar en este taller el cual es “la regulación emocional”.
---------------------------	--

3. En tercer lugar, se les explicara a los niños que, así como ellos pueden reconocer las emociones que experimentan producto de las diferentes situaciones que viven día a día también es importante poder tener control sobre ellas y sobre ellos mismos y se complementará esta explicación por medio del frasco de la calma, expresándoles metafóricamente que ellos son el frasco, y la escarcha son sus pensamientos, de tal forma que cuando se enfadan o se agitan por algo la escarcha se mueve y se va por todas partes mientras que cuando se está en calma la escarcha se mantiene quieta y tranquila.

4. En cuarto lugar, se les pedirá a los niños que piensen en aquellas situaciones que les quitan su tranquilidad, es decir, situaciones que los pongan furiosos, enojados y se sienten agitados, así como la escarcha en el frasco de la calma. Después de tener claras las situaciones que les provocan dichas emociones, se le hará entrega a cada uno de ellos de un pedazo de arcilla y se les solicitará que elaboren con la arcilla su propio monstruo de la rabia.

5. En quinto lugar, cuando cada niño haya esculpido su propio monstruo de la rabia se les pedirá que depositen dichos monstruos en una caja, haciéndole saber al niño que el monstruo ya no podrá salir de allí y que son ellos los que tienen el control sobre sí mismos y no la emoción de la rabia.

6. En sexto lugar, se les enseñará a los niños que existen diferentes acciones y técnicas que se pueden llevar a cabo para tener control sobre ellos mismos y una de ellas es la técnica de la tortuga, así se dará paso a la presentación del video “La tortuga (Cuento para trabajar el autocontrol)”.

7. Por último, una vez visto el video, se les explicara los cuatro pasos de esta técnica que son: 1. Reconocer la emoción que están sintiendo, 2. Parar y pensar, 3. Mantenerse en el caparazón, respirar y tranquilizarse y 4. Salir del caparazón cuando ya estemos tranquilos y pensar en una solución y adicionalmente se le hará

	<p>entrega a cada uno de ellos una fotocopia que contiene los pasos mencionados anteriormente y a medida que se va dando la explicación se les irá mostrando con una tortuga hecha en plastilina los pasos a realizar.</p>
Referencias	<p>Duron, M. (Minders Psicología Infantil). (2017). <i>La tortuga (Cuento para trabajar el autocontrol) – Técnica de Psicología Infantil – Minders</i>. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=riwGSIUkXR8</p> <p>Esteban, E. (2000-2017). GuiaInfantil.com Polegar. Medios S.L. Recuperado de https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/conducta/la-caja-de-la-ira-una-excelente-herramienta-contras-rabietas-infantiles/</p>

Taller No. 5	
Nombre de la actividad	Afrontando situaciones
Marco conceptual	<p>La inteligencia emocional según Mayer y Salovey (como se citó en Fernández y Extremera, 2005) se caracteriza por ser una habilidad enfocada en el procesamiento de la información emocional y a su vez se encarga de unificar las emociones y el razonamiento, permitiendo así el uso de las emociones en pro de favorecer un razonamiento más efectivo y un pensamiento más inteligente acerca de nuestra vida emocional. Además, es importante tener en cuenta que las emociones contribuyen a la resolución de problemas y favorecen la adaptación de las personas al medio.</p> <p>Asimismo, estos autores consideran que la inteligencia emocional se conceptualiza por medio de cuatro habilidades básicas, las cuales son: la habilidad para poder percibir, valorar y expresar las emociones con precisión, la habilidad tanto para acceder como para generar sentimientos que busquen facilitar el pensamiento, la habilidad para</p>

	<p>entender las emociones y el conocimiento emocional y finalmente, la habilidad para lograr regular las emociones, fomentando de esta forma un crecimiento a nivel emocional e intelectual.</p> <p>Por su parte, el afrontamiento es definido como el conjunto de procesos tanto cognitivos como conductuales, los cuales son constantemente cambiantes y se desarrollan con el objetivo de controlar las demandas específicas internas y/o externas que son consideradas como excesivas o desbordantes de los recursos que posee el individuo (Lazarus y Folkamn, como se citó en Vázquez, Crespo y Ring, 2000).</p> <p>También, cabe resaltar que existen dos tipos de estrategias generales que utilizan los individuos; las estrategias enfocadas en la resolución de los problemas, es decir, aquellas que están dirigidas ya sea a manejar o alterar la situación que está generando incomodidad o las estrategias dirigidas a la regulación emocional, las cuales comprenden los métodos que van enfocados a regular la respuesta emocional frente a la dificultad (Lazarus y Folkamn, como se citó en Vázquez, Crespo y Ring, 2000).</p> <p>Teniendo en cuenta lo anterior, es relevante reconocer que las personas pueden manejar diversas estrategias de afrontamiento y el uso de estas dependerá en gran medida de la naturaleza del estresor, así como de las condiciones en las cuales se originan (Vázquez, Crespo y Ring, 2000).</p> <p>De igual forma, Lazarus y Folkamn (como se citó en Vázquez, Crespo y Ring, 2000) plantean en su escala de Modos de afrontamiento ocho estrategias distintas que son: confrontación, planificación, distanciamiento, autocontrol, aceptación de responsabilidad, escape-avoidance, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social.</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Fortalecer las estrategias de afrontamiento positivas que utilizan los alumnos frente a la resolución de problemas a partir de la inteligencia emocional</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <p>→ Identificar las estrategias que utilizan los estudiantes al momento de enfrentar situaciones de su cotidianidad y dar solución a ellas.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> → Reforzar la implementación de la técnica de la tortuga en los estudiantes por medio de la experimentación de las emociones. → Orientar a los estudiantes en la utilización de estrategias de afrontamiento adecuados.
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grado segundo de primaria. • Población: Aproximadamente 34 niños. • Materiales: Fotocopias y colores. • Lugar: Institución Educativa Roberto García Peña, sede B. • Duración: Aproximadamente una hora y treinta minutos. • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar se llevará a cabo la dinámica de enganche llevará a cabo la dinámica denominada “Matamoscas”, la cual consiste en que todos los niños deberán ubicarse en un lugar previamente determinado y se seleccionará a un niño que deberá ubicarse en el centro de los demás y cuando los psicólogos en formación realicen una indicación, el niño deberá empezar a atrapar a los demás, de tal forma que los participantes que vayan siendo atrapados tendrán que tomarse de las manos y sin soltarse, intentarán atrapar a los demás niños, así ganará el último en ser atrapado por los demás. 2. En segundo lugar, se hará un recuento con los niños de las emociones trabajadas en los talleres anteriores y a partir de estas se recordará la técnica de la tortuga, preguntando a los niños acerca de la técnica, de sus pasos y de la importancia de hacer uso de ella al momento de enfrentar las vivencias de su vida diaria. De igual forma, esta técnica será un instrumento a tener en cuenta durante el desarrollo de todo el taller. 3. En tercer lugar, se hará entrega de una serie de fotocopias a cada uno de los estudiantes, en una de ellas deberán resolver una sopa de letras con palabras alusivas a las temáticas que se han venido trabajando a lo largo de los diferentes talleres, asimismo, deberán resolver un laberinto. También, se les entregarán unas fotocopias que contienen unas situaciones representadas por medio de

	<p>imágenes con una serie de instrucciones que deberán seguir, estas situaciones están orientadas a la resolución de problemas y a los pensamientos positivos y negativos. Cabe resaltar que durante el desarrollo de estas actividades se estará observando la forma en la que los niños resuelven las situaciones que se les han planteado.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. En cuarto lugar, cuando los estudiantes hayan dado solución a las actividades propuestas, se socializará con ellos la forma en la que resolvieron los problemas planteados, si tuvieron que pedir ayuda a alguien más, si alguna de las situaciones les fue difícil de resolver o resolvieron todo con gran facilidad y se les explicará que todas las personas resolvemos las diferentes situaciones que se presentan en la vida de forma diferente. 5. En quinto lugar, se procederá a leerle a los estudiantes una historia de una situación problemática que ellos podrían experimentar dentro de la institución. Una vez, haya sido leída dicha historia se les pedirá a los estudiantes que en una hoja escriban la forma como ellos actuarían frente a dicha problemática y si consideran que la forma de actuar en la situación fue la correcta. 6. Finalmente, se debatirá entre todos, la forma en la que cada uno actuaría y las razones por las cuales reaccionaría de dicha manera y se procederá a explicarle a los estudiantes tres estrategias de afrontamiento, las cuales son planificación, autocontrol y aceptación de responsabilidad.
<p>Referencias</p>	<p>Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. En G. Berríos, A. Bulbena, P. Fernández. (Ed.), <i>Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología</i> (pp. 425-435). Barcelona, España: MASSON.</p> <p>Fernández, P., y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del</i></p>

	<p><i>Profesorado</i>, 19(3) 63-93. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005</p>
--	---

<i>Taller No. 6</i>	
Nombre de la actividad	¿Quién soy?
Marco conceptual	<p>El proyecto de vida, es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada D'Angelo (1994; citado por D' Angelo, 2004).</p> <p>La formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida supone, efectivamente, la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflectiva creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida social. (D' Angelo, 2004, pp.5-6).</p>
Objetivos	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Contribuir en el desarrollo y conocimiento del proyecto de vida de los estudiantes.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> → Brindar a los estudiantes un espacio el cual propicie el conocimiento frente a su sexualidad. → Generar un espacio de descubrimiento personal con el fin de reconocer las fortalezas y debilidades de cada estudiante. → Explicar a los estudiantes los derechos de los niños.
Metodología	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundo y tercero de primaria • Materiales: Hojas, bombas y colores.

- **Lugar:** Institución Educativa Colegio Roberto García Peña, sede B y sede C.
- **Duración:** Aproximadamente 1 hora y treinta minutos.
- **Procedimiento:**
 1. En primer lugar, se llevará a cabo la dinámica de enganche
 2. En segundo lugar, se les solicitará a los alumnos que se formen en grupos y a cada grupo se le hará entrega de una bomba, está tendrá en su interior dos papeles que contienen dos situaciones diferentes, por lo tanto, los estudiantes dentro de sus respectivos grupos deberán buscar la forma de reventar la bomba. Una vez hayan reventado la bomba, tendrán que leer las situaciones que esta contenía y deberán identificar las fortalezas y debilidades de los sujetos protagonistas de las historias.
 3. En tercer lugar, se socializará con los estudiantes dichas fortalezas y debilidades identificadas en las situaciones y se le pedirá a cada uno que reconozca cuáles son esas fortalezas y debilidades que ellos perciben de sí mismos y se les preguntará por ellas.
 4. En cuarto lugar, se procederá a hacer entrega de cartulinas y colores a cada alumno y se les indicará que deben realizar un dibujo de ellos mismos, de tal forma que describan todas sus características físicas.
 5. En quinto lugar, se pedirá a los estudiantes que se formen en un círculo, de tal forma que cada uno comparta su dibujo, para que así, se logre generar un espacio de reflexión entre los estudiantes, donde se haga énfasis en la importancia de reconocer que todos poseemos características, fortalezas y debilidades diferentes.
 6. Por último, se preguntará a los alumnos si ellos conocen cuáles son sus derechos como niños y se les dará a conocer dos de ellos.

<p>Referencias</p>	<p>D' Angelo, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. <i>Revista Cubana de Psicología</i>, 17(3) 270-275. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf</p> <p>D' Angelo O, & Arzuaga Ramírez, M. (2008). Los proyectos de vida en la formación humana y profesional. Retos del desarrollo integral complejo en aplicaciones al campo educativo. http://www.unilibrecali.edu.co/facultadsalud/images/stories/PDF_GrandesSesiones/2008</p>
---------------------------	---

<p>Taller No. 7</p>	
<p>Nombre de la actividad</p>	<p>¿Cómo me ven los demás? En busca de mi proyecto de vida.</p>
<p>Marco conceptual</p>	<p>El proyecto de vida, es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada D' Angelo (1994; citado por D' Angelo, 2004).</p> <p>La formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida supone, efectivamente, la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflectivo creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida social. (D' Angelo, 2004, pp.5-6).</p>
<p>Objetivos</p>	<p>Objetivo general: Contribuir en el desarrollo y conocimiento del proyecto de vida de los estudiantes.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>→ Propiciar el conocimiento de las redes de apoyo social como la familia, los amigos y la escuela y qué relaciones comparten los estudiantes con estas redes.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> → Facilitar el reconocimiento de la importancia de las redes de apoyo social para el desarrollo de vida de cada estudiante. → Definir las metas de vida a corto plazo de los estudiantes. → Dar a conocer a los estudiantes los derechos de los niños. → Proporcionar a los estudiantes dos técnicas de estudio.
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Grupo: Grados segundo y tercero de primaria ● Materiales: Cartulina, lana, colores, lápiz, foto familiar. ● Lugar: Institución Educativa Colegio Roberto García Peña, sede B y sede C. ● Duración: Aproximadamente 1 hora y treinta minutos. <p>● Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se realizará la actividad de enganche. 2. El taller tendrá cuatro momentos, estos son: ¿Cómo consideras que te ve tu familia? ¿Cómo crees que te ven tus profesores? ¿Cómo crees que te ven tus amigos? y ¿Cuáles son tus metas a corto plazo? 3. Para comenzar los estudiantes se organizarán en un círculo, se le entregará a cada estudiante un cuadernillo el cual contendrá los cuatro momentos del taller. <p>Primer momento: ¿Cómo consideras que te ve tu familia?</p> <p>Con antelación se le pedirá a cada estudiante una foto de su familia, asimismo algún miembro de la familia deberá enviar junto a esta foto una palabra con la cual se describa al estudiante. En este primer momento, los estudiantes tendrán que responder: ¿Cómo está conformada mi familia?, ¿Cómo crees que te ve tu familia? ¿Qué tanto tiempo compartes con tu familia? y ¿Qué actividades realizas junto a tu familia? finalmente, este momento concluye con la interiorización de la palabra que los miembros de la familia de estos estudiantes consideraron.</p> <p>Segundo momento: ¿Cómo me ven mis profesores?</p>

	<p>Se les pedirá a los docentes que realicen una pequeña carta a los estudiantes con los que se trabaja, resaltando en esta los aspectos positivos de sus estudiantes. En este segundo momento, los estudiantes tendrán que responder: ¿Quiénes son tus profesores? ¿Cómo crees que te ven tus profesores? ¿Eres respetuoso con ellos? y ¿Que brindan a tu vida? se concluirá este momento con la lectura de la carta realizada por los profesores a sus estudiantes.</p> <p>Tercer momento: ¿Cómo me ven los demás? (Mis amigos)</p> <p>Los estudiantes tendrán que responder: ¿Quiénes son mis amigos? ¿Soy respetuoso con ellos? ¿Qué actividades compartimos? ¿Que brindan a tu vida? finalmente los estudiantes escogerán a un compañero y les compartirá cómo lo ven.</p> <p>Cuarto momento: Metas a corto plazo</p> <p>Para dar cierre a la actividad, los estudiantes definirán sus metas a corto plazo, haciendo énfasis especial, en el ámbito escolar, posteriormente se les brindará dos técnicas de estudio.</p>
<p>Referencias</p>	<p>D' Angelo, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. <i>Revista Cubana de Psicología</i>, 17(3) 270-275. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf</p> <p>D' Angelo O, & Arzuaga Ramírez, M. (2008). Los proyectos de vida en la formación humana y profesional. Retos del desarrollo integral complejo en aplicaciones al campo educativo. http://www.unilibrecali.edu.co/facultadsalud/images/stories/PDF_GrandesSesiones/2008</p>

Taller 1

Nombre de la "Aprendiendo de mi"

actividad	
Marco conceptual	<p>Dentro de los principios más apropiados, el autoconocimiento y más aún la comprensión de las emociones, ayudan a entender más el desarrollo personal, Fernández y Extremera, (2005), hace referencia al modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey, la tercera habilidad es la comprensión emocional, ésta implica la habilidad para etiquetar las emociones, entender las relaciones entre una situación y las emociones que dicha genera, reconocer las transiciones de los estados emocionales y finalmente, comprender la aparición de sentimientos simultáneos y contradictorios.</p> <p>Dentro del crecimiento personal la reestructuración del proyecto de vida y objetivos es una senda que recorre el ser humano; en este punto los re-educandos avivan la llama para lograr una estabilidad en sus dimensiones personales y sociales, la expectativa frente al resultado hacia el cambio, llegando a este punto del conocimiento personal la autoeficacia es un elemento de apoyo, de acuerdo a la teoría e investigación, la autoeficacia influye en cómo la gente siente, piensa y actúa (Olivari & Urra, 2007); por otra parte Bandura (2001) menciona que:</p> <p>Las creencias de eficacia influyen en los pensamientos de las personas (auto estimulantes y autodesvalorizantes), en su grado de optimismo o pesimismo, en los cursos de acción que ellas eligen para lograr las metas que se plantean para sí mismas y en su compromiso con estas metas (citado en Olivari & Urra, 2007).</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Fomentar un espacio de reflexión enfocado en el desarrollo del proyecto de vida en los estudiantes de decimo y once del colegio Roberto Gracia Peña.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicar la importancia del desarrollo adecuado del proyecto de vida y como esta va cambiando en cada etapa de la vida - Identificar las fortalezas de forma general y como estas les ayudaran a como establecer metas a corto y largo plazo -Promover en los estudiantes la exteriorización de sus ideas como forma de apoyo en su proyecto de vida (personal).
Metodología	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados decimo y once. • Población: adolescentes. • Materiales: hoja de papel, video bean (presentación) y lápices o bolígrafos. • Lugar: Institución Educativa Roberto García peña, sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media.

	<ul style="list-style-type: none"> • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. Se dará inicio a la actividad con una dinámica de enganche, esta dinámica se llama apartamento, inquilinos y terremoto, se hacen grupos de tres persona y una persona quedara sola, seguidamente las dos personas se colocan a los costados se toman de las manos haciendo al forma de un techo y una debe quedar en el medio; cuando la persona a cargo dice fuerte ¡apartamentos! las dos personas deberán cambiar rápidamente con otro inquilino, la persona quede sola sale del juego, cuando se dice ¡inquilinos! solo ellos cambia con las personas que están haciendo de apartamentos y finalmente al decir ¡terremoto! todos cambian y debe de quedar en parejas diferentes, y las personas que queden sin grupos salen de la dinámica. 2. Seguidamente, se les indica que toda opinión es importante, los puntos de vista de cada estudiante son tan variados, y que ante todo se debe de mantener el respeto. 3. Luego, se realiza un espacio para saber sus puntos de vista y se les pregunta ¿qué es un proyecto?, ¿Qué es un proyecto de vida y el vocacional?; se toma los apuntes en el tablero, Luego se reúne todos los conceptos y se forma uno central, 4. Se les muestra una presentación en ella estas los conceptos de proyecto de vida y vocacional, se les hace un ejemplo con la historia de “Alicia en el país de las maravillas” cuando Alicia se encuentra con el gato de Cheshire en medio de varios caminos, esto en cuanto a toma de decisiones. 5. Se les entrega una hoja de papel para que puedan responder unas preguntas en base a lo que vieron y escucharon, estas son: Preguntas: <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿He pensado qué camino tomar? 2. ¿Qué esto haciendo para lograr mi objetivo? 3. ¿Adónde quiero llegar? 4. ¿Qué clase de viajero soy? 5. ¿Cuáles son mis compañeros de viaje (pueden ser objetos o persona)? 6. Finalmente, se realizará una reflexión grupal sobre el tema y la presentación realizada, y la importancia de comprender la importancia de las decisiones frente a su proyecto de vida.
--	--

	7. Se les presenta un video como cierre de la actividad.
Referencias	Fernández, P., Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i> , 19(3) 63-93. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005

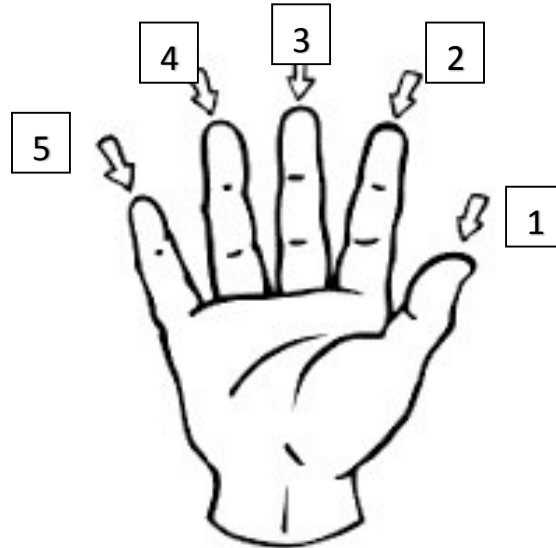
Taller 2	
Nombre de la actividad	La manos del emprendedor
Marco conceptual	<p>El emprendimiento se ha convertido en un fenómeno de gran importancia en los últimos años debido a la necesidad de superar los constantes y crecientes problemas económicos por los que la mayoría de las sociedades están atravesando (Jimenez Palmero, Palmero Cámara, & Jiménez Eguizábal, 2012; Luis Rico, Palmero Cámara, & Escolar Llamazares, 2015; Palmero Cámara et al., 2014; Pérez Gonzalez, 2013; Ruiz Arroyo, Fuentes Fuentes, & Ruiz Jiménez, 2014, citados por Llamazares, Cámara, Rico, Martínez, Adánez, González, Sánchez & Eguizábal, 2015).</p> <p>El emprendimiento se encuentra íntimamente ligado a la innovación, al crecimiento de la productividad, la competitividad, al crecimiento económico, la creación de empleo y al éxito a nivel personal (Luis, De la Torre, Gañán, Palmero, & Jiménez, 2013; Luis Rico et al., 2015 citados por Llamazares, Cámara, Rico, Martínez, Adánez, González, Sánchez & Eguizábal, 2015).).</p> <p>Morales & Ariza (2013) indican que con frecuencia la población joven no es consciente de las oportunidades que tanto el emprendimiento individual como colectivo les ofrece, siendo una de las alternativas cada vez más asequibles para la juventud en la actualidad.</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Identificar las fortalezas o elementos que sean favorables en el proyecto de vida personal en los estudiantes de decimo y once del colegio Roberto Gracia Peña.</p> <p>Objetivos específicos:</p>

	<p>- Constatar la importancia de elegir un buen ambiente y personas dentro del proyecto de vida.</p> <p>- Identificar las fortalezas u habilidades de cada persona y estas de qué forma les ayudarán a establecer metas a corto y largo plazo.</p>
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados decimo y once. • Población: adolescentes. • Materiales: hoja de papel, lápices, proyector y video beam (presentación). • Lugar: Institución Educativa roberto García peña, sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora. • Procedimiento: <p>8. Se dará inicio a la actividad con una dinámica de enganche, esta dinámica se llama “al paseo voy”, cada persona dice su nombre y el objeto que llevara al paseo, el encargado de la actividad le dirá si van o no al paseo, cuando ya se percaten y varias personas hayan acertado, se le dice al final que el objeto para poder ir debe comenzar con la primera letra de su nombre.</p> <p>9. Aquí se dio inicio con una presentación, sobre el valor del “futuro” esto haciendo hincapié al proyecto de vocacional en los estudiantes de onceavo grado y el de vida a los de decimo; seguidamente se explican que estrategias se pueden emplear para forma un plan de apoyo.</p> <p>10. Después se les entre una hoja donde deberán dibujar su mano dominante; esta actividad se llama “la mano del emprendedor” ver anexo 1.</p> <p>11. Se realiza una socialización y evaluación de la actividad.</p>
<p>Referencias</p>	<p>Llamazares, E., Cámara, P., Rico, L., Martínez, B., Adánez, G., González, s., Sánchez, A., & Eguizábal, J. (2015). JÓVENES Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR: AUTOEFICACIA, MOTIVACIÓN Y PROCESOS PSICOLÓGICOS. <i>International Journal of Developmental and Educational Psychology</i>, 2 (1), 151-161.</p> <p>Morales, A. & Ariza, J. (2013). Valores, actitudes y motivaciones en la juventud ante el emprendimiento individual y colectivo. <i>REVESCO Revista de Estudios Cooperativos</i>, (112), 11–35. Recuperado de http://eprints.ucm.es/40812/1/2013-112%2811-35%29.pdf</p>

Anexo 1

La mano del talento

- Primero se les indica que debe de dibujar una mano abierta (la dominante) en una hoja de papel.
- En cada dedo se les asigna un número de 1 a 5.









- Se comienza con el pulgar, “este es para identificar tus talentos”: en el deberán escribir: en que soy bueno, que hago realmente bien y no solo en el colegio también en mi casa.
- Seguidamente, el índice “establecer la dirección de tu vida” identificar tu zona de comodidad, que decisiones debes tomar para alcanzar tus metas, que camino quieres elegir y que acciones a realizado para conseguirlas o darles comienzo.
- Después el corazón “actividades le pones el corazón al realizarlas”, ¿qué quieres haces?, ¿cómo te vez?, ¿de qué forma de amas? Y ¿qué te apasiona?
- De igual forma con el anular “establecer alianzas”, has buscado personas que te puedan ayudar a cumplir tus metas, ¿cómo están tus redes sociales?, de qué forma te apoyan, en qué medida tu ambiente (amigos, conocidos, familia u otra persona) te ayuda a forma tú camino o cumplir tus metas.
- Finamente, el meñique, “desarrollo de tu potencial” muévete con agilidad, que estás haciendo para fórmate como persona y próximo profesional; cuáles son tus habilidades o talentos que te ayudarán a cumplir tus sueños.

Taller 3	
Nombre de la actividad	Proyecto vocacional
Marco conceptual	<p>En la actualidad es importante saber cuáles habilidades o características aportaran al desarrollo personal y opción vocacional, por esta razón Barreat, Benítez, Fuentes y Noel (2016) menciona que la elección de una carrera universitaria es una de las vías fundamentales para el desarrollo de la vocación mediante el vínculo directo con algún área laboral. El impacto de una correcta decisión vocacional es claro. En principio, se puede afirmar que tiene un impacto positivo directo en el desarrollo del individuo en su dimensión interna (individual) y externa (social). Esto ocurre porque el ámbito laboral y el ejercicio profesional son áreas privilegiadas para el desarrollo en términos de la motivación de logro, la cual está directamente asociada con el crecimiento psicológico del individuo y el bienestar colectivo (Romero García, 1999, citado por Barreat, Benítez, Fuentes y Noel (2016). Platone y Cabrera de Brazón (2005) consideran tres factores que deben ser tomados en cuenta para un proceso de asesoramiento vocacional adecuado: 1) El individuo, 2) las instituciones y sus programas de estudio y 3) el mercado de trabajo.</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Orientar a los estudiantes de último grado de secundaria frente a sus opciones de estudio profesional dependiendo del perfil que se requiere en esta área.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicar la importancia del conocimiento personal para poder vislumbrar las opciones de estudio o de trabajo. - Identificar las fortalezas que les ayudaran a establecer metas claras en su vida profesional - Promover en los estudiantes el interés por conocer las diferentes ofertas de estudio que hay en la actualidad.
Metodología	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados decimo y once. • Población: adolescentes.

	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales: hoja de papel, video beam (presentación) lápiz o bolígrafo. • Lugar: Institución Educativa Roberto García Peña, sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora. <p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se inicia con una dinámica que se llama “yo tengo un tic” para generar un ambiente adecuado para el desarrollo del taller. 2. Se da inicio explicando la importancia de plantear y replantear su proyecto vocacional en la recta final (onceavo grado) o próximos a salir (decimo), dejando claro cuales eran sus puntos fuertes o habilidades, ya mencionadas en talleres anteriores. 3. Se realizó una presentación de los perfiles de forma general de cada carrera, ya profesionales o técnicas en Santander, así mismo se les menciona que debían de seleccionar el que más les gustara o se ajustara a sus habilidades. 4. Después se les entrego a cada uno un formato para identificar si lo elegido se ajustaba a su ser, este se llama diagrama de suelo y consta de seis partes. 1-. Preguntas clave para encontrar sueños, 2-. Preguntas para pulir sueños, 3-. Opciones de estudios, 4-. Preguntas para pulir estudios, 5-. Qué más necesito para conseguir mis sueños, 6-. Qué acciones concretas puedo hacer que me acerquen a mis sueños. (ver anexo 1) 5. Se finaliza con una socialización de la actividad y evaluación de la misma para tener nuevos temas, opiniones y puntos a mejorar.
<p>Referencias</p>	<p>Barreat, M. Benítez, A., Fuentes, L., & Noel, G. (2016). Asesoramiento vocacional y rendimiento académico en estudiantes del programa Fray Juan Ramos de Lora. <i>Educere</i>, 20 (66), 355-366.</p>

ANEXOS: diagrama de sueños (opción vocacional, adolescentes)

<p>1.- Preguntas clave para encontrar sueños</p>  <p>¿Qué harías si estuvieses seguro de que no vas a fallar? ¿Qué harías si fueses rico y tuvieses todo el tiempo y dinero del mundo? ¿Qué harías después de haber hecho todo lo que he contestado en la pregunta anterior?</p>	<p>2.- Preguntas para pulir sueños</p>  <p>Si estuvieses al final de tu vida y fijaras la vista atrás ¿De qué elementos de los elegidos, estarías orgulloso de haber vivido elegido o tenido?</p>	<p>3.- Opciones de estudios</p>  <p>Escribe las opciones de estudios que estás barajando aquí debajo. Una vez escritas pregúntate: ¿Qué estudios de los elegidos te acercan al mayor número de elementos de la columna dos?</p>	<p>4.- Preguntas para pulir estudios:</p>  <p>Si estuvieses al final de tu vida y echases la vista atrás ¿estarías orgulloso de haber elegido esos estudios de la columna 3?</p>	<p>5.- Qué más necesito para mis sueños.</p>  <p>Escribe elementos adicionales que te puedan necesitar y que te ayuden a conseguir eso que necesitas</p>	<p>6.- Qué acciones concretas puedo hacer que me acerquen a mis sueños.</p> 
TENER					Hoy
HACER					Mañana
SER					La semana que viene

Nombre:

curso:

fecha:

/ /

.

Actividad No. 1	
Nombre de la actividad	“Salud sexual y reproductiva”
Marco conceptual	<p><i>“El hombre es un ser sexuado; lo sexual entra de lleno en su existencia (...) La sexualidad es una estructura configuradora de la existencia humana, que afecta, por tanto, a la persona en su totalidad” (Amado, 2007, pp. 192-193).</i></p> <p>La salud sexual y reproductiva hace referencia a “(...) la capacidad de la pareja para reproducirse y la libertad de decidir cuándo y con qué frecuencia” (Izquierdo, 2013, p.1). Además, es un tema esencial en la vida de todo ser humano, pues influye en las diferentes esferas en las que se desarrolla, como por ejemplo la familia y la pareja, asimismo es un aspecto importante para la mejora tanto social como económica de las comunidades (Izquierdo, 2013).</p> <p>Debido a la importancia que posee la salud sexual y reproductiva en el ser humano es relevante la educación de esta, ya que “La educación de la sexualidad es una responsabilidad de la sociedad en su conjunto, se inicia desde el nacimiento dentro del grupo familiar y transcurre durante toda la vida en los sucesivos vínculos que establecen las personas al interactuar con diferentes grupos” (Rodríguez, Sanabria, Contreras & Perdomo, 2013).</p> <p>La educación es fundamental puesto que permite el desarrollo de destrezas en el adolescente y el joven para permitirles tomar decisiones y ser responsables sobre su salud, en estas etapas tempranas de vida, además, es posible modificar las enseñanzas rígidas, mitos, tabúes, creencias y formas de conductas que hayan influido en su formación con el fin de que en la adultez sean responsables sobre el cuidado de su salud, así lo consideran Rodríguez et al. (2013).</p> <p>Por lo tanto, es importante reconocer cuales son las implicaciones que tiene la salud reproductiva, pues tal y como lo plantea Izquierdo (2013) está involucra el hecho de que una persona pueda gozar de una vida sexual satisfactoria, segura y responsable.</p> <p>Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, es fundamental que hombres y mujeres puedan ejercer su derecho a poseer acceso y recibir información acerca de los métodos anticonceptivos, para que de esta forma puedan gozar de una salud sexual y reproductiva adecuada,</p>

	<p>evitando así los embarazos no deseados y el contagio de enfermedades de transmisión sexual, entre otros.</p> <p>El Ministerio de Salud y Protección Social (año) menciona las opciones de métodos anticonceptivos modernos en Colombia que se encuentran en el Plan Obligatorio de Salud, dentro de éste está el DIU (T de cobre), DIU (Hormonal), Implante, Inyección trimestral, Inyección mensual, Anillo vaginal, Parche y Pastillas. También, señala que el uso adecuado del preservativo contribuye a la prevención de un embarazo no deseado y en la transmisión de enfermedades sexuales.</p> <p>Según la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (2015) el 100% de la población colombiana conoce sobre algún método anticonceptivo, (...) el 17,3% de los hombres unidos y el 10,4% de los no unidos sexualmente activos no usan métodos anticonceptivos”.</p> <p>“En la población masculina unida los métodos anticonceptivos que más usan son inyección (15,0 %), condón masculino (9,0 %) y píldora (7,0 %). Y en el caso de los hombres no unidos sexualmente activos, son el condón masculino (46,0 %), inyección (15,0 %) y píldora (11,0 %)”</p> <p>Respecto al acceso de información por parte de los hombres, “la principal fuente de información sobre métodos anticonceptivos en los hombres de 13 a 49 años es la televisión (69,4 %), seguida del periódico, revistas o internet (52,8 %) y radio (44,2 %). Solo el 10 % informa que ha hablado sobre anticoncepción con un profesional de la salud y un 20 % ha oído o recibido información sobre anticoncepción en la EPS”</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Brindar a los re-educandos información acerca de la salud sexual y reproductiva.</p> <p><i>Objetivo Específico</i></p> <p>Exponer los métodos anticonceptivos modernos y su utilidad a los re-educandos.</p> <p>Identificar la importancia de la salud sexual y reproductiva en el desarrollo de la vida de cada individuo.</p> <p>Concebir la importancia del cuidado de sí mismos para un adecuado ejercicio de la salud sexual y reproductiva.</p>

<p>Metodología de la actividad</p>	<p>Población: Re-educandos de Hogares CREA</p> <p>Materiales: Fotocopias, video beam, computador,</p> <p>Lugar: Corporación de Hogares CREA, Piedecuesta</p> <p>Duración: 1 hora y media</p> <p>Procedimiento:</p> <p>Actividad la del cuerpo , actividad de enganche: elefantes, jirafas, gorilas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar se realizará una dinámica de enganche llamada “elefantes, jirafas y gorilas” el facilitador menciona uno de estos animales, y los re-educandos deberán realizar una representación con su cuerpo de dicho animal. 2. Luego, se expondrá el tema sobre la salud sexual y reproductiva, mencionando cada uno de los métodos anticonceptivos, su utilidad y eficacia tanto para hombres y mujeres. De igual manera, se complementará este tema mediante la proyección de un vídeo. 3. Posteriormente, se les entregará una hoja 4. Finalmente, se hará una reflexión grupal sobre las temáticas trabajadas en relación al cuidado de la persona, la sexualidad y la salud sexual y reproductiva
<p>Referencias</p>	<p>Izquierdo, A. (2015). Salud sexual y reproductiva. <i>Revista Cubana de Enfermería</i>, 29(1), 1-2. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192013000100001</p> <p>Ministerio de Salud. (s.f.). <i>Métodos anticonceptivos modernos</i>. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/ssr/Paginas/Metodos-anticonceptivos-modernos.aspx</p> <p>Ministerio de Salud, y Pro familia. (2015). Encuesta Nacional de Demografía y Salud. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/Documents/General/20161212_B_ENDS%202015_Metodos_anticonceptivos.pdf</p>

Actividad No. (2)	
Nombre de la actividad	<i>“Conozco y cuido mi cuerpo”</i>
Marco conceptual	<p>En cuanto a la palabra sexo, está se usa en el lenguaje cotidiano de forma ambigua, pues se refiere tanto a una categoría de persona como a los actos que realizan éstas (Marcuello & Elósegui, 2004 citados en Vargas, 2013). El asunto no es la diferencia de sexos, sino la negación de diferencias dentro o entre grupos (De la Rubia & Ortega, 2008 citados en Vargas, 2013). Esto por cuanto las fronteras existen más en el lenguaje que en la realidad.</p> <p>Asimismo, la definición de género como categoría surge de la necesidad de diferenciar el sexo en el orden biológico. Esto incluye aspectos genéticos, hormonales y cromosómicos, de esta forma se genera una construcción sociocultural e histórica de lo femenino y lo masculino. (Vargas, 2013)</p> <p>La sexualidad, por su parte, se refiere a las actividades que los organismos llevan a cabo para intercambiar material genético y conseguir una mayor diversidad y adaptación al medio. (Vargas, 2013).</p> <p>Otros autores expresan que la sexualidad abarca múltiples aspectos del hombre, tales como: características, comportamientos y valoraciones que las personas utilizamos para describirnos en la dimensión humana como otra, la sexual. Además incluye principios, creencias y conductas</p> <p>Aspectos de la identidad que conciernen al conjunto de atributos que las personas utilizan para describir su sexo, género y orientación sexual.</p> <p>SEXO: características biológicas con base en las cuales se designa que una persona es hombre o mujer o intersexual.</p> <p>GÉNERO: se refiere a las actitudes, sentimientos y comportamientos que la cultura asocia con el sexo biológico de las personas. Las características del género son específicas de cada cultura (5 regiones)</p> <p>ORIENTACIÓN SEXUAL: denota el sexo de las personas por las cuales experimenta atracción erótica predominante, es decir el sexo de las personas que nos atraen para tener relaciones románticas o sexuales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heterosexual • Homosexual

	<ul style="list-style-type: none"> • Bisexual <p>Genitalidad: describe los órganos sexuales y lo que hacemos con ellos. También es una condición biológica y transmitida</p> <p><i>SÍNTESIS: LA SEXUALIDAD ES LO QUE SOMOS MIENTRAS LA GENITALIDAD ES LO QUE HACEMOS CON LOS GENITALES</i></p> <p>Lo que hacemos con los genitales se llama actividad sexual que son los comportamientos que tiene como fin experimentar placer con los órganos sexuales, ésta se puede realizar de forma individual o con otras personas y ocurre de manera diferentes en diferentes momentos de la vida. (Coursera, Elvia Vargas Trujillo, 2017)</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Analizar y reflexionar sobre la manera en que los re-educandos se conocen y exploran su cuerpo.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer el uso adecuado de los conceptos de sexualidad y genitalidad • Aclarar diversos mitos respecto a la sexualidad.
<p>Metodología de la actividad</p>	<p>Población: Re-educandos de Hogares CREA</p> <p>Materiales: Fotocopias, video beam, computador,</p> <p>Lugar: Corporación de Hogares CREA, Piedecuesta</p> <p>Duración: 1 hora y media</p> <p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se realizará la actividad de enganche llamada “las vacas vuelan”: Para esta, los re-educandos se formarán en círculo y colocarán las manos palma con palma. Cuando el director (a) del juego nombra un animal que vuela, todos deben agacharse, separar las manos y volverlas a juntar, dando una palmada cuando estén arriba otra vez. Cuando se nombra un animal terrestre, todos separan las manos y las vuelven a juntar, dando la palmada, pero sin agacharse, y cuando dice un animal acuático se agachan y suben, pero no darán la palmada y al dar la orden “las vacas vuelan” todos deberán cambiar de puesto. Además, los facilitadores también harán la actividad, pero tratarán de hacer equivocar a los participantes haciendo acciones contrarias.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Luego se hará una introducción acerca de los temas tratados anteriormente, seguido se colocará una imagen de una silueta grande en papel Kraft, donde cada reeducando deberá escribir un mito acerca de la sexualidad 3. Seguido a esto se colocará un video acerca de los mitos de la sexualidad y después se continuará con la presentación del tema. 4. Posteriormente, cada uno recibirá una hoja con la silueta de un hombre, y allí se deberá escribir como cuida cada uno su cuerpo. 5. Finalmente, se socializará lo realizado con dicho material y se hará una reflexión acerca de la importancia del cuidado del cuerpo y la sexualidad y se entregará el formato para la evaluación del taller.
Referencias	<p>Coursera, Elvia Vargas Trujillo - Departamento de Psicología, Universidad de los Andes. 2017, Lecture 7 - ¿Qué es sexo, género y orientación sexual?, https://es.coursera.org/learn/sexualidad-y-educacion/lecture/6Exop/que-es-sexo-genero-y-orientacion-sexual</p> <p>Vargas, E. (2013). Bases de la diferenciación sexual y aspectos éticos de los estados intersexuales. <i>Reflexiones</i>, 92 (1), 141-157</p>

Taller 3	
Nombre de la actividad	“Aceptando lo que veo”
Marco conceptual	<p>Autoimagen:</p> <p>La propia imagen o la autoimagen se forman por la influencia de diversas fuentes de datos como las experiencias que se ha tenido con el ambiente social, los medios de comunicación, y el éxito que se ha alcanzado con el sexo opuesto. (Riso, 2003).</p> <p>Riso (2003) señala que una de las causas más terribles y devastadoras de la pérdida de la autoimagen es la burla, y es desde la primera infancia que se van formando los complejos, debido a la percepción que se tiene sobre sí mismos.</p>

	<p>Para salvaguardar la autoimagen o rescatarla hay que tener en cuenta:</p> <p>Trata de definir tus propios criterios de lo que es bello o estético, descarta la perfección física y los criterios estrictos, descubre y destaca las cosas que te gustan de ti, tu autoimagen se transmite a otros, el aspecto físico es sólo uno de los componentes de tu autoimagen, y no importa qué seas y cómo seas. Si realmente te agradas y gustas, siempre encontrarás a alguien que guste de ti.</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Generar un espacio en el cual los re-educandos reconozcan la importancia de tener una autoimagen positiva.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Brindar herramientas que permitan el desarrollo de una adecuada autoimagen. -Promover la identificación del tipo de autoimagen que posee cada uno de los re-educandos.
Metodología	<ul style="list-style-type: none"> • Población: Re-educandos de Hogares CREA. • Materiales: Computador portátil, video beam, parlantes, papel kraft, pinceles, pinturas, marcadores y tablero. • Lugar: Corporación de Hogares CREA, Piedecuesta. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media. <p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se realizará una dinámica rompe hielo denominada “el cien pies”. Para esta, se les pedirá a los re-educandos que se formen en un círculo en compañía de los psicólogos en formación, y se comenzará a cantar una canción que los re-educandos deberán repetir y cuando se indique la cantidad de pies que posee el cien pies deberán formar grupos dependiendo de esta cifra. 2. Una vez finalizada la actividad de enganche se llevará a cabo la presentación del tema a trabajar el cual es la autoimagen y este será presentado por medio de diapositivas.

	<p>3. Posterior a esto, se les mostrará un video con el fin de complementar la explicación brindada y se reflexionará sobre el mismo, el vídeo es un fragmento de la película “Angel-A”</p> <p>4. Culminada dicha reflexión, se escribirán una serie de frases alusivas al tema y se les pedirá a los re-educandos que conformen grupos y a cada uno de ellos se les asignará una de dichas frases y estas deberán explicarlas por medio de dramatizaciones, escritos o dibujos a todos sus compañeros.</p> <p>5. Finalizada la socialización de las frases, se procederá a la entrega de papel kraft, pinceles y pinturas a cada uno de los re-educandos, para que con estos materiales dibujen su rostro, resaltando aquellas cosas que más les gusta de sí mismos.</p> <p>6. Por último, se les pedirá que de manera voluntaria compartan y expliquen su dibujo y de esta forma se llevará a cabo el cierre de la actividad, resaltando la importancia de tener una adecuada autoimagen y algunas sugerencias de cómo pueden llegar a sentirse satisfechos con esta.</p>
<p>Referencias</p>	<p>Ferragut, M; Fierro, A; (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. <i>Revista Latinoamericana de Psicología</i>, 44(3) 95-104. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525022008</p>

<i>Taller No. 4</i>	
Nombre de la actividad	“Confiando en mí”
Marco conceptual	<p>Dentro del crecimiento personal la reestructuración del proyecto de vida y objetivos es una senda que recorre el ser humano; en este punto los re-educandos avivan la llama para lograr una estabilidad en sus dimensiones personales y sociales, la expectativa frente al resultado hacia el cambio, llegando a este punto del conocimiento personal la autoeficacia es un elemento de apoyo, de acuerdo a la teoría e investigación, la autoeficacia influye en cómo la gente siente, piensa y actúa (Olivari & Urra, 2007); por otra parte Bandura (2001) menciona que:</p> <p>Las creencias de eficacia influyen en los pensamientos de las personas (auto estimulantes y autodesvalorizantes), en su grado de optimismo o pesimismo, en los cursos de acción que ellas eligen para lograr las metas que se plantean para sí mismas y en su compromiso con estas metas (citado en Olivari & Urra, 2007).</p> <p>Añadiendo a lo anterior Bandura resalta la importancia en cuanto un alto sentido de eficacia facilita el procesamiento de información y el desempeño cognitivo en distintos contextos, incluyendo la toma de decisiones (Bandura, 1997).</p> <p>Otro aspecto, frente a la autoeficacia ha sido aplicado a conductas tan diversas en diferentes dominios de salud como: el manejo de enfermedades crónicas, uso de drogas, actividad sexual, fumar, realizar ejercicio, y también la habilidad para recuperarse de los problemas de salud o para evitar potenciales riesgos para la salud (Forsyth y Carey, 1998 citado por Olivari & Urra, 2007)</p> <p>En cuanto a las expectativas de autoeficacia están enmarcadas por experiencias, conocimientos; ligada al procesamiento de información y el cómo de combinas estas, así mismo hay varios elementos que influyen de forma directa, indirecta o simbólica:</p> <p>El éxito y el fracaso es el punto que genera las creencias de la autoeficacia; (Bandura, 1997, citado por Chacón, 2006); ya sea como refuerzo o fortaleza, el éxito es un buen indicio, o el fracaso como castigo que debilita pero como aviso, prevención; en última instancia todo está en la experiencia y percepción de cada persona. “Sin embargo, pensar</p>

	<p>solo en obtener el éxito también hace que la gente se desaliente cuanto el resultado previsto no ocurre” (Hernández & Barraza, 2013);</p> <p>Por lo tanto cierta dificultad es deseable en la tarea o meta que se espera lograr, ya que ello ayuda al individuo a perseverar y a convertir los fracasos en éxitos utilizando las capacidades individuales para ejercer el control sobre el ambiente.</p> <p>Por otra parte, Riso (2003) afirma que “el principal enemigo para el crecimiento del autoconcepto es la falta de confianza en sí mismo” (p.56)</p> <p>Es así que, la autoeficacia es la confianza y convicción en sí mismo de que es posible lograr ciertos resultados esperados. “La autoeficacia es básicamente una opinión efectiva de uno mismo” (Riso, 2003, p.57)</p> <p>Una alta autoeficacia hará que las metas personales de cada quien sean sólidas y persistir ante las dificultades y afrontarlas de una manera adecuada. Una baja autoeficacia es pensar y tener la convicción de que no se es capaz de alcanzar las metas personales esto conlleva a que éstas sean pobres, y también a ser incapaz de enfrentar las dificultades de la vida. (Riso, 2003)</p> <p>Estrategias para combatir la baja autoeficacia o mantenerla en un punto adecuado:</p> <p>Elimina el no soy capaz, no seas pesimista, no seas fatalista, trata de ser realista, no recuerdes solo lo malo, revisa tus metas, ponte a prueba y arriésgate.</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Fortalecer y promover una autoeficacia positiva en los reeducandos.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientar a los reeducandos en la identificación de sus habilidades y capacidades como seres competentes y eficaces. • Generar un espacio que le permita a los reeducandos reflexionar acerca de los logros alcanzados en los diferentes ámbitos de su vida.

<p>Metodología</p>	<p>Población: Reeducando de Hogares CREA</p> <p>Materiales: Fotocopias, video beam, computador</p> <p>Lugar: Corporación de Hogares CREA, Piedecuesta</p> <p>Duración: Aproximadamente una hora y quince minutos.</p> <p>Procedimiento:</p> <p>En primer lugar se dio paso a la última actividad de autoimagen, a cada persona se le dio un cuarto de papel donde se dibujaran a sí mismo, o la imagen que ellos creen que los representa, además deberán escribir una frase alusiva al tema de autoimagen.</p> <p>Luego se hará un círculo y se socializará los trabajos realizados por cada persona (se dio libertad en la participación de los reeducados).</p> <p>Posteriormente, se dio a cada reeducando unas vendas para los ojos, y se elegirán cuatro personas como guías para sus compañeros; de esta forma llevarán en pequeños grupos superando varios obstáculos, hasta llegar a un lugar determinado, en el cual hay una pregunta de reflexión grupal enfocada en la temática de autoeficacia.</p> <p>Finalmente, se realizó una socialización sobre la experiencia de la actividad, seguidamente se dirigió las diferentes respuestas enfocándolas al tema de autoeficacia, apoyándolas con una serie de pasos, además se les entregó unas frases referidas al tema.</p>
<p>Referencias</p>	<p>Chacón, C. C. (2006). Las Creencias de Autoeficacia: un Aporte para la Formación del Docente de Inglés. <i>Acción Pedagógica</i>, 15, 44 – 54. Venezuela.</p> <p>Hernández, L & Barraza, A. (2013). Rendimiento académico y autoeficacia percibida, Un estudio de caso. Recuperado de http://iunaes.mx/wp-content/uploads/2014/08/FINAL-LIBRO-DE-AUTOEFICACIA-DE-LUIS-FERNANDO.pdf</p> <p>Olivari, C & Urra, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. <i>Ciencia Y Enfermería</i>, 13 (1): 9-15</p> <p>Riso, W. (2003). Aprendiendo a quererse a sí mismo, Bogotá, Colombia: Editorial norma.</p>

<i>Taller No. 5</i>	
Nombre de la actividad	Modos de Afrontamiento
Marco conceptual	<p>La escala de Modos de Afrontamiento (Ways of Coping, WOC) de Folkman y Lazarus (1985) evalúa una serie de pensamientos y acciones para enfrentar las situaciones estresantes e identifica ocho estrategias de afrontamiento, las cuales pueden estar centradas en la solución del problema o en la regulación emocional.</p> <p>Las estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema son: la confrontación y la planificación; y las estrategias de afrontamiento centradas en la regulación emocional son: el distanciamiento, el autocontrol, la aceptación de responsabilidad, el escape-evitación, y la reevaluación positiva. A continuación se expondrán cada una de ellas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La confrontación: Intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas o potencialmente arriesgadas. • La planificación: Pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema. • El distanciamiento: Intentos de apartarse del problema, no pensar en él, o evitar que le afecte a uno. • El autocontrol: Esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales • Aceptación de responsabilidad: Reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema • Escape-Evitación: Empleo de un pensamiento irreal improductivo o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos. • Reevaluación positiva: Percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante. • Búsqueda de apoyo social: Acudir a otras personas para buscar ayuda, información o también comprensión y apoyo emocional.

De igual manera, el afrontamiento según Fernández, Abascal y Palmero (como se citó en Londoño, Pérez, Murillo, 2009) hace referencia a el conjunto de esfuerzos comportamentales y cognitivos, que se ejecutan al momento de hacer frente a las demandas tanto internas como externas, que pueden llegar a ser consideradas como desbordantes de los recursos que posee el individuo.

Asimismo, las estrategias de afrontamiento son muy diversas y su uso no siempre puede ser el más adecuado ya que pueden generar fatiga, sobregeneralización y efectos secundarios en los individuos. Por lo anterior, es importante tener en cuenta que todos los individuos enfrentan de forma diferente las situaciones que experimentan en su diario vivir, esto se debe a las creencias, los valores, las habilidades sociales y las capacidades que poseen para afrontar las situaciones difíciles (Londoño, Pérez y Murillo, 2009).

Consecuente a lo anterior, es importante resaltar que las personas hacen uso de sus propias estrategias de afrontamiento, por lo tanto, se originan formas personales o estilos propios de afrontamiento, los cuales hacen alusión a la forma característica y parcialmente estable que utilizan las personas para hacer frente a las situaciones estresantes (Londoño, Pérez y Murillo, 2009).

No obstante, Fernández-Abascal y Palmero (como se citó en Londoño, Pérez y Murillo, 2009) plantean tres dimensiones básicas a partir de las cuales se ubican los diversos estilos de afrontamiento, estas dimensiones son las siguientes:

- Según el método de afrontamiento empleado pueden ser:
 - a) Estilo de afrontamiento activo: Se movilizan los esfuerzos hacia los diferentes tipos de solución de las circunstancias.
 - b) Estilo de afrontamiento pasivo: No se realiza ninguna acción sobre la situación, sino que se espera que las condiciones cambien por sí solas.
 - c) Estilo de afrontamiento de evitación: Se busca huir o evadir el problema y/o sus consecuencias.
- Según la focalización del afrontamiento pueden ser:
 - a) Estilo de afrontamiento dirigido al problema: Se aspira manipular o modificar las circunstancias responsables del problema.

	<p>b) Estilo de afrontamiento dirigido a la respuesta emocional: Se busca disminuir o suprimir la respuesta emocional originada por el acontecimiento.</p> <p>c) Estilo de afrontamiento dirigido a la reevaluación del problema: Se pretende cambiar la valoración inicial de la situación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Según la actividad movilizada por el afrontamiento pueden ser: <p>a) Estilo de afrontamiento cognitivo: Los esfuerzos están dirigidos a analizar, buscar alternativas y anticipar consecuencias.</p> <p>b) Estilo de afrontamiento conductual: Los esfuerzos están determinados por comportamientos que buscan adaptarse a la situación ya sea de manera activa o pasiva.</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Fortalecer y promover la inteligencia emocional dentro de las estrategias de afrontamiento en los re-educandos.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientar a los re-educandos sobre el empleo de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento en su diario vivir. • Generar un espacio de formativo y de reflexión dentro del marco de la inteligencia emocional.

<p>Metodología</p>	<p>Población: Reeducando de Hogares CREA Materiales: Cartulinas, pegamento, tierras y revistas Lugar: Corporación de Hogares CREA, Piedecuesta Duración: Aproximadamente una hora y quince minutos.</p> <p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se realizará una dinámica de enganche denominada tingo-tingo-tango, con el fin de animar y estimular la reflexión hacia el tema que se va a desarrollar, el cual es inteligencia emocional. Seguidamente se realizarán una serie de preguntas, enfocadas en el concepto de emociones y los sentimientos, sus diferencias, cuántas emociones conocen, y cuando las experimentan y en qué parte del cuerpo sienten dichas emociones. 2. Luego se les dará, un pequeño cuadernillo, donde cada una de las hojas está señalada con una emoción, siendo en total seis emociones, estas son: alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y desagrado. Después, se les dará entrega de material de trabajo (revistas, tijeras y colbón). 3. Posteriormente, se les indicará que deberán recortar imágenes que hagan alusión a la emoción que están señaladas en el cuadernillo, así mismo, deberán escoger una de las seis emociones e identificar y describir una situación donde recientemente hayan experimentado dicha emoción y la forma en cómo actuaron. 4. Finalmente, se les explicará en qué consisten las estrategias de afrontamiento y se les dejarán dos carteles con las clases y elementos que las componen, con el fin de continuar trabajando esta temática el próximo taller.
<p>Referencias</p>	<p>Londoño, N., Pérez, M., y Murillo, M. (2009). Validación de la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en una Muestra Colombiana. <i>Informes psicológicos</i>, 11(13), 13-29. Recuperado de https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/1211</p> <p>Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. En G. Berríos, A. Bulbena, P. Fernández. (Ed.), <i>Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología</i> (pp. 425-435). Barcelona, España: MASSON.</p>

<i>Taller No. 6</i>	
Nombre de la actividad	Modos de Afrontamiento
Marco conceptual	<p>La escala de Modos de Afrontamiento (Ways of Coping, WOC) de Folkman y Lazarus (1985) evalúa una serie de pensamientos y acciones para enfrentar las situaciones estresantes e identifica ocho estrategias de afrontamiento, las cuales pueden estar centradas en la solución del problema o en la regulación emocional.</p> <p>Las estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema son: la confrontación y la planificación; y las estrategias de afrontamiento centradas en la regulación emocional son: el distanciamiento, el autocontrol, la aceptación de responsabilidad, el escape-evitación, y la reevaluación positiva. A continuación se expondrán cada una de ellas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La confrontación: Intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas o potencialmente arriesgadas. • La planificación: Pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema. • El distanciamiento: Intentos de apartarse del problema, no pensar en él, o evitar que le afecte a uno. • El autocontrol: Esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales • Aceptación de responsabilidad: Reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema • Escape-Evitación: Empleo de un pensamiento irreal improductivo o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos. • Reevaluación positiva: Percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante. • Búsqueda de apoyo social: Acudir a otras personas para buscar ayuda, información o también comprensión y apoyo emocional.

De igual manera, el afrontamiento según Fernández, Abascal y Palmero (como se citó en Londoño, Pérez, Murillo, 2009) hace referencia a el conjunto de esfuerzos comportamentales y cognitivos, que se ejecutan al momento de hacer frente a las demandas tanto internas como externas, que pueden llegar a ser consideradas como desbordantes de los recursos que posee el individuo.

Asimismo, las estrategias de afrontamiento son muy diversas y su uso no siempre puede ser el más adecuado ya que pueden generar fatiga, sobregeneralización y efectos secundarios en los individuos. Por lo anterior, es importante tener en cuenta que todos los individuos enfrentan de forma diferente las situaciones que experimentan en su diario vivir, esto se debe a las creencias, los valores, las habilidades sociales y las capacidades que poseen para afrontar las situaciones difíciles (Londoño, Pérez y Murillo, 2009).

Consecuente a lo anterior, es importante resaltar que las personas hacen uso de sus propias estrategias de afrontamiento, por lo tanto, se originan formas personales o estilos propios de afrontamiento, los cuales hacen alusión a la forma característica y parcialmente estable que utilizan las personas para hacer frente a las situaciones estresantes (Londoño, Pérez y Murillo, 2009).

No obstante, Fernández-Abascal y Palmero (como se citó en Londoño, Pérez y Murillo, 2009) plantean tres dimensiones básicas a partir de las cuales se ubican los diversos estilos de afrontamiento, estas dimensiones son las siguientes:

- Según el método de afrontamiento empleado pueden ser:
 - a) Estilo de afrontamiento activo: Se movilizan los esfuerzos hacia los diferentes tipos de solución de las circunstancias.
 - b) Estilo de afrontamiento pasivo: No se realiza ninguna acción sobre la situación, sino que se espera que las condiciones cambien por sí solas.
 - c) Estilo de afrontamiento de evitación: Se busca huir o evadir el problema y/o sus consecuencias.
- Según la focalización del afrontamiento pueden ser:
 - a) Estilo de afrontamiento dirigido al problema: Se aspira manipular o modificar las circunstancias responsables del problema.
 - b) Estilo de afrontamiento dirigido a la respuesta emocional: Se busca disminuir o suprimir la respuesta emocional originada por el acontecimiento.

	<p>c) Estilo de afrontamiento dirigido a la reevaluación del problema: Se pretende cambiar la valoración inicial de la situación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Según la actividad movilizada por el afrontamiento pueden ser: <p>a) Estilo de afrontamiento cognitivo: Los esfuerzos están dirigidos a analizar, buscar alternativas y anticipar consecuencias.</p> <p>b) Estilo de afrontamiento conductual: Los esfuerzos están determinados por comportamientos que buscan adaptarse a la situación ya sea de manera activa o pasiva.</p>
<p>Objetivos</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Crear un espacio de reflexión sobre situaciones pasadas y futuras que generen una forma de afrontarla de manera estratégica y consiente.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <p>Reflexionar sobre una situación pasada específica, que les haya generado alguna dificultad, los recursos y formas que usaron para resolverlo.</p> <p>Fomentar un espacio de reflexión enfocado en las estrategias orientadas a la resolución de problemas y regulación emocional.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Población: Reeducando de Hogares CREA</p> <p>Lugar: Corporación de Hogares CREA, Piedecuesta</p> <p>Duración: Aproximadamente una hora y quince minutos.</p> <p>Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Socializar los cuadernillos que contienen las 6 emociones básicas, con las respectivas situaciones que debían identificar y escribir. 2. Se les preguntara a los re- educandos sobre cuales creen que son las estrategias de afrontamiento que hay. 3. Se generara un espacio de meditación en el cual ellos se sentaran en círculo y se pondrá una música de fondo que apoye la actividad. 4. Seguido a esto se les leerán unas preguntas sobre diversas situaciones de su vida que han experimentado, espacio, tiempo, recursos, soluciones, emociones vividas. <p>Guion a seguir mediante la meditación y el momento de reflexión</p>

	<p>Instrucciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Cierren por un momento los ojos y, mientras, presten atención a su respiración. 2- Cuenten hasta diez y al contar tomen todo el aire que puedan; 3- Retengan el aire mientras cuentan hasta diez. 4- Exhale el aire mientras cuentan hasta diez. 5- Quédense sin aire y cuenten hasta diez. 6- Repitan el ejercicio anterior cinco veces. 7- Recuerden un momento en que les hubiera gustado haber actuado de diferente manera. 8- Recuerden lo que vieron, escucharon y sintieron. 9- Pregúntese: ¿Qué podría haber hecho que fuera diferente? 10- Imaginen una escena en su mente de lo que hubiera pasado si lo hubieran hecho en forma diferente. 11- Ahora visualicen su imagen en la escena. 12- Pregúntense: ¿Esta alternativa me hace sentir bien? 13- Pueden crear en su cerebro más alternativas y seguir el mismo procedimiento. 14- Escojan la alternativa más adecuada y tu cerebro encontrara las acciones que la hagan realidad. 15- Ahora, ubíquense nuevamente en el aquí y el ahora, abran lentamente los ojos. <p>V. Después se solicita a cada participante que comparta sus experiencias.</p> <p>VI. Finalmente se deja de tarea que cada participante haga un guión de su vida actual, y cómo lo puede redactar de manera que se sienta mejor.</p>
<p>Referencias</p>	<p>Londoño, N., Pérez, M., y Murillo, M. (2009). Validación de la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en una Muestra Colombiana. <i>Informes psicológicos</i>, 11(13), 13-29. Recuperado de https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/1211</p>

	Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. En G. Berríos, A. Bulbena, P. Fernández. (Ed.), <i>Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología</i> (pp. 425-435). Barcelona, España: MASSON.
--	---

Taller N° 7	
Nombre de la actividad	Mirando al futuro ¿Cómo lo construyo?
Marco conceptual	<p>Viktor Frankl sostiene que motiva al ser humano una voluntad de sentido, lo que significa que éste debe llegar a poseer una vida plena de significado. El hombre es un ser en busca del sentido de su existencia, una dirección, una intención, pero con significado, libertad y responsabilidad. El hombre busca respuestas al porqué y el para qué de la vida. La fuerza motivacional primaria que impulsa al ser humano al ser humano hacia el descubrimiento de su sentido es la voluntad de sentido. Esa voluntad de sentido es lo más profundo en el ser humano. La voluntad moviliza al ser humano pero el sentido lo orienta. Vivir pleno de sentido es vivir la existencia como un desafío, un reto o un riesgo. Este sentido de la vida se logra viviendo los valores de creación, los valores de experiencia y los valores de actitud.</p> <p>El hombre no recibe un a vida hecha y acabada sino que tiene que realizarla y determinar qué es lo que va a hacer con su vida. Tiene que elegir lo que va hacer entre muchas posibilidades y desarrollar su proyecto vital en su propia circunstancia.</p>
Objetivos	<p>Objetivo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar y reflexionar frente al proyecto de vida que tiene cada uno. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las metas y los proyectos que tienen los re-educandos.

	<ul style="list-style-type: none"> • Orientar a la planeación de un proyecto de vida realizable y que se mantenga con el tiempo.
Metodología	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de enganchamiento <ol style="list-style-type: none"> 1. Realización de una carta en futuro hacia ellos mismos. 2. El que quiera compartir su carta de manera voluntaria se le brindara el espacio. 3. Reflexión de sus metas a futuro. 4. Se les entregará la letra de una canción la cual se cantará en el momento de la actividad. 5. Para terminar se les preguntara que les dejo la actividad, y qué palabra representa lo hecho ese día.
Referencias	<ul style="list-style-type: none"> • Ricardo.V. (Abril, 2005). Proyecto de vida y planteamiento estratégico personal. Lima, Perú: Terra. • Frankl, Viktor E. (1996). El hombre en busca de sentido. Barcelona. Editorial Herder. Décima octava edición.

Actividad uno (1)	
Nombre de la actividad	<i>“¿Cómo me considero?”</i>
Marco conceptual	<p>La autoestima se refiere a los sentimientos del individuo hacia su propia valía y competencia. Por consiguiente es el aspecto evaluativo del sistema de identidad y se relaciona con la imagen de una identidad ideal que todos tenemos: cuando hay poca discrepancia entre la identidad ideal y la percibida como real, el individuo tendrá una elevada autoestima; por otro lado, cuando la discrepancia es grande, el resultado es baja autoestima. (Schaffer, 2000, p.207)</p> <p>Para Branden (1995) , una autoestima saludable se relaciona con la racionalidad, el realismo y la intuición, también con la creatividad, la independencia, la flexibilidad y la capacidad para aceptar los cambios; y una autoestima baja se correlaciona con la irracionalidad, la ceguera ante la realidad, la rigidez, el miedo a lo nuevo y a lo desconocido.</p>

	<p>Teniendo en cuenta lo anterior, cabe resaltar que en los modelos de estrés y resistencia, la autoestima se considera como una pieza importante para mitigar el estrés. Es así que si se tiene una autoestima alta, la persona puede controlar su vida, en cambio, si la persona tiene una autoestima baja, lo que rige el comportamiento es la duda, la defensiva y el miedo, en conclusión, la autoestima se relaciona con el estrés y las acciones de afrontamiento para mitigarlo. (Verduzco, Gómez y Durán, 2004).</p>
<p>Objetivos (General y específicos)</p>	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brindar un espacio de autoconocimiento frente a la autoestima de cada niño. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propiciar un ambiente donde cada niño pueda examinar y reconocer sus sentimientos frente a su consideración personal. • Resaltar la importancia de considerarse como seres competentes. • Promover la identificación de cualidades de sus compañeros.
<p>Metodología de la actividad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundos y terceros. • Población: 42 niños. • Materiales: Papel Kraft y marcadores • Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media. • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se les entregará un pequeño papel donde deben escribir su nombre y decorar a su gusto, con el fin de que reconozcan su identidad dentro del grupo, y también, facilitará la dinámica de trabajo. 2. En segundo lugar, se realizará una actividad de enganche llamada apartamentos e inquilinos, con la finalidad de interactuar y compartir con los participantes. 3. En tercer lugar, se leerá un pequeño cuento llamado “La máquina de marcar goles” y junto a los niños se analizarán las acciones del protagonista del cuento en relación a su autoestima y la manera de enfrentar la situación que vivía el protagonista.

	<p>4. En cuarto lugar, se dibujará en el papel kraft la silueta de los niños y se les indicará que junto a ella deben plasmar mediante palabras cómo se sienten ellos consigo mismos.</p> <p>5. Finalmente, se hará un círculo y cada uno debe expresarle a un compañero ¿cómo lo ve? promoviendo el uso de cualidades positivas y se realizará una reflexión final según el cuento y el dibujo de la silueta, en esta reflexión preguntaremos si cada uno de ellos se siente bien consigo mismos teniendo en cuenta esta reflexión grupal, cada niño describirá mediante una palabra en media hoja blanca qué le aportó la actividad.</p>
--	--

Referencias	<p>Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=MfhI44CDPMMC&printsec=frontcover&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false</p> <p>Schaffer, R. (2000). <i>Desarrollo social</i>. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=xduCpqpPKBgC&pg=PA207&dq=la+autoestima+en+los+ni%C3%B1os&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjy35asj_jVAhVI2SYKHeodCH8Q6AEISjAI#v=onepage&q=la%20autoestima%20en%20los%20ni%C3%B1os&f=false</p> <p>Verduzco, M A., Gómez, E., Durán, C. (2004). La influencia de la autoestima en la percepción del estrés y el afrontamiento en niños de edad escolar. <i>Salud Mental</i>, 27(4) 18-25. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58242703</p>
--------------------	---

Taller 2	
Nombre de la actividad	“Conociendo mis emociones y las emociones de los demás”
Marco conceptual	<p>En el ámbito escolar los estudiantes se enfrentan diariamente a situaciones en las que tienen que hacer uso de las habilidades emocionales, con el fin de adaptarse de forma adecuada a la escuela y a las demandas que ésta le exige, así menciona Salovey (como se citó en Fernández y Extremera, 2005).</p> <p>Salovey y Mayer (como se citó en Ferragut y Fierro, 2012) definen la inteligencia emocional como la capacidad de regular los sentimientos y</p>

	<p>emociones propios así como los de los demás, de comprender y discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones.</p> <p>En su modelo de Inteligencia Emocional Mayer y Salovey (como se citó en Fernández y Extremera, 2005) consideraran que ésta se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas, la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional, y finalmente, la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.</p> <p>La primera habilidad es la percepción emocional, en ésta se identifica y reconoce los propios sentimientos y de los demás, supone prestar atención y descodificar las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz. (Fernández y Extremera, 2005).</p> <p>Finalmente, es necesario resaltar un estudio realizado por Bermúdez, Teva y Sánchez (2003) realizado en la ciudad de Bogotá, con una muestra de 65 personas, donde encuentran una relación directa entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, allí las personas que presentaron un mayor autocontrol emocional y conductual, percibieron que tienen mayor control sobre las demandas del medio y también mayor autoestima.</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo general:</i></p> <p>Fortalecer la inteligencia emocional en los niños con el fin de que puedan responder de manera adecuada ante las demandas del ambiente.</p> <p><i>Objetivos específicos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Explicar qué es una emoción y un sentimiento -Reconocer sus propias emociones y sentimientos y a su vez, que puedan reconocer las emociones de los demás. - Reflexionar sobre la importancia de conocer sus sentimientos y emociones y la expresión correcta de los mismos, y también la relevancia sobre los sentimientos y emociones de los demás.

<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundos y terceros • Población: # de niños. • Materiales: Hojas, cajas de emociones y marcadores. • Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media. • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se realizará una dinámica llamada “lucha entre serios” los niños se ubicarán en dos filas, una frente a la otra, el objetivo es lograr que el jugador contrario comience a reír antes de tiempo, para esto los niños pueden hacer muecas, contar chistes o utilizar cualquier estrategia para hacer reír al otro compañero. 2. En segundo lugar, se organizarán en círculo y se comenzará a desarrollar el tema, explicándoles qué es una emoción y un sentimiento y la importancia de estos en nuestra vida. 3. Posteriormente, se le entregará a cada niño una hoja con unas preguntas e imágenes, donde deben escribir cómo se sienten en diversas situaciones que abarcan el ámbito familiar, escolar y social, con el fin de que reconozcan sus emociones ante ciertas actividades. 4. Seguido de esto, el trabajo será grupal y en una caja de emociones se encuentran diversos emojis que representan un estado emocional, por parejas los niños deben representar mediante una situación el emoji que sacaron de la caja de emociones y los otros niños espectadores adivinarán la emoción que está representando y siente su compañero. 5. Finalmente, se hará una reflexión de la importancia de conocer las propias emociones y las de los demás, también la importancia de manejar estas correctamente ante las diversas situaciones que vivencian
<p>Referencias</p>	<p>Bermúdez, M P., Teva, I y Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. <i>Universitas Psychologica</i>,2(1) 27-32. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64720105</p>

	<p>Fernández, P., Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i>, 19(3) 63-93. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005</p> <p>Ferragut, M; Fierro, A; (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. <i>Revista Latinoamericana de Psicología</i>, 44(3) 95-104. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525022008</p>
Taller 3	
Nombre de la actividad	“Trabajando con la alegría ”
Marco conceptual	<p>Teniendo en cuenta el modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey, la segunda habilidad es la facilitación o asimilación emocional, en esta habilidad la emoción es la facilitadora del pensamiento, es decir, implica que el individuo tenga en cuenta sus sentimientos cuando razona o soluciona problemas, ya que las emociones afectan al sistema cognitivo y estos estados afectivos ayudan a la toma de decisiones. (Fernández & Extremera, 2005).</p> <p>Las emociones determinan el comportamiento y la capacidad de aprendizaje, el estado emocional positivo en los estudiantes favorece: la creatividad, la concentración, las ganas de participar, la comprensión, entre otras; y el estado emocional negativo genera desconcentración, aislamiento, poca iniciativa, malestar, entre otros. (Club Ediba, s.f).</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Fortalecer la inteligencia emocional en los niños con el fin de que puedan responder de manera adecuada ante las demandas del ambiente.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconocer que los estados emocionales guían los pensamientos y la toma de decisiones. - Identificar la emoción de la alegría y descubrir cómo ésta, está presente en la vida de cada estudiante.

	<p>- Detectar cómo la alegría influye en los pensamientos y en las acciones cuando se está feliz.</p> <p>-Promover en los estudiantes que vivan, disfruten y compartan la emoción de la alegría.</p>
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundos y terceros • Población: # de niños. • Materiales: Hojas, marcadores y papel kraft. • Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media. • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. En primer lugar, se realizará una dinámica llamada “el cien pies” los estudiantes se ubicarán en círculo y los facilitadores de la dinámica cantarán ésta canción y ordenarán a los estudiantes a unirse en grupos según los pies del cien pies. 2. En segundo lugar, se organizarán en círculo y se comenzará a desarrollar el tema, explicándoles la emoción de la alegría y se favorecerá el intercambio de ideas y participación entre el grupo y las psicólogas en formación. 3. En tercer lugar, se le entregará a cada niño una hoja y deberá dibujar: ¿Qué cosas hace cuando está contento? Como bailar, ir a cine, jugar, entre otras 4. En cuarto lugar, dentro del espacio en donde se trabajará se ubicarán cinco estaciones, estas estaciones representan los sentidos del cuerpo humano y cómo se viven estos según la emoción de la alegría. Este recorrido tendrá el nombre de: “Mis emociones con los cinco sentidos”, en cada estación tendrán que plasmar en un papel kraft unas respuestas en relación con la emoción de la alegría. <p>Sentido de la vista: ¿Para ti cuál es la película más alegre? Sentido del olfato: ¿Cuál es el olor que te da alegría? Sentido de la audición: ¿Cuál es la canción que te hace alegre? (Cantar la canción) Sentido del tacto: ¿Qué haces con tus manos que te brinda alegría? Sentido del gusto: ¿Cuál es la comida más alegre para ti?</p>

	5. Finalmente, se hará una reflexión grupal de cómo la emoción de la alegría influye en el pensamiento y en la conducta.
Referencias	<p>Fernández, P., Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i>, 19(3) 63-93. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005</p> <p>Ediba. (2010, 11 de octubre). Mi cuaderno de las emociones. <i>Ediba</i>. Recuperado de http://edibaplayer.ediba.com/player2/buscador?term=MCE-001</p>

Taller 4	
Nombre de la actividad	“Aprendiendo de mi”
Marco conceptual	Teniendo en cuenta el modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey, la tercera habilidad es la comprensión emocional, ésta implica la habilidad para etiquetar las emociones, entender las relaciones entre una situación y las emociones que dicha genera, reconocer las transiciones de los estados emocionales y finalmente, comprender la aparición de sentimientos simultáneos y contradictorios. (Fernández y Extremera, 2005).
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Fortalecer la inteligencia emocional en los niños con el fin de que puedan responder de manera adecuada ante las demandas del ambiente.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>- Explicar qué es la tristeza mediante una representación de las psicólogas en formación.</p>

	<p>- Identificar la emoción de la tristeza, detectando qué situaciones son generadoras de tristeza en cada estudiante y qué sentimientos simultáneos la acompañan.</p> <p>-Promover en los estudiantes la exteriorización de esta emoción, haciéndoles comprender que no hay emociones buenas ni malas sino necesarias en la vida.</p>
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundos y terceros • Población: # de niños. • Materiales: Cartel y dados. • Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media. • Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. Se dará inicio a la actividad con una dinámica de enganche, esta dinámica será el tingo, tingo, tango de la alegría, cuando corresponda el turno de cada estudiante éste debe mencionar una situación alegre que haya vivido durante su fin de semana o en el transcurso del día. 2. Luego, se explicará qué es la emoción de la tristeza y cómo se le hace frente a ésta, mediante una representación de las psicólogas en formación. 3. Posteriormente, se llevará a cabo el juego de las cartas de las emociones, en este se trabajará con la emoción de la tristeza. El juego consiste en lanzar un dado, a cada número del dado le corresponde una pregunta, las preguntas estarán plasmadas en un cartel, según el número que le corresponda cada niño deberá responder la pregunta correspondiente al número. Este juego fue tomado pero modificado del vídeo: “Las cartas de las emociones: juego-dinámica para aprender inteligencia emocional” <p>Preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿En qué situación has tenido esta emoción? Cuéntanos cómo fue, hace cuánto y por qué? 2. ¿Cuándo te sientes triste que sueles hacer? 3. ¿Qué te genera tristeza? 4. ¿Cómo manifiestas la tristeza? 5. Explica cómo sabrías que alguien se siente triste ¿En qué se notaría?

	<p>6. Cuando sientes tristeza, ¿Qué sentimientos la acompañan? ¿Qué otra emoción experimentas?</p> <p>4. Finalmente, se realizará una reflexión grupal sobre el tema y el juego realizados, y la importancia de comprender las emociones, en especial la tristeza y por qué se viven.</p>
Referencias	<p>César García (Productor). 2015. Las cartas de las emociones: juego-dinámica para aprender inteligencia emocional. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=F_CAEQmDpG0</p> <p>Fernández, P., Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i>, 19(3) 63-93. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005</p>

Taller 5	
Nombre de la actividad	“Apoderándome de mi monstruo”
Marco conceptual	Según el modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey, la cuarta habilidad es la regulación emocional, esta habilidad implica el manejo del mundo intrapersonal e interpersonal de cada individuo, es decir regular las propias emociones y las de los demás, mediante la atenuación de las emociones negativas e intensificación de las emociones positivas. De igual manera, esta habilidad supone la capacidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información. (Fernández y Extremera, 2005).
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Fortalecer la inteligencia emocional en los niños con el fin de que puedan responder de manera adecuada ante las demandas del ambiente.</p>

	<p>Objetivos específicos:</p> <p>-Proporcionar (Trabajar/Reforzar/Desarrollar) a los estudiantes una estrategia de autocontrol para la ira.</p> <p>-Promover en los estudiantes una resolución no agresiva de los conflictos en su vida, teniendo en cuenta la estrategia de autocontrol trabajada.</p>
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo: Grados segundos y terceros • Población: # de niños. • Materiales: Hojas, arcilla, caja de la ira y frasco con brillantina. • Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. • Duración: Aproximadamente 1 hora y media. <p>• Procedimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Primero, se realizará una dinámica de enganche llamada “cuando yo a la selva fui” las facilitadoras guiarán la canción y los estudiantes deberán seguirla y realizar una serie de movimientos con el cuerpo. 2. Luego se organizarán en círculo y se comenzará a desarrollar el tema, explicándoles brevemente la emoción de la ira mediante la analogía del frasco con brillantina. Esta analogía consiste en que el frasco es el cerebro y este frasco tiene brillantina, que si se agita representa cómo se ve la mente cuando se experimenta la emoción de la ira. 3. Posterior a esto, los estudiantes deben hacer un recorrido por varias estaciones, estas estaciones representan el cortometraje “Solo respira” mediante imágenes y frases textuales de los protagonistas, este cortometraje expone a niños expresando qué les provoca ira, cómo se sienten cuando experimentan esta emoción y cómo manejan esta emoción. 4. Seguidamente, los estudiantes deberán conformarse por parejas o tríos, cada estudiante deberá pensar en aquellas situaciones que provoquen en él la ira, para luego crear con la arcilla un monstruo de la rabia. 5. Después, cada estudiante deberá depositar en la caja de la ira su monstruo, simbólicamente esto representará que éste monstruo no tiene el control sobre el estudiante, es él el que tiene control sobre el monstruo de la rabia.

	<p>6. Finalmente se hará la reflexión grupal, en ésta promoviendo en cada uno de los estudiantes que cuando experimenten la emoción de la ira la pueden expresar mediante dibujos, crear figuras, objetos o personajes, así controlando la ira. Luego, se les dará a conocer una estrategia para el autocontrol mediante la entrega a cada niño de un semáforo, y se les explicará el funcionamiento del mismo. En su semáforo el color rojo querrá decir que el niño debe parar porque no está controlando su ira, el color amarillo significa que el niño debe analizar qué sucede y por qué se está comportando así y el color verde indica que el niño puede expresar lo que siente.</p>
<p>Referencias</p>	<p>Caraballo, A. (2000-2017). GuiaInfantil.com. Polegar Medios S.L. Recuperado de https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/7-tecnicas-para-ensenar-a-los-ninos-a-manejar-la-ira/</p> <p>Esteban, E. (2000-2017). GuiaInfantil.com Polegar. Medios S.L. Recuperado de https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/conducta/la-caja-de-la-ira-una-excelente-herramienta-contra-las-rabietas-infantiles/</p> <p>Fernández, P., Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. <i>Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado</i>, 19(3) 63-93. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005</p> <p>Redime Asociación. (2015, Junio 4). Sólo respira, los niños nos enseñan cómo manejar las emociones. Recuperado de https://youtu.be/lnDifgPuhHI</p>

<p style="text-align: center;">Taller 6</p>	
<p>Nombre de la actividad</p>	<p>“¿Cómo resuelvo mis problemas?”</p>
<p>Marco conceptual</p>	<p>Según las habilidades de la inteligencia emocional trabajadas, de Mayer y Salovey (como se citó en Fernández y Extremera, 2005), como favorecer el reconocimiento de las emociones a nivel personal e interpersonal, el considerar que las emociones actúan sobre los pensamientos y en la toma de decisiones,</p>

	<p>incentivar en la comprensión de que las emociones se pueden experimentar simultáneamente, comprender las causas de las emociones, y finalmente, regular las propias emociones y las ajenas, se considera pertinente tener en cuenta la influencia de la inteligencia emocional en la resolución de conflictos.</p> <p>Para Becoña (citado por Pena, Extremera y Rey, 2011) las personas que resuelven de manera adecuada sus problemas suelen gestionar de un modo efectivo su vida emocional, ya que ésta puede favorecer o inhibir el proceso de solución de problemas. Asimismo, Ciarrochi, Scott, Deane y Heaven (citado por Pena, Extremera y Rey, 2011) mencionan que una persona emocionalmente inteligente procesa y manifiesta las emociones de manera eficaz, mostrando diversas estrategias de afrontamiento según la información proporcionada por el determinado estado afectivo.</p> <p>Lazarus y Folkman (citado por Buendía y Mira, 1993) establecieron dos tipos generales de estrategias de afrontamiento, las estrategias centradas en la resolución del problema, aquellas dirigidas para modificar la situación problemática que está causando el malestar y las estrategias centradas en la regulación emocional, implica la regulación de los estados emocionales ante el problema.</p>
<p>Objetivos</p>	<p><i>Objetivo general:</i></p> <p>Fortalecer las estrategias de afrontamiento mediante la inteligencia emocional frente a la resolución de problemas.</p> <p><i>Objetivos específicos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sintetizar las emociones trabajadas haciendo uso de la estrategia de autocontrol dada. - Orientar a los estudiantes en la toma de decisiones y resolución de problemas mediante el adecuado manejo de sus emociones.

	<p>-Aplicar la estrategia de autocontrol para sus emociones con el fin de afrontar las situaciones adversas adecuadamente.</p> <p>-Promover en los estudiantes estrategias de afrontamiento productivas.</p>
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Grupo: Grados segundos y terceros ● Población: 34 niños. ● Materiales: Hojas, arcilla, caja de la ira y frasco con brillantina. ● Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. ● Duración: Aproximadamente 1 hora y media. ● Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar una dinámica de enganche. 2. Posteriormente, se hará una recopilación de las emociones trabajadas relacionando éstas con la estrategia de autocontrol para las emociones: “el semáforo”, esta estrategia será un recurso transversal para el desarrollo de toda la actividad. 3. Se construirá una telaraña entre dos lados, los estudiantes se conformarán en dos grupos, el grupo deberá pasar por la telaraña sin tocarla, si tocan la telaraña tendrán que regresar a su posición inicial, luego por grupos transportarán con cucharas pelotas de pin pon sin dejarlas caer, por último tendrán que resolver una situación problemática en grupo, las psicólogas en formación estarán atentas a las estrategias que utilizan los estudiantes para dar respuesta a la situación problemática. Durante este momento, cada estudiante con ayuda de las psicólogas en formación tendrán que hacer uso del semáforo con el fin de manejar adecuadamente las emociones ante esta actividad. 4. Finalmente, se hará la reflexión de la actividad socializando las respuestas que cada grupo dio para solucionar el problema, las psicólogas orientarán y darán a conocer a los estudiantes la estrategia de afrontamiento de : “Aceptación y responsabilidad” , la cual consiste en reconocer el papel que cada quién haya tenido en el origen o el mantenimiento del problema”
<p>Referencias</p>	

- Buendía, J. & Mira, J. (1993). *Eventos vitales, afrontamiento y desarrollo: un estudio sobre el estrés infantil*. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=gaCFIuVYAD8C&pg=PA41&dq=estrategias+de+afrontamiento&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjJrLqLs7vVAhXBKiYKHUHVCoUQ6AEI NTAD#v=onepage&q=estrategias%20de%20afrontamiento&f=false>
- Caraballo, A. (2000-2017). GuiaInfantil.com. Polegar Medios S.L. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/7-tecnicas-para-ensenar-a-los-ninos-a-manejar-la-ira/>
- Esteban, E. (2000-2017). GuiaInfantil.com Polegar. Medios S.L. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/conducta/la-caja-de-la-ira-una-excelente-herramienta-contras-las-rabietas-infantiles/>
- Fernández, P., Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3) 63-93. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005>
- Pena, M., Extremera, N. & Rey, L. (2011). El papel de la inteligencia emocional percibida en la resolución de problemas sociales en estudiantes adolescentes. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(1) 69-79. Recuperado de <http://www.uacm.kirj.redalyc.org/articulo.oa?id=338230787007>
- Redime Asociación. (2015, Junio 4). Sólo respira, los niños nos enseñan cómo manejar las emociones. Recuperado de <https://youtu.be/lnDifgPuhHI>

Taller 7	
Nombre de la actividad	¿Quién soy?
Marco conceptual	<p>El proyecto de vida, es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada D'Angelo (1994; citado por D' Angelo, 2004).</p> <p>La formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida supone, efectivamente, la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflectiva creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida social. (D' Angelo, 2004, pp.5-6).</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <p>Contribuir en el desarrollo y conocimiento del proyecto de vida de los estudiantes.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Brindar a los estudiantes un espacio el cual propicie el conocimiento frente a su sexualidad. -Generar un espacio de descubrimiento personal con el fin de reconocer las fortalezas y debilidades de cada estudiante. - Explicar a los estudiantes los derechos de los niños.

Metodología

- Grupo: Grados segundos y terceros
 - Población: # de niños.
 - Materiales: Hojas, bombas y colores.
 - Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C.
 - Duración: Aproximadamente 1 hora y media.
 - **Procedimiento:**
7. En primer lugar, se llevará a cabo la dinámica de enganche
 8. En segundo lugar, se les solicitará a los alumnos que se formen en grupos y a cada grupo se le hará entrega de una bomba, está tendrá en su interior dos papeles que contienen dos situaciones diferentes, por lo tanto, los estudiantes dentro de sus respectivos grupos deberán buscar la forma de reventar la bomba. Una vez hayan reventado la bomba, tendrán que leer las situaciones que esta contenía y deberán identificar las fortalezas y debilidades de los sujetos protagonistas de las historias.
 9. En tercer lugar, se socializará con los estudiantes dichas fortalezas y debilidades identificadas en las situaciones y se le pedirá a cada uno que reconozca cuáles son esas fortalezas y debilidades que ellos perciben de sí mismos y se les preguntará por ellas.
 10. En cuarto lugar, se procederá a hacer entrega de cartulinas y colores a cada alumno y se les indicará que deben realizar un dibujo de ellos mismos, de tal forma que describan todas sus características físicas.
 11. En quinto lugar, se pedirá a los estudiantes que se formen en un círculo, de tal forma que cada uno comparta su dibujo, para que así, se logre generar un espacio de reflexión entre los estudiantes, donde se haga énfasis en la importancia de reconocer que todos poseemos características, fortalezas y debilidades diferentes.
 12. Por último, se preguntará a los alumnos si ellos conocen cuáles son sus derechos como niños y se les dará a conocer dos de ellos.


Referencias	<p>D' Angelo, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. <i>Revista Cubana de Psicología</i>, 17(3) 270-275. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf</p> <p>D' Angelo O, & Arzuaga Ramírez, M. (2008). Los proyectos de vida en la formación humana y profesional. Retos del desarrollo integral complejo en aplicaciones al campo educativo. http://www.unilibrecali.edu.co/facultadsalud/images/stories/PDF_GrandesSesiones/2008</p>
--------------------	---

Taller 8	
Nombre de la actividad	¿Cómo me ven los demás? En busca de mi proyecto de vida.
Marco conceptual	<p>El proyecto de vida, es un modelo ideal sobre lo que el individuo espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo, definiendo su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada D' Angelo (1994; citado por D' Angelo, 2004).</p> <p>La formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida supone, efectivamente, la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflectivo creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida social. (D' Angelo, 2004, pp.5-6).</p>
Objetivos	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contribuir en el desarrollo y conocimiento del proyecto de vida de los estudiantes. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Propiciar el conocimiento de las redes de apoyo social como la familia, los amigos y la escuela, y qué relaciones comparten los estudiantes con estas redes.

	<p>-Facilitar el reconocimiento de la importancia de las redes de apoyo social para el desarrollo de vida de cada estudiante.</p> <p>-Definir las metas de vida a corto plazo de los estudiantes.</p> <p>-Dar a conocer a los estudiantes los derechos de los niños.</p> <p>-Proporcionar a los estudiantes dos técnicas de estudio.</p>
<p>Metodología</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Grupo: Grados segundos y terceros ● Población: # de niños. ● Materiales: Cuadernillos hechos con cartulina, colores, marcadores e imágenes para pegar. ● Lugar: Institución Educativa Santa María Goretti, sede B y sede C. ● Duración: Aproximadamente 1 hora y media. ● Procedimiento: <ol style="list-style-type: none"> 4. Realizar la actividad de enganche 5. El taller tendrá cuatro momentos, estos son: ¿Cómo consideras que te ve tu familia? ¿Cómo crees que te ven tus profesores? y ¿Cómo crees que te ven tus amigos? 6. Para comenzar los estudiantes se organizarán en un círculo, se le entregará a cada estudiante un cuadernillo el cual contendrá los tres momentos del taller <p>Primer momento: ¿Cómo consideras que te ve tu familia?</p> <p>Con antelación se le pedirá a cada estudiante una foto de su familia, asimismo algún miembro de la familia deberá enviar junto a esta foto una palabra con la cual se describa al estudiante. En este primer momento, los estudiantes tendrán que responder: ¿Cómo está conformada mi familia? , ¿Cómo crees que te ve tu familia? ¿Qué tanto tiempo compartes con tu familia? y ¿Qué actividades realizas junto a tu familia ? finalmente, este momento concluye con la interiorización de la palabra que los miembros de la familia de estos estudiantes consideraron.</p> <p>Segundo momento: ¿Cómo me ven mis profesores?</p> <p>Se le pedirá a los docentes que realicen una pequeña carta a los estudiantes con los que se trabaja, resaltando en esta los aspectos positivos de sus estudiantes. En este segundo momento, los estudiantes tendrán que responder: ¿Quiénes son tus profesores? ¿Cómo crees que te ven tus profesores? ¿Eres respetuoso con ellos?</p>

	<p>y ¿Que brindan a tu vida? se concluirá este momento con la lectura de la carta realizada por los profesores a sus estudiantes.</p> <p>Tercer momento: ¿Cómo me ven los demás? (Mis amigos)</p> <p>Los estudiantes tendrán que responder: ¿Quiénes son mis amigos? ¿Soy respetuoso con ellos? ¿Qué actividades compartimos? ¿Que brindan a tu vida? finalmente los estudiantes escogerán a un compañero y les compartirá cómo lo ven.</p> <p>Cuarto momento: Metas a corto plazo</p> <p>Para dar cierre a la actividad, los estudiantes definirán sus metas a corto plazo, haciendo énfasis especial, en el ámbito escolar, posteriormente se les brindará dos técnicas de estudio.</p>
<p>Referencias</p>	<p>D' Angelo, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. <i>Revista Cubana de Psicología</i>, 17(3) 270-275. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf</p> <p>D' Angelo O, & Arzuaga Ramírez, M. (2008). Los proyectos de vida en la formación humana y profesional. Retos del desarrollo integral complejo en aplicaciones al campo educativo. http://www.unilibrecali.edu.co/facultadsalud/images/stories/PDF_GrandesSesiones/2008</p>

CONSENTIMIENTO INFORMADO

 <p>Universidad Pontificia Bolivariana SECCIONAL BUCARAMANGA Vigilada Mineducación</p>	CONSENTIMIENTO INFORMADO DE ACOMPAÑAMIENTO A MENORES DE EDAD Código: PS-FO-162 Versión: 01
--	---

Yo / Nosotros, obrando en calidad de representantes legales del (la) menor _____, identificado (a) con la T.I. No. _____, y en conjunto con él (ella), certificamos que hemos recibido y comprendido que la información que obtengan los psicólogos en formación y el psicólogo asesor es de carácter confidencial. También sé que la información, que se suministra en el proceso de acompañamiento estudiantil, se utilizará para procesos académicos o investigativos; siempre y cuando se resguarde la identidad de mi representado. Sé que el procedimiento a seguir consiste en la aplicación de diferentes talleres reflexivos y asesoramiento a padres y alumnos (si es solicitado por la institución). Asimismo, tenemos conocimiento de que podemos revocar el consentimiento o dar por terminada en cualquier momento la relación entre el psicólogo en formación y nosotros, cuando lo consideremos pertinente, sin que ello implique ningún tipo de consecuencia para nosotros.

Comprendo que los psicólogos en formación y el psicólogo asesor se comprometen a utilizar sus conocimientos y competencias en pro del bienestar de la institución y del menor a cargo, evitando de esta manera causarle un daño físico o moral. Sé que en los casos en que pudiera experimentar efectos negativos, como consecuencia del acompañamiento estudiantil, recibiremos información que nos permitirá tomar la decisión que a nuestro criterio parezca más conveniente. También estoy enterado que los psicólogos en formación pueden interrumpir la prestación del servicio en los siguientes casos:

- a) Cuando la problemática expuesta no corresponda a su campo de conocimiento o competencia;
- b) Por enfermedad o imposibilidad física del psicólogo en formación para prestar el servicio;
- c) Cuando se vulnera la integridad del psicólogo en formación por parte de la institución.

Una vez leído y comprendido el proceso de acompañamiento estudiantil que se llevará a cabo dentro de la institución, se firma el presente consentimiento el día _____ del mes _____ del año _____, en la ciudad de _____.

Nombre del Representante Legal Firma de representante legal	C.C.
Firma del estudiante (solo para mayores de siete años)	T.I. o registro civil No.
Firma del Psicólogo (a) en formación Firma del Psicólogo (a) en formación	C.C. No. C.C. No.
Nombre del Psicólogo (a) Asesor (a) Firma del Psicólogo (a) Asesor (a)	C.C. No. No. T.P.