

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROPUESTAS DE ACOMPAÑAMIENTO A COMUNIDADES Y FAMILIAS

DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO Y FAMILIA

COMUNICACIÓN ASERTIVA, COMO ESTRATEGIA DE FORTALECIMIENTO DE
FACTORES RESILIENTES PROTECTORES EN 6 FAMILIAS DE LA LOCALIDAD 5 DE
USME EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ, CUNDINAMARCA. “DIALOGOS EN FAMILIA”

GRUPO: 442001_3

LEYDY JOHANNA CASTEBLANCO
Cód.: 1012322587

TUTOR:

KENDRA YALILE SALAS GÓMEZ

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA (UNAD)

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGIA

AGOSTO 25 DE 2017



Tabla de contenido

Resumen.....	4
Palabras claves.....	5
Introducción.....	5
Formato de la propuesta	6
Nombre de la propuesta.....	6
Antecedentes.....	6
Descripción de la propuesta.....	8
Diagnóstico Social Participativo.....	8
Descripción del problema a resolver mediante el diseño de la propuesta de acompañamiento....	12
Marco teórico.....	13
Descripción de las posibles alternativas de solución.....	15
Descripción de la mejor alternativa de solución.....	21
Justificación.....	22
Localización.....	23
Beneficiarios de la propuesta.....	24
Objetivo general.....	26
Objetivos específicos.....	27
Matriz de planificación adicionando los supuestos.....	28
Factibilidad.....	34
Cuadro resumen de actividades, resultados e indicadores.....	35
Cronograma de actividades.....	37
Tabla de presupuesto.....	40

Responsable de la propuesta.....	42
Conclusiones.....	43
Referencias bibliográficas.....	44
Anexo 1.....	45

Resumen

La propuesta de intervención se realiza en la localidad 5 de Usme, ciudad de Bogotá en el barrio Santa Librada, con seis familias participantes, su líder comunitaria la señora Mery Segura, es la encargada de guiarme a la comunidad la cual participa de forma activa y dinámica en la identificación del problema principal, a través de la elaboración de un árbol de problemas al cual arrojó como resultado “falta de comunicación en familia” como el problema principal, a través del diagnóstico social participativo, se determinaron las características sociodemográficas de la comunidad y aspectos relevantes a tener en cuenta para la realización de la propuesta de intervención, con la construcción del árbol de objetivos se determinan las metas que se pretenden alcanzar, y la técnica DRAFPO nos brinda información relevante sobre las fortalezas, debilidades amenazas y potencialidades entre otras, para enfrentar el problema identificado, con base en toda la información recolectada se elabora la propuesta de intervención, la cual tiene por objetivo: aumentar los niveles de comunicación en un 50% en un lapso de seis meses en las seis familias de la comunidad, a través de la ejecución de una serie de estrategias como: los grupos focales, los cuestionamientos circulares, el uso de documentos escritos y tareas de fórmula, con el fin de fortalecer los vínculos familiares y disminuir los riesgos a los cuales se encuentran expuestas las familias de la comunidad como la separación, la soledad y las pandillas. El tiempo estimado para la intervención que comprende desde el diagnóstico hasta la evaluación y entrega final del informe a las familias sobre los resultados de la intervención es de seis meses a partir del 01 de julio del año 2017.

Palabras claves

Familia, comunidad, comunicación, dialogo, intervención, habilidad, desarrollo, políticas públicas, problema, causas, consecuencias, sistema, grupo, sociedad, fortalecer relaciones, falta de tiempo compartido.

Introducción

Diálogos en familia, es una propuesta de intervención diseñada para las familias de la comunidad de Usme, barrio santa librada de la ciudad de Bogota, por medio de ella se busca abordar la problemática “falta de comunicación en familia” a través de la técnica, tarea de fórmula, propia de la teoría general de sistemas, esto teniendo en cuenta que la familia es un sistema complejo de relaciones en constante interacción con el medio que la rodea, al cual afecta y por el cual se deja afectar, cuya finalidad es mejorar las dinámicas familiares y generar en los individuos fortalezas resilientes que les permitan enfrentarse a las diversas situaciones de la vida familiar y social, como individuos seguros e independientes, que no son fáciles de manipular debido a su nivel de comprensión de la realidad, forjando en ellos factores protectores que los alejen de la drogadicción, las barras bravas y los embarazos tempranos entre otros problemas sociales que los rodean.

Formato de la propuesta

Fecha de elaboración: 20 de julio de 2017

1. Nombre de la propuesta:

Desarrollo de habilidades comunicativas en 6 familias del barrio Santa Librada de Bogotá.

2. Antecedentes:

En el barrio Santa Librada no existen programas ni proyectos por parte del gobierno dirigidos a la comunidad relacionados con el problema principal, “falta de comunicación en las familias”. Este problema no ha sido tratado con anterioridad, por el gobierno o alguna otra institución ya que ha pasado desapercibido, es la primera vez que se habla del problema y se investiga acerca de las causas y consecuencias del mismo en las familias y la comunidad.

Al respecto del tema que nos atañe en Bogotá existe la POLÍTICA PÚBLICA PARA LAS FAMILIAS DE BOGOTÁ 2011-2025, cuyo segundo eje menciona como objetivo general, La Promoción de la familia como ámbito de socialización democrática a través de la Promoción de la autonomía la cual indica que las familias, como organizaciones que producen y reproducen prácticas y valores sociales, se constituyen en escenarios claves para la construcción de los roles y subjetividades de los sujetos que las conforman. Su objetivo específico es promover en las familias la socialización de valores democráticos fundamentados en la solidaridad, el respeto a la diversidad, la igualdad y la equidad, a través del fortalecimiento de las relaciones y la convivencia familiar que permitan la promoción de sujetos autónomos.

Las familias por ser organizaciones funcionales, responsables en el proceso de socialización de los individuos están expuestas a la presencia de conflictos internos y externos que afectan su dinámica, por tal razón, las acciones de política se orientarán hacia:

1. El diseño de sistemas de información, por parte de las instituciones encargadas de prevenir y atender la violencia intrafamiliar, que les permitan identificar las diferentes

formas, estructuras y arreglos que se dan al interior familiar de acuerdo con el cumplimiento de funciones como cuidado y protección.

2. El desarrollo de rutas estratégicas que contribuyan al cumplimiento de las normas y leyes relacionadas con la prevención y atención de la violencia intrafamiliar, especialmente aquellas relacionadas con la violencia de género e intergeneracional. El diseño de acciones, por parte de las instituciones encargadas de prevenir y atender la violencia intrafamiliar, que faciliten el acceso de las familias a los mecanismos de justicia.
3. La realización de campañas, lideradas por la Administración Distrital en articulación con los demás sectores, que promuevan la igualdad entre sus integrantes, especialmente en el ejercicio de sus derechos.
4. La creación de una red institucional en la que se articulen acciones desde las políticas formuladas y por formular con la política de familia, con el fin de garantizar los derechos colectivos de las mismas.

Aunque existe una política pública dirigida a las familias frente al tema de referencia la comunidad lo desconoce, y por ello no hace uso de la misma.

3. Descripción de la propuesta:

La propuesta de intervención está basada en la Teoría General de Sistemas de von Bertalanffy, se hará una intervención familiar basados en técnicas tales como la terapia de grupos, y la técnica de tareas, divididas en: fórmula, sorpresa y genéricas, donde cada una de las familias participará de una actividad que busca aumentar los niveles de comunicación, disminuir el uso de la tecnología y fortalecer las relaciones interpersonales, a través del ejercicio y ejecución de cada una de las actividades propuestas cada una en un lapso de dos semanas, tiempo

al cabo del cual las familias se reúnen para expresar todo aquello que aprendieron de la técnica y cómo afectó esto su comunicación de forma positiva.

4. **Diagnóstico Social Participativo:**

Usme es la localidad quinta de Bogotá, está ubicada al sur oriente de la ciudad, limita al norte con San Cristóbal, al sur con la localidad de Sumapaz al este con los cerros orientales y municipios de Ubaque y al oeste con la localidad de Ciudad Bolívar; Usme está dividida en siete Unidades de Planeamiento Zonal, estas unidades están divididas en 120 barrios y 17 veredas, Santa Librada es uno de ellos, y posee una población de aproximada de 250 personas, 70% por son de estrato 1 y 30% estrato 2. El barrio cuenta con todos los servicios públicos: agua, luz, alcantarillado servicio de teléfono, parabólica e internet, no se cuenta con universidades ni hospitales, sin embargo existen tres parques, un centro deportivo, dos comedores comunitarios y sólo una estación de policía, una junta de acción comunal y una asociación política, en la actualidad no tiene asociaciones de vecinos, consejos comunales o asociaciones sociales, sin embargo las iglesias cristianas abundan, ya que es posible encontrar hasta tres iglesias cristianas en una misma cuadra; lo que explica que la mayoría de sus habitantes profesan la religión cristiana protestante y el resto sean católicos.

Las casas están hechas de ladrillo y cemento y tienen dos donde se albergan de 2 a tres familias las cuales subsisten en un 60% de trabajos independientes y 20% labora directamente por empresa, el nivel de educación de la comunidad es bajo en los hombres no supera la primaria en mujeres a penas el bachillerato, Las familias son de diversos tipos: nucleares, monoparentales y extensas y están compuestas por más de 5 integrantes en su gran mayoría, la

edad promedio de los habitantes es de 30 a 50 años en los hombres, 25 a 35 en las mujeres 12 a 18 en los adolescentes y 3 a 8 en los niños, cabe resaltar que la población de adolescentes es la más grande del barrio, lo cual está directamente relacionado con problemas tales como; las pandillas, la drogadicción, barras bravas y el vandalismo principales problemas que afectan a la comunidad, al respecto las familias argumentan que no hay una buena comunicación entre sus miembros lo que genera problemas de convivencia y relación (formas distintas de entender la distribución de tareas domésticas, administración económica, compartir espacios comunes y personales).afectando directamente la dinámica familiar.

La ausencia de comunicación lleva a que cada uno busque compañía fuera del hogar, generando todo tipo de patologías en la familia: desgaste emocional, cuadros depresivos, problemas de pareja, violencia doméstica, los jóvenes se aíslan y buscan atención en sus pares, los padres se sumergen en sus trabajos ya que la mayoría de los adultos de la comunidad trabaja, dejando de esta manera el cuidado de los hijos a abuelos o vecinos, quienes al no ser sus padres se convierten en personas permisivas que los dejan hacer lo que ellos quieran distorsionando las figuras de autoridad, y desdibujando los límites propios y los de los demás.

Los y las jovencitas se relacionan con personas no muy agradables, “pandilleros” que los persuaden de realizar diversas acciones, esto porque como sus niveles de resiliencia son muy bajos según lo observado, los niños y jóvenes son fáciles de dominar e influenciar.

En el barrio existen tres parques los cuales se encuentran llenos la mayoría del tiempo, con jóvenes en edades entre 10 y 18 años fumando vicio y marihuana, a su lado se pueden ver jovencitas que no superan los 18 años tomadas de sus manos,

con sus uniformes del colegio aún puestos.

Al dialogar con las familias, más del 70% de los miembros refiere no sentirse escuchado ni comprendido, los jóvenes no pueden hablar con sus padres porque estos no los entienden y los padres mencionan no poder hablar con sus hijos porque estos no escuchan o simplemente no dicen nada. Todos concuerdan en que cuando están en la casa, están muy ocupados en el chat, las redes sociales o viendo alguna película de interés que no les permite hablar con el otro, todos reconocen ser distantes de sus núcleos familiares. Más del 70% reconoce que la mayoría de las riñas o peleas se generan por la incomprensión existente entre los miembros o por comentarios hostiles (definiciones y valoraciones negativas sobre los pensamientos, sentimientos o acciones de las personas), el 90% indica que aunque le gustaría mejorar el diálogo, sus obligaciones y diversas actividades no se lo permiten, es decir no hay tiempo de calidad, compartido para esto, lo cual deteriora y altera las relaciones familiares generando consecuencias tales como: disminución en la interacción familiar, peleas, falta de respeto, agresividad, deterioro de los lazos familiares, aislamiento social, divorcios, baja autoestima y problemas de personalidad entre otros, que afectan a todos los miembros.

Estas familias presentan una elevada impotencia emocional y comportamientos intrusivos, la familia, se siente insegura y necesita proteger a sus miembros de modo que intenta controlar todo lo que éstos hacen utilizando los recursos que les han sido transmitidos de generación en generación y este es el uso de la violencia como método de extinción para una conducta negativa, lo cual resta autonomía y responsabilidad al sujeto lo cual afecta su adecuado desarrollo social

La comunicación refleja la necesidad objetiva de los seres humanos de asociación y cooperación mutua y constituye el fundamento de toda la vida social, en este proceso de comunicación los sujetos involucrados aprenden a influirse mutuamente, es decir, interactúan a través de los procesos de externalización e internalización, permite el adecuado desarrollo de la individualidad sin ella se desdibuja el fundamento de toda la vida social, si el sujeto no es capaz de expresar lo que siente, empieza a suprimir emociones y sentimientos y estos al cabo del tiempo darán paso al desarrollo de diversas patologías tales como soledad, depresión, deterioro de la autoimagen, y si no son corregidos pasarán de generación en generación a través del aprendizaje por observación, deteriorando poco a poco a la sociedad en general.

5. Descripción del problema a resolver mediante el diseño de la propuesta de acompañamiento:

El principal problema de la comunidad ubicada en la localidad de Usme ciudad de Bogotá, es la falta de comunicación al interior de las familias, esto debido a la falta de tiempo compartido por los integrantes, por los horarios de trabajo de estudio, y por la desbordante cantidad de tecnología.

Esta última ha causado que los jóvenes no estén interesados en dialogar con sus padres, y cosas tan simples como tener un teléfono inteligente, han generado un abismo entre familiares que viven bajo el mismo techo, ya que aunque están físicamente presentes se encuentran ausentes en emociones y pensamientos. Otros, especialmente aquellos que carecen de confianza para comunicarse, evaden a sus padres hermanos y amigos más cercanos cayendo en círculos depresivos que generan baja autoestima e intentos suicidas.

La mayoría de las familias expresan no poder dialogar, y esto genera una tensión que

normalmente termina en peleas y riñas. Examinando las costumbres de las diversas familias, se encuentra que este no es un problema nuevo, sino que ha sido heredado de sus familias nucleares, quienes también lo heredaron de sus antepasados. Carey (1989) escribió que un problema básico de la comunicación es que al ser una experiencia cotidiana es en lo último en lo que reflexionamos por ser lo más aparente, sin embargo, más de tres décadas después, la realidad es completamente distinta, dado que si hay algo sobre lo que se reflexiona en la actualidad es precisamente sobre el fenómeno comunicativo; él identifica siete tradiciones teóricas en el estudio de la comunicación, que para nuestro problema solo dos serán considerados ya que son las más relevantes:

La tradición socio psicológica: donde la comunicación es vista como un proceso por medio del cual los individuos interactúan y se influyen el uno al otro y,

La tradición sociocultural: en esta tradición la comunicación es entendida como un proceso simbólico que produce y reproduce patrones socioculturales compartidos, por lo que explica cómo el orden social es creado, realizado, mantenido y transformado en niveles micro de procesos de interacción.

Con todo ello, el interés en este tema estriba principalmente en poder impactar a las familias de forma positiva modificando los hábitos y conductas comunicativas haciendo de este tema un factor primordial para la formación resiliente de los miembros de la familia que le permita enfrentarse a la sociedad y a las diferentes dinámicas con seguridad, sin que los miembros sean solamente entes influenciados sino que también se convierten en influyentes del medio que cohabitan con otros mejorando la calidad de vida de todos los implicados y eso me incluye a mí y a mi familia nuclear y extensa.

6. Marco teórico:

El principal problema de las familias del barrio santa librada ubicadas en la localidad de Usme en la ciudad de Bogotá, Cundinamarca, es la falta de comunicación de los miembros de la familia, la cual se da por tres factores principales: 1) no hay diálogo al interior de las familias, 2) excesivo uso de la tecnología y 3) no hay tiempo de calidad para compartir, lo que genera pérdida de relaciones interpersonales, ausencia de valores, inadecuado desarrollo de habilidades sociales, crisis familiares, aislamiento y problemas de comportamiento, entre otros.

Estos comportamientos pueden entenderse desde la teoría general de los sistemas que define a la familia como un sistema abierto, es decir: “La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior”, (Minuchin, 1986, Andolfi, 1993; Musitu et al., 1994, Rodrigo y Palacios, 1998) haciendo referencia a su intercambio de información con el medio en tanto que presenta unos límites permeables a la influencia de otros sistemas, como pueden ser la escuela o el barrio.

Como conjunto, la familia es una totalidad, que aporta una realidad más allá de los miembros que componen la familia, esta totalidad se construye mediante un sistema de valores y creencias compartidos, por las experiencias vividas a lo largo de la vida, y por los rituales y costumbres que se transmiten generacionalmente, creando un canal de información, lo cual contribuye a la construcción de la identidad de cada persona. Como sistema estructurado, la familia tiene unas reglas de interacción y una jerarquización de las relaciones entre sus componentes, también incluye unas reglas que regulan las relaciones entre los familiares y las relaciones con el exterior y que indican quién pertenece y quién queda excluido del grupo familiar (Parson y Bales, 1955). Otra de sus propiedades, es la causalidad circular que implica

que todos los elementos influyen sobre los demás y, a su vez, son influidos por éstos (cadena de hechos).

Teniendo en cuenta lo anterior, si en la familia uno de sus miembros no se puede comunicar de forma adecuada con otro, esto genera una fricción que afectará a todos los miembros de la familia (totalidad). Si los miembros de la familia se aíslan todo el sistema sufrirá las consecuencias como separaciones, baja autoestima, alcoholismo y drogadicción, ya que se estaría violando una de las propiedades que mantienen estable el sistema “reciprocidad”.

Como el sistema es dinámico y permite la permeabilidad social, si un miembro no se siente escuchado buscará la forma de equilibrarse compartiendo experiencias en su entorno con sus pares, apoyo en agentes externos a la familia, buscando equilibrar este aspecto que le hace falta, y como una de las propiedades de los sistemas es ser circular permitirá que sus nuevas experiencias afecten a otros transmutando las mismas a problemas en la sociedad, si la familia es el núcleo de la sociedad y en ella el niño aprende a no comunicarse y aislarse, con toda seguridad transmitirá lo mismo a su futura familia.

Desde esta teoría, la comunicación también es un sistema; un sistema cuyos elementos podrían ser el emisor, código, mensaje, canal y receptor, y para que este sistema funcione, es imprescindible que todos sus elementos estén conectados y en perfecto equilibrio, pues es la única forma de lograr una comunicación efectiva, si falla el código entre un emisor y un receptor, es muy probable que éstos no logren comunicar sus mensajes. Lo mismo ocurre si falla el canal o si el mensaje no está claro, la gran importancia de que los procesos comunicativos sean efectivos, se basa en que la comunicación es un sistema que abarca muchísimos subsistemas, en base a la comunicación se pueden crear otros sistemas como organismos institucionales, sistemas

de gobierno, etc. Por eso es fundamental que la comunicación, como un sistema que engloba a muchos otros sistemas presentes en la sociedad, funcione de forma correcta para poder mantener una familia y una sociedad equilibrada y estable.

7. Descripción de las posibles alternativas de solución:

El problema de la comunidad puede resolverse a través de la terapia familiar sistémica o terapia estructural de familia, por medio de la cual se intentara modificar la organización de la familia ya que se parte de la idea de que cuando se transforma la estructura de la familia, se modifican consecuentemente las posiciones de sus miembros en ese grupo y como resultado se modifican las experiencias de cada individuo parte del sistema, a través de la mejora efectiva de los sistemas de comunicación internos. Técnicas:

No. 1 Preguntas Circulares o cuestionamiento circular. A través de esta técnica se busca entender las relaciones y los tipos de relaciones existentes en las familias,

La realización de este tipo de preguntas permite que la información circule al interior de una espiral de reacciones que ello provoca haciendo que la información pase de un miembro a otro entre la familia, la técnica permite que todos se expresen y sus argumentos sean escuchados por todos los miembros que estén presentes, aun quienes son más callados sienten la necesidad de exponer sus ideas e incluso defenderse de algunos argumentos lo que incita la comunicación. Fases con cada familia que desarrollaran la comunicación.

I. DEFINICION DEL PROBLEMA

A. Presente "¿Cuál es el problema en la familia actualmente?"

Diferencias "¿Cuándo Papá está en casa, siempre usa el celular y no escucha lo que le digo?"

(Des) acuerdos "¿Estás de acuerdo con la visión del problema que tiene tu hijo?"

Explicación "¿Por qué crees que ocurre este problema?"

B. Pasado "¿Era esto antes un problema?" "¿Cómo empezó a serlo?"

Diferencias "¿Cómo era antes la comunicación con papa?"

(Des) acuerdos "¿Quién concuerda contigo cuando afirmas que el celular se convirtió en un problema de comunicación en tu familia?"

Explicación "¿Por qué crees que esto tan relevante entonces?"

C. Futuro/Hipotéticas "¿Qué crees que pasará con este problema dentro de cinco años?"

Diferencias "¿Cómo sería el problema en la familia si papa no usará tanto el celular en casa?"

(Des) acuerdos "¿Si tu hicieras lo mismo, estaría tu madre de acuerdo con ello?"

Explicación "¿Si esto sucediera, qué explicación le darías?"

II. SECUENCIA DE INTERACCIÓN

A. Presente "¿Cuándo Mamá y tú se pelean, qué hace Papá?"

Diferencias "¿Reacciona igual Papá que Mamá cuando suspendes un examen?" "¿Quien estaría de acuerdo contigo en que Mamá no sabe decirle las cosas a Papá cada vez que intenta reclamarle algo?"

Explicación "¿Cómo te explicas la tendencia de Papá a usar el teléfono o ver tv o irse de casa cuando mama le reclama?"

B. Pasado "¿Mamá siempre ha discutido con papa por el celular?"

Diferencias "¿Reaccionó Mamá de forma diferente cuando papa llega a casa y no usa el celular o se sienta a ver TV?"

(Des) acuerdos "¿Estuviste de acuerdo con tus padres cuando decidieron castigar a tu hermano por usar el celular en la cena?"

Explicación "¿Cómo te explicas que tu madre ya no pueda hablar sin gritar?"

C. Futuro/Hipotéticas "¿Si Papá y Mamá no pelearan cómo te sentirías tú?"

Diferencias "¿En qué cambiaría la relación entre tus padres si quitaran el televisor de la habitación?"

(Des) acuerdos "¿Crees que Mamá está de acuerdo en que papá delegue toda la responsabilidad del cuidado de los hijos a ella?"

Explicación "¿Papá, por qué crees que tu hijo y tu esposa están de acuerdo en que debes dejar de usar el celular en casa?"

III. COMPARACIÓN/CLASIFICACIÓN

A. Presente "¿Quién está más convencido de que se deben establecer espacios para usar y no usar la tecnología? ¿Y después de él, quien más lo cree?"

Diferencias "¿Te molesta no ser escuchado por papa o mama cuando tienes algo que decir?"

(Des) acuerdos "¿Quien suele estar más en desacuerdo contigo, con papa y con mama? ¿Y quién más?"

Explicación "¿Quién crees que tiene la mejor explicación para este problema?"

B. Pasado "¿Antes de que hubiera internet en casa que actividades hacían en familia? ¿Y qué otras cosas hacían? ¿Quién más quiere aportar?"

Diferencias "¿tú eras más próximo a mama antes de usar la tecnología?"

(Des) acuerdos "¿Estás de acuerdo con Mamá en que tus padres se llevaban mejor antes de que tuvieran internet en casa?"

Explicación "¿Cómo explicas la proximidad existente entre Papá y Mamá durante ese tiempo?"

C. Futuro/Hipotéticas "¿Quién será el más próximo a Mamá cuando tú ya no estés en casa?"

Diferencias "¿Qué cosas harías de forma distinta si tus padres se llevaran bien?"

(Des) acuerdos "¿Si tu abuela estuviera aquí con quien estaría más de acuerdo?"

Explicación "¿Mamá, por qué Papá no habla contigo?"

Con lo anterior se busca en un ambiente controlado que todos los miembros de la familia expresen sus opiniones frente a un tema específico, que todos escuchen su posición frente al tema y aporten ideas positivas de cómo solucionar el problema en este caso la tecnología como interferencia de la comunicación aumentando los niveles de comunicación a través del diálogo asertivo.

Es importante dilucidar el problema desde lo que fue en el pasado lo que es en el presente y lo que será a futuro si crece pero todo esto desde la generación de conciencia en la familia.

No. 2 Uso de documentos escritos.

A través de la realización de cartas, invitaciones o diarios se busca que cada uno de los miembros de la familia reflexione sobre el problema que tienen, como surgió, porque surgió, como cambiar esta situación que es lo que más le entristece de la misma el participante ara una carta a cada uno de los miembros de la familia en donde manifieste como se siente con el problema y cuál cree el sería la solución que cada uno podría aportar desde sus diferentes roles, y así sucesivamente, cuando todas las cartas diarios o carteleras estén realizadas se reuniera a dos miembros para indicar cuál se supone debería ser su aporte en la solución del problema y si está o no de acuerdo con lo planteado por él y los otros. Mediante la comunicación escrita los dibujos o las imágenes los participantes pueden manifestar cosas que normalmente callarían de esta manera se permitirá la libre expresión en un espacio moderado y controlado.

No. 3 Tareas de fórmula

Se elegirán 6 tarjetas las cuales se dividirán en: 2 tareas de fórmula, 2 tareas sorpresa y 2 tareas genéricas para un total de seis tarjetas, cada tarjeta tendrá un tiempo de aplicación de 15 días en cada familia, al interior de cada tarjeta se encontrará una actividad que toda la familia debe realizar por el lapso de tiempo pactado anteriormente, en el cual se reunirán nuevamente las seis familias para narrar sus experiencias en torno a la actividad, aspectos positivos, negativos aprendidos a las otras familias y se hará la rotación de las mismas para que cada familia pueda pasar por los seis momentos.

- Tarjetas de la tarea de fórmula primera sesión, orientada a soluciones eficaces
señalamiento de tareas positivas que puede hacer la persona por sí misma para fortalecer los lazos familiares ejemplo 1: escribir notas que hablen de los aspectos positivos de cada uno de los miembros de la familia y dejarlas en un lugar donde puedan ser encontrados por ellos aumentando la valoración positiva de los miembros y fortaleciendo los lazos familiares.
Ejemplo 2 tarjeta cofre aprecio, elaboración de un cofre en familia donde todos los miembros colocaran aspectos positivos sobre sí mismos en fichas en forma de hojas de árbol, las cuales serán sacadas una a una durante los 15 días por cada miembro y colocadas en el tronco del árbol que tendrá por nombre cosas que amo de mi familia. Cada vez que se saque una nota de aprecio con la frase positiva y virtuosa que describe a uno de los integrantes, los demás participarán adivinando de quién se trata y porque consideran que se trata de esa persona en especial, esta actividad se realizará durante la comida, esto ayudará a que todos se encuentren en casa para esa hora, estrechando los vínculos familiares y dejando la tecnología de lado.
- Tarea de sorpresa: tarjeta 1, se pide a los miembros de la familia que en el día hagan algo diferente para romper la rutina, ejemplo no usar el celular por un día, no ver tv durante la

cena, contar historias divertidas mientras cenan, quitar por un día el tv de la habitación, salir a jugar baloncesto, hacer una fogata y compartir historias de terror, mostrar a todos cosas divertidas en Facebook, ver videos chistosos en youtube. Tarjeta dos, amigo especial, se colocaran los nombres de todos los miembros de la familia en una bolsita donde serán tomados al azar, por cada persona, el nombre que se saque de la bolsa se convertirá en el amigo especial de la semana, ya teniendo las parejas formadas se les entregará un manilla de hilo del mismo color lo que quiere decir que cada uno se convierte en el amigo especial del otro, y será deber de cada uno compartir la mayoría del tiempo con esta persona, saliendo a caminar juntos, creando un grupo en WhatsApp para los dos para mantenerse en constante comunicación. La meta en este caso es saber lo más que se pueda del otro en una semana, al final ganará quien más sepa del otro y conozca sus miedos sus dudas, temores y sueños, este amigo tendrá la labor de incentivar, motivar y aconsejar. No se vale cambiar los papeles, o tener el mismo amigo las dos semanas consecutivas, como regla siempre se deberá tener un amigo diferente.

- Genérica: establecer y ampliar las estrategias adecuadas para solucionar el problema común que tiene la familia tarjeta 1, establecimiento de 10 reglas por parte de la familia que sean construidas por todos los miembros que ayuden a mantener la sinergia en familia, ejemplo:
 1. ninguno de los integrantes de la familia usara el celular el día domingo,
 2. En esta familia todas las decisiones se tomarán en consenso con la participación de cada uno de los integrantes etc.
 Tarjeta 2. Planeación y diseño del tiempo libre, la familia realizará en un calendario una programación de actividades a desarrollar en familia en un lapso de 2 semanas, las cuales deben contar con: realización de visitas a familiares cercanos, día de aseo general, día de deporte, día de cine, entre otras.

8. Descripción de la mejor alternativa de solución:

Se considera que la mejor alternativa de solución es la tercera: Tarea de fórmulas, que nace de la teoría sistémica la cual es la base del proyecto, que busca mejorar el principal problemas de las familias “ falta de comunicación de los miembros de la familia, la cual se da por tres factores principales: 1) no hay diálogo al interior de las familias, 2) excesivo uso de la tecnología y 3) no hay tiempo de calidad para compartir, lo que genera pérdida de relaciones interpersonales, ausencia de valores, inadecuado desarrollo de habilidades sociales, crisis familiares, aislamiento y problemas de comportamiento, con la aplicación de la técnica se beneficiara a cada uno de los integrantes de la familia, la probabilidad de lograr los objetivos con esta técnica es de un 80% ya que está enfocada a extinguir los principales problemas de la familia, mencionados anteriormente, a través de ella se pueden aumentar los niveles de comunicación, fortalecer las relaciones interpersonales, l con la conformación de los amigos especiales, disminuir el uso de la tecnología por medio de la creación de unas normas internas con el consenso de toda la familia, lo que evitará que las normas sean autoritarias e impuestas sino que, al contrario, generarán un sentido de pertenencia e identificación con el hogar, los recursos para su ejecución son mínimos no superan los 20 mil pesos por familia. La limitación sería el tiempo pero la estrategia está diseñada para poder realizarse 6 ciclos de dos semanas cada uno, lo que da tiempo para realizar los ajustes que sean necesarios por parte de la estudiante para poder llevar a cabo la adecuada ejecución de la estrategia, al ser una estrategia dinámica y divertida se mantendrá el interés de la comunidad y el mismo se fortalecerá con tarjetas de invitación y reforzamiento de los aspectos positivos y de las metas alcanzadas, sumadas a constantes visitas por parte de la estudiante para mantener el ánimo e interés de la comunidad.

La estrategia está enfocada inicialmente a las seis familias participantes pero su objetivo final es llegar a toda la comunidad del barrio la libertad generando con ella redes de apoyo entre vecinos que permitan no solo el desarrollo del proyecto sino generar la sostenibilidad del mismo.

9. Justificación:

La propuesta se realiza teniendo en cuenta la necesidad de las familias y las consecuencias del problema a corto mediano y largo plazo en la comunidad y en la sociedad, la familia es el núcleo de toda sociedad y en ella se llevan a cabo la formación de valores al aprendizaje de conductas y los procesos de socialización del individuo por medio del aprendizaje por observación y reforzamiento; las conductas que no son modificadas por medio de la extinción, el moldeamiento, desvanecimiento y los estímulos positivos o negativos, tiende a repetirse a largo plazo, generando con ello un círculo que nunca termina y que pasa de generación en generación, es por ello que se estima la implementación de esta propuesta de intervención la cual busca mejorar los hábitos de comunicación en la familia, disminuir el uso excesivo de la tecnología y aprovechar el tiempo para compartir en familia; mejora la comunicación en familia elevará los niveles de autoestima de los integrantes, mantendrá la disciplina y aumentará los niveles de resiliencia de cada uno los cuales serán relevantes para enfrentarse a la sociedad, con ello se reducirán los problemas de autoestima, abandono y soledad, se logrará fortalecer los lazos familiares y proponer un cambio positivo y perdurable para la sociedad, tocando las fibras de la familia como base fundamental de la cultura y la sociedad.

10. Localización

Localidad de Usme barrio santa librada, ciudad de Bogotá Cundinamarca, Limita al norte con las localidades de San Cristóbal, Rafael Uribe y Tunjuelito; al sur con la localidad de Sumapaz; al oriente con los municipios de Ubaque y Chipaque y al occidente con la localidad de Ciudad Bolívar y el municipio de Pasca; cuenta con más o menos 250 personas de las cuales la mitad son hombres y la mitad mujeres, la edad promedio de las personas que habitan el barrio es de 35 años, la mayoría de hombres adultos solo tienen educación secundaria mientras que las mujeres son técnicas o tecnólogas, algunos adolescentes cursan el bachillerato mientras que los niños si están en colegios, la mayor parte de las viviendas del barrio son casas de dos pisos habitadas por solo una familia en su mayoría compuesta por 4 o más integrantes, la comunidad cuenta con todos los servicios básicos y adicional a ello tiene internet y parabólica, en el barrio existen 4 colegios, 3 parques, 1 centro deportivo ,2 comedores comunitarios donde tanto niños como adultos tienen acceso a la alimentación, 5 jardines infantiles y una estación de policía, aunque carece de la presencia de universidades y hospitales, la mayoría de los hombres y las mujeres de la comunidad tienen trabajos directos con empresas, algunos jóvenes trabajan, mientras que los adultos mayores y los niños no ejercen este tipo de actividades. En temas de creencias la comunidad se encuentra dividida aunque la mayoría son católicos y cristianos; por ello las fiestas religiosas son muy importantes para la comunidad ya que se celebra: la semana santa, y las fiestas del sagrado corazón de Jesús, los mayores problemas de la comunidad son las pandillas, la drogadicción y las barras bravas, todas ellas relacionadas con la juventud.

11. 11. Beneficiarios de la propuesta:

Beneficiarios:

Comunidad de 6 Familias que habitan en el sector rural de la ciudad de Bogotá,

localidad quinta de Usme, Barrio Santa Lucia departamento de Cundinamarca de estratos uno y dos.

Beneficiarios indirectos o Afectados:

Vendedores de sustancias psicoactivas que se encuentran en la comunidad.

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS DE BENEFICIARIOS DIRECTOS							
Nº.	Pregunta	FAMILIA					
		1. Sandoval	2. Ortegón	3. Rodríguez	4. Ortiz	5. Segura	6. Reyes
1	Familias compuesta por:	De 2-4 P.	Más de 5P.	Más de 5P.	De 3 a 5P.	De 2-4 P.	De 1 a 3 P.
2	Origen o la procedencia de la familia	Santander	Tolima	Boyacá	Rolos	Rolos	Rolos
3	¿Su familia ha sido víctima de desplazamiento?	No	No	Si	No	No	No
4	¿Su familia ha sido víctima de algún tipo o forma de violencia?	Disparo no letal hermano	No	Intrafamiliar	Intrafamiliar	Sin información	No
5	De qué tipo es su familia	Nuclear	Extensa	Extensa	Extensa	Monoparental	Monoparental
6	¿Su familia hace parte de un grupo o minorías étnica?	No	No	No	No	No	No
7	¿Cuáles son las fuentes de ingresos de su familia?	Asalariados y Trabajadores independientes	Asalariados	Asalariados, Trabajadores independientes,	Asalariados	Asalariados	Asalariados

				Arriendos			
8	¿Cuáles son las tradiciones culturales de su familia?	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor
9	Cuál es el parentesco de las personas que habitan en su hogar	Papa, Mama	Papa, Mama, Hijos, Cónyuge	Hijos, Cónyuge, Nietos, Nueras.	Mama, Hijos, Sobrinos	Mama, Hijos, Nietos	Mama, Hijos
10	Sistema de seguridad social al que está afiliada su familia	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales
11	En qué ciudad está ubicada su vivienda	Bogotá	Bogotá	Bogotá	Bogotá	Bogotá	Bogotá
12	En que Barrio esta su vivienda	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada
13	Dirección	Cra. 21 con 42	Calle 64 con 82	Diag. 49 con 13	Tranv 18 con 47	Cra 3 con 76	Diag. 45 con 42
14	Estrato	3	2	2	2	2	3
15	Con que servicios públicos cuenta su vivienda	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet.
16	En qué lugar está ubicada su vivienda	Residencial	Urbana	Urbana	Rural	Rural	Urbana
17	De que material es su vivienda	Cemento	Ladrillo	Ladrillo	Ladrillo	Ladrillo	Ladrillo

18	Cuántas habitaciones tiene su vivienda	2 a 4	2 a 4	Más de 4	2 a 4	De 1 a 2	2 a 4
19	Que espacios tiene su vivienda	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio, Estudio, Terraza, Balcón, Local	Cocina, Baño, Sala, Comedor.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, terraza.
20	Qué tipo de vivienda es la suya	Apartamento	Casa	Casa	Apartamento	Casa	Casa
21	De quien es la casa donde vive su familia	Alquilada	Familiar	Propia	Familiar	Alquilada	Propia
22	En qué estado se encuentra su vivienda	Terminada	Terminada	Por terminar	Terminada	Por terminar	Terminada
23	hace cuanto vive su familia en esa casa	De 1 a 3 años	De 10 a 20 años	De 10 a 20 años	De 3 a 5 años	De 1 a 3 años	Más de 20 años

12. Objetivo general:

- Aumentar los niveles de comunicación en un 50% en un lapso de seis meses en las seis familias de la comunidad del barrio santa librada en la localidad de Usme, a través de la ejecución de una serie de estrategias como: los grupos focales, los cuestionamientos circulares, el uso de documentos escritos y tareas de fórmula, con el fin de fortalecer los vínculos familiares y disminuir los riesgos a los cuales se encuentran expuestas las familias de la comunidad como la separación, la soledad y las pandillas.

13. Objetivos específicos

- Identificar el problema principal de la comunidad a través del diseño e implementación de instrumentos de recolección de información como: encuestas, entrevistas, observación directa, árbol de problemas y diario de campo aplicadas a la comunidad para determinar el principal problema de las familias.
- Fortalecer las relaciones interpersonales de los miembros de la familia con el fin de evitar peleas, riñas, separaciones y divorcios a través de la disminución del uso de la tecnología, el aumento de la calidad de tiempo dedicado a cónyuges e hijos y el mejoramiento del diálogo al interior de la comunidad como factor resiliente para poder afrontar las adversidades a las que se encuentran expuestas.
- Crear un proyecto de intervención enfocado a las familias de la localidad de Usme, que permita la puesta en marcha de las diferentes redes de apoyo como los líderes comunitarios, los colegios, los jardines infantiles y la junta de acción comunal para que juntos trabajen en el fortalecimiento de la comunicación al interior de la localidad en la búsqueda continua de una mejora en la calidad de vida.
- Evaluar el impacto de la propuesta en las familias de la localidad, determinando si las estrategias utilizadas fueron las indicadas y si se logró cumplir con el objetivo pactado a 6 meses, de mejorar en un 50 % la comunicación y estrechar los lazos familiares.

14. Matriz de planificación adicionando los supuestos:

Descripción	Indicador	Fuentes de Verificación	Supuestos
<p>Finalidad:</p> <p>Mejora la calidad de vida de seis familias del barrio la libertad, a través del aumento en los niveles de comunicación en las mismas.</p>	NA	NA	<p>Cambios de lugar de residencia de las familias por amenazas.</p> <p>Disponibilidad de tiempo de los miembros de las familias para participar en el proyecto.</p> <p>Cierre de las instituciones aliadas en el proyecto.</p>
<p>Objetivo:</p> <p>Aumentar los niveles de comunicación en un 50% en un lapso de seis meses en las seis familias de la comunidad del barrio santa librada en la localidad de Usme, a través de la ejecución de una serie de estrategias</p>	<p>Debe haberse cumplido a los seis meses de iniciado la ejecución del proyecto, entre el 40% y 45% de las 6 familias, han desarrollado habilidades comunicativas que</p>	<p>Videos</p> <p>Diarios de campo</p> <p>Registros fotográficos</p> <p>Listados de asistencia</p> <p>Tablas de sistematización de la información</p> <p>Actas de</p>	<p>Políticas de comunicación pública.</p> <p>Legislación laboral y los horarios de trabajo.</p> <p>Políticas de privacidad de la información.</p> <p>Desaparición de los espacios de formación para padres en las escuelas.</p>

<p>como: los grupos focales, los cuestionamientos circulares, el uso de documentos escritos y tareas de fórmula, con el fin de fortalecer los vínculos familiares y disminuir los riesgos a los cuales se encuentran expuestas las familias de la comunidad como la separación, la soledad y las pandillas.</p>	<p>les permiten estrechar lazos familiares para mejorar la calidad de vida.</p>	<p>consentimiento Tarjetas de invitación Encuestas Folletos Aprobación de la propuesta Audios Cronograma de actividades Plan de actividades</p>	
<p>Meta 1: Presentación comunidad. Presentación identificación y reconocimiento entre la investigadora y los</p>	<p>Al primer mes de iniciar el proyecto se logran 3 reuniones con la líder comunitaria y la comunidad el 90% de los miembros de la</p>	<p>Videos Diarios de campo Registros fotográficos Listados de asistencia Actas de consentimiento</p>	<p>La líder comunitaria y la comunidad muestran interés y disposición para participar en el proyecto.</p>

miembros de la comunidad	comunidad está enterado del proyecto y se han aplicado las 3 técnicas para el diagnóstico comunitario	Tarjetas de invitación Encuestas Folletos Audios	
<p>Meta 2:</p> <p>Aumento de la comunicación y la interacción en familia.</p> <p>Implementación de estrategias de intervención familiar que permiten un aumento en la dinámica de comunicación familiar, fortaleciendo las relaciones</p>	<p>A los 5 meses de iniciado el proyecto se obtiene el diseño de la propuesta de intervención la cual será realizada en secuencias de dos semanas cada una, con el objetivo de mejorar la comunicación en el 90% de las familias participantes</p>	<p>Diseño y propuesta de acompañamiento, diario de campo, registro y control de actividades, formato de seguimiento de la ejecución de las fases de las actividades, fichas de seguimiento por familia, calendario de actividades familiares, tarjetas de ejecución,</p>	<p>Las familias de la comunidad mejoran sus dinámicas de comunicación, el integrante de la familia comparte su tiempo libre, disminuye el uso de la tecnología, y utilizando los espacios al aire libre, los miembros de la comunidad se comunican de forma asertiva, se fortalece el vínculo familiar.</p>

interpersonales y la disminución del uso de la tecnología.		diarios, cartas, grabaciones, evaluaciones del proceso, comunicativo, reglamento interno de cada familia.	
<p>Meta 3:</p> <p>Evaluación y seguimiento.</p> <p>Diseño de un sistema de control que permita validar y sostener el proyecto en la comunidad a través del ajuste de puntos críticos y refuerzo de puntos efectivos de intervención.</p>	<p>En el sexto mes de implementado el proyecto se entrega un informe minucioso a la líder comunitaria y a la comunidad sobre los avances y el estado actual de los niveles de comunicación en el 100% de las familias del barrio la libertad de la localidad de Usme de la ciudad de</p>	<p>Informe final</p> <p>Actas</p> <p>Análisis por familia</p> <p>Y análisis generales de la comunidad participante</p> <p>Evaluación y medición de datos iniciales y finales</p> <p>Planillas de asistencia</p> <p>Video final</p> <p>socialización resultados</p> <p>Diplomas y menciones</p>	<p>El proyecto se implementa a toda la comunidad del barrio Santa Librada y las familias participantes se convierten en precursores del modelo.</p>

	Bogotá participantes del proyecto.	honoríficas.	
<p>Actividades M1:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Exploración de la comunidad, primer acercamiento a la líder comunitaria ● Firma de actas de consentimiento informadas ● Diseño y aplicación del instrumento descriptores de la comunidad. ● Reconocimiento de la comunidad acercamiento a las familias presentación. ● Aplicación encuesta características sociodemográficas de las familias. ● Aplicación técnica árbol de problemas, árbol de objetivos y matriz DRAFPO. ● Sistematización análisis e interpretación de información. 		Investigación e identificación de los principales problemas de la comunidad.	
<p>Actividades M2:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Socialización propuesta y técnicas para mejorar la comunicación al interior de las familias. ● Reconocimiento de debilidades, resistencias, amenazas, fortalezas, potencialidades, y oportunidades de la comunidad. ● Establecimiento de reglas para el uso y consumo de la 		La comunidad participa activamente de las estrategias para mejorar la comunicación en familia y aporta ideas para integrar al proyecto.	

<p>tecnología</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Delimitación de espacios para compartir en familia ● Uso de la tecnología a favor del aumento de la comunicación en familia. ● Fortalecimiento de lazos afectivos y mejora de la comunicación interna. ● Aumento de la autoestima ● Valoración del verdadero valor de la familia como base de la sociedad ● Estimulación de actividades en familia al aire libre ● Organización y sistematización de información. ● Acompañamiento, reforzamiento y motivación a las familias. 	
<p>Actividades M3:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Organización, sistematización y análisis de la información. ● Elaboración de fichas de evaluación y seguimiento ● Socialización resultados del proyecto. ● Entrega informe final ● Ajuste y mejoras del proyecto para aplicar a toda la comunidad del barrio santa librada ● Entrega proyecto a la líder comunitaria. 	<p>La propuesta se implementa en todas las familias de la comunidad santa librada y sus principales participantes se convierten en impulsores del proyecto.</p>

15. Factibilidad:

15.1 Administrativa:

Johanna Casteblanco estudiante de Psicología, la señora Mery Segura Líder comunitaria del Barrio La libertad y los integrantes de las seis familias, la función de la responsable del proyecto será la de escuchar e implementar estrategias que permitan mejorar la comunicación, guiar a la comunidad, el desarrollo y paso a paso de las estrategias, motivar, evaluar y ajustar la propuesta, para la comunidad, la responsabilidad de la líder comunitaria será la de mantener a las familias informadas de las reuniones y cambios en el proyecto, vigilar el desarrollo del mismo e implementar las estrategias en su familia como ejemplo para la comunidad.

15.2 Técnica:

Recursos técnicos, metodologías relacionadas con la teoría general de sistemas técnicas y herramientas de intervención enfocadas a la terapia familiar, se buscará reforzar los conocimientos a través de la lectura de libros sobre técnicas de intervención propias de la teoría general de sistemas

15.3 Económica:

Los costos de la propuesta son mínimos no superan los \$50.000 pesos, los cuales serán destinados a la compra de cartulina de colores y marcadores permanentes para el diseño de las tarjetas.

15.4 Social y de género:

Todos los miembros de la familia serán partícipes de la propuesta, hombres, mujeres, jóvenes, niños y adultos mayores que hacen parte de las familias de la comunidad y quienes son los directos beneficiarios de la propuesta.

16. Cuadro resumen de actividades, resultados e indicadores:

Actividad	Medios	Competencias	Indicador de logro
M1. A1. Exploración de la comunidad, primer acercamiento a la líder comunitaria	Consentimientos informados	Propositiva Argumentativa Comunicativa Socio- afectiva	Interés por parte de la comunidad
M1. A2. Diseño y aplicación del instrumento descriptores de la comunidad.	Instrumento descriptores de la comunidad	Propositiva Argumentativa socio afectiva	Identificar los estilos de vida de la comunidad
M1. A3. Reconocimiento de la comunidad acercamiento a las familias presentación	Principales problemas de las familias	Valorativa Argumentativa Interpretativa	Identificación de las necesidades de la comunidad
M1. A4. Aplicación encuesta características sociodemográficas de las familias	Instrumento de caracterización sociodemográfica	Argumentativa Propositiva	Recolección de información relevante de la comunidad.
M1. A5. Aplicación técnica árbol de problemas, árbol de objetivos y matriz DRAFPO.	Instrumento de recolección de información	Interpretativa Comunicativa Cognoscitiva	Identificar problemas principal causas y consecuencias del mismo, debilidades amenazas fortalezas y oportunidades
M1. A6. Sistematización análisis e interpretación de información	Sistematización del formato aproximación al diagnóstico de las familias	Articuladora Interpretativa	Identificación de factores relevantes de la comunidad.
M2.A1. Socialización propuesta y técnicas para mejorar la comunicación al interior de las familias.	Tarjetas de fórmula, sorpresa y genérica	Articuladora Interpretativa Argumentativa Propositiva Socio afectiva Comunicativa Cognoscitiva Emocional cognoscitiva	Participación activa de todos los miembros de la familia en la actividad, ejecución de tareas asignadas, aumento de la comunicación asertiva, disminución del uso de la tecnología en familia.

M2.A2. Reconocimiento de debilidades, resistencias, amenazas, fortalezas, potencialidades, y oportunidades de la comunidad.	Grupo focal.	Interpretativa Comunicativa Argumentativa Propositiva Socio afectiva	Autoconocimiento del papel de cada miembro al interior de la familia, aportes positivos desde su posición y conocimientos.
M2.A3.Fortalecimiento de los afectivos y mejora de la comunicación interna	Tarjetas de fórmula, sorpresa y genérica	Comunicativa Socio afectiva Argumentativa interpretativa	Establecimiento de espacios para convivencia familiar, estrechez de los lazos familiares, generación de normas sanas de convivencia.
M2.A4.Estimulación de actividades en familia al aire libre	Tarjetas de fórmula, sorpresa y genérica	Articuladora Interpretativa Argumentativa Propositiva Socio afectiva Comunicativa Cognoscitiva Emocional cognoscitiva	Las familias comparten juegos al aire libre, practican deportes, disminuye el uso de la tecnología, se fortalecen los vínculos familiares.
M2.A5 Organización y sistematización de información.	Sistematización de información recolectada.	Comunicativa Socio afectiva Argumentativa interpretativa	Verificación, análisis e interpretación de la información.
M3. A1. Elaboración de fichas de evaluación y seguimiento	Fichas de evaluación y seguimiento del proceso por cada familia	Argumentativa Interpretativa Cognoscitiva	Se elabora un instrumento de evaluación y seguimiento al proceso de cambio de las familias para determinar su evolución.
M3. A2. Socialización resultados del proyecto.	Video presentación sobre la evolución de las familias en los procesos de comunicación interna.	Argumentativa Propositiva Socio afectiva Comunicativa Articuladora	Socialización del proyecto por parte de la Profesional, a la comunidad, indicadores iniciales, proceso de mejora, y resultados finales.
M3. A3. Entrega proyecto a la líder	Elaboración y entrega del informe	Argumentativa Interpretativa	Entrega del proyecto por parte de la

comunitaria	detallado a la comunidad.	Cognoscitiva Articuladora	profesional a la líder comunitaria, para su implementación.
-------------	---------------------------	---------------------------	---

17. Cronograma de actividades:

Actividades	Tiempo																								Responsables
	MES 1				MES 2				MES 3				MES 4				MES 5				MES 6				
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Exploración de la comunidad, primer acercamiento a la líder comunitaria	x	x																							Investigador
Diseño y aplicación del instrumento descriptores de la comunidad.			x	x																					Investigador
Reconocimiento de la comunidad acercamiento a las familias presentación					x	x																			Investigador

19. Responsable de la propuesta:

Nombre: Leydy Johanna Casteblanco Bohórquez

Dirección: Calle 75 bis sur No 78 f 71 Barrio: La Libertad.

Municipio: Bogotá Vereda: Cundinamarca

Teléfono/s: 3108761832

Duración de la propuesta: 8 Meses

Firma



:

Conclusiones

Gracias a la adecuada aplicación de instrumentos de recolección de información se logra hallar de forma clara y concisa el problema central que afecta a las familias de la comunidad, esto es vital en el diseño de una intervención comunitaria ya que permite fijar las metas y objetivos que se pretenden lograr por medio de la intervención, es de apreciar que un solo documento de recolección de información es insuficiente ya que sesga al investigador ya que el contenido del mismo es insuficiente para establecer los lineamientos de un proyecto.

Con el fortalecimiento de los procesos de comunicación internos en la familia se logra no solo mejorar la comunicación sino estrechar los lazos entre cada uno de los miembros de la familia, sino que se evita que a largo plazo se produzcan separaciones, divorcios o riñas, generadas por malos entendidos, debido a que no se interpretan de forma correcta los mensajes emitidos por el emisor, y en definitiva la disminución del uso de la tecnología en los espacios establecidos para compartir en familia, genera una mejora en la dinámica familiar.

Referencias bibliográficas

- Alcances y perspectivas del desarrollo humano. Editorial Cree Ser, UNAD (2015)
- Céspedes, G. M. (2005). La nueva cultura de la discapacidad y los modelos de rehabilitación. *Aquichan*, 5(1), 108-113.
- Corresponsabilidad de las familias en los contextos educativos. UNAD, (2016, pp.8-30)
- Cumsille, P. (2011). Problemas y desafíos en la evaluación psicológica de dimensiones familiares. *Psykhé*, 5(1).
- Diagnostico contextual social participativo. UNAD, (2015)
- Familia y producción de consumo. UNAD, (2016, pp. 8-41).
- Hernández Posada, Á. (2003). Reseña de" Manual of School Health. *Aquichan*, 3(3).
- Repensar la familia en la contemporaneidad. UNAD, (2016, pp. 8-32).

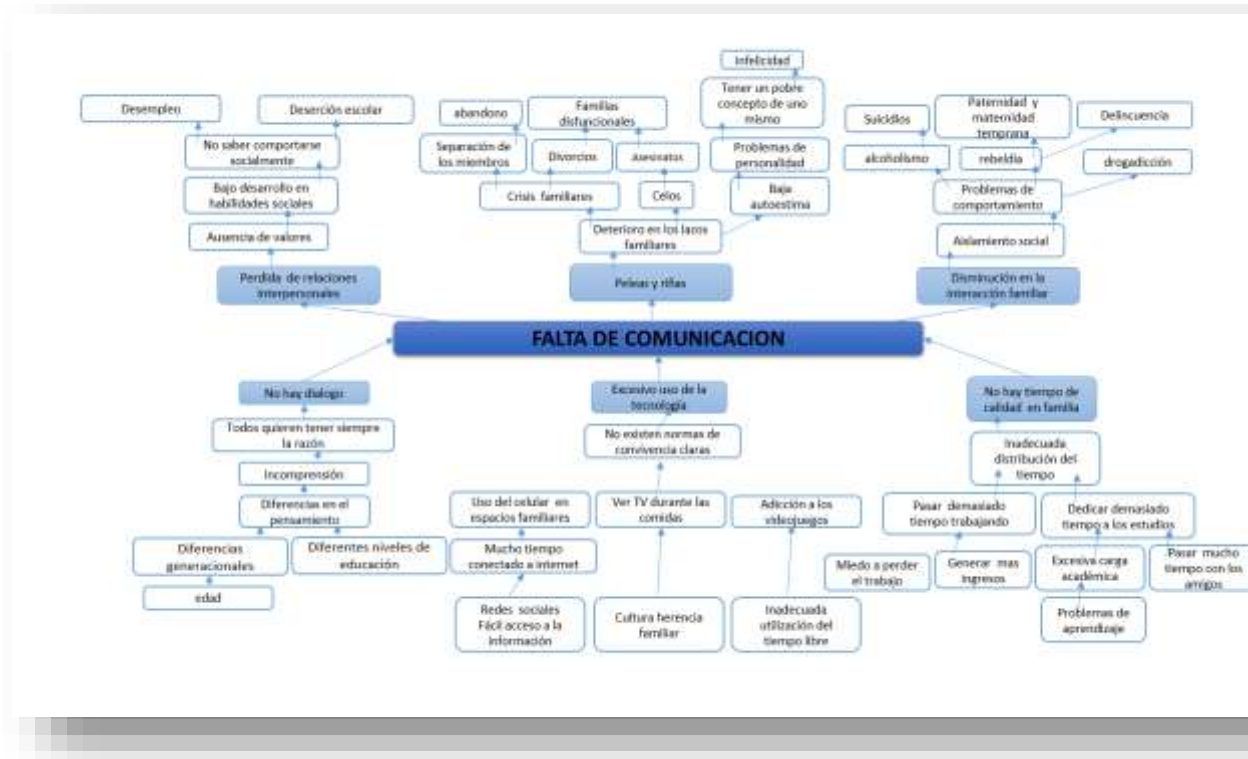
Anexo 1.

APROXIMACION AL DIAGNOSTICO DE LA COMUNIDAD

Diagnostico social participativo

ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN

- Graficacion del árbol de problemas:



- Sistematización del árbol de problemas:

CUADRO CATEGORIAS DE ANALISIS Y RELACIONES DE CAUSALIDAD		
1er orden.	2do. Orden	3er. Orden
Causas centrales del problema	Producidas por la acción de las categorías de 1er orden	Las afectan de alguna manera las categorías de 2do orden
• CAUSAS	• EFECTOS	• CONSECUENCIAS

<ul style="list-style-type: none"> ● Ca. 1 No hay dialogo 	<ul style="list-style-type: none"> ● Falta de Comunicación 	<ul style="list-style-type: none"> ● Consc. 1 Pérdida de relaciones interpersonales, ausencia de valores, inadecuado desarrollo de habilidades sociales.
<ul style="list-style-type: none"> ● Ca. 2 excesivo uso de la tecnología 		<ul style="list-style-type: none"> ● Consc. 2 Peleas y riñas, crisis familiares, celos, rupturas, divorcios, disfuncionalidad familiar.
<ul style="list-style-type: none"> ● Ca. 3 No hay tiempo de calidad en familia 		<ul style="list-style-type: none"> ● Consc. 3 Bajos niveles de interacción familiar, aislamiento, problemas de comportamiento

➤ Por qué:

La comunicación en las familia se ha venido deteriorando por que los padres dedican mucho tiempo al trabajo, los jóvenes mucho tiempo al estudio y los amigos, y porque es ahora la tecnología la que ocupa el lugar central en la familia, cuando la familia pasa tiempo junta lo hace teniendo como protagonista a la TV, ahora se ven películas ya no se practican juegos al aire libre lo que permitiría afianzar lazos familiares y mejorar la comunicación, la invasión de la tecnología y la no restricción de ella en las familias está generando problemas de comunicación.

➤ Qué: Creando un nuevo código de comunicación para mi familia.

➤ Ámbito:

- Población meta: Comunidad de Familias que habitan en el Barrio Santa Librada.
- Cobertura: Sector rural de la Localidad de Usme, Barrio Santa Librada.
- Tiempo: Seis meses.

ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS:

➤ Actores:

- Ejecutores:

Johanna Castebianco estudiante de Psicología, y la señora Mery Segura Líder comunitaria del Barrio La libertad

- Beneficiarios:

Comunidad de Familias que habitan en el Barrio Santa Librada.

- Afectados:

Vendedores de sustancias psicoactivas que se encuentran en la comunidad.

- Recursos:

Aportados por el estudiante, y de ser posible aportes de la junta de acción comunal.

- Caracterización de la población afectada

CARCTERISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS							
N o.	Pregunta	FAMILIA					
		1. Sandoval	2. Ortegón	3. Rodríguez	4. Ortiz	5. Segura	6. Reyes
1	Familias compuesta por:	De 2-4 P.	Más de 5P.	Más de 5P.	De 3 a 5P.	De 2-4 P.	De 1 a 3 P.
2	Origen o la procedencia de la familia	Santander	Tolima	Boyacá	Rolos	Rolos	Rolos
3	¿Su familia ha sido víctima de desplazamiento?	No	No	Si	No	No	No
4	¿Su familia ha sido víctima de algún tipo o forma de violencia?	Disparo no letal hermano	No	Intrafamiliar	Intrafamiliar	Sin información	No

5	De qué tipo es su familia	Nuclear	Extensa	Extensa	Extensa	Monoparental	Monoparental
6	¿Su familia hace parte de un grupo o minorías étnica?	No	No	No	No	No	No
7	¿Cuáles son las fuentes de ingresos de su familia?	Asalariados y Trabajadores independientes	Asalariados	Asalariados, Trabajadores independientes, Arriendos	Asalariados	Asalariados	Asalariados
8	¿Cuáles son las tradiciones culturales de su familia?	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor	Navidad Sacramentos Semana mayor
9	Cuál es el parentesco de las personas que habitan en su hogar	Papa, Mama	Papa, Mama, Hijos, Cónyuge	Hijos, Cónyuge, Nietos, Nueras.	Mama, Hijos, Sobrinos	Mama, Hijos, Nietos	Mama, Hijos
10	Sistema de seguridad social al que está afiliada su familia	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales	Salud, Caja de compensación, Pensión y Riesgos profesionales
11	En qué ciudad está ubicada su vivienda	Bogotá	Bogotá	Bogotá	Bogotá	Bogotá	Bogotá
12	En que Barrio esta su vivienda	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada	Santa Librada
13	Dirección	Cra. 21 con 42	Calle 64 con 82	Diag. 49 con 13	Tranv 18 con 47	Cra 3 con 76	Diag. 45 con 42
14	Estrato	3	2	2	2	2	3

15	Con que servicios públicos cuenta su vivienda	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet y TV por cable	Todos los servicios, incluido internet.
16	En qué lugar está ubicada su vivienda	Residencia 1	Urbana	Urbana	Rural	Rural	Urbana
17	De que material es su vivienda	Cemento	Ladrillo	Ladrillo	Ladrillo	Ladrillo	Ladrillo
18	Cuántas habitaciones tiene su vivienda	2 a 4	2 a 4	Más de 4	2 a 4	De 1 a 2	2 a 4
19	Que espacios tiene su vivienda	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio, Estudio, Terraza, Balcón, Local	Cocina, Baño, Sala, Comedor.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, Patio.	Cocina, Baño, Sala, Comedor, terraza.
20	Qué tipo de vivienda es la suya	Apartamento	Casa	Casa	Apartamento	Casa	Casa
21	De quien es la casa donde vive su familia	Alquilada	Familiar	Propia	Familiar	Alquilada	Propia
22	En qué estado se encuentra su vivienda	Terminada	Terminada	Por terminar	Terminada	Por terminar	Terminada
23	hace cuanto vive su familia en esa casa	De 1 a 3 años	De 10 a 20 años	De 10 a 20 años	De 3 a 5 años	De 1 a 3 años	Más de 20 años

ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS

Criterios existen para analizar las alternativas de solución:

Beneficios:

Mejorar la comunicación en las familias de la comunidad, estrechando las relaciones entre padres e hijos, convertir la tecnología en una aliada para la comunicación y no en una barrera de la misma, fortalecer los valores familiares, evitar las peleas y las riñas, aumentar el grado de confianza entre los miembros de la familia, fortalecer los valores recipientes, modificar hábitos y re direccionar el proyecto de vida de las familias de la comunidad, a través de talleres de la escucha activa con grupos focales, donde se explicara de forma clara que es comunicación verbal, comunicación no verbal, cuales son los canales de comunicación, y la importancia de los mismos, diferencias entre oír y escuchar, ejercicios de auto evaluación “mi papel en la familia, como ayudo a cambiarla para que sea mejor”. Diseño de normas que generen espacios concretos libres de tecnología que permita a las familias convivir de forma armónica en el hogar. Construcción de un cuento “Respetando la individualidad, yo soy, tu eres, juntos podemos ser”

Recursos:

Serán aportados por el estudiante, junto con las ayudas que quiera brindar la junta de acción comunal y las familias del sector.

Costos:

Por el momento el proyecto no tiene costos relevantes, así que serán asumidos por el investigador

Limitaciones: Lugar donde se encuentra ubicada la comunidad, ya que parece un

espacio peligroso para las personas que no viven en ella, en la variable tiempo, existe la

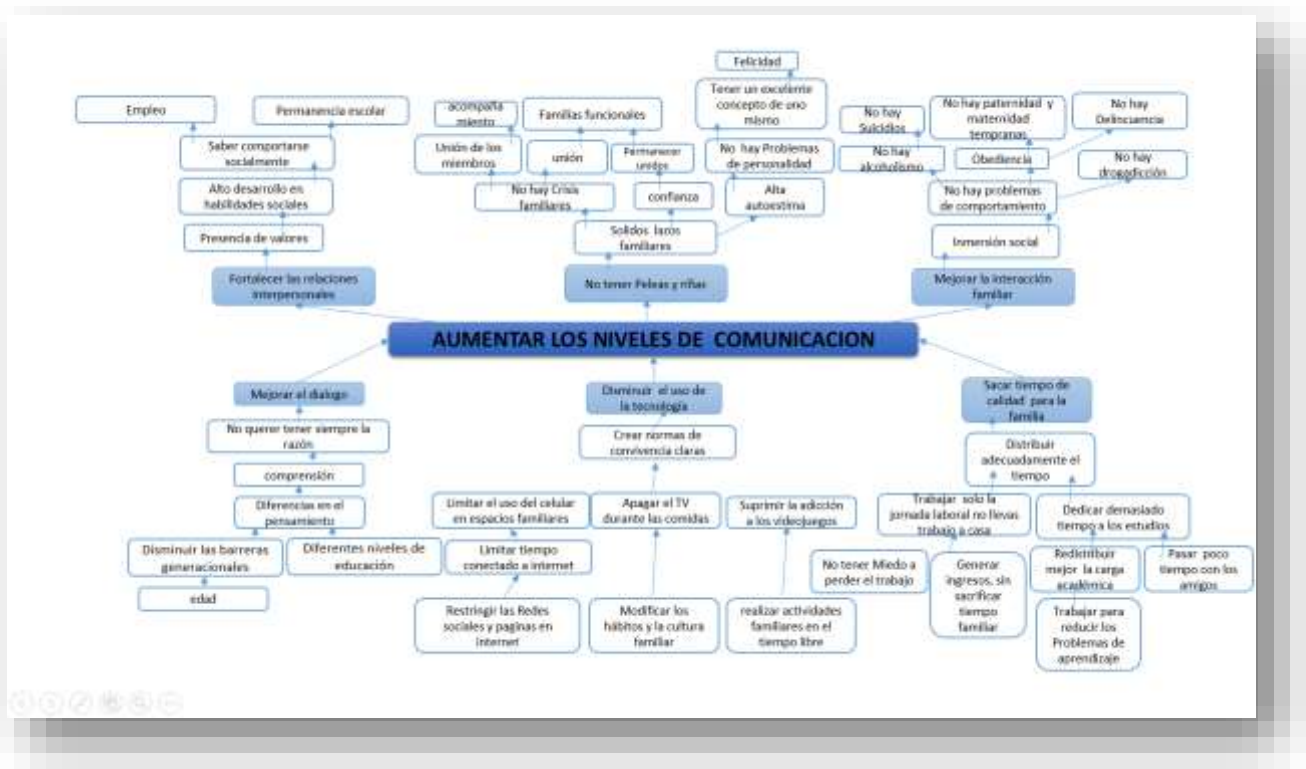
probabilidad que no siempre acudan los seis miembros de las familias, debido a sus trabajos.

☑ Interés de la comunidad:

La comunidad desea conocer estrategias que les ayuden a superar este problema que afecta a sus familias, son conscientes que el no prestar atención a esta problemática generará problemas aún mayores a futuro, que afectarán de forma directa a cada uno de los miembros de su comunidad, su interés se centra en tener la ayuda de un Psicólogo que los pueda guiar y orientar frente a cómo asumir este tipo de situaciones que fracturan las familias.

ANÁLISIS DE OBJETIVOS:

- Árbol de objetivos



- Técnica DRAFPO

Más internas	ELEMENTOS	ACCIONES
Bajo nuestro control	DEBILIDADES	CÓMO CORREGIRLAS/ COMPENSARLAS
	<p>Mala administración del tiempo.</p> <p>Criticar</p> <p>Baja autoestima</p>	<p>Separar espacios de trabajo y estudio de la familia y el tiempo libre, llevando una agenda diaria, donde se registren las actividades diarias a desarrollar planadas con anticipación.</p> <p>Calendario familiar, Registrar actividades familiares importantes.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=K4bfO5exeTI</p> <p>se realizara una charla, “como duela la crítica” se busca que a través de ella la comunidad comprenda el daño que se le hace al otro cuando se le critica, porque no pensar igual, desarrollo de frases contrarias a criticar.</p> <p>Lectura de libros en familia, cuentos relacionados con la importancia del amor propio, “caja de las frases positivas” la familia colocara en una caja una serie de freses positivas, cada mañana se</p>

		tomara un papel de la caja para leer su contenido y así aumentar los niveles de autoestima.
Alianzas para influir	RESISTENCIAS	CÓMO CORREGIRLAS
	Que cada uno de los miembros de la familia no perciba al problema o le dé la importancia que requiere.	Generando una charla de sensibilización sobre los riesgos de una mala comunicación, para que la familia comprenda la importancia del tema explicando cómo se produce y que genera a corto mediano y largo plazo y la importancia de que todos los

	<p>Exponer problemas internos de las familias en público, o ante la comunidad.</p> <p>Miedo al ridículo</p>	<p>miembros comprendan que son parte del problema pero también parte de la solución a través de la auto reflexión.</p> <p>Se creara un cofre llamado problemas, en el las familias depositaran en un papel o sobre sellado los diferentes problemas por los que atraviesan relacionados con la comunicación, de esta manera se mantendrá en secreto la identidad de las familias y la problemática que las afecta, permitiendo tratar el problema con la comunidad.</p>
<p>Fuera de control</p>	<p>AMENAZAS</p>	<p>CÓMO AFRONTARLAS</p>
	<p>Los medios de comunicación siguen metiendo en la cabeza de los jóvenes que los padres no los pueden entender.</p> <p>Acceso a todo tipo de información en la red de internet.</p>	<p>Guiar a los jóvenes sobre la tarea de los medios de comunicación y la forma como se distorsiona y desdibuja la realidad dando herramientas de afrontamiento a los adultos a través de Talleres de padres convenio con los colegios.</p> <p>Restringir las paginas a las que tienen acceso los jóvenes, delimitar horarios frente a la computadora y el celular, a</p>

	Horarios de trabajo excesivos o jornadas de trabajo inadecuadas.	través de la creación de normas para cada familia en donde cada miembro participe en la creación de dichas normas, “Reglas de juego en casa” Redistribuyendo el tiempo en familia, dedicando tiempo de calidad no cantidad, aprovechamiento de los espacios familiares, desayunos cenas en familia con la tv apagada.
Más externas	Redes de Comunicación globales, nuevas tecnologías.	Las familias deben mantenerse al tanto de las noticias, para saber que sucede en el mundo

ELEMENTOS	ACCIONES	En presencia
FORTALEZAS	COMO MANTENERLAS	Reflexión
Tener claras las consecuencias del problema. Disposición de la comunidad para trabajar unida y atacar el problema Compromiso de cada uno de los representantes de cada familia	Manteniéndose informado a través de los medios de comunicación y la comunicación con los vecinos. Auto motivarse pensando en los beneficios del proyecto de intervención Mantener una comunicación activa	

para llevar a cabo las actividades que permitan mejorar la comunicación	con la comunidad.	
POTENCIALIDADES	COMO DESARROLLARLAS	Negociación
Autoconocimiento Comunicación asertiva	Construcción del proyecto de vida, cartelera con imágenes de lo que soy y lo que quiero llegar a ser junto con mi familia, “Libro de los sueños” Tener un buen concepto de uno mismo, ser consciente de lo valioso que uno es, notas importantes, ser educado, no enfadarse, hablar y dejar hablar, ver a los ojos al interlocutor, exponer opiniones de manera clara.	Antagonismo
OPORTUNIDADES	COMO APROVECHARLAS	Juegos de estrategia
Interés de la comunidad Apoyo de los líderes comunitarios Apoyo de las instituciones educativas	Mostar a la comunidad los beneficios de una buena comunicación en familia, las ventajas y desventajas de practicar una comunicación asertiva mediante la demostración en el cambio de comportamiento de los miembros de la comunidad, cuando se practican	

	<p>actividades grupales en diferentes espacios como la escuela y el parque, la forma como se aprovechara el apoyo de los líderes comunitarios creando un grupo de trabajo específico con ellos, donde se les pueda transmitir material de interés referente al tema, se les pueda enseñar como diseñar un taller , y de esta manera convertirlos en coaching de la comunidad, reforzando su liderazgo y proyectando competencias en ellos.</p> <p>Convenios con los jardines y colegios a donde asisten los niños y los jóvenes en donde se traten temas relacionados con la importancia de la comunicación, fomentando el trabajo sistémico de la comunidad y su entorno.</p>	
		En potencia