

**Propuesta de acompañamiento**

**Título:**

**Desarrollo de habilidades para la comunicación asertiva, dirigido a seis familias del barrio salinas en Bogotá.**

**Elaborado por:**

**Jhon Alexander Ardila Maldonado  
Código, 8825051**

**Tutor**

**Kendra Yalile Salas Gómez**

**Universidad nacional abierta y a distancia – UNAD  
Facultad de ciencias sociales arte y humanidades  
Programa de psicología**

**Bogotá 2017**



### **Resumen**

Este trabajo se ha realizado con el objetivo de efectuar un estudio de investigación sobre la necesidad del desarrollo de habilidades de comunicación asertiva dentro del núcleo familiar, partiendo de la ejecución de un proceso social participativo sobre las principales problemáticas que viven las familias de la comunidad del barrio Salinas en la ciudad de Bogotá utilizando para ello técnicas participativas de recolección de información tales como formatos, entrevistas y diarios de campo, del análisis de los datos obtenidos se pudo establecer que una problemática común es la falta de comunicación asertiva, que tiene como consecuencias conflictos familiares que pueden ir hasta la desintegración familiar. Como parte de la solución se plantea la realización de actividades en dos ejes principales, el primero tiene como objetivo principal cada uno de los miembros del grupo familiar y el segundo al núcleo familiar en sí, permitiendo de esta manera el desarrollo de habilidades que les permitan comunicarse de una manera más óptima, influenciado de esta manera una sana convivencia y unas interacciones basadas en el respeto, la empatía y la comprensión.

### **Palabras Claves**

Familia, comunicación, inteligencia emocional, conflictos familiares, respeto, tolerancia, social participativo.



**Contenido**

Introducción .....	1
1. Nombre de la propuesta.....	2
2. Antecedentes .....	2
3. Descripción de la propuesta .....	2
4. Diagnóstico social participativo .....	5
5. Descripción del problema.....	7
6. Marco teórico .....	9
7. Descripción de las posibles alternativas de solución .....	15
8. Descripción de la mejor alternativa de solución .....	16
9. Justificación.....	17
10. Localización .....	18
10.1.1. Contexto .....	19
10.1.2 Organización social y política .....	19
10.1.3 Vivienda y características.....	21
11. Beneficiarios de la propuesta .....	23
11.1 Población de muestra .....	23
11.2 Beneficiarios indirectos.....	25
12. Objetivo general .....	25

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

---

iv

13.	Objetivos específicos.....	26
14.	Factibilidad.....	32
14.1	Administrativa.....	32
14.2	Técnica .....	33
14.3	Económica.....	33
14.4	Social y de género .....	34
15.	Responsable de la propuesta .....	44
16.	Conclusiones.....	45
17.	Bibliografía.....	46
18.	Anexos.....	48

# FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROPUESTAS DE ACOMPañAMIENTO A COMUNIDADES Y FAMILIAS

---

v

## Lista de Tablas

Tabla 1	<i>Matriz de planificación adicionando los supuestos</i> .....	29
Tabla 2	<i>Cuadro resumen de actividades, resultados e indicadores</i> .....	34
Tabla 3	<i>Cronograma de actividades</i> .....	39
Tabla 4	<i>Presupuesto</i> .....	42

## Lista de anexos

Anexo A.	Formato aproximación al diagnóstico de la comunidad .....	48
----------	---	----



## Introducción

El proceso participativo de una comunidad dentro de la visualización de las problemáticas que subyacen en el diario vivir, es necesario para el establecimiento de objetivos y metas comunes que conciernen a un gran número sujetos dentro de dicha población, para el caso que se va a desarrollar a continuación, se contó con la colaboración de seis familias del barrio salinas ubicado en la localidad de Engativá en la ciudad de Bogotá, donde con la ayuda de uno de los líderes se estableció contacto con sus miembros; dando inicio a la aplicación de unos instrumentos que permitieron poner en evidencia una serie de situaciones que viven la gran mayoría personas en sus núcleos familiares, contando con la asistencia de los representantes de cada familia que en la mayoría de los casos era el padre y/o la madre, en un primer acercamiento se realizó una visita domiciliaria para obtener información más puntual acerca de las características sociodemográficas de todos y cada uno de los integrantes del núcleo familiar, posteriormente en un nuevo encuentro, se permitió que fueran ellos mismos mediante su intervención a través de una lluvia de ideas, poner de manifiesto los problemas que más se presentan dentro de sus núcleos familiares, una vez realizado esto se estableció de manera consensuada que son las formas de comunicación no asertiva las causantes de muchas otras problemáticas familiares, razón por la cual se instituyó que es prioritario para ellos trabajar sobre este tema, razón por la cual se indagó sobre cuales eran la posibles causas y consecuencias de este, utilizando para ello la técnica de árbol de problemas que se convirtió posteriormente en los objetivos a alcanzar; de la aplicación de otros instrumentos de recolección de información aplicado a cada una de las familias y de sus miembros se logró definir otros factores tales como debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades de mejora que se tienen, todo esto con el fin de ir construyendo una propuesta que permita mejorar el

problema central y lograr los objetivos definidos por los mismos participantes

### **1. Nombre de la propuesta**

Desarrollo de habilidades para la comunicación asertiva, dirigido a seis familias del barrio Salinas en Bogotá.

### **2. Antecedentes**

En el barrio salinas localizado en la localidad de Engativá de la ciudad de Bogotá, no se realizan actividades puntuales dirigidas a brindar posibilidades de solución a las problemáticas que subyacen de la falta de comunicación asertiva que se presenta dentro de los núcleos familiares y que repercuten de manera negativa en la calidad de vida no solo de sus integrantes sino de toda la comunidad en general, pese a que existe una política pública para las familias de Bogotá 2011-2025, con unos ejes que tratan temas inherentes a estas y que podrían articularse en colaboración con las instituciones públicas que hacen presencia en el sector, tales como un centro de atención a la niñez pertenecientes al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF, colegios del distrito y el IDRDR.

### **3. Descripción de la propuesta**



Esta propuesta consiste en la implementación de un programa de capacitación en técnicas para el desarrollo de una comunicación asertiva dentro del núcleo familiar.

La idea principal es enseñar a un grupo piloto conformado por seis familias de la comunidad del barrio salinas en Bogotá a que sus integrantes se comuniquen mejor entre sí dentro de cada sistema familiar.

Para lo anterior se han definido dos ejes principales denominados como:

- Yo Expresivo (Inteligencia Emocional)
- Familia Receptiva

Visto desde un enfoque sistémico, el sujeto hace parte de un sistema y cada acción individual tiene una reacción o consecuencia en todo su núcleo familiar.

Es por ello que las actividades a desarrollar están encaminadas en primera medida al desarrollo y aumento de la inteligencia emocional en relación al autoreconocimiento de las emociones por parte de cada sujeto, para que aprenda a comunicarlas y desarrolle estilos de comunicación efectiva.

En el eje denominado familia receptiva, el sujeto ya no es el protagonista si no que se reconoce como parte de un sistema y trabaja en pro del desarrollo de estilos de comunicación grupal más asertivos.

Teniendo como meta la disminución de las problemáticas o conflictos familiares que se presentan a causa de una comunicación verbal o no verbal, que se aleja de condiciones mínimas tales como el respeto y la tolerancia.

El recurso más necesario es el de un profesional de las áreas de psicología que desarrolle esta propuesta en las familias de la comunidad.

Las instituciones públicas y/o privadas tales como el ICBF, los centros educativos, la policía, las autoridades religiosas y demás que hacen parte de las comunidad del barrio salinas, serán un aliado estratégico a la hora de reportar ante la alcaldía de Engativá en la oficina dispuesta para estos asuntos, aquellos casos en los que se estén presentando problemáticas familiares que ameriten un acompañamiento , con el fin de evitar consecuencias lamentables, convirtiéndose en gestores de oportunidades para la prevención entre otros casos de violencia intrafamiliar.

La comunidad está comprometida a participar en las actividades que se realicen y a actuar como vínculo

para la propagación de la información hacia todas las redes que convergen es sus diversos entornos comunitarios.

Lo anterior se logrará con un programa de capacitación para adquirir pautas que permitan una comunicación asertiva dentro del núcleo familiar, a través del acompañamiento de un



profesional de la psicología dispuesto por la alcaldía de Engativá para el manejo de los temas relacionados con las familias, en concordancia con la política pública para las familias de Bogotá 2011-2025.

#### **4. Diagnóstico social participativo**

Muchos de los conflictos familiares que se presentan en los hogares colombianos, se deben a la falta de estilos comunicacionales que permitan una interacción verbal soportada en la tolerancia, el respeto y la comprensión del otro como parte fundamental e importante dentro del núcleo familiar, esta propuesta pretende enseñar a los miembros de los núcleos familiares que hacen parte de la comunidad del barrio salinas, pautas y técnicas que les permitan una comunicación asertiva, a través del desarrollo de actividades que abarcan en primera medida al sujeto por separado y luego a todo el grupo familiar.

Comunicarse mal o de manera no asertiva es una problemática a la que no se le da mucha importancia, pero cuando se considera la causa de consecuencias gravísimas tales como la violencia intrafamiliar, la desintegración familiar y hasta la muerte, deja de ser un problema intramural para mostrarse a la demás esferas sociales, evidenciando así la necesidad de incluir el tema de la comunicación asertiva en los núcleos familiares dentro de los de acción de las políticas públicas para la familia y desarrollar e implementar su promoción y apropiación dentro de los grupos familiares.

Las problemáticas evidenciadas por la comunidad en la realización del árbol de problemas fueron la delincuencia, la drogadicción, la violencia intrafamiliar, en muchas ocasiones como

producto de la mala comunicación dentro del núcleo familiar, evidenciando en las causas y consecuencias reconocidas y manifestadas por los participantes.

En el proceso participativo no solo se evidenciaron situaciones negativas, a través del desarrollo conjunto de la técnica DRAFPO se reconocieron las fortalezas, las potencialidades y oportunidades que como comunidad e integrantes de los grupos familiares que allí habitan poseen, sirviendo como punto de partida para establecer unos objetivos y metas que conduzcan a encontrar de manera conjunta una solución.

Para precisar un diagnóstico social participativo en la comunidad del barrio salinas en la ciudad de Bogotá, se utilizaron varias herramientas que permitieron obtener información para conocer sus principales problemáticas.

Primero se dio inicio con la aplicación de una serie de etapas distribuidas de la siguiente manera:

- Acercamiento a la comunidad
- Reconocimiento del líder comunitario
- Aplicación de un formato de recolección de información acerca de los descriptores de la comunidad
- Aplicación de las técnicas de recolección de información
  - Entrevistas
  - Visitas domiciliarias
  - El árbol de problemas
  - Lluvia de ideas
  - El árbol de objetivos
  - Técnica DRAFPO

El objetivo de recolectar la información a través de las técnicas utilizadas, fue el de obtener la mayor cantidad de datos directamente de los actores principales y realizar la el análisis y sistematización para obtener resultados.

Siguiendo con las actividades, se procedió a:

- Organización y procesamiento de la información
- Realizar una aproximación al diagnóstico de la comunidad
- Informe sobre avance de la investigación

## 5. Descripción del problema

En la comunicación que se da entre dos o más individuos convergen diversos egos, personalidades, intereses y objetivos propios que puede generar discordias y conflictos, pues en los grupos familiares esto no es diferente, y en este compartir diario y constante se pueden desencadenar problemáticas que tienen como causas varios factores psicosociales de carácter interno y externo; entre los internos podemos destacar las diversas formas de comunicación e interacción que se dan en dicho entorno, permeabilizado en muchas ocasiones por las realidades de contextos externos que se interrelacionan y transforman en problemas tales como el *bajo nivel de comunicación asertiva entre los miembros del núcleo familiar*.

Las causas de esta problemática van desde la falta de atención al contenido y formas de expresión y comunicación, la intolerancia entre los miembros de la familia, el miedo a expresarse por posibles represalias de uno o todos los demás, el individualismo, la falta de

tiempo, la falta de interés, la poca formación en valores tales como el respeto, hasta la falta de confianza entre los miembros de la familia, dejando como las consecuencias más graves la violencia intrafamiliar y la desintegración familiar.

Una vez analizadas las posibles debilidades en las familias de la comunidad del barrio salinas tales como los conflictos familiares no resueltos, el no reconocimiento de los errores propios cometidos a la hora de querer comunicar algo a los demás y la baja motivación, manifestados en la posible resistencia al cambio, debido en muchas ocasiones por el miedo a la intromisión de terceros en la vida familiar, permiten que las creencias ideológicas y/o religiosas, las pautas erradas de comunicación, la falta de espacios y tiempo para el diálogo y el abuso en el uso de las tecnologías entre otras, se conviertan en factores que amenazan constantemente las posibilidades de cambio.

La existencia de estos factores de carácter negativo, son precisamente los que llegan a hacer visibles las oportunidades de mejora y que se convierten en el interés personal del investigador, puesto que las características sociodemográficas y el alto grado de interés demostrado por las familias participantes, permite el diseño de una propuesta de mejoramiento para trabajar en el aumento de la comunicación asertiva en cada uno de los núcleos familiares, guiándolos hacia la adquisición de habilidades para pensar en colectivo y trabajar en equipo, aumentar la motivación, reconocer y trabajar sobre los propios errores, eliminar prejuicios, darle la importancia que se merece la comunicación entre los miembros de la familia, reconocer que no existe la perfección dentro de las dinámicas familiares, fomentar espacios de interacción e integrar las tecnologías de manera

adecuada dentro del núcleo familiar.

## 6. Marco teórico

Establecerse como una familia es más que conformar una unión y tener hijos, es adentrarse en la construcción de espacios para la formación y el desarrollo de seres humanos. Consuegra (2010) afirma:

La familia es el territorio en el que se aprende de la experiencia, como un benévolo modelo en escala del mundo exterior y contexto determinante de las conductas normales y anormales del ser humano (...) en términos de la psicología social la familia se define de la misma manera que grupo, solo que deben agregarse a las constantes de espacio y tiempo, los vínculos de parentesco” (p. 120).

Siendo considerada como la primera unidad de interacción donde se interrelacionan los miembros a través de unos roles determinados; definiendo que su misión o tarea principal es la de la socialización del sujeto. “proveyéndole de un marco y un basamento adecuados para lograr una adaptación activa a la realidad en la que se modifica el y modifica al medio en un aparente interjuego dialéctico. Además, como estructura social básica, la familia es el modelo natural de toda situación grupal. (Consuegra, 2010, P.120).

Según la teoría general de los sistemas propuesta por Bertalanffy (1968). Aplicada al contexto familiar, cada miembro de este núcleo se describe como un componente importante del mismo, que se encuentra en constante interacción, movimiento y coordinación con los

demás, para el alcance de objetivos y metas propuestas, dada esta conectividad por diversos factores de consanguinidad, afecto, reciprocidad y compromiso, como en cualquier unidad con componentes, lo que afecte de forma negativa o positiva a cualquier miembro, afecta a todo el sistema, Según Minuchin & Fishman (1984), citado Amar, Macías y Jiménez (2005). “en todo sistema, y para el caso en la familia, hay una relación entre las partes que lo conforman, de manera que cualquier cambio en algunos de sus elementos modificará el estado interno de las otras y, a su vez, el del sistema en general” dada esta relación es importante destacar lo que define Hernández (1997) citado por

“La especificidad de la familia como sistema reside en “un conjunto particular de roles y de reglas implícitas y explícitas de funcionamiento, a partir de las cuales se organizan las responsabilidades y la interacción familiar, se prescribe y se limita la conducta de los miembros para mantener la estabilidad del grupo... (p. 27).

Las sociedades cambian y las tipologías familiares también, esta institución tan importante siempre estará afectada por diversos factores tales como como el madresolterismo, la diversidad sexual, la conformación de parejas con hijos de otras relaciones anteriores, etc. En años anteriores en el país colombiano predominaba una idea de familia que se conformaba por el padre, la madre y como mínimo un hijo, según el departamento Nacional de Planeación (en adelante DNP), (2015). “Los hogares familiares, nucleares y amplios, han venido perdiendo importancia mientras que los hogares no familiares, especialmente los hogares unipersonales, aumentan de manera importante”.

Las transformaciones culturales traen consigo la necesidad de integrar nuevas tipologías que permitan una acción incluyente y no discriminatoria, es por ello que en Latinoamérica

existen varios tipos de familia entre las que se encuentran las familias monoparentales, homosexuales, nucleares, extensas, compuestas y demás, que gozan de toda la protección del estado, esto significa que.

La mayor heterogeneidad en las familias colombianas requiere, en primer lugar, que se reconozca que cada vez es menos frecuente la identificación un solo tipo de familia, la familia tradicional de padre/madre/hijos, sino que hoy día existen diversas formas de organización familiar. Segundo, hay diferencias en las necesidades de servicios sociales – educación, salud, vivienda, etc. – por parte de los hogares, dependiendo de la organización generacional y de ciclo de vida en que se encuentren. Por tanto, se requieren políticas sociales que reconozcan esa diversidad, y no una política de familia, sino unas políticas para las familias. (Tipologías de Familias en Colombia: Evolución 1993 – 2014, DNP. 2015).

Aunque las tipologías familiares no cambian en nada la misión socializadora de la institución familiar, ni establecen una diferencia marcada en las dinámicas familiares, tampoco en las problemáticas que se presentan como consecuencia de su interacción interna y con el exterior, si es un dato muy importante a la hora de establecer programas y proyectos que trabajen en la solución de ellas, basadas siempre en las políticas públicas para la familia, algunas de las más comunes son:

- Violencia intrafamiliar
- Alcoholismo y drogadicción

Muchas de estas problemáticas se dan por los *estilos errados de comunicación* entre los

integrantes del grupo familiar, es por ello que esta se considera como uno de los factores principales que dan paso a los diversos conflictos que deben enfrentar las familias diariamente; es decir se da una especie de incomunicación.

En términos de operatividad, *el saber decir y el saber escuchar* son factores dentro de la comunicación que permite clasificar a una familia como altamente funcional porque gracias a la práctica de estas dos importantes habilidades, se permite la formulación en consenso de límites, reglas y estilos flexible que consienten el desarrollo de cada uno de sus miembros; todo lo contrario ocurre en una familia disfuncional donde la comunicación no fluye de forma correcta y esto les impide la resolución de conflictos y la sana interacción entre sus miembros, acrecentando así las situaciones que ponen en riesgo la estabilidad del núcleo familiar; Según lo establece Velilla (2003). Si no se escucha “no hay entendimiento. Sin entendimiento no hay comunicación efectiva. Sin comunicación efectiva no hay relación de calidad. Y sin relaciones de calidad no se puede tener éxito en la familia...”.

A grandes rasgos la comunicación según Consuegra (2010) “es el proceso por el cual las personas se transmiten información, ideas, actitudes y emociones.”

Según klerk - weyer y le roux (2012). “La comunicación consiste en mensajes verbales y no verbales que se intercambian entre dos personas, uno que es el emisor (quien habla) y el receptor (quien escucha), donde el primero debe asegurarse de que su mensaje sea claro, comprensible y coherente con lo que su lenguaje corporal y su voz están comunicando; por otro lado, está el receptor quien debe asegurarse de entender el mensaje correctamente, la

justificación de lo descrito anteriormente se manifiesta en la responsabilidad que tiene cada persona de lo que comunica y cómo lo hace, según lo plantea Velilla (2003), p (16).

Toda comunicación genera consecuencias en los demás. Nosotros afectamos a los demás con nuestra comunicación y de eso tenemos que hacernos cargo. No hay palabras inocentes. Todas las personas son responsables de lo que sienten, piensan, dicen o hacen y del efecto que esto tiene sobre los demás. Y si el efecto que estoy produciendo no es el que quiero, tengo que revisar con detalle cómo me estoy comunicando.

Considerando esto, la comunicación es la forma de interacción más importante y necesaria dentro de cualquier contexto, y en términos de buena o mala puede hacer la diferencia entre la consecución de una meta o no; en las familias pasa lo mismo, una mala comunicación traerá consigo una variedad de factores negativos que conllevan a el desarrollo de conflictos familiares a la hora de enfrentarse a situaciones que demanden la toma de decisiones, pero en cambio, comunicarse bien y de manera asertiva puede hacer la diferencia a la hora de analizar las consecuencias obtenidas.

Existen múltiples factores tanto internos como externos que hacen que los integrantes del sistema familiar se comuniquen de forma errónea. Gran parte de los errores que se cometen a la hora de comunicarse se pueden evidenciar en las formas de actuar, y Crespo (2011) señala las siguientes:

- Cuando no se da una comunicación horizontal debido a la creencia de roles con mayor poder dentro del núcleo familiar (padre), quien goza de un estatus mayor y

menosprecia las ideas de quien considera está por debajo de él (hijo), dándose así una relación de insensibilidad.

- Interrupciones en el flujo comunicativo de la otra persona.
- No escoger los espacios y momentos adecuados para mantener una conversación
- Los procesos de comunicación que se parecen más a un interrogatorio.
- Las conversaciones en las que se esconde un juicio previo, demostrando así una postura defensiva de parte de uno de los interlocutores.
- Las formas de comunicación violenta generan una respuesta defensiva, se da en el caso de la imposición u órdenes que son mal tomadas por uno de los interlocutores, dando paso a conductas o situaciones violentas como producto del estado emocional momentáneo.
- No conocer la personalidad de la persona que se tiene como interlocutor, sobre todo cuando se interactúa con adolescentes quienes en su estado de evolución constante pueden tener respuestas un tanto ofensivas, dándose entre los interlocutores una incomprensión mutua.

De aquí que una buena comunicación es necesaria para una sana interacción, si esta no se logra puede ocasionar la ruptura de las relaciones familiares y llegar a consecuencias tan lamentables tales como la desintegración familiar.

Según Neidharet, Weinstein y Conry (1989), citado por Naranjo (2008).

Las personas asertivas tienen la capacidad de reconocer e identificar sus necesidades y hacérselas saber a otras personas con firmeza y claridad. A la vez, aceptan que éstas

tienen exactamente el mismo derecho de hacerse valer. Por esta razón, expresan sus ideas o reclamaciones con cortesía y escuchan con respeto las reclamaciones o ideas que manifiestan las demás personas». (p.5)

Es necesario es propiciar espacios y momentos adecuados para lograr este tipo de comunicación, evidenciado en algunos principios fundamentales definidos por Crespo (2011).

- Construir relaciones en positivo.
- Compartir de manera efectiva las normas, valores y costumbres que rigen la interacción dentro de la familia.
- Instaurar un ambiente en el que todos los miembros de la familia puedan demostrar sus sentimientos afectivos tales como las demostraciones de cariño, pero también es importante dar paso a que emerjan los negativos, con el ánimo de que se puedan hablar de ellos para canalizar los sentimientos tales como la ira.
- Relaciones basadas en el respeto por el espacio del otro, su individualidad, sus gustos, sus amistades, creando así un ambiente de tranquilidad y sosiego para todos los miembros de grupo familiar.

## **7. Descripción de las posibles alternativas de solución**

### **No. 1 Aumento de la empatía**

Desarrollar y aplicar actividades para aumentar la empatía por los demás, en cada uno de los miembros del grupo familiar.



**No. 2 Desarrollo de habilidades para la comunicación asertiva**

Desarrollo y Aumento de la inteligencia emocional de cada miembro de la familia a través de la realización de actividades para aprender a reconocer sus emociones y como manifestarlas de forma asertiva, aplicado a ejercicios de interacción familiar, con el propósito de mejorar la comunicación entre los miembros de la familia.

**No. 3 Talleres para lograr el restablecimiento de relaciones familiares**

Sesión de cinco talleres donde se aplican ejercicios para lograr el perdón y restablecimiento de las relaciones rotas entre los miembros de las familias y de esa manera mejorar la comunicación entre ellos.

**8. Descripción de la mejor alternativa de solución**

**Desarrollo de habilidades para la comunicación asertiva**

La opción más adecuada para dar un manejo y solución a la problemática: baja comunicación asertiva entre los miembros de la familia, es la que contempla en primer lugar al sujeto de forma individual, un trabajo con cada uno de ellos logrará diagnosticar si existen malos hábitos y estilos errados de comunicación que no le permiten interactuar adecuadamente, con el fin de desarrollar actividades que le accedan en primer lugar al autoreconocimiento de sus potencialidades y la adquisición de nuevas habilidades de

comunicación que lo acerquen hacia la oportunidad de relacionarse mejor con sus pares.

Una vez terminado este proceso, continua el trabajo con todo el núcleo familiar, donde cada uno de sus miembros pondrá en práctica lo aprendido de forma individual, para lograr la construcción de nuevas pautas en la comunicación a nivel grupal, que les permitan hacer frente a aquellas situaciones que ameritan llegar a acuerdos y tomar decisiones en grupo.

Una comunicación asertiva, basada en el respeto y la comprensión, puede lograr la disminución de los conflictos familiares, porque entrenarse para comunicarse mejor conlleva al respeto, la comprensión y por ende al logro de metas y objetivos que se plantean de manera grupal.

La comunidad de las familias que participan en el proceso, están interesadas en aprender a comunicarse mejor y se encuentran motivadas a participar en las actividades que se programen, dado que ellos no tendrán que disponer de recursos económicos para el desarrollo y aplicación de las mismas, solo disponer del tiempo y el espacio para ello.

Las limitaciones de tiempo es un factor que amenaza el desarrollo de la propuesta dentro de la comunidad

## **9. Justificación**



Las características sociodemográficas de la población objeto de estudio, permite contar con varias de las tipologías familiares que se encuentran definidas actualmente, esto dota a la investigación de una serie de factores culturales que permiten diagnosticar que los problemas de comunicación, sin importar el número de individuos que conforman un grupo familiar, serán siempre los mismos y tiene en su gran mayoría las mismas causas y consecuencias.

La comunidad del barrio Salinas no había tenido la oportunidad de participar en un proceso de reconocimiento de sus problemáticas y la definición de las estrategias encaminadas al mejoramiento de su calidad de vida.

Este mejoramiento que se pueda lograr en cada uno de los hogares, redunda en el aumento de buenas relaciones entre vecinos, es decir lo aprendido en casa se ve reflejado en las interacciones con las personas del mundo exterior.

Esta necesidad de cambio manifestada por la población de familias que participaron en el proceso de investigación-acción, fue la motivación principal para el desarrollo de una propuesta que en primer cumplió con un requisito fundamental y es el de la participación de todos los integrantes de los grupos familiares en cada una de las etapas anteriores.

## **10. Localización**

Esta propuesta de acompañamiento se desarrollará en el barrio salinas, ubicado en el



noroccidente de la ciudad de Bogotá y pertenece a la localidad de Engativá.

## **10.1 Caracterización de la comunidad**

### **10.1.1. Contexto**

El Barrio Salinas se encuentra ubicado en La localidad de Engativá que es la numero 10 del distrito capital de Bogotá; está conformado por 6 cuadras a la redonda, para el año 2017 cuenta con alrededor de 2100 habitantes; esta información fue suministrada por uno de los lideres comunitario del barrio Salinas.

Los límites del barrio Salinas son:

- Al norte con la calle 72
- Al occidente con el barrio santa Elenita
- Al oriente con el barrio la florida
- Al sur con el aeropuerto el dorado

### **10.1.2 Organización social y política**

En 1991 la constitución política de Colombia, en su artículo 42 definió 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”

En la comunidad del barrio salinas existen diversos tipos de familia según su clasificación predomina el tipo **nuclear**; conformados por la madre el padre y los hijos; **extensa**: conformado por el padre, la madre, hijos y nietos, y **monoparentales**: conformado por el padre o la madre y los hijos.

Según lo manifestado por algunos de los habitantes del barrio, las problemáticas más frecuentes dentro de las familias son: la violencia intrafamiliar y la falta de comunicación entre los miembros de las familias.

Dentro de la comunidad se cuenta con algunas instituciones del gobierno que no desarrollan programas dirigidos puntualmente a las familias, según lo observado en los recorridos realizados por la comunidad y las charlas mantenidas con los miembros adultos de las familias, lo que predomina es la atención al adulto mayor a través de las jornadas deportivas recreativas que se realizan en el parque central, a cargo del Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte (IDRD); En el momento no se cuenta con programas y/o proyectos dirigidos a brindar herramientas para la solución de problemáticas familiares.

En el tema de la educación en el barrio hacen presencia dos instituciones dirigidas a la primera infancia tales como: mis adorables bebés y jardín infantil la mágica U, estos de carácter privado. para la cobertura de la demás población de niños, adolescentes en edades escolares, se cuenta con un colegio de educación primaria y secundaria llamado la florinda ubicado el barrio contiguo, dotado de todas las herramientas físicas y tecnologías para el desarrollo de su aprendizaje.

Culturalmente hablando no existen unas costumbres y formas de relaciones familiares únicas dentro del barrio, dado que, por ser la capital de Colombia, se establecen familias de diferentes regiones del país, aportando a la comunidad una gran diversidad cultural en cuanto a comportamientos, estilos de comunicación, pautas de crianza y jerarquización dentro del núcleo familiar.

La mayor parte de la población del barrio salinas cuenta con afiliación a servicios de salud; y si bien no cuenta con un puesto de salud cercano, sus habitantes tienen la posibilidad de acceder a los servicios del hospital público de Engativá ubicado en la Tv. 100a #80A-50 o ser atendidos en la clínica Partenón Ltda. localizada en la calle 74 No 76-35, de carácter privado que tiene convenio con las EPS y es frecuentada por muchos de los habitantes de la comunidad del barrio Salinas.

En cuanto a la seguridad, el barrio no cuenta con Centro de Atención Inmediata (CAI) de la policía nacional, factor que facilita la proliferación del consumo de estupefacientes y los robos a las personas que transitan por el barrio, en ocasiones se han presentado casos de robos a viviendas.

### **10.1.3 Vivienda y características**

El barrio está conformado por 538 unidades habitacionales, todas son casas con acceso independiente desde la vía, que en su mayoría han construido segundo piso y formado



apartamentos pequeños para arrendar convirtiéndolas en multifamiliares, el 70% de sus habitantes son los dueños y el otro 30% viven en arriendo.

Sus características físicas y socioeconómicas lo ubican en el estrato tres, contando con los servicios de agua, alcantarillado y energía; el 100% de las viviendas tiene conexión a gas natural; la recolección de las basuras se hace los días martes, jueves y sábado; el estado de las vías es óptimo dado que todas las están pavimentadas, disponiendo de varias vías de acceso.

Con relación al medio ambiente, este en ocasiones se ve afectado por la disposición de las basuras en dos de las esquinas del barrio, porque las calles son tan angostas que no puede transitar por allí el camión recolector y las personas que se dedican al reciclaje rompen las bolsas y dispensan su contenido, generando la proliferación de roedores, malos olores y contaminación visual. Como medida de prevención, la junta de acción comunal opto por fijar avisos donde se informa a la comunidad del barrio salinas que la disposición de basuras en horarios y sitios diferentes a los dispuestos para el proceso de recolección, tendrá multas hasta de cinco salarios mínimos legales vigentes.

Para la recreación y el deporte, la comunidad cuenta con 6 parques pequeños dotados de aparatos para la recreación de los niños del sector, además de una cancha de futbol y un parque grande ubicados en el barrio la florida muy cerca y que es utilizado también por los habitantes del sector del barrio salinas.

Su economía y forma de subsistencia establece en un 30% por los pequeños negocios que

funcionan en locales construidos en las mismas casas, tales como: panaderías, modisterías, peluquerías, lavanderías y tiendas; dentro del sector hacen presencia un almacén de la cadena ÉXITO y un centro comercial llamado Diverplaza que aporta de manera significativa a la ocupación laboral de los habitantes del sector.

## 11. Beneficiarios de la propuesta

### 11.1 Población de muestra

En la comunidad urbana del barrio salinas en la ciudad de Bogotá, se encuentran establecidas un grupo de seis (6) familias con veintiún (21) personas en total que cuentan con las siguientes características poblacionales:

Predomina el tipo familiar nuclear y dos casos donde se da la tipología monoparental por divorcio o separación de los cónyuges, en ambos casos fueron las madres quienes quedaron con la custodia de los hijos.

**Sexo:** 11 mujeres que equivale al 52.38 % de la muestra.

10 hombres que equivale al 47.61 % de la muestra.

**Grupos etarios:**      Infantes: 2  
                                 Niñez media: 1  
                                 Adolescencia: 2

Adultos jóvenes: 7

Adultos mayores: 7

Etapa de la vejez: 2

La procedencia de todos los núcleos familiares participantes, es de origen Bogotana, pero se logró determinar que la procedencia de la pareja (papá y mamá) varía, tenemos en el grupo de muestra personas descendientes de Boyacá, Pacho Cundinamarca, Córdoba y Bogotá.

El nivel de estudio de los participantes va desde la primaria hasta unos pocos casos donde al menos uno de los miembros, sobre todo los hijos adultos mayores, han culminado estudios de postgrado.

Las familias que hacen parte de la muestra representativa de la población, pertenecen al estrato tres, es decir que sus habitantes tienen una capacidad de consumo media-alta que les permite en ocasiones realizar inversiones en artículos que no son de primera necesidad, por ejemplo, tener carro y viajar a destinos nacionales al menos una vez al año; su soporte económico se basa en la entrada de dinero provenientes de pensiones, pequeños negocios familiares y ocupación laboral de uno o más miembros de la familia, donde los gastos comunes son compartidos.

No se puede determinar la prevalencia de una cultura con costumbres definidas e iguales en todos los hogares, más bien se puede hablar de una integración de culturas tales como la pacífica, la santandereana, la paisa y la bogotana entre muchas otras, porque al estar asentado

en una zona rural dentro de la capital, recibe distintas influencias culturales.

Una de las características predominantes en relación a las condiciones de crecimiento poblacional de la comunidad del barrio Salinas, es que es en parte una cuestión difícil de determinar, dado que un gran porcentaje de las familias que lo habitan, son población flotante, es decir que viven en arriendo y se trasladan constantemente.

### **11.2 Beneficiarios indirectos**

Con la puesta en marcha de la propuesta de acompañamiento, dirigida a las familias del barrio Salinas, se beneficiaran de manera indirecta, en primer lugar las instituciones educativas del sector, porque podrán participar en la promoción de los beneficios que tiene la comunicación asertiva en los hogares, las empresas porque se reduce el ausentismo como consecuencia de los conflictos intrafamiliares, la alcaldía de Engativá por que contara con herramientas que le permitan poner en marcha las políticas públicas para la familia.

Población total de la zona a atender: 2100 personas que viven en al barrio Salinas, con la posibilidad de extender los beneficios a otras familias de los barrios vecinos del sector de Engativá.

## **12. Objetivo general**



Aumentar la comunicación asertiva mediante la capacitación en buenas prácticas comunicativas para mejorar las relaciones intrafamiliares, en un periodo de tres meses, aplicado a seis familias de la comunidad del barrio salinas en la ciudad de Bogotá.

### **13. Objetivos específicos**

- Evidenciar las características sociodemográficas de cada una de las seis familias que participan en la investigación, a través de la observación no participante y el diligenciamiento de un formato con la información de cada uno de sus miembros; para obtener información relevante para la implementación de otras técnicas de indagación.
- Determinar las problemáticas que más se presentan dentro de las familias objeto de estudio, mediante la aplicación de la técnica del árbol de problemas con la participación del representante de cada familia, para escoger entre todos, un problema común.
- Definir el objetivo principal y objetivos específicos, mediante la aplicación del árbol de objetivos, para trazar metas claras en el desarrollo de una propuesta de acompañamiento.
- Considerar las debilidades, resistencias y amenazas de las familias participantes, con la aplicación de la técnica DRAFPO, para tener información relevante a la hora establecer posibles soluciones.
- Organizar la información obtenida, en un marco lógico de la investigación, para emitir un diagnóstico.

- Diseñar una propuesta de acompañamiento, con la información recolectada, para dar solución a la problemática que viven actualmente las seis familias que participan en la investigación acción.
- Diseñar y aplicar unas actividades dirigidas a cada uno de los miembros de cada familia, mediante la aplicación de varias técnicas, para el aumento de la inteligencia emocional.
- Evaluar el grado de inteligencia emocional de cada uno de los miembros de la familia, mediante la aplicación de un cuestionario, para que la persona realice un proceso de autoconocimiento.
- Establecer el grado de conciencia emocional de cada uno de los integrantes de la familia, mediante la aplicación de un Test, para que el individuo reconozca sus emociones y/o sentimientos y saber ¿que los causa y por qué?
- Medir la capacidad del individuo para identificar sentimientos en las otras personas, mediante el desarrollo de un juego, para proyectar su capacidad de aumentar su inteligencia interpersonal.
- Determinar de qué manera el sujeto expresa sus emociones, con el desarrollo de un cuestionario, para que pueda diferenciar cómo responde a ellas y como debería hacerlo correctamente según sea el caso.
- Diagnosticar si el sujeto reconoce las emociones de los demás, mediante el desarrollo de un juego, para establecer pautas para el desarrollo de la empatía.
- Diseñar y aplicar unas actividades, mediante juegos, para desarrollar estilos de comunicación asertiva.
- Reconocer la importancia que tienen cada miembro del núcleo familiar, a través del

desarrollo de una actividad de reconocimiento, para abrir los canales de comunicación y como preparación para las demás actividades.

- Reconocer que tanto se conoce la familia, con la aplicación de un juego de máscaras, para interpretar los estados de ánimo, sentimientos y emociones de cada miembro de la familia con solo observar su lenguaje corporal.
- Diagnosticar en qué grado el grupo familiar trabaja en equipo, mediante el desarrollo de un juego donde intervienen factores como la concentración, la integración, la comunicación y la escucha asertiva, para aumentar las habilidades para trabajar en equipo, si es el caso.
- Diagnosticar el grado de empatía que siente la familia por sus pares, mediante la aplicación de un ejercicio de reflexión, para evaluar la capacidad de reconocer los sentimientos y emociones de los demás.
- Entrenar al grupo familiar en pautas y formas ideales para lograr la comunicación asertiva, con el desarrollo de un juego, para aumentar las habilidades de escucha y diálogo asertivo.

Tabla 1

*Matriz de planificación adicionando los supuestos*

Descripción	Indicador	Fuentes de Verificación	Supuestos
<b>Finalidad:</b>	NA	NA	Las familias del barrio salinas, han manifestado un gran interés por las actividades que se van a realizar.
Mejoramiento de la comunicación entre los miembros de las familias del barrio Salinas			
<b>Objetivo:</b> Se diseña una propuesta de acompañamiento a las familias del barrio Salinas, para el desarrollo de habilidades para la comunicación asertiva	A los 3 meses de haber iniciado el proyecto, entre un 80% y 90% de las familias de la comunidad del barrio salinas, han desarrollado habilidades para la comunicación asertiva	Registros fotográficos. Fichas de seguimiento Diario de campo Informes y evaluaciones sobre criterios de avance.	El proyecto contribuye a la promoción y aplicación de las políticas públicas para las familias
<b>Meta 1:</b>	A los dos meses de haber iniciado la propuesta, se han logrado 2 reuniones con la comunidad y su líder y el 100% de las familias participantes, han recibido la información pertinente y se han aplicado las técnicas diagnósticas	Cronograma de actividades Instrumento de recolección de información. Registros fotográficos y en video. Formato de aproximación al diagnóstico	El grupo piloto conformado por 6 familia, han manifestado un gran aceptación e interés por las actividades.
<b>Coordinación e indagación en el contexto</b>			
Reconocimiento Entre los beneficiarios directos y el investigador, con el fin de dar inicio al acompañamiento			
<b>Meta 2:</b>	A los 3 meses de haberse iniciado la	formato de la presentación de la	Los miembros de las familias son

<p><b>Entrenamiento y reconocimiento.</b></p> <p>Ejecución de la propuesta para el entrenamiento en saberes que promuevan la comunicación asertiva entre las familias</p>	<p>investigación, se logra diseñar una propuesta de acompañamiento para ser ejecutada en sesiones, con el objetivo de ofrecer entrenamiento en el autoreconocimiento y el reconocimiento, favoreciendo la empatía y la comunicación en el 100% de las familias participantes.</p>	<p>propuesta de acompañamiento a las familias de la comunidad del barrio salinas</p>	<p>receptivos e internalizan los conceptos y saberes desarrollados en los talleres</p>
<p><b>Meta 3: Seguimiento y evaluación dentro del contexto familiar</b></p> <p>Seguimiento y evaluación del hacer en el contexto familiar, mediante la implementación de evaluaciones periódicas que permitan conocer en qué cantidad han disminuido los conflictos familiares gracias a las nuevas pautas de comunicación</p>	<p>Entrega de informe al líder comunitario, sobre el seguimiento, avances y retroalimentación de los resultados obtenidos del 100% de las familias</p>	<p>Interpretación de resultados.  Actas  Informe final  Listados de asistencia</p>	<p>La propuesta de acompañamiento se vuelve un proyecto para ser ejecutado en todas las familias de la comunidad.</p>

**Actividades M1:**

- Acercamiento a la comunidad y primer contacto con el líder
- Creación y aplicación de un instrumento de recolección de información sobre los descriptores de la comunidad.
- Reconocimiento del grupo con el que se aplicara la propuesta de acompañamiento
- Acercamiento a las familias a cada una de las seis familias de la comunidad el barrio salinas, que participan en el proceso de investigación -acción.
- Visita domiciliaria a las familias para conocer información sociodemográfica.
- Aplicación participativa de técnicas diagnósticas con el fin de recolectar información.
- Interpretación de los datos (diagnóstico)
- Elaboración de un informe de indagación el contexto

La comunidad del barrio salinas permite la investigación.

**Actividades M2:**

- Socialización de la propuesta de acompañamiento.
- Ejercicios de autoconocimiento dirigido a cada uno de los integrantes de cada familia participante.
- Toma de Conciencia emocional como habilidad para reconocer las propias emociones y sentimiento por sí mismo.
- Reconocimiento de las emociones de los demás a través de la identificación de sentimientos.
- Reconocimiento de las reacciones ante las emociones propias.
- Reconocimiento de los niveles de empatía para con los demás miembros del núcleo familiar.
- Sensibilización acerca de la importancia que tiene cada uno de los miembros del núcleo familiar.
- Reconocimiento e interpretación correcta de las expresiones corporales del otro.
- Trabajo en equipo para mejorar la comunicación en familia.
- Aumento de la empatía
- Estimulación de habilidades para la comunicación asertiva.
- Recolección de datos e interpretación
- Evaluación de los avances del proyecto

Las familias aceptan la invitación a la realización de las actividades y participan de forma activa en el desarrollo de las mismas.

**Actividades M3:**

- Análisis e interpretación de la información resultante de la realización de las actividades.
- Elaboración de informe
- Socialización de los resultados
- Entrega del informe final
- Consolidación de la propuesta de acompañamiento, a las seis familias de la comunidad del barrio salinas de la ciudad de Bogotá

La propuesta de acompañamiento dirigido a las familias, se convierte en un proyecto.

---

## **14. Factibilidad**

### **14.1 Administrativa**

Los responsables de llevar a cabo la propuesta de acompañamiento a las familias de la comunidad del barrio salinas serán:

**La alcaldía local de Engativá**, quien será garante en la consecución de los recursos necesario que permitan la aplicación de la propuesta de acompañamiento a las familias de la comunidad del barrio salinas, en concordancia con las políticas públicas para las familias colombianas; apoyados en las universidades públicas para que los estudiantes de psicología y trabajo social, puedan realizar bajo esta propuesta, sus prácticas profesionales.

La distribución del trabajo con las familias, la realizará el personal de la alcaldía de Engativá que se encuentra a cargo de los temas relacionados con el desarrollo y humano y familia.

## **14.2 Técnica**

Para la implementación de la propuesta, será necesario contar con un espacio físico para las reuniones, que se encuentre equipado con mínimo un computador y acceso a internet.

Se debe contar con la provisión de artículos de papelería, tales como marcadores, cartulinas, formatos y demás que sean necesarios para el desarrollo de las actividades. El líder seleccionado por la alcaldía local de Engativá, debe contar con la experiencia necesaria en trabajo con comunidades y familia

En ese orden de ideas los psicólogos y trabajadores sociales de las universidades, que tomen esta propuesta para la realización de sus prácticas profesionales, deben contar con los conocimientos necesarios en intervención psicosocial en la familia e intervención psicosocial en la comunidad.

Los convenios de escenarios de prácticas, serán gestionados por las personas de la Alcaldía local de Engativá, que tengan a cargo la implementación de programas y proyectos dirigidos a las familias de la localidad.

## **14.3 Económica**

Para la implementación de la propuesta, es posible contar con el espacio físico y dotado de equipo de cómputo, en las instalaciones de la alcaldía local de Engativá.



El recurso humano necesario para la puesta en marcha de la propuesta, deberá ser gestionado por parte de la alcaldía local de Engativá, en las universidades de la ciudad de Bogotá

#### 14.4 Social y de género

La disminución de los conflictos intrafamiliares, es el primer y más importante beneficio que obtendrá la comunidad con la puesta en marcha de la propuesta de acompañamiento.

En las familias del barrio salinas, se puede observar una presencia considerable de población de mujeres, hombres, niños, adolescentes, y adultos mayores, que garantizan la participación igualitaria de todos y cada uno de ellos en las actividades diseñadas en la propuesta de acompañamiento.

Tabla 2

*Cuadro resumen de actividades, resultados e indicadores*

Actividad	Medios	Competencias	Indicador de logro
<b>M1 – A1</b> Acercamiento a la comunidad y primer contacto con el líder	Consentimientos informados	Comunicativas Comunicativas Socio-afectivas	Las familias de la comunidad se demuestran muy receptivas ante la oportunidad de participar en
<b>M1 – A2</b> Creación y aplicación de instrumento de recolección de información sobre	Instrumento descriptor de la comunidad	Investigativa Interpretativa	Reconocer la como vive la comunidad

los descriptores de la comunidad.

<b>M1 – A3</b>	Conocimiento e cada familia y de los miembros que la conforman. Entrevista cerrada	Investigativas Propositiva Valorativa Argumentativa	Obtención de la información de cada uno de los miembros de las familias que participan en la investigación-acción.
Reconocimiento del grupo con el que se aplicara la propuesta de acompañamiento			
<b>M1 – A4</b>	Dinámica participativa de presentación.	Investigativas Participativa Resolutiva	La información se obtiene mediante la participación de la comunidad en el desarrollo de las técnicas de investigación – acción.
Acercamiento a las familias a cada una de las seis familias de la comunidad el barrio salinas, que participan en el proceso de investigación - acción.			
<b>M1 – A5</b>	Formato de características sociodemográfica	Interpretativas Argumentativas Comunicativas	Información acerca de las características de cada uno de los miembros de las familias.
Visita domiciliaria a las familias para conocer información sociodemográfica.			
<b>M1- A6</b>	Formato de aproximación al diagnóstico	Investigativas Interpretativas Resolutivas Participativa Valorativas	Identificación de problemáticas y sus posibles soluciones.
Aplicación participativa de técnicas diagnósticas con el fin de recolectar información.			
<b>M1 – A7</b>	Diagnóstico social participativo	Argumentativas	se priorizan problemáticas que suceden en el núcleo familiar.
Interpretación de los datos (diagnóstico)			
<b>M1 – A8</b>	Informe parcial	Argumentativas	Se tiene sobre las necesidades que tienen las familias de la comunidad.
Elaboración de un informe de			

indagación en el contexto			
<b>M2 – A1</b>	Formato de presentación de la propuesta de acompañamiento	Declarativas Propositivas Valorativas Comunicativas	se realizan los ajustes pertinentes.
Socialización de la propuesta de acompañamiento			
<b>M2 – A2</b>	Test te de autoconocimiento	Socio – afectivas Cognitivas Propositivas	Uno por uno los miembros de cada familia realizan un ejercicio de autoreconocimiento
Ejercicios de autoconocimiento dirigido a cada uno de los integrantes de cada familia participantes.			
<b>M2 – A3</b>	Cuestionario de conciencia emocional	Cognitivas Propositivas Socio afectivas	Desarrollo de la conciencia emocional para reconocer sus propias emociones y sentimientos
Toma de Conciencia emocional como habilidad para reconocer las propias emociones y sentimiento por sí mismo			
<b>M2 – A4</b>	Dinámica. Identificando sentimientos	Cognitivas Propositivas Valorativas Socio – afectivas	El sujeto está en la capacidad e reconocer las emociones de los demás.
Reconocimiento de las emociones de los demás a través de la identificación de sentimientos.			
<b>M2 – A5</b>	Cuestionario: como expreso mis emociones	Cognitivas Valorativas Comunicativas Propositivas	El individuo tiene la oportunidad e autoevaluar de qué manera expresa sus emociones
Reconocimiento de las reacciones ante las emociones propias.			

<p><b>M2 – A6</b></p> <p>Reconocimiento de los niveles de empatía para con los demás miembros del núcleo familiar.</p>	<p>Dinámica: juego de roles “ponerse en los zapatos del otro”</p>	<p>Valorativas Socio – afectivas Propositivas</p>	<p>El individuo toma conciencia acerca la importancia de la empatía dentro del núcleo familiar.</p>
<p><b>M2 – A7</b></p> <p>Sensibilización acerca de la importancia que tiene cada uno de los miembros del núcleo familiar.</p>	<p>Actividad: reconocerse en el otro</p>	<p>Socio – afectivas Cognitivas Valorativas Perceptivas</p>	<p>La familia como unidad receptiva, tiene la capacidad de expresar la importancia de cada uno de los miembros de la familia.</p>
<p><b>M2 – A8</b></p> <p>Reconocimiento e interpretación correcta de las expresiones corporales del otro.</p>	<p>Dinámica: juego de máscaras (expresión corporal)</p>	<p>Socio afectivas Propositivas Argumentativas</p>	<p>La familia tiene la posibilidad de expresar y reconocer emociones a través de la expresión corporal.</p>
<p><b>M2 – A9</b></p> <p>Trabajo en equipo para mejorar la comunicación en familia.</p>	<p>Actividad: trabajar en equipo</p>	<p>Comunicativas Perceptivas Cognitivas</p>	<p>Fomentar el trabajo en equipo dentro del núcleo familiar, para incrementar la buena comunicación.</p>
<p><b>M2 – 10</b></p> <p>Aumento de la empatía</p>	<p>Actividad. Empatía</p>	<p>Socio afectivas Comunicativas Resolutivas</p>	<p>El grupo familiar identifican una situación con el fin de promover cambios en la forma de verse reflejado en cada uno de los miembros de la familia.</p>
<p><b>M2 – A11</b></p> <p>Estimulación de habilidades para la</p>	<p>Dinámica: juego de comunicación asertiva</p>	<p>Socio afectivas Comunicativas Receptivas Cognitivas</p>	<p>La familia en conjunto debate y aprende sobre la forma correcta de</p>




comunicación asertiva.			expresar emociones, en base al respeto y a la comprensión.
<b>M2 – A12</b>	Sistematización de la información recolectada	Comunicativa Articuladora Interpretativa Valorativa	Se realiza un análisis minucioso de la información recolectada
Recolección de datos e interpretación			
<b>M2 - 13</b>	Soportes de las actividades realizadas	Valorativa Argumentativa Integradora Comunicativa	Se ajustan los detalles y se optimiza todo el proceso
Evaluación de los avances del proyecto			
<b>M3 – A1</b>	Organización, tabulación y análisis de la información recolectada	Evaluativo Cognitivo Valorativo Argumentativo	El investigador elabora un documento sobre la ejecución y la evaluación del proceso llevado a cabo.
Análisis e interpretación de la información resultante de la realización de las actividades.			
<b>M3 – A2</b>	Informe por escrito de evaluación y seguimiento	Argumentativas Valorativas Interpretativas Propositivas Evolutivas	El investigador elabora un informe acerca de los resultados obtenidos en el proceso.
Elaboración de informe			
<b>M3 – A3</b>	Presentación en PREZI de la información sobre la ejecución de la propuesta de acompañamiento al grupo de 6 familias de la comunidad del barrio salinas en la ciudad e Bogotá.	Argumentativa Propositivas Interpretativas Comunicativas Valorativas	El investigador les muestra a las familias cuáles son los resultados obtenidos, en cada una de las actividades realizadas.
Socialización de los resultados obtenidos.			
<b>M3 – A4</b>	Elaboración y entrega de un informe final a líder comunitario.	Comunicativas Argumentativas Interpretativas Gestión	El psicólogo investigador, presentará los avances de la propuesta de acompañamiento.
Entrega de un informe final			
<b>M3 – A5</b>	Se acuerda con el	Comunicativas	El psicólogo y el

Consolidación de la propuesta de acompañamiento, que puede ser replicado a todas las familias de la comunidad y también a los barrios vecinos.	líder comunitario, plantearle a la alcaldía local de Engativá, aplicar esta propuesta a toda la población de la localidad.	Propositivas Argumentativas Gestión	líder comunitario se comprometen a desarrollar una propuesta formal, para ser radicada en la alcaldía local de la localidad de Engativá.
--	--	---	--

Tabla 3

*Cronograma de actividades*

Actividades	Tiempo																Responsables
	MES				MES				MES				MES				
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Acercamiento a la comunidad y primer contacto con el líder	[Gantt chart bars]																<b>Investigador</b>
Creación y aplicación de instrumento de recolección de información sobre los descriptores de la comunidad.																	<b>Investigador</b>
Reconocimiento del grupo con el que se aplicara la propuesta de acompañamiento																	<b>Investigador</b>
Acercamiento a las familias a cada una de las seis familias de la comunidad el barrio salinas, que participan en el proceso de investigación -acción.																	<b>Investigador</b>

<p>Visita domiciliaria a las familias para conocer información sociodemográfica.</p>		<p><b>Investigador</b></p>	
<p>Aplicación participativa de técnicas diagnósticas con el fin de recolectar información.</p>			<p><b>Investigador</b></p>
<p>Interpretación de los datos (diagnostico)</p>			<p><b>Investigador</b></p>
<p>Elaboración de un informe de indagación en el contexto</p>			<p><b>Investigador</b></p>
<p>Socialización de la propuesta de acompañamiento Ejercicios de autoconocimiento dirigido a cada uno de los integrantes de cada familia participantes.</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		
<p>Toma de Conciencia emocional como habilidad para reconocer las propias emociones y sentimiento por sí mismo</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		
<p>Reconocimiento de las emociones de los demás a través de la identificación de sentimientos.</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		
<p>Reconocimiento de las reacciones ante las emociones propias.</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		
<p>Reconocimiento de los niveles de empatía para con los demás miembros del núcleo familiar.</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		
<p>Sensibilización acerca de la importancia que tiene cada uno de los miembros del núcleo familiar.</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		
<p>Reconocimiento e interpretación correcta de</p>	<p><b>Psicólogo</b></p>		

las expresiones corporales del otro.		
Trabajo en equipo para mejorar la comunicación en familia.		<b>Psicólogo</b>
Aumento de la empatía		<b>Psicólogo</b>
Estimulación de habilidades para la comunicación asertiva.		<b>Psicólogo</b>
Recolección de datos e interpretación		<b>Psicólogo</b>
Evaluación de los avances del proyecto		<b>Psicólogo</b>
Análisis e interpretación de la información resultante de la realización de las actividades.		<b>Psicólogo</b>
Elaboración de informe		<b>Investigador – Psicólogo</b>
Socialización de los resultados obtenidos.		<b>Investigador – Psicólogo</b>
Entrega de un informe final		<b>Investigador – Psicólogo</b>
Consolidación de la propuesta de acompañamiento, que puede ser replicado a todas las familias de la comunidad y también a los barrios vecinos.		<b>Investigador – Psicólogo – Alcaldía local de Engativá</b>

Tabla 4 Presupuesto

Ítem	Cantidad	Valor Unitario	Unidad De tiempo	Aporte comunidad	Aporte entidades (Alcaldía local de Engativá)	Aporte de terceros	Valor total
<b>RECURSOS HUMANOS</b>							
Psicólogo investigador	1	\$ 5.400.000	96 horas	0	\$ 5.400.000	0	\$ 5.400.000
		(1800000 por mes)	(8 horas del lunes a viernes por 3 meses)				
<b>Subtotal</b>	<b>7</b>	<b>\$ 5.400.000</b>	<b>96 horas</b>	<b>0</b>	<b>\$ 5.4000</b>	<b>0</b>	<b>\$ 5.400.000</b>
<b>EQUIPOS</b>							
Fungibles							
(Materiales)							
Papelera (resmas de papel)	2	\$19.900		0	\$19.800	0	\$ 19.800
Tablero acrílico	3	\$ 75.000		0	\$75.000	0	\$ 75.000



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

pequeño

Marcadores	12	\$30.000	0	\$30.000	0	\$ 30.000
Lapiceros	12	\$20.000	0	\$20.000	0	\$ 20.000
Lápices	12	\$12.000	0	\$12.000	0	\$ 12.000
Borradores	12	\$3.600	0	\$3.600	0	\$ 3.600
Sacapuntas	12	\$ 6.000	0	\$ 6.000	0	\$ 6.000
No fungibles						
(Equipos)						
Computador	1	\$ 2.800.000	0	\$ 2.800.000	0	\$ 2.800.000
<b>Subtotal</b>	<b>66</b>	<b>\$2.967.000</b>	<b>0</b>	<b>\$ 2.967.000</b>	<b>0</b>	<b>\$2.967.000</b>

### IMPREVISTOS

5%

<b>TOTAL</b>	<b>73</b>	<b>\$ 8.367.000</b>	<b>96 horas</b>	<b>0</b>	<b>\$ 8.367.000</b>	<b>0</b>	<b>\$ 8.367.000</b>
--------------	-----------	---------------------	-----------------	----------	---------------------	----------	---------------------



**15. Responsable de la propuesta**

Nombre: Jhon Alexander Ardila Maldonado

Dirección: Calle 71c No 91ª-97 Barrio: Zarzamora

Municipio: Bogotá

Teléfono/s: 3185549911

Duración de la propuesta: 3 meses

Firma:



## 16. Conclusiones

La aplicación de las técnicas participativas en la comunidad, contribuyen a afianzar los lazos entre el profesional que está llevando a cabo la investigación-acción y los miembros de las familias participantes, quienes a medida que ahondan más en los procesos y las actividades que se desarrollan, tienen más interés por conocer acerca de las problemáticas que se presentan en su núcleo familiar y como estas desmejoran su calidad de vida.

Entre las problemáticas más significativas y que necesitan una urgente intervención por parte de las autoridades del estado colombiano y que deben ser incluidas en las políticas públicas para las familias, sobresale La baja comunicación asertiva como consecuencia de muchos factores que afectan las dinámicas familiares y que conllevan en muchas ocasiones a la desintegración familiar.

La finalidad de esta propuesta de acompañamiento es que las familias de la comunidad del barrio Salinas aprendan a reconocer sus problemáticas y a gestionar sus propias soluciones, el psicólogo es apenas un facilitador de herramientas diagnósticas y ofrece su acompañamiento, permitiendo a todos los interesados ser parte activa y constructor de las estrategias que los llevaran a conseguir sus objetivos propuestos.

## 17. Bibliografía

Consuegra, N. (2010). Diccionario de Psicología. 2ª edición, Bogotá: Ecoe Ediciones.

Klerk – Weyer R; Le Roux R. (2012). Inteligencia Emocional. Bogotá: Panamericana Editorial.

Constitución política de Colombia. Disponible en el link:

<http://www.constitucioncolombia.com/titulo-2/capitulo-2/articulo-42>

Crespo J. (2011). Bases para construir una comunicación positiva en familia. Universidad de Santiago de Compostela. Disponible en la URL:

<http://reined.webs.uvigo.es/ojs/index.php/reined/article/viewFile/292/148>. Consultado el 18/07/2017.

Departamento Nacional de Planeación. (2015). Tipologías de Familias en Colombia: Evolución 1993 – 2014 Documento de Trabajo No. 2016-Disponible en la URL:

[https://observatoriodefamilia.dnp.gov.co/Portals/0/Tipologias%20evolucion\\_dic3%20\(2\).pdf](https://observatoriodefamilia.dnp.gov.co/Portals/0/Tipologias%20evolucion_dic3%20(2).pdf). Consultado el 2/07/2017.

Gaeta, L; Galvanovskis, A. asertividad: un análisis teórico-empírico Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 14, núm. 2, julio-diciembre, 2009, pp. 403-425 Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México. Disponible en la URL: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29211992013>. Consultado el 02/07/2017

Macías, M; Amar J; Jiménez M. (2005). Dinámica de las familias de menores con

problemas psicosociales: el caso del menor infractor y la menor explotada sexualmente

*Print versión* ISSN 1692-715X. Disponible en la URL:

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2005000200006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2005000200006).

Consultado el 02/07/2017.

Política pública para las familias de Bogotá 2011-2025, disponible en la URL:

<http://www.sdp.gov.co/portal/page/portal/PortalSDP/SeguimientoPoliticasyPoliticasyPobla%20cizacionales/Familias/Observatorio/1210-3FO4EstructuraP2-V01-01062015.pdf>. Consultado el

18/07/2017.

Velilla R. (2003). Ocho problemas en la (in)comunicación humana. Disponible en la URL:

[https://www.santelmo.org//revista/n9/R\\_Velilla.pdf](https://www.santelmo.org//revista/n9/R_Velilla.pdf)

18. Anexos

Anexo A. Formato aproximación al diagnóstico de la comunidad

Análisis de la situación: aplicación del árbol de problemas



**Sistematización del árbol de problemas**

<b>CUADRO DE CATEGORIAS DE ANÁLISIS Y RELACIONES DE CAUSALIDAD</b>		
<b>CAUSAS</b>	<b>EFECTOS</b>	<b>CONSECUENCIAS</b>
Falta de atención al contenido y formas de expresión en la comunicación de los miembros de la familia.	Bajo nivel de comunicación asertiva entre los miembros del núcleo familiar	La mala comunicación pasa de los padres a los hijos y así sucesivamente
Falta de tolerancia entre los miembros de la familia		Conflictos familiares
Miedo a expresarse por posibles represarías de uno o todos los demás		Desintegración del nucleo familiar
El individualismo		Tomar malas decisiones que afectan a todo el sistema familiar.

*Tabla 1. Sistematización del árbol de problemas*

➤ **Por qué:** Las familias que hacen parte de la comunidad del barrio salinas, manifiestan que en ocasiones viven situaciones de conflicto familiar, debido a que no prestan atención a como se comunican entre ellos, no le dan mucha importancia a los factores que subyacen en las formas de interacción, es muy común según sus apreciaciones que se dé la imposición, el dar órdenes, no tener en cuenta las opiniones del otro, juzgar la actuaciones de los demás miembros de la familia, sin detenerse a pensar que de esa manera la persona quiere comunicar algo

**Qué:** Programa de capacitación para adquirir pautas que permitan una comunicación asertiva dentro del núcleo familiar.

➤ **Ámbito:**

- **Población meta:** 6 familias de la comunidad del barrio salinas, ubicado en la ciudad de Bogotá, localidad de Engativá.

- **Cobertura:** Comunidad del barrio salinas.
- **Tiempo:** 3 meses

### Análisis de involucrados

#### ➤ **Actores:**

- **Ejecutores:** Junta de acción comunal, ministerio de la protección social, el ICBF (tiene presencia en la comunidad), las autoridades eclesiásticas, las instituciones educativas (que tiene presencia en los alrededores del barrio).
  - **Beneficiarios:** familias de la comunidad del barrio salinas, y todos las personas e instituciones que hacen parte de la comunidad.
  - **Afectados:** ningún miembro de la comunidad saldría afectado con la implementación del programa
- **Recursos:** provenientes a de la alcaldía de la localidad de Engativá a donde pertenece la comunidad del barrio Salinas.

### • **Caracterización de la población afectada**

En la comunidad urbana del barrio salinas en la ciudad de Bogotá, se encuentran establecidas un grupo de 6 familias con 21 personas en total que cuentan con las siguientes características poblacionales:

**Sexo:** 11 mujeres que equivale al 52.38 % de la muestra.

10 hombres que equivale al 47.61 % de la muestra.

**Grupos etarios:** Infantes: 2

Niñez media: 1

Adolescencia: 2

Adultos jóvenes: 7

Adultos mayores: 7

Etapas de la vejez: 2

**Condiciones socioeconómicas:** Las familias que hacen parte de la muestra representativa de la población, pertenecen al estrato tres, en los que su soporte económico se basa en la entrada de dinero provenientes de pensiones, pequeños negocios familiares y ocupación laboral de uno o más miembros de la familia, donde los gastos comunes son compartidos (pago de servicios públicos, alimentación y manutención de los infantes).

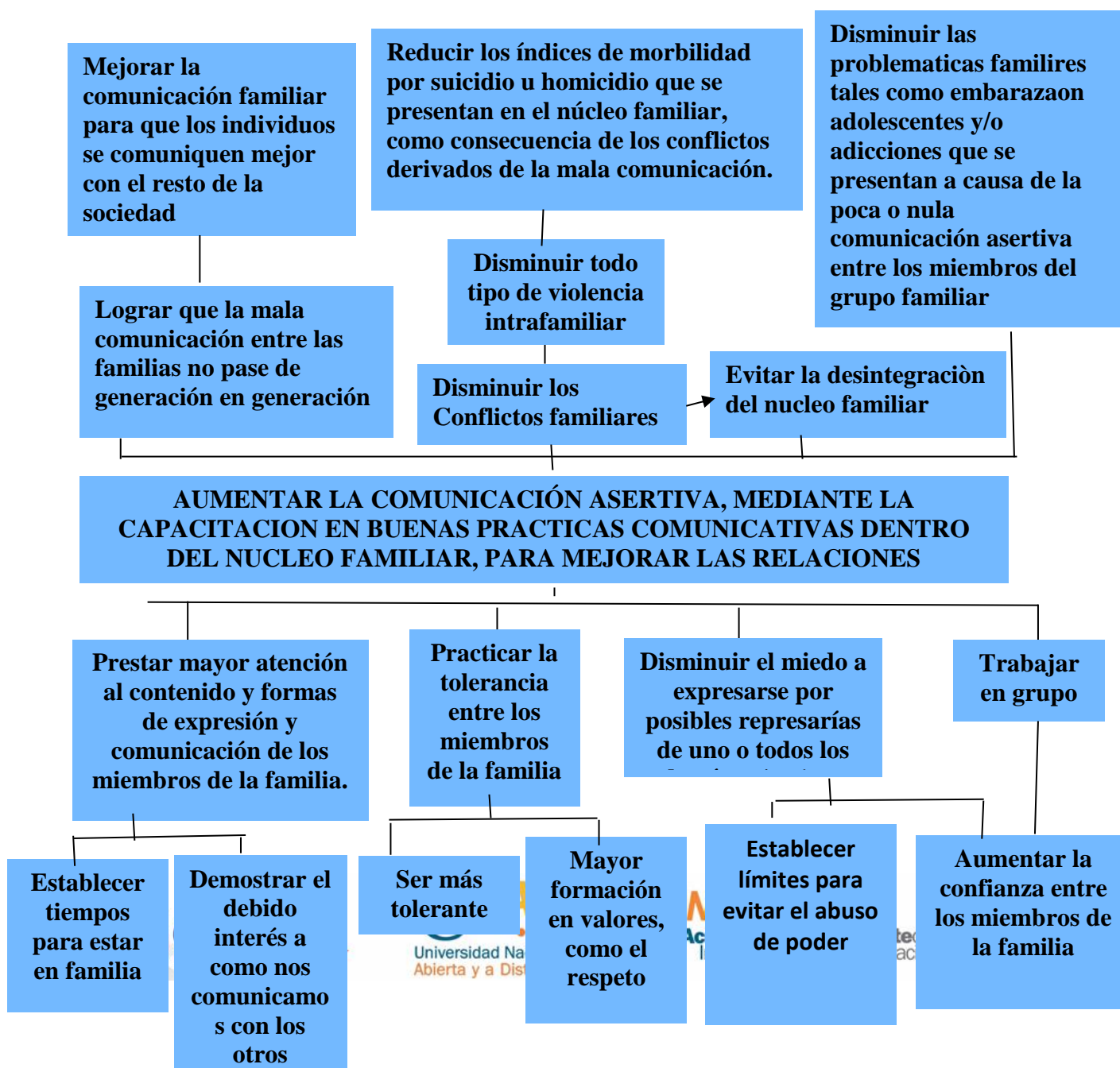
### **Análisis de Alternativas**

Criterios existen para analizar las alternativas de solución:

- Beneficios:** Una mejor comunicación conlleva al mejoramiento de las relaciones entre los miembros del grupo familiar y la construcción de proyectos en conjunto que permitan el mejoramiento de la calidad de vida de todo el núcleo.
  
- Recursos**
  - Físicos: El salón de la junta de acción comunal
  - Económicos: El programa estará financiado por la alcaldía de la localidad de Engativá.
  - Humanos: Las entidades del estado tales como la alcaldía local de Engativá y el ministerio de la protección social, aportara con el desarrollo de las actividades que permitan solucionar la problemática reconocida y por ende contribuir con la mitigación de otros problemas sociales que puedan derivarse de este.
  
- Costos:** El desarrollo del programa no tendrá ningún costo para las familias de la comunidad del barrio Salinas, el gasto será asumido por la alcaldía local, en consonancia con la implementación de las políticas públicas dirigidas al ámbito familiar, y una vez se demuestre las repercusiones positivas, existe la posibilidad de implementación en muchas de las comunidades de la ciudad de Bogotá.

- ☑ **Limitaciones:** Principalmente el tiempo que puedan destinar las familias para asistir a las actividades.
- ☑ **Interés de la comunidad:** La comunidad de barrio salinas, de la mano de sus líderes comunitarios, manifiesta el interés por la implementación de programas dirigidos a la familia, que les permita recocer la problemática y trabajar en conjunto por la solución.

**Análisis de objetivos: árbol de objetivos**



**Técnica DRAFPO**

<b>Más internas</b>	<b>ELEMENTOS</b>	<b>ACCIONES</b>
<b>Bajo nuestro control</b>	<b>DEBILIDADES</b>	<b>CÓMO CORREGIRLAS/ COMPENSARLAS</b>
	Resistencia al cambio. Conflictos no resueltos. Predomina el individualismo. No sabe cómo cambiar de actitud. No reconocer los propios errores. Baja motivación.	Solucionar conflictos familiares. Pensar en colectivo y trabajar en equipo. Aumentar la motivación. Reconocer y trabajar sobre los propios errores de comunicación con los demás miembros de la familia.
<b>Alianzas para influir</b>	<b>RESISTENCIAS</b>	<b>CÓMO CORREGIRLAS</b>
	Desconfianza en el proceso de cambio. Miedo a la intromisión de terceros en la vida familiar. Excusas para no realizar las actividades propuestas.  Creencias de que se tiene la familia perfecta.	Eliminar prejuicios acerca de la ayuda que un profesional le puede brindar. Permitir que otros valoren y evalúen las dinámicas familiares. Darle la importancia que se merece la comunicación entre los miembros de la familia. Reconocer que no existe la perfección dentro de las dinámicas familiares.
<b>Fuera de control</b>	<b>AMENAZAS</b>	<b>CÓMO AFRONTARLAS</b>
	Creencias ideológicas y/o religiosas. Las pautas erradas que no permiten una buena comunicación dentro del núcleo familiar. La falta de espacios para el dialogo y el tratamiento de estos temas. Las influencias negativas. Las demandas laborales. La falta de tiempo para compartir en familia. Las tecnologías (whatsapp, Facebook, twitter, video juegos)	Con demostraciones Modificando las que no están dando el resultado esperado. Fomentando estos espacios de interacción. Estableciendo límites. División correcta y acertada del tiempo libre. Sacar tiempo para compartir en familia Establecer límites y horarios para el uso de la tecnología dentro del hogar
<b>Más externas</b>		

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

54

ELEMENTOS	ACCIONES	En presencia
<b>FORTALEZAS</b>	<b>COMO MANTENERLAS</b>	<b>Reflexión</b>
El amor por la familia. La unión familiar. Capacidad de trabajo en equipo Lazos familiares	Cultivando y fomentando los valores tales como el respeto. Estableciendo metas y proyectos en común. Fortaleciendo las redes de apoyo familiar.	
<b>POTENCIALIDADES</b>	<b>COMO DESARROLLARLAS</b>	<b>Negociación – Antagonismo</b>
Reconocerse en el otro. Desarrollar la inteligencia emocional. La capacidad de comunicarse asertivamente.	Reconocer las propias emociones y la de los demás miembros de la familia. Desarrollar actividades de comunicación asertiva y ponerlas en práctica.	
<b>OPORTUNIDADES</b>	<b>COMO APROVECHARLAS</b>	<b>Juegos de estrategia</b>
Reconocer las fallas que se presentan a la hora de comunicarse en familia. De participación en las técnicas de mejoramiento de la comunicación familiar	Permitiendo que una persona profesional y externa a la familia, evalúe y diagnostique las falencias que en el tema de la comunicación se tienen. Desarrollar actividades de comunicación asertiva y ponerlas en práctica. Participando activamente.	
		<b>En potencia</b>

*Tabla No 2. Técnica DRAFPO*