

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades

Programa de Psicología

**INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS
HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE LA CIUDAD DE IBAGUÉ**

FORMATO INFORME FINAL

Presentado por:

HEFZIBA RANGEL GUARIN

Código: 1.122.808.893

Zona Sur-CEAD Ibagué

2013

**INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS
HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE LA CIUDAD DE IBAGUÉ**

HEFZIBA RANGEL GUARIN

Código: 1.122.808.893

Presentado a La Dra. ANDREA ARENAS

Asesora de Experiencia Profesional Dirigida

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

ZONA SUR-CEAD IBAGUÉ

2013

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA
ESCUELA DE CIENCIA SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE PSICOLOGIA
ZONA SUR-CEAD IBAGUÉ

Escuela: Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades

Tipo de práctica: Experiencia Profesional Dirigida

Fecha de iniciación: 19 de Febrero de 2013

Lugar de la práctica: Institución Educativa Técnica Ciudad Luz

Dirección: Carrera 3 No 78-37 Sur

Eje de acción del CIAPSC: Escenarios educativos formación de líderes solidarios y comunitarios del mañana

Tipo de Intervención: Educativa

Asesor Externo: Andrea del Pilar Arenas

Asesor Interno: Luz Marina Salazar Porras

Perfil y Cargo: Psicóloga y Coordinadora

Teléfono fijo y celular: 2675790 / 3014007991

Horario: 8:00 - 12:00 m / 2:00 - 6:00 pm

ÍNDICE

	Pág.
1. INTRODUCCION	8
2. OBJETIVO	11
2.1 <i>Objetivo General</i>	11
2.2 <i>Objetivos Específicos</i>	11
3. CONTEXTUALIZACIÓN	12
4. JUSTIFICACIÓN	14
5. DESARROLLO DEL PROBLEMA INTERVENIDO	16
6. MARCO TEÓRICO	22
7. METODOLOGIA	37
8. ACTIVIDADES EJECUTADAS	39
9. RESULTADOS	48
10. DISCUSIÓN	59
11. CONCLUSIONES	62
12. RECOMENDACIONES	64
13. IDENTIFICACION DEL PERFIL PROFESIONAL Y OCUPACIONAL	66
14. REFERENCIAS	67
15. APÉNDICES	69

CONTENIDO DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO A. FORMATO DE ENTREVISTA APLICADA A DIRECTIVOS DOCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE	70
ANEXO B. FORMATO ENTREVISTA APLICADA A DOCENTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE	71
ANEXO C. FORMATO OBSERVACIÓN DIRECTA	72
ANEXO D. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES A LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA	73
ANEXO E. FORMATO ASESORIA PERSONALIZADA A ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA DE CASOS ESPECIFICOS REMITIDOS POR LOS DOCENTES	75
ANEXO F. FORMATO REGISTRO DE ASISTENCIA ASESORIA PSICOLÓGICA DE ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE	76
ANEXO G. FORMATO TALLER ESCUELA PARA PADRES DESARROLLADA CON PADRES DE FAMILIA DE GRADOS PREESCOLAR DELA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE	77
ANEXO H. GUIA DE TALLER INTERVENCION APLICADA A ESTUDIANTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE RESPECTO A LA TEMATICA DE IDENTIFICACIÓN Y MANEJO DE EMOCIONES	79
ANEXO I. GUIA DE TALLER INTERVENCION APLICADA A ESTUDIANTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE RESPECTO A LA TEMATICA DE LA ASERTIVIDAD	81
ANEXO J. GUIA DE TALLER INTERVENCION APLICADA A ESTUDIANTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE RESPECTO A LA TEMATICA DEL AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA	83
ANEXO K. DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS CON ESTUDIANTES DE PRIMARIA	84
ANEXO L. FOLLETO INFORMATIVO ACERCA DE LAS HABILIDADES SOCIALES	86
ANEXO M. EVIDENCIA FOTOGRAFICA DE LAS INTERVENCIONES REALIZADAS CON LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ EN LA CIUDAD DE IBAGUE	87

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo de intervención se realizó con niños, niñas y adolescentes de los grados primero hasta once de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz en la ciudad de Ibagué, en el cual se identificaron dificultades en el desarrollo de las relaciones interpersonales que afectan el proceso en la construcción social de cada uno de ellos. Por tal razón, el objetivo principal está encaminado a mejorar la convivencia entre los estudiantes de la misma, fortaleciendo las habilidades socioafectivas, enfatizando para ello en temas como: Autoconocimiento, Autoestima, Manejo de Emociones y Resolución de conflictos. Para su desarrollo se implementa la metodología social participativa, que busca generar un proceso participativo y creativo de reflexión y análisis sobre las creencias, actitudes y prácticas que forman parte de la realidad personal y grupal para adquirir nuevas formas de actuar que genere un cambio social, las cuales se abordaron desde la implementación de técnicas conductuales a partir de la inteligencia emocional, desde el entendimiento de las emociones y el escuchar al otro, afianzando habilidades sociales y afectivas en el interior de la institución. En el desarrollo de la experiencia profesional dirigida se encontró que la Institución cuenta con procedimientos de tipo disciplinario, por lo tanto se implementó un paquete de acciones psicosociales para el reconocimiento y fortalecimiento de las habilidades afectivas y sociales de los estudiantes, reflejando una disminución en los niveles de agresividad e intolerancia y mejorando la convivencia en el contexto educativo.

Se recomienda a la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz de Ibagué gestionar ante los entes responsables la asignación de un Psicoorientador para la institución, que lidere los programas de convivencia pacífica y vele por la construcción de ambientes sociales saludables; además el empoderamiento del Comité de Convivencia Institucional para que cumpla una función efectiva en pro del fortalecimiento de habilidades socioafectivas entre los estudiantes.

Palabras Clave: Habilidades socioafectivas, Manejo de emociones, Resolución de conflictos, Autoconocimiento.

ABSTRACT

The present intervention work was performed with children and adolescents in grades one through eleven at the Technical Educational Institution Ciudad Luz in the city of Ibagué, which identified difficulties in the development of interpersonal relationships that affect the process in social construction of each of them. For this reason, the main objective is intended to improve relationships among students of this institution, strengthening social-emotional skills while emphasizing on topics such as: Self-Awareness, Self-Esteem, Emotions Management and Conflict Resolution. To develop social implemented participatory methodology, which seeks to create a participatory and creative process reflection and analysis of the beliefs, attitudes and practices that are part of the personal reality and group to acquire new ways of acting that creates social change which were addressed since the implementation of behavioral techniques from emotional intelligence, from understanding emotions and listen to others, strengthening social and emotional skills within the institution. In the development of directed professional experience it found that the institution has disciplinary procedures, therefore implemented a package of psychosocial measures for the recognition and strengthening emotional and social skills of students, reflecting a decrease in levels of aggression and intolerance and improving coexistence in the educational context. It is recommended that the Technical Educational Institution Ciudad Luz of Ibagué negotiate with the entities responsible assigning a Counselor for the institution, to lead programs and ensure peaceful coexistence building social environments, Also, the empowerment Coexistence

Committee Institutional for ensuring an effective role for a stronger social-emotional skills among students.

Keywords: socio emotional skills, emotional management, conflict resolution, self-knowledge.

INTRODUCCIÓN

En este tiempo, la sociedad exige que el individuo desarrolle diferentes competencias, las cuales se van adquiriendo a lo largo de la vida y de manera diferente; estas capacidades, habilidades o destrezas se requieren para el desenvolvimiento dentro de los grupos sociales, en los cuales cada uno de sus integrantes contribuye a la participación y resolución de problemas de carácter práctico.

Es necesario centrar la atención en el contexto educativo, en el cual se desarrollan etapas importantes en la vida del ser humano, las cuales están expuestas a la influencia de condiciones y circunstancias externas, dando paso a una interacción permanente con el medio, jugando un papel decisivo en la formación del carácter del individuo.

Ahora bien, en la actualidad hay niños, niñas y adolescentes que experimentan dificultades para relacionarse con los demás; en efecto día a día existe un progresivo incremento de los problemas de competencia social en los distintos contextos en los que viven; esto deja la inquietud de el por qué de la situación y la medida de acción que se debe implementar para aportar a la solución de esta problemática.

En efecto es la Familia el principal agente socializador y en el cual el individuo adquiere las bases para la construcción de la personalidad; es allí donde se entregan los

cimientos para la formación socio afectiva y de relaciones interpersonales mediante los estilos parentales de crianza.

A fin de contribuir al mejoramiento en la calidad de vida de estos niños, niñas y adolescentes, se desarrolla esta intervención psicosocial que propende por brindar las herramientas necesarias para enfrentar y resolver conflictos, mantener buenas relaciones interpersonales, comunicar asertivamente los sentimientos e ideas, promover estados de calma y optimismo, entre otras habilidades socio afectivas fundamentales para el desarrollo de la mayoría de las competencias necesarias para una vida familiar, escolar y social exitosa.

Por consiguiente, para el cumplimiento de este objetivo, es necesario realizar una intervención psicosocial que fortalezca estas habilidades en los estudiantes, por medio de técnicas y procedimientos propios de la psicología educativa, que les aporten herramientas básicas a los niños, niñas y adolescentes en este ciclo de formación y en todo su desarrollo personal y social.

En este proyecto, la psicología educativa permite que se trabaje en varias direcciones dentro de la institución educativa objeto de estudio, como son: el entrenamiento a los formadores para acompañar el proceso de aprendizaje de los estudiantes, el fortalecimiento de las habilidades sociales y desarrollo de herramientas que permiten a los niños, niñas y adolescentes desenvolverse, relacionarse mejor y tomar decisiones asertivas. Es allí donde se

centra la intervención que se realiza en la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, la cual constituye un importante aporte en el mejoramiento de la interacción entre los estudiantes, los docentes y la comunidad educativa en general.

OBJETIVO GENERAL

Realizar una intervención psicosocial para el fortalecimiento de las habilidades socio-afectivas de los estudiantes de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz de la ciudad de Ibagué.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Orientar acciones psicosociales para el reconocimiento de las habilidades afectivas y sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz.
2. Potenciar el desarrollo de las habilidades sociales y afectivas en los estudiantes de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, para una sana convivencia en el contexto educativo.
3. Brindar herramientas a los docentes para el fortalecimiento de las habilidades socio-afectivas de los estudiantes en la Institución Educativa.

CONTEXTUALIZACIÓN

Este proyecto se desarrolla en la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, ubicada en la Carrera 3 No 78-37 Sur, la cual presta servicios educativos en los niveles: preescolar, básica primaria, secundaria y educación media, además de ofrecer modalidad de formación técnica a través de convenio con el Sena Regional Tolima.

La Institución Educativa Ciudad Luz es de carácter oficial que cuenta con 937 estudiantes y 34 docentes. Su misión institucional es formar a sus estudiantes en los Valores Institucionales de la autonomía, el respeto, la responsabilidad, la solidaridad, la tolerancia, la diferencia por el otro, la preservación del medio ambiente, la creatividad, el dinamismo y el liderazgo, para que así puedan desarrollar competencias académicas que le sirvan para continuar su educación superior y competencias laborales que le permitan ser productivos, en busca del beneficio personal, familiar y comunitario, proyectándose como un líder gestor del desarrollo social. Además, facilitar a los estudiantes las herramientas necesarias que le permitan la construcción del conocimiento en las especialidades correspondientes a los programas de tecnología en salud ocupacional, Tecnología regencia de farmacia, Tecnología administración financiera, Tecnología en ingeniería de sistemas y Técnicos en Sistemas SENA.

En cuanto a su Visión, la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, se proyecta como una Institución líder en la Educación Media Técnica en la ciudad de Ibagué, formando Bachilleres en las modalidades de Salud Ocupacional y en sistemas, mediante el desarrollo de competencias intelectuales y laborales, para que puedan asumir con eficiencia la Educación Superior y desempeñarse con eficacia en el campo laboral, abriendo así un espacio productivo en su vida y haciendo parte fundamental del crecimiento social.

La Institución Técnica Ciudad Luz fue creada bajo el decreto No 000655 de 11 de Julio de 1996. Registro educativo No 131143. Lote donado por la fundación menonita colombiana del 3 de Julio de 1996, con matricula inmobiliaria No 350-0071985 y 350-0097920, este lote fue entregado al municipio de Ibagué, mediante escritura publica No 1059, en la notaria quina en el departamento del Tolima. Mediante decreto No 000655 del 11 de Julio de 1996, en el gobierno del doctor Álvaro Ramírez Gómez, alcalde de Ibagué, crea el Instituto Educativo Ciudad Luz en los niveles de preescolar, Básica primaria y Secundaria.

Por decreto en 1998 la Institución inicio con cuatro docentes de la Planta Municipal en cabeza de la licenciada María Eugenia Reinoso como Rectora encargada. El 6 de Agosto de 1998 se crea un acuerdo N0 00042, el cual el concejo municipal, establece en el artículo 1, la creación del establecimiento educativo INSTITUTO TECNICO DILIA MARTINEZ que funcionara en el barrio ciudad luz, como establecimiento público y patrimonio propio del municipio dando cumplimiento a la ley 115 DE 1994.

En 1999 Herlinda Vargas ejerce la rectoría, en compañía de docentes y representantes de la comunidad educativa, gestionaron en la alcaldía municipal y otros entes gubernamentales para la ejecución del instituto con que contamos actualmente. Cumpliendo con el decreto 0081 del 2000, el colegio adquiere la modalidad de INSTITUTO TECNICO CIUDAD LUZ, e inicia la labor como técnico, en colaboración con el SENA quien presto asesoría a los docentes.

Según resolución 1484 del 2 de Diciembre de 2002, dando cumplimiento al artículo 151 de la ley 115 de 1994 se integraron a la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz la escuela urbana mixta Secundino Porras Cruz, jornada mañana y tarde y los niveles de preescolar y básica primaria, se aprueba la fusión en cabeza de la rectora Hesmegda María Inestrosa.

Según resolución 1090 del 21 de noviembre de 2003 se reconoce y aprueba la fusión, identificado bajo el NIT No 809.006041-4, inscripción al DANE, No 173.001.011407, a la ley general de educación de acuerdo a los artículos 73 y 87 de la ley 115 de 1994 y dispone tener parte integrante de proyecto educativo institucional, un manual de convivencia en el cual estén expuestos los derechos y deberes de los alumnos y sus relaciones con los demás estamentos de la comunidad educativa.

JUSTIFICACION

Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona. En un primer lugar los seres humanos perciben las interacciones sociales que se dan en el entorno, siendo los progenitores y cuidadores los primeros modelos; posteriormente se amplía el contexto y se perciben otros escenarios donde el más trascendente es la institución educativa, y no se puede dejar por fuera, la impactante influencia que en la actualidad ejercen los medios de comunicación.

Dentro de los centros educativos se dan numerosas y variadas interacciones personales entre los estudiantes con sus pares y con sus profesores, en las cuales intervienen factores como la edad, la procedencia familiar y social, además de las funciones y roles que cada persona desempeña dentro de este contexto. Para nadie es desconocido que se está viviendo una época de grandes dificultades, la cual ha generado un clima de intolerancia, violencia, maltrato, ausencia de responsabilidad social, entre otros; siendo éstos, factores de riesgo para el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes, los cuales presentan cada vez más comportamientos agresivos y conflictos en las relaciones interpersonales que deterioran progresivamente la convivencia pacífica y la armonía con su entorno.

Por esta razón, este proyecto se constituye un aporte de significativa importancia en el desarrollo de competencias socio afectivas en los niños, niñas y adolescentes de la comunidad educativa de esta institución objeto de estudio: a partir del cual se propende por brindar herramientas a los estudiantes para el desarrollo de las habilidades sociales y afectivas, que permiten obtener refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo, debido a que las carencias de estas pueden provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida.

Este proyecto también permite empoderar a la comunidad pedagógica de la institución (directivos docentes y docentes) de este conjunto de herramientas y técnicas conductuales que faciliten la construcción de una sana convivencia en el contexto educativo, de manera que su aplicación sea continua, y estos puedan desarrollar procesos que interioricen estos conceptos y produzcan un cambio en las actitudes y acciones frente a las diferentes situaciones que se presentan dentro de ella.

DESARROLLO DEL PROBLEMA INTERVENIDO

El presente trabajo de intervención está enfocado a desarrollar un proceso de intervención psicosocial en el contexto educativo, dirigido a la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, en la ciudad de Ibagué, ubicada en un sector popular de estrato 2. Al respecto se puede evidenciar factores de riesgo como: dificultades económicas, situación de pobreza, dificultades psicosociales, características de la carencia de acceso a recursos de todo nivel.

Para realizar el diagnóstico de necesidades se tiene un encuentro personal con la coordinadora de la institución educativa que por medio de una entrevista semiestructurada con preguntas abiertas, (ver anexo A), en la que expresa que la Institución cuenta con procedimientos de tipo disciplinario por lo que es necesario la presencia de un psicólogo que lidere programas sociales e implemente el asesoramiento psicológico a los distintos agentes de la comunidad educativa como los alumnos, profesores, padres y autoridades académicas y se lleven a cabo intervenciones grupales que confronten temas personales y sociales de los estudiantes relacionado con su ámbito escolar. Además se manifestó que la problemática social que requiere mayor atención es el mejorar las relaciones interpersonales entre estudiantes para que exista un adecuado ambiente escolar, debido a que se están presentando conductas inadecuadas, lenguaje inapropiado, agresiones físicas y verbales entre compañeros de clase, y las dificultades en el seguimiento de normas establecidas por las autoridades de la misma.

Con base en lo anterior se complementa la información para el diagnóstico de necesidades, con los aportes del cuerpo docente, los cuales también dieron sus versiones y manifiestan casos particulares de estudiantes con antecedentes de agresión verbal y física, manifestando que en el salón de clase se presentan conductas disruptivas irrumpiendo el proceso de aprendizaje; ante esto proponen los docentes la asignación de un profesional en el acompañamiento de estos casos particulares para que brinden las herramientas o pautas necesarias a estudiantes y docentes que contribuya al mejoramiento del clima escolar (ver anexo B); además con el soporte de una ficha de observación (ver anexo C), se puede visualizar en la primera semana el desarrollo de la jornada con situaciones de conflictos entre los mismos estudiantes y estudiante-docente, casos que tienen un procedimiento disciplinar a seguir. Se aplicaron cuatro formatos de observación directa en la cancha de la Institución desde la cual se obtiene un amplio panorama de los espacios utilizados por los estudiantes, se pudo visualizar que se presentan agresiones físicas, juegos con contenido violento, utilización de zonas verdes las cuales están prohibidas para los estudiantes por el peligro, ya que no son espacios apropiados para la recreación y esparcimiento, además cada profesor tienen un lugar asignado de disciplina, sin embargo no es suficiente a la hora de mantener el control con la cantidad de estudiantes que maneja la institución y el poco espacio con el que cuenta.

Además se han realizado encuentros con algunos padres de familia que en su mayoría son padres y madres cabezas de hogar por motivo de separaciones, divorcios o muerte, determinando un factor importante en el déficit de habilidades sociales en los niños, niñas y

adolescentes de la Institución; en estos casos se realiza entrevistas con un modelo de preguntas estructuradas en las que se abarcan temas como la estructura familiar y la relación entre sus miembros, la historia escolar y los factores que intervienen en las relaciones interpersonales.

Por consiguiente, se considera pertinente abarcar el tema de las habilidades sociales y afectivas para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de la institución; las cuales se pueden definir como el conjunto de comportamientos que permiten actuar adecuadamente en el espacio social en que se desenvuelve el ser humano; al mejorar ciertas competencias el individuo se inserta eficazmente en uno o varios entornos sociales determinados.

Estas habilidades se aprenden, desarrollan y van evolucionando a lo largo del tiempo; es por esto, que las instituciones educativas brindan una importante oportunidad y espacio para que estas habilidades sean estimuladas continuamente y permitan su evolución a etapas de mayor desarrollo. Sumado a que estas habilidades les otorgan a los estudiantes la capacidad de relacionarse con los demás de forma que se consigue un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas tanto a corto como a largo plazo; incluso, afirma Romagnoli y Valdes (2007, 8) “que estudios demuestran cómo, además de promover la salud mental y bienestar personal, beneficia el desarrollo ético y ciudadano, la prevención de conductas de riesgo, mejoras sobre el ambiente y clima escolar, y aumento de la motivación de logro y del aprendizaje académico, entre otras.”

Por lo anterior y con base en la información obtenida del cuerpo directivo junto con los resultados de la observación de los comportamientos en los estudiantes de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, los cuales evidencian dificultades para relacionarse, convivir en comunidad y tolerarse producto de un déficit en las habilidades sociales, se pretende llevar a cabo una intervención psicosocial para mejorar la integración de los estudiantes en el grupo-clase y fuera de él, para dotarlos de un repertorio conductual que favorezca su relación con los demás.

Partiendo del conocimiento de las necesidades que tienen los niños, niñas y adolescentes de esta institución educativa, es de gran interés el conocer lo que ocasiona estas dificultades en las capacidades que hacen referencia a la inserción social, al equilibrio personal o afectivo y a las relaciones interpersonales. Estudiando esos motivos que hacen que los estudiantes reaccionen de manera inapropiada ante las circunstancias que se les presenta a diario, se analiza el entorno, en el cual se encuentran los factores que intervienen en el desarrollo de la personalidad y esto se da en el núcleo familiar, es allí, donde cada individuo adquiere la seguridad y confianza para enfrentar las exigencias de convivir en una institución educativa.

Ahora bien en este caso en particular se puede obtener con base en información de algunos padres de familia el caso de la desestructuración familiar, la crianza de los hijos está en manos de un progenitor, de un adulto mayor o familiar. Por otra parte se puede contemplar la idea, que la manera inadecuada de solucionar los conflictos en la institución se deba al mal

ejemplo que reciben en los hogares o que los métodos educativos están basados en la permisividad o la indiferencia. A esto se le puede sumar la influencia de los medios de comunicación en el comportamiento antisocial individual con los programas violentos que ofrece la programación.

Paralelamente, es necesario anotar que en la institución, los formadores tampoco han sido facilitadores en el proceso del desarrollo de las habilidades sociales, puede que no tengan las herramientas para fortalecer ciertas habilidades en los estudiantes, esto se toma de la observación de situaciones en las cuales los maestros ante algún tipo de dificultad o inconveniente con los estudiantes, los remiten inmediatamente a coordinación, es decir, se entrega la responsabilidad a otra persona, y sin posibilidad de escuchar al estudiante ante lo sucedido, y de aplicar un correctivo en el momento con algún método de enseñanza.

Además con base en información obtenida de la coordinadora tanto de la mañana como de la tarde se admite que los maestros no manejan un apropiado uso en el tono de voz, es un tono fuerte, esto denota agresividad; siendo esto, un modelo con el cual se acostumbraron los estudiantes a seguir instrucciones; los gritos pierden su efecto de posible modificador de conducta en el momento que se utiliza de forma repetida, debido a que el niño se habitúa y se convierte paulatinamente en alguien que los usa y no sabe hablar en un tono normal.

Por lo tanto, los estudiantes de la institución educativa presentan una carencia en las destrezas y por ello viven privados de las ventajas que produce la convivencia con otros iguales, dejando resultados no deseados como, la mala referencia de los maestros, la indisposición de los compañeros, la exclusión social, el bajo rendimiento académico, hasta llegar a una expulsión de la institución, con el problema latente, de no tener buenas referencias para presentar en otra institución y se pierde la oportunidad tener una preparación académica.

Lo anterior puede afectar el adecuado desarrollo de la personalidad, y se produce así, en cualquier joven la pérdida de proyecto de vida, y al no tener proyección para su vida, se refugian en el consumo de sustancias psicoactivas, afectando su entorno familiar y puede llegar a ser una amenaza para la sociedad. Por lo tanto, se busca con esta intervención llevar a los estudiantes a que identifique los recursos y habilidades sociales que les permiten mejorar las relaciones interpersonales, de interacción social, de autonomía personal, de toma de decisiones; la incorporación de objetivos, actividades y experiencias que ayuden a los jóvenes a afrontar y resolver positivamente sus procesos de socialización en el mundo laboral y en la vida cotidiana.

MARCO TEORICO

El ser humano es por naturaleza un ser sociable y tiene la necesidad de relacionarse con los demás para su desarrollo personal, pero muchas veces esa manera de relacionarnos está influenciada por los estilos educativos aplicados en la familia; siendo esta la principal organización social, la cual transmite actitudes, valores y conductas a sus miembros proporcionándoles las herramientas para su futuro comportamiento.

En efecto, la familia hace parte de las agencias socializadoras del ser humano, y ocupa un lugar principal, por ser la primera a la cual pertenece el niño o niña y por su influencia en el desarrollo socio afectivo del mismo, ya que los modelos, valores, normas, y habilidades se aprenden durante el periodo de la infancia relacionada con el manejo y resolución de conflictos, habilidades sociales y la regulación emocional.

De lo anterior se puede tener una idea clara de los factores que intervienen en la visión que el individuo va construyendo de su entorno y como ante ello manifiesta acciones ya aprendidas desde la niñez; para esto es necesario abarcar el tema desde el punto de vista de los progenitores o cuidadores con relación a los estilos de crianza que según Darling, N y Steinberg, L (1993) lo definen como: “una constelación de actitudes hacia el niño que le son comunicadas y que, tomadas conjuntamente, crean un clima emocional en el cual las

conductas de los padres son expresadas. Estas conductas incluyen tanto las dirigidas a objetivos específicos a través de las cuales los padres ejecutan sus obligaciones parentales como las conductas parentales no dirigidas a objetivos concretos, tales como gestos, expresiones faciales, cambios en el tono de voz, o expresiones espontáneas de una emoción”.

Al respecto, existen varios autores que han realizado investigaciones acerca de los estilos de crianza; en este caso se destaca el aporte de Vega, M (2006), que menciona cuatro estilos y son: el *estilo democrático*, establecidos por padres que tratan de dirigir las actividades de sus hijos en forma racional considerando su edad, características individuales y circunstancias particulares; el *estilo indiferente*, caracterizado por la ausencia de control, disciplina y exigencias, distanciamiento emocional (frialdad) y rechazo en la relación con los hijos.

El *estilo permisivo*, representado por aquellos padres que permiten que los niños rijan y dirijan sus propias actividades; es el hijo el que tiene el control de la familia y los padres suelen doblegarse frente a sus requerimientos y caprichos; y finalmente el *estilo autoritario*, en el existiría una imposición inflexible de normas y de disciplina independientemente de la edad de los hijos, sus características individuales y diferentes circunstancias de la vida (Álvarez, L 2002 Maccoby, E 1983, Vega, M 2006). Cada familia asume las pautas de crianza dependiendo de sus características dinámica y factores contextuales así como los recursos y apoyo (Rodríguez, F 2007).

Por lo tanto, es importante analizar aspectos a mejorar en la calidad de vida del niño para que desarrolle de una manera óptima las habilidades sociales y afectivas a fin de establecer buenas relaciones interpersonales; Oliva, A, Parra, A y Arranz, E (2008) propone estilos parentales relacionales asociados con el clima y caracterizados por el apoyo, el afecto, la comunicación, y la promoción de la autonomía desde una perspectiva más multidimensional; a esto se le añade el aporte de Mestre et al. (1999) destacan que el tipo de normas que una familia establece y los recursos y procedimientos que utilizan para hacer cumplir dichas normas, junto con el grado de afectividad, comunicación y apoyo entre padres e hijos son fundamentales para el crecimiento personal, la interiorización de valores, las habilidades sociales y la toma de decisiones para resolver conflictos; de lo contrario, al no manejar adecuados estilos y pautas de crianza en el desarrollo socio afectivo, se generan en la infancia dificultades como la agresividad, baja autoestima, problemas de conductas adaptativas, entre otras. (Cuervo. A. 2009. Pág. 112).

Estas dificultades se van presentando aun más en el ámbito escolar, que representa el segundo agente socializador, el cual contribuye a la formación del individuo buscando su desarrollo integral y libre. Ambas, familia y escuela, se constituyen en aliadas frente al claro propósito de formar a las personas en su desarrollo individual y social; en este sentido, la psicología desempeña el papel principal en el estudio de las conductas y explora conceptos como la percepción, la atención, la motivación, la emoción, el funcionamiento del cerebro, la inteligencia, la personalidad, las relaciones interpersonales, la consciencia y la inconsciencia, desarrollados en varios campos de acción que en este caso se estudiará en el contexto

educativo, el cual se enfoca en las formas en las que se produce el aprendizaje humano dentro de las instituciones educativas y la forma en que se desarrollan los estudiantes.

Según Banz, C. (2008: 6) “Tanto el clima escolar, como la convivencia escolar, tienen comprobados efectos sobre el rendimiento de los alumnos, su desarrollo socio afectivo y ético, el bienestar personal y grupal de la comunidad, y sobre la formación ciudadana”, esto lo confirma Ruz, J, 2003 que afirma que una escuela con un clima acogedor, motivador y placentero, lograría un efecto positivo en el rendimiento escolar. De esta manera se da la socialización, que Coloma, R (1987), la define como “proceso a través del cual el individuo humano aprende e interioriza unos contenidos socioculturales a la vez que desarrolla y afirma su identidad personal bajo la influencia de unos agentes exteriores y mediante mecanismos procesuales frecuentemente inintencionados”.

Además, Coloma, R (1987), afirma que en consecuencia en el proceso de socialización están comprometidos dos efectos: la enculturación y la personalización, en permanente interdependencia; estos dos efectos, a su vez, están determinados por la influencia familiar, pues esta le brinda al niño los contenidos culturales a través de unas pautas concretas, las cuales le ayudarán a ir desarrollándose como ser humano, en la medida que va construyendo su personalidad, es decir, interiorizando esos elementos culturales.

En este sentido, según Coloma, el niño se convierte en un sujeto activo de su proceso de socialización. Con relación a los mecanismos inintencionados, este autor plantea que los padres no solo son agentes socializadores cuando se proponen unos objetivos concretos sino siempre que están en interacción con sus hijos; puede llegar a ocurrir incluso, que los objetivos explícitos de socialización sean negados o interferidos por los mecanismos inintencionados.

Al respecto, Henao G, Ramírez C y Ramírez L (2007) plantean la importancia de la familia en la socialización y desarrollo durante la infancia, la combinación de costumbres y hábitos de crianza de los padres, la sensibilidad hacia las necesidades de su hijo, la aceptación de su individualidad el afecto que se expresa y los mecanismos de control son la base para regular el comportamiento de sus hijos; destacan la importancia de la comunicación en las pautas de crianza

Sin embargo, en la mayoría de los establecimientos educativos existen aulas en las que el clima social escolar se ve altamente intervenido por individuos que presentan alteraciones en su comportamiento. Lo anterior está sustentado por algunos estudios realizados sobre la presencia de agresividad en escolares, en los que se indica la incidencia de variados factores, destacándose dentro de ellos los estilos de conducción en la educación de los hijos por parte de los padres, (Arón, A 1999, Shure, M 1998; Vinyamata, E 1999).

Sumado a esto, en el contexto escolar también existen una variedad de factores que alteran o dificultan un clima adecuado de convivencia en el aula, estas son la agresión y violencia (acoso o Bullying), las conductas disruptivas en el aula y el estrés del docente; y por otro lado la falta de autoridad, el autoritarismo y la desmotivación del estudiantes que influyen en un desmejoramiento en el trato y en las relaciones interpersonales entre el docente y sus estudiantes.

Por consiguiente es necesario analizar las necesidades que se presentan actualmente dentro de las instituciones educativas, y uno de los aspectos que cobra la mayor atención es como cada día los niños, niñas y adolescentes se levantan en familias inestables, desintegradas, faltantes de principios, deterioro en las relaciones parentales, entre otras, que ocasionan conductas desafiantes y comportamiento inadecuados en los colegios afectando las relaciones entre compañeros y hacia los maestros.

Por ello es fundamental adentrarse en el tema de las habilidades sociales que son aquellas destrezas sociales necesarias para una adecuada relación interpersonal. Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente con respecto al desarrollo principalmente influenciado por la familia, el niño y la niña van adquiriendo un conjunto de habilidades comportamentales que posibilitan su adaptación a las exigencias del medio social; la estructura y organización de los padres o cuidadores posibilita el desarrollo de repertorios sociales que propician la interacción y la adaptación en diversos contextos sociales (Camacho, G y Camacho, C, 2005, García, J, 2005).

En realidad el cómo se desarrollen estos repertorios en el contexto primario dependerá el éxito en las relaciones sociales posteriores, de las lecturas sociales y las respuesta apropiadas de acuerdo a las situaciones y a las características personales (Adrián, J. E, Clemente, R y Villanueva, M. L, 2006); en este sentido se trata de contexto en donde se desarrollan estas habilidades sociales pero ¿cuáles son estas habilidades y porque tienen tanta importancia en nuestro diario vivir? Para resolver esta pregunta es primordial definir el concepto de habilidad social.

Son muchas las definiciones que se han planteado acerca de las habilidades sociales y según Butler y Grudson (1981) se debe tener en cuenta el contexto cambiante, es decir, que es necesario considerar a las habilidades sociales enmarcadas dentro de lo cultural y por tanto, dentro de patrones de comunicación acordes a cada cultura.

Dada esta situación, se presenta una de las definiciones más completas de las habilidades sociales; afirma Caballo, V (1986) que éstas son el “conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación inmediata, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”

Además Caballo, V (1986) propone que para conceptualizar en forma adecuada las habilidades sociales se debe tener en cuenta tres componentes básicos: la dimensión conductual (tipo de habilidad), la dimensión personal (las variables cognitivas) y la dimensión situacional (el contexto ambiente)

Por el contrario la carencia de estas habilidades pueden limitar nuestra calidad de vida como lo plantea Gilbert D.G y Connolly J.J (1995): “los déficits en habilidades sociales podrían conducir al desajuste psicológico y conlleva a que la persona emplee estrategias desadaptativas para resolver sus conflictos. La competencia social adquirida previamente garantiza una mayor probabilidad de superar trastornos.”

Señalando a Goldstein, et al. (1989), se menciona una clasificación de las habilidades sociales en seis grupos. El primer grupo hace referencia a las primeras habilidades sociales las cuales abarca la escucha, Iniciar y mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse y presentar a otras personas y hacer un cumplido. El segundo grupo está conformado por habilidades avanzadas tales como pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás, consensuar, actuar con cordialidad, aceptar reglas, cumplir disposiciones, tareas y horarios son las competencias necesarias para encarar el nivel universitario y el desempeño laboral.

Un tercer grupo de habilidades sociales son aquellas relacionadas con los sentimientos. Estas son: conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo, y auto-recompensarse; el reconocimiento de estas habilidades permiten avanzar en el proceso de diferenciación de los demás, lo cual hará posible que las personas se definan como individuos únicos con necesidades e intereses propios. El cuarto grupo de habilidades sociales son aquellas que sirven para solucionar conflictos. Entre estas se encuentran el pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas. Este grupo de habilidades facilitará la convivencia con los demás, pues supone el establecimiento de vínculos y formas de participación en los grupos a los cuales se pertenece.

El quinto grupo se refiere a las habilidades para hacer frente al estrés: exponer una queja, responder ante una queja, deportividad tras el juego, manejo de situaciones embarazosas, ayudar a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, manejo de mensajes contradictorios, manejo de una acusación, prepararse para una conversación difícil, y manejar la presión de grupo. Toman gran importancia estas habilidades pues el control de las emociones posibilitará a las personas a tener mayor tolerancia ante las frustraciones y el control del enojo, por ende permitirán manejar mejor el estrés.

Por último, el sexto grupo son las habilidades de planificación que comprenden: tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer una meta, determinar las

propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. Asimismo Monjas (2007) plantea que las habilidades sociales “son un numeroso y variado conjunto de conductas que se ponen en juego en situaciones de interacción social, es decir, en situación en las que hay que relacionarse con otras personas

De manera que cuando se habla de las habilidades sociales se refiere a que estas contienen tres componentes: cogniciones, emociones y conductas que manifiestan las personas y que les permiten no solo relacionarse sino también convivir con otros de manera satisfactoria y eficaz. Desde la perspectiva de Kelly, A (1992) las habilidades sociales son “conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener reforzamiento del ambiente”.

Así pues Michelson, L, Sugai, D.P, Wood R.P, & Kazdin, AE. (1987), plantean una definición operacional cuyos componentes se consideran esenciales para la comprensión de las habilidades sociales a) se adquieren principalmente a través del aprendizaje; por ejemplo mediante observación, imitación o ensayo; b) incluye comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos; c) supone iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas; d) acrecienta el reforzamiento social, por ejemplo, respuestas positivas del medio social; e) son recíprocas por naturaleza y suponen una correspondencia afectiva y apropiada; f) las prácticas están influidas por las características del medio, factores como la edad, el sexo, el estatus del receptor que afecta la conducta social del sujeto; y g) los déficit y los excesos de la conducta

social pueden ser específicos y objetivados a fin de intervenir.

Para Hidalgo, C & Abarca, N (1999), el aprendizaje de las habilidades sociales se va dando a través de un complejo proceso de variables personales, ambientales y culturales. La familia, como grupo social básico es donde se producen los primeros intercambios de la conducta afectiva, valores y creencias, que luego tienen una influencia muy decisiva en el comportamiento social. Los padres actúan como modelos significativos de conducta socialmente afectiva y los hermanos para aprender las relaciones con sus pares.

Además, Shirilla, P. (2009) plantea que las habilidades sociales también sirven como herramienta de prevención futura de comportamientos problemáticos, como en la escuela, el comportamiento criminal, la deserción escolar, estrés y la conducta violenta, entre otras. Así pues, son muchas las habilidades las cuales la sociedad nos exige según las normas de convivencia, los grupos sociales y la cultura, para que se genere una adecuada adaptación al entorno.

Para Fernández, C. (1999) La destreza para desempeñar una habilidad social puede no tener ninguna correspondencia con la desenvoltura de otras (ej.: conversar y rechazar peticiones), incluso se considera, que según el mismo tipo de habilidad, la conducta concreta del sujeto puede variar según factores personales (estado de ánimo, cogniciones, cambios

fisiológicos) y ambientales (las personas con quienes esté relacionándose, el tipo de relación, la situación en la que se encuentre, etc.).

Sin embargo esta es una parte que se tiene en cuenta dentro de la inteligencia emocional, un tema que ha tomado fuerza en la actualidad; básicamente la inteligencia es la capacidad que tiene el ser humano de solucionar algún problema que se presente teniendo en cuenta los conocimientos adquiridos por la experiencia y se ha avanzado en la visión que se tenía con respecto a este tema que era más que todo asociado a la cantidad de conocimientos que se tenía sumado a que se consideraba que era algo innato.

Estas apreciaciones cambian gracias al aporte de Gardner el cual desarrollo la teoría conocida como inteligencias múltiples, lo cual quiere decir que hay distintas maneras en que las personas aprenden, representan, procesan la información; Gardner, H (1991) establece que “la investigación cognitiva demuestra que los estudiantes poseen diferentes habilidades para aprender, recordar, actuar y comprender”; además las clasifica en ocho inteligencias o capacidades, las cuales se mencionan: lingüística, lógico-matemática, viso-espacial, motora, musical, intrapersonal, interpersonal, naturalista.

La Inteligencia Emocional fue formalmente definida como “un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad para supervisar y entender las emociones propias y las de los

demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestros pensamientos y comportamientos” (Salovey, P & Mayer, J 1990, p. 189).

Desde la perspectiva cognitiva, la Inteligencia Emocional puede describirse como un sistema ejecutivo superior que hace adaptativa la selección de evaluación y procesamiento de rutinas orientadas a la acción (Matthews, G Zeidner M & Roberts, R 2002). La idea es compatible con las teorías actuales que unen la Inteligencia Emocional con aspectos de autorregulación (Mayer, J Salovey, P & Caruso, D 2000), o con el afrontamiento efectivo (Bar-On,2000; Salovey, Bedell, Detweiler, & Mayer, 1999).

Aunque son varios los autores que hablan acerca de la inteligencia emocional, en este caso se resalta los aportes de Daniel Goleman el cual partió de la perspectiva de Salovey y Mayer e incluyó términos de otras áreas de psicología para su modelo dejando una perspectiva exclusivamente cognitiva; Goleman definió un modelo basado en competencias personales y sociales, rehusando utilizar el término de Inteligencia Emocional y denominando su propuesta como un modelo de competencias emocionales.

Por lo anterior es necesario entender la competencia personal como el conocimiento de las propias emociones: es decir, el conocimiento de uno mismo, la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece, constituye la piedra angular de la Inteligencia Emocional. La capacidad para controlar las emociones: habilidad básica que nos

permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento. La capacidad de motivarse a sí mismo: esta habilidad ayuda a aumentar la competencia no sólo social sino también la sensación de eficacia en las tareas que se acometen. Estas competencias sociales, según Goleman, D. (2005), incluyen el reconocimiento de las emociones ajenas como la empatía, es decir, la capacidad para poder sintonizar con las señales sutiles que indican qué necesitan o qué quieren los demás y que contribuyen a desarrollar el control de las relaciones como una habilidad social.

Por tanto es importante tener en cuenta estos factores para el aprendizaje y desarrollo de las habilidades sociales que nos llevan a cumplir con las exigencias sociales, al tiempo que brindan un sano desarrollo emocional al tener la capacidad de adaptarse a los cambios que se presentan en la diaria convivencia; estas habilidades permiten el éxito en un entorno desafiante, estresante, que requiere de un continuo análisis y resolución de conflictos, autorregulación emocional y comprensión hacia los demás.

En el contexto escolar, los factores psicológicos como el autoconcepto (el académico y el personal especialmente) y la autoestima tienen un gran protagonismo en el tipo de relaciones interpersonales entre estudiantes, como también en el aprendizaje y en el rendimiento académico, estos factores interactúan con otros de personalidad, de deseos de pertenencia al grupo, de obtención de reforzamiento social y de consideración de la valía por parte de los demás (sentirse importante), y con los sentimientos que se van generando, las interacciones cotidianas, produciéndose determinados estados de ánimo, emociones y estados

afectivos que caracterizan dichas relaciones: *simpatías-antipatías, aceptación-rechazo-indiferencia, temor-tranquilidad, inquietud-calma*, etc. Asimismo se producen conductas verbales y motoras concretas como *colaboración-antagonismo, asertividad-agresividad-pasividad*, como lo Vallés A. (2005) en, y, desde el punto de vista cognitivo, se producen peculiares percepciones e interpretaciones de los eventos diarios que dan lugar vivencias satisfactorias o insatisfactorias, deseadas, toleradas o temidas.

Goleman, D. (2005), define la inteligencia emocional como la habilidad que posee toda persona para motivarse y persistir frente a las decepciones que pueda sufrir, así como también la habilidad para controlar los impulsos y demorar gratificaciones, regulando el humor y evitando impulsos que ciertos inconvenientes o trastornos disminuyan la capacidad de pensar. A ello le agrega la capacidad para desarrollar empatía y abrigar esperanzas en diversas situaciones

METODOLOGÍA

La metodología implementada para la presente propuesta de intervención es la social participativa; esta es una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza-aprendizaje y construcción del conocimiento, esta forma de trabajo concibe a los participantes de los procesos como agentes activos de la construcción, reconstrucción y de-construcción del conocimiento y no como agentes pasivos, simplemente receptores. Esta metodología busca que los participantes resignifiquen su experiencia, y la de los otros, con la que su aprendizaje se contextualiza en su realidad cotidiana y se ajusta a las particularidades de su proceso de desarrollo.

La metodología social participativa busca partir siempre de la realidad y de las experiencias de los sujetos, como también generar un proceso participativo y creativo de reflexión y análisis sobre las creencias, actitudes y prácticas que forman parte de la realidad personal y la de su grupo, para volver a la realidad con nuevas formas de actuar sobre ella. Se concibe como una herramienta, recurso o procedimiento que permite, reconstruir la práctica en los grupos poblacionales, para extraer de ellos la atención y participación activa.

Para utilizar de manera correcta esta metodología, es preciso crear un clima positivo, que permita a los involucrados estar participando, inmerso en el contexto, por lo tanto no se puede aplicar por un simple deseo de hacerlo, debe tener relación con las actividades a realizar y su ejecución debe tener un fundamento disciplinar.

En ese sentido, fortalece en los participantes su capacidad de creatividad, en el desarrollo personal, posibilitando la expresión de los tipos fundamentales de motivaciones para participar de una manera activa, a través de una forma de integración social en la cual un colectivo desde las orientaciones de un profesional construye su realidad desde la reflexión de su entorno en un proceso de empoderamiento individual y social. Dicha metodología está soportada en el modelo de cambio social, el cual trabaja en la alteración de patrones de conducta, de relaciones sociales, instituciones y estructura social en diferentes momentos.

De lo anterior se puede afirmar que la condición para el cambio social es la acción colectiva que requiere el proceso de intervención. Para eso es necesario que el conjunto de estudiantes de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz de la ciudad de Ibagué, se unan para trabajar hacia la reconstrucción de la sana convivencia escolar. La experiencia de grupo provee el medio para ganar conciencia y el ambiente para nuevos modos de pensamiento, acción y lenguaje; el grupo es además el instrumento a través del cual los miembros pueden desarrollar el sentido de comunidad y el apoyo mutuo, necesario en el proceso de cambio social

ACTIVIDADES EJECUTADAS

La propuesta de Intervención Social realizada en la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz de la ciudad de Ibagué consta de un conjunto de actividades destinadas al desarrollo de habilidades socio afectivas en la comunidad de estudiantes de la institución, dentro de las cuales se encuentran:

- Entrevista a directivos docentes de la institución
- Entrevista a docentes
- Observación directa y revisión de procedimientos institucionales para el manejo de la convivencia
- Presentación de la propuesta de intervención para el desarrollo de habilidades sociales a los estudiantes
- Asesoría personalizada a estudiantes y padres de familia de casos específicos remitidos por los docentes
- Escuela para padres realizada en el nivel preescolar y grado primero de básica primaria
- Intervención a grupos de estudiantes (16 grupos) de la institución educativa, desarrollando las siguientes cuatro temáticas destinadas el fortalecimiento de sus habilidades socio afectivas:
 - Identificación y manejo de emociones
 - Autoconocimiento y autoestima
 - Resolución de Conflictos

- Habilidades sociales y asertividad

La población beneficiaria de estas actividades desarrolladas en esta intervención, fue de tres (03) directivos docentes, treinta y cuatro (34) docentes, 274 estudiantes y 53 padres de familia.

En la tabla 1 se presenta la matriz de planeación de las actividades programadas y ejecutadas, incluyendo el cronograma de fechas, objetivos, recursos, observaciones y formatos utilizados en cada una de ellas.

Tabla 1. Matriz de planeación de Actividades de la Intervención Social realizada en la I.E. T. Ciudad Luz de Ibagué

MES DE FEBRERO

INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA CIUDAD LUZ					
FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RECURSO	OBSERVACIONES	FORMATOS UTILIZADOS
20	Presentación y entrevista	Obtener información para realizar el diagnostico de necesidades	Formatos de entrevista	Se realizaron en las dos jornadas la presentación correspondiente ante las Coordinadoras a las cuales se les realizó una entrevista con relación a las necesidades personales y sociales de los estudiantes de la Institución	ANEXO A
21, 26	Entrevista a docentes Selección de horarios	Identificar a los profesores los cuales pueden brindar un espacio para las intervenciones	Formatos de entrevista Material con el horario de clases de los maestros	Se recibe la dirección de coordinación para tener acceso a los espacios de clase con los estudiantes solo en horarios materias de Ética o Religión.	ANEXO B
22, 25, 27, 28	Observaciones Revisión de documentos	Obtener información para realizar el diagnostico de necesidades.	Formato de observación	Se observaron durante estos días el desarrollo de las jornadas y que conductas se evidenciaban en los estudiantes. Además las	ANEXO C

		Análisis de información para realización de la propuesta		<p>coordinadoras me presentaron ante el alumnado.</p> <p>Según los casos presentados dentro de la Institución y con la información de los profesores y algunos padres de familia se adquiere una visión acerca de la realidad social del la Institución</p>	
26, 27	Presentación de la propuesta a los estudiantes de la Institución	Conocer la conformación de los grupos y como se desenvuelven en trabajo grupal	Papelería Rompecabezas	<p>Primer encuentro con los estudiantes de grados 4.1 y 8.A, con los que se realizan actividades de presentación personal y darles la visión de los temas a tratar por medio de actividad grupal.</p>	ANEXO D

MES DE MARZO

INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA CIUDAD LUZ					
FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RECURSO	OBSERVACIONES	FORMATOS UTILIZADOS
1, 4, 8, 11, 20	Organización de formatos Revisión de documentos	Identificar los formatos requeridos para las practicas Análisis de información para desarrollar el plan de actividades	Formatos de asistencia Formatos de entrevista Formato de observación Material de investigación	Este mes se organizaron los documentos que se debían llenar en cada intervención y se investiga el material para sustentar teóricamente las actividades a realizar.	
4, 5, 12, 13, 14, 15, 19, 20, 22	Intervenciones: Identificación y Manejo de emociones	Crear un ambiente adecuado para el desarrollo de las actividades. Facilitar el acercamiento a los estudiantes Brindar herramientas	Fotocopias Cartulinas	Los estudiantes conocieron los temas a desarrollar en el transcurso de los meses de prácticas, en las que participaron los grados de 4.2, 7.C, 7.A, 2.1, 6.C, 3.1, 7B, 10A, 11A,	ANEXO H

		para la autorregulación de las emociones.		1A, 1B, 9B, 8B, 8A, 3B.	
7, 13, 15, 18, 19, 21	Asesoría Padres Asesoría Estudiantes Escuela para padres Acompañamiento a padres	Brindar pautas para el fortalecimiento de vínculos parentales y modificación de conductas agresivas.	Formato de entrevista Formato de asistencia		ANEXO E ANEXO F

MES DE ABRIL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICA CIUDAD LUZ

FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RECURSO	OBSERVACIONES	FORMATOS UTILIZADOS
1, 2, 8, 15, 18, 24, 25, 26, 29	Revisión de documentos Organización horarios de intervención	Analizar información para preparar temas y formatos correspondientes. Lograr espacios de intervención	Resultados de las actividades. Formato de horario semanal	En los casos del acuerdo para la intervenciones se debía realizar semanal ya que no siempre se podía tomar la hora de un solo maestro	
3, 5, 9, 10, 11, 17, 18, 22, 23, 25, 26, 29, 30	Atención a padres Observación Atención a estudiantes Acompañamiento a padres	Obtener y registrar datos que faciliten una impresión diagnóstica del caso	formato de entrevista	En este mes se realizaron 7 asesorías a padres de familia y 5 a estudiantes	
4, 5, 9, 10, 12, 16, 23, 24, 30	Intervenciones: La comunicación Manejo de emociones	Identificar los elementos de la comunicación Brindar estrategias para la regulación de emociones	Papelería Marcadores	Intervenciones realizadas en grados: 8C, 10B, 9B, 10A, 6A, 2B, 9A, 4A, 3A, 9B, 7A, 6C	ANEXO H

MES DE MAYO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ

FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RECURSO	OBSERVACIONES	FORMATOS UTILIZADOS
6, 7, 8, 10, 21, 23, 24, 28, 30	Observación Organización de horarios Revisión documentos	Identificar factores que intervienen en las conductas disruptivas.	Formatos	Se realizaron las intervenciones con el acuerdo de otra profesora, esta vez en clase de religión.	
2, 9, 14, 16, 24, 27. 29	Asesoría estudiantes Asesoría padres Escuela para padres	Conocer el estado de los vínculos afectivos entre los miembros de la familia.	Formatos		ANEXO G
15, 20, 22, 23,	Intervenciones Habilidades sociales: La Asertividad	Dar a conocer los estilos de conducta: pasiva, agresiva y asertiva	Marcador Fotocopias Hojas	Intervenciones realizadas en los grados: 6B, 3A, 11B, 5A, 6C, 3A, 2B.	ANEXO I

MES DE JULIO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ					
FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RECURSO	OBSERVACIONES	FORMATOS UTILIZADOS
5, 8, 12, 17, 25, 30, 31	Revisión documentos Organización horarios	Analizar información	Papelería		
2, 4, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 22, 23, 24, 29	Acompañamiento estudiantes Comité convivencial Asesorías a padres Asesoría a estudiantes	Brindar orientación teniendo en cuenta la información obtenida.	Formatos de entrevista.	En este mes se presentaron de la secretaría de educación por motivo de queja de una madre de familia acerca del trato de una maestra de la Institución	
3, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 25, 26, 30	Intervenciones: Habilidades sociales Capacitaciones	Aplicar técnicas para el fortalecimiento de las habilidades sociales mejorando las relaciones interpersonales.	Papel Lapiceros Lápices Fotocopias	En este mes estuvo presente un psicólogo de la personería municipal dando una capacitación acerca de un proyecto acerca de la sexualidad para los adolescentes.	

RESULTADOS

A partir de la información obtenida de la entrevista realizada a los directivos docentes de la I.E.T. Ciudad Luz de Ibagué (ANEXO A), se determinó que en el centro educativo se presentan algunas problemáticas sociales como el deterioro en las relaciones interpersonales entre los estudiantes y la falta de disposición de los estudiantes frente a las clases, los cuales presentan conductas disruptivas que dificultan el proceso de aprendizaje. Además, expresaron que solo existen procedimientos de tipo disciplinario registrado en el Manual de Convivencia, para el manejo de estas problemáticas y la institución carece de herramientas de intervención psicosocial ya que ni siquiera cuenta con un psicoorientador, ni tampoco programas continuados para el fortalecimiento de la convivencia escolar. Las coordinadoras expresan que se han realizado algunas actividades aisladas como escuela para padres, y existen planeadas otras de programas transversales que se registran en el PEI, pero hasta el momento no se han ejecutado. Ellas expresaron la importancia de que en la institución educativa se lleven a cabo intervenciones con los estudiantes en las que se desarrollen temas relacionados con las habilidades sociales y la convivencia. Finalmente, manifiestan la buena disposición y apoyo necesario desde la parte directiva de la institución para el desarrollo de actividades de intervención, facilitando la información con relación a los horarios de los docentes y los grupos que tienen a su cargo.

De las entrevistas realizadas a los docentes se pudo concluir que se presentan muchas dificultades en las relaciones de los estudiantes con sus pares y con sus maestros, se presentan varias agresiones físicas y verbales dentro y fuera del salón y no hay acatamiento de normas. Se destaca la participación de los docentes en la colaboración con relación a los espacios para las intervenciones realizadas en los grupos y la información requerida sobre los estudiantes que presentaban antecedentes de mal comportamiento.

En la observación directa sobre las conductas de los estudiantes mencionadas anteriormente con mas detalle en el desarrollo del problema intervenido, se obtiene un resultado general, en el que se menciona, estudiantes con bajos niveles de tolerancia, incapacidad en la autorregulación de las emociones, un marcado deterioro en la comunicación, además estas conductas confrontadas con entrevistas a padres de familia se evidencia un esquema equivocado en la forma de resolver los conflictos. Se observa en varias ocasiones que padres de familia no siguen el conducto regular y manifiestan una falta de respeto al docente frente a sus hijos, además de que en muchos casos son permisivos ya que no aplican disciplinas en casa.

En el tiempo que se tuvo con los estudiantes en la presentación de las temáticas se percibe buena receptividad por su parte y manifestaron disposición a la hora de representar las situaciones propuestas, además algunos estudiantes, más específicamente las mujeres, desempeñan características de liderazgo, buen manejo de grupo y trabajo en equipo. Se evidencia que los estudiantes tienen buenos aportes al momento de solucionar conflictos. En la

calificación de la evaluación, tanto en hombres como mujeres presentan su puntuación en su mayoría en la opción de Adecuada percepción, comprensión y regulación de las emociones.

Las intervenciones realizadas en la Institución abarcaron los siguientes temas: Identificación y manejo de emociones, las habilidades sociales: la asertividad, Autoconocimiento y Autoestima. Todas estas se desarrollaron en su totalidad en los grados novenos, en lo demás grupos se trabajaron dos de estas temáticas. En la primaria se dedicó más tiempo a los grados segundo B y tercero B. Se llevo a cabo de esta manera debido a que eran los grupos que presentaban mayores dificultades en el desarrollo de las relaciones interpersonales entre los estudiantes y conductas inapropiadas que alteraban el estado adecuado de un ambiente escolar.

En el desarrollo de las intervenciones y ejecución de los ejercicios acerca del manejo de las emociones los estudiantes identificaron el origen de estas, teniendo en cuenta que este es un componente de la inteligencia emocional denominado como autoconocimiento emocional o conciencia de uno mismo, y con las actividades y el espacio que le permite al estudiante conocer la manera como les afectan las emociones que experimentan a diario y como ese estado de ánimo afecta su comportamiento en la institución. De esta manera se detectaron reacciones puntuales que llevo al interventor a proporcionar un seguimiento individual. Casos a resaltar en su mayoría mujeres que presentan autolesiones, pensamientos suicidas, resentimiento hacia sus padres, padres ausentes. Para estos casos se citan a los padres de familia para conocer si desempeñan adecuadamente sus roles, brindándoles pautas para el fortalecimiento del vinculo parental. Además a las adolescentes se les oriento para que identificaran y auto regularan las emociones

que conllevan a esta conducta de auto lastimarse y eliminar así esta conducta. Adicionalmente se les propuso a las adolescentes realizar un estudio personal de sus Debilidades, Oportunidades, Fortalezas y Amenazas, para la consolidación de su proyecto de vida.

Al identificar las emociones los estudiantes analizan la reacción o actitud que se ha tomado ante éstas, desarrollando otro aspecto de la inteligencia emocional como el autocontrol emocional haciéndoles conscientes que las emociones no se deben reprimir o evitar, sino que al lograr conocer la personalidad que tiene cada uno brindarles estrategias de dominio de si mismo al no dejarse llevar por las emociones

Mediante técnicas muy sencillas los estudiantes adquieren estrategias para regular las emociones, las cuales se representaron en la clase como son la respiración profunda y apartarse del lugar de conflicto mientras se analizan diferentes alternativas de solución para la mejor toma de decisiones; siendo la etapa de adolescencia un momento en el cual están en un proceso de maduración es necesario ser constantes en buenos modelos para que ellos puedan tener adecuados referentes que les permiten en ciertas situaciones de riesgo tomar decisiones acertadas.

Los estudiantes evalúan por medio del instrumento TMMS su capacidad de atención, claridad y reparación de estados emocionales, en otras palabras, las destrezas con la que podemos ser conscientes de las propias emociones y así como la capacidad para auto regularlas. Este test

identifica tres aspectos de la inteligencia emocional como son la percepción, comprensión y regulación de los estados emocionales.

En los temas de las habilidades sociales, se resalta la Asertividad, por medio de los ejercicios los estudiantes practican respuestas adecuadas antes situaciones de conflicto, desarrollando habilidades sociales que permiten la relación positiva y eficaz con los demás. Para esto, en el tema de la asertividad los estudiantes identificaron los derechos que tienen en el hogar y en el colegio, se reúnen en grupo y escogen a un líder que participe mencionando los derechos que han logrado seleccionar, al finalizar se les presentan situaciones de dificultad que viven diariamente en el colegio como son las burlas, las críticas y demás, y que analicen que respuesta asertiva dan ante estas, con la ayuda de técnicas asertivas como son ▪ Técnica del disco roto. ▪ Técnica del acuerdo asertivo. ▪ Técnica de la pregunta asertiva. ▪ Técnica para procesar el cambio. ▪ Técnica de la claudicación simulada (Banco de niebla).

Dentro de esta actividad se establecen tiempos para que las personas que tengan dificultades en las relaciones expongan el caso, realizando preguntas directas, en esta ocasión se presenciaron palabras ofensivas, incómodas, inapropiadas, sin embargo las respuesta fueron asertivas ante los ataques, esto permitió además que se aclararan algunas ideas o percepciones que se tenían de algunos compañeros y que se pudieron corregir o modificar. Se pudo evidenciar una buena receptividad a la hora de mencionar las preguntas realizadas a los compañeros.

Algunas estudiantes reconocieron la dificultad de desarrollar actitudes asertivas para esto se les aclara que estamos ya programados desde el hogar con modelos de respuestas en su mayoría de estilo agresivas, esto nos lleva a reaccionar solo de esa forma, además los medios de comunicación y toda la información de violencia que se maneja en la sociedad, esto nos lleva a la conclusión que se deben realizar estos ejercicios para reprogramar nuestra conciencia a nuevos repertorios para mejorar las relaciones interpersonales.

Se les brinda a los estudiantes espacios y una adecuada orientación para la resolución de conflictos por medio del dialogo. Sobre todo en los niños, ya que estos no tienen el suficiente control de sus emociones para enfrentar situaciones de conflicto y sin medir consecuencias de sus acciones. En las situaciones en que se han dado casos de agresiones físicas se solicita la presencia de los padres para hablar acerca de esta conducta dejando ver por parte de ellos, que son los que le enseñan a sus hijos a reaccionar de esa manera, expresando mensajes como: “no se deje”, argumentando que con esto quieren evitar que los hijos se expongan a casos de matoneo escolar. Ante estas se les ha indicado a los padres que brinden a sus hijos momentos en el hogar para dialogar acerca de las experiencias escolares además de ganarse su confianza fortaleciendo los vínculos filiales para que en casos que se enfrenten los niños a situaciones difíciles no sea los actos de violencia la única respuesta sino que puedan recurrir a figuras de autoridad dentro de la institución que les brinden medidas adecuadas de solución.

A través de las intervenciones de los estudiantes en las diversas actividades se aclaran conceptos, se permite el contacto e intercambio de ideas contribuyendo al análisis de varias

alternativas para una adecuada solución de conflictos. Además estas actividades de integración permiten que conozcan diferentes puntos de vista mejorando el respeto a la opinión de otro, facilitando que expresen sus ideas y mostrando interés en ser oídos.

En los temas de autoestima y Autoconcepto, se realizan actividades para identificar las fortalezas y debilidades, identificando la imagen que tienen de si mismo por medio de la autobiografía, con esta técnica se busca que el estudiante haga un repaso por su vida y recuerde aquellas situaciones que forman parte de sus experiencias, que al tiempo van formando el carácter de cada individuo; además de identificar los logros y fracasos, y de la expresión de sus sentimientos y emociones que hacen parte de la construcción del conocimiento personal, ayudando al crecimiento de su autoestima.

En las primeras intervenciones realizadas con los estudiantes de primaria, se pudo observar que no hay lugares apropiados para realizar las actividades, debido a la cantidad de estudiantes que hay en cada salón además de la temperatura que en esos horarios se presentan. Los niños y niñas manifiestan conductas disruptivas como levantarse constantemente del puesto, tirar papeles y demás objetos a los compañeros, escupir al compañero, quitarle a los demás los útiles escolares, interfiriendo con el desarrollo de las clases. Por lo anterior, es necesario iniciar el plan de actividades con ejercicios de atención, concentración, aprender a seguir instrucciones, la buena toma de decisiones, complementado con el manejo de emociones y habilidades sociales. Ante estas intervenciones se les brindó a los estudiantes el espacio y acompañamiento en la obtención de pautas para autorregular sus emociones, respetar al compañero, saber comunicar

sus necesidades, implementando un programa denominado “Decide tú” en el que se aplicaron juegos como “el gato copión” para centrar la atención en los dos aspectos del modelado cognitivo: lenguaje y acciones. El gato copión es un juego muy útil para todo el curso, pero debe irse reduciendo poco a poco, a medida que los estudiantes demostraron que son capaces de mantener su atención en el modelado de la persona que los dirige. Sin embargo el juego puede ser introducido de nuevo, cuando se trató de tareas especialmente difícil, o simplemente para volver a captar la atención de un niño o niña distraído. Luego se realizaron ejercicios para “seguir instrucciones” que permitió reforzar la atención y obediencia de los alumnos se realizaron actividades para aprender a seguir instrucciones. De igual manera se realizaron las temáticas propuestas como el manejo de emociones en el que los estudiantes de manera creativa identificaron las diferentes expresiones por medio de gestos y dibujos y expresaban ante estas situaciones su reacción. En el tema de las habilidades sociales y asertividad se les presentaron cuentos e ilustraciones en el que los niños participaron con gran motivación. En el tema de la autoestima los estudiantes resaltaron sus habilidades y atributos que les llevaron a fortalecer la imagen que tienen de si mismos.

Se evidencia aceptación por parte de maestros sobre implementar medidas que contribuyan a una adecuada convivencia como son el buen manejo de grupo, como la adecuada distribución de puestos en el salón de tal manera que se trabaje en un ambiente ordenado y se pueda tener una clara visualización de todo el grupo de estudiantes. Además estrategias como la identificación de estudiantes que se distraen con mayor facilidad se le coloca en un lugar cerca al maestro para tener mayor control de la situación.

En los casos de los niños que son propensos a crear constantes problemas en su entorno, aquellos niños impulsivos, que actúan antes de pensar, y no saben controlarse, se ha identificado que en su mayoría presentan este comportamiento por las constantes críticas y burlas que reciben de sus compañeros, esto los lleva a ser agresivos; los maestros contribuyen de alguna manera a cambiar esta situación cuando estos niños se les delega una función en particular durante la clase que le permite sentir la aprobación ante la función que desempeña, ayudándole al niño a fortalecer una adecuada autoestima.

En la jornada de la tarde se realizó un Comité Convivencial por motivos de inconvenientes presentados entre la maestra y una madre de familia. Se realizó la entrevista al menor para conocer su estado emocional frente a las consecuencias que esta situación dejó. Se presentó un informe solicitado por la Secretaría de Educación en el cual se recomienda por parte de los responsables del niño tanto en el hogar y en la escuela, presenten actitudes conciliadoras para mejorar el desempeño del niño.

Se realizaron entrevistas abiertas a padres y estudiantes, en las cuales se abarcaron áreas principales como: cuadro de estructuración familiar, motivo de consulta, situación actual del niño, niña o adolescente, historia del desarrollo personal del o la misma, conclusiones, recomendaciones. Se les brindó acompañamiento a los casos que necesitaban mayor atención.

Por medio de las actividades escritas se trabajó el componente cognitivo, haciendo referencia principalmente al autoconcepto del estudiante, la imagen que tiene de sí mismo. Además se aplicaron estrategias de reflejo recordando y enfatizando las cualidades, habilidades y aptitudes de cada uno.

Se promueven a los estudiantes el desarrollo de habilidades de comunicación: escucha activa, expresión de sentimientos y asertividad. En casos especiales en el cual los niños presentan conductas disruptivas se realizó control y seguimiento obteniendo así un avance en las relaciones interpersonales y más control de los impulsos por medio de técnicas de auto instrucción y análisis de consecuencias, junto con el trabajo de los padres de familia.

Se atendieron varios padres de familia por motivos de comportamientos agresivos, lo más sobresaliente ya sea por citación por parte de la Institución debido a algún suceso dentro de la misma o por petición de los padres en situaciones del hogar.

Se realizaron escuela para padres con el grado preescolar, en el que se trato acerca de la importancia del juego, los beneficios que esto trae, junto con pautas de crianza. Además con el grado segundo relacionado a temas de matoneo ya presentado en este curso.

Se presentó el caso de una madre de familia que inicialmente presentaba como motivo el comportamiento agresivo del hijo, pero, por medio de la entrevista se evidencia que el niño es

brusco en sus manifestaciones y deja ver que se le dificulta seguir instrucciones, sin embargo, el real motivo del encuentro era que la señora se siente bastante desatendida por el esposo, manifestando que siempre era así, pero ahora el esposo se siente más distante, no comparte con los hijos, hay ausencia paternal; se le recomendó a la madre tener espacios de integración con sus hijos, tener integración con sus hijos en un lugar diferente a su casa, esparcimiento fuera del hogar, Se le explicó que los cambios físicos y psicológicos en la adolescencia son el motivo por el cual ella ha visto estas conductas, y son características propias del adolescente.

DISCUSIÓN

Uno de los principales aspectos a analizar en este tema de las habilidades socio afectivas son los modelos presentados en la familia, con respecto a investigaciones realizadas con relación a los estilos de crianza, se evidencia por medio de las entrevistas, el estilo permisivo e indiferente, evidenciándose dificultades como la agresividad, baja autoestima, problemas de conductas disruptivas que se presentan más a nivel escolar, debido al mal manejo de repertorios sociales que afectan la convivencia.

En base a la literatura realizada para la elaboración del proyecto la Institución educativa debe ofrecer al estudiante un clima acogedor, motivador y placentero para lograr un efecto positivo en el rendimiento escolar, pero esta realidad no se ve reflejada debido a la falta de espacios adecuados para los estudiantes, el sobrecupo en los salones, la desmotivación del estudiante, entre otros. Sumado a esto se evidencia factores que dificultan un clima adecuado de convivencia en el aula como conductas agresivas, conductas disruptivas y el estrés del docente.

Por lo tanto es necesario que en la institución existan programas sociales que contribuyan al desarrollo de una sana convivencia y sería acertado el reforzar las habilidades sociales, conocidas como aquellas habilidades comportamentales que posibilitan la adaptación a los niños, niñas y adolescentes ante las exigencias del medio social y les asegura el éxito en las relaciones sociales posteriores, así que esta responsabilidad no recae únicamente en los hogares sino que se debe orientar y acompañar desde el colegio, para ello, es indispensable la presencia de un profesional en este campo para que lidere la realización de estos programas psicosociales.

Además, es necesario que los docentes cuenten con espacios de esparcimiento ya que en la actualidad el docente no tiene una fácil labor, debido a los diferentes factores que se presentan dentro de la institución educativa mencionados anteriormente y el poco tiempo para manejar tantos procedimientos generan una carga extra que impide que se lleve a cabo una labor eficiente.

Al establecer los programas sociales mencionados anteriormente de manera continua es un aporte importante para disminuir las conductas presentadas entre los estudiantes dentro del plantel, además diseñar nuevas propuestas en la que se brinden espacios para que desarrollen su liderazgo y capacidad en la toma de decisiones en los cuales el estudiante debería disfrutar de los espacios del mismo para su continuo aprendizaje y desarrollo social

Sin embargo, en las intervenciones realizadas se presentaron inconvenientes al comienzo debido a la falta de motivación de los estudiantes pero manifestaron un cambio de actitud ante las diferentes actividades propuestas ya que representaban un cambio en su ambiente escolar. Es necesario reconocer que las intervenciones son de suma importancia para detectar los casos críticos que deben ser estudiados y manejados de manera continua, debido a que cada estudiante esta pasando por periodos críticos en su desarrollo y necesitan pautas y orientación para tomar decisiones adecuadas.

Se pudo detectar en los resultados del instrumento TMMS aplicados en los estudiantes de noveno grado que tienen una adecuada comprensión, percepción y regulación de sus emociones pero mediante observación se puede detectar que ante situaciones de conflicto no saben autorregular sus

emociones, no hay medidas ante las consecuencias de sus actos esto es por la pobre imagen que tienen de si mismos y el deterioro en las relaciones familiares que no les permiten disfrutar de sanas relaciones en la adolescencia. Por lo tanto es necesario que al estudiante se le escuche y se le brinde orientación inmediata y que se les indiquen adecuados procedimientos a seguir

Por lo tanto, al identificar que los niños, niñas y adolescentes no han tenido buenos modelos en sus hogares a la hora de establecer sanas relaciones interpersonales es necesario por medio de técnicas conductuales como el modelado, imitación, reforzamiento que modifiquen estas conductas, aplicarlas de manera continua en el ámbito escolar que faciliten el entrenamiento de estas habilidades sociales. En efecto, se pueden obtener resultados más efectivos al realizar un trabajo en conjunto entre el colegio y la familia, por consiguiente, es necesario la orientación a padres y profesores a la hora de complementar estas técnicas en horas de clase y en el ambiente familiar.

CONCLUSIONES

El aprender a convivir no es una tarea sencilla pero es un gran paso que contribuye al desarrollo personal y emocional. Por ello es necesario generar en este caso en el ámbito escolar tiempos de calidad para reforzar esas habilidades sociales que contribuye a mejorar las relaciones entre los compañeros y maestros.

La Institución Educativa Técnica Ciudad Luz de Ibagué evidencia distintas problemáticas sociales de convivencia entre sus estudiantes, para cuyo manejo la institución solo posee procedimientos de tipo disciplinario registrados en el Manual de Convivencia, carece de psicoorientador y de programas continuados para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales a nivel escolar.

Se realizó una intervención psicosocial en la institución, a partir de la cual se implementó un paquete de acciones psicosociales para el reconocimiento y fortalecimiento de las habilidades afectivas y sociales de los estudiantes a través las cuales potenciaron sus habilidades socioafectivas, reflejando una disminución en los niveles de agresividad e intolerancia y mejorando la convivencia en el contexto educativo.

Esta intervención permite empoderar a la comunidad pedagógica de la institución (directivos docentes y docentes) con un conjunto de herramientas y técnicas conductuales que facilitan la construcción de una sana convivencia escolar, de manera que su aplicación sea continua.

RECOMENDACIONES

Realizar investigaciones para identificar los estilos de crianza aplicados en los hogares de los estudiantes de la institución, según estudios realizados en el presente trabajo, para determinar la influencia de éstas en el desarrollo de conductas disruptivas ya presentadas, con el fin, de que al realizar los encuentros con los padres se brinde una orientación más precisa con respecto a las pautas adecuadas que se deben tener en cuenta a la hora de la formación de los hijos.

Es importante que se fortalezcan los programas transversales que ya existen en la institución educativa, que en este caso se toma como ejemplo el de escuela para padres, el cual es necesario que se realice de manera continua, es decir, que se establezcan fechas periódicas para que no se pierda la secuencia y el interés de los padres que participan en ellos, además de motivar y cuidar la asistencia a estos eventos.

La aplicación de programas que permitan el desarrollo de conductas prosociales, con tiempos y espacios diferentes en los que se pueda fortalecer las relaciones interpersonales de una manera práctica y se resalten acciones de compañerismo, empatía, trabajo en equipo, entre otras. En cuanto al bienestar de los estudiantes, es importante que por parte de los educadores se maneje un lenguaje óptimo que contribuya a la formación o alcance de una visión adecuada de lo que ellos desean obtener del estudiante, eliminando las manifestaciones de crítica o

señalamiento de los aspectos negativos, para que el mismo estudiante pueda proyectar una imagen positiva de sí mismo, al tiempo que mejora su autoestima.

Brindar espacios al docente con actividades lúdicas en las que se pueda liberar la tensión y el estrés causados por las cargas asignados y por los inconvenientes presentados con los estudiantes, además de mejorar las relaciones entre los mismos maestros, compartiendo tiempos de calidad y permitiendo que se expresen.

Gestionar ante los entes responsables la asignación de un Psicoorientador para la institución, que lidere los programas de convivencia pacífica y vele por la construcción de ambientes sociales saludables dentro de la institución.

Programar dentro de las jornadas pedagógicas para docentes, el desarrollo de actividades de orientaciones respecto al manejo asertivo de problemáticas de convivencia y formas de implementar adecuadamente las herramientas para el manejo exitoso de ellas.

Empoderar al Comité de Convivencia Institucional para que cumpla una función efectiva en pro del fortalecimiento de habilidades socioafectivas entre los estudiantes.

IDENTIFICACION DEL PERFIL PROFESIONAL Y OCUPACIONAL

El perfil de todo profesional de psicología debe de estar enmarcado en la línea del trabajo en comunidad; para ello se debe enfatizar en el desarrollo de diversas cualidades y aptitudes personales. El psicólogo en general es un profesional de crecimiento continuo que atraviesa nuevos horizontes y desafíos en su que hacer diario, y más allá de ello su relevancia radica en la identificación y la disposición por darse a los demás y entablar estrategias para mejorar la calidad de vida de la comunidad en general. Para ello es necesario estar actualizado sobre temas relacionados con la disciplina teniendo en cuenta que el conocimiento esta en permanente construcción.

El profesional en psicología debe estar comprometido con su trabajo y de manera critica realizar ajustes necesarios para el mejor desarrollo de los diferentes procesos en los cuales esta involucrado. Además cada proyecto que realice, debe poseer el rigor científico necesario y ser desarrollado con responsabilidad y ética; teniendo en cuenta este conocimiento de la disciplina y los aportes y relación con otras disciplinas, estará en posibilidad de desempeñarse eficientemente en la identificación, análisis, investigación e intervención en problemáticas asociadas con variables y procesos psicológicos en diversos ámbitos tales como: salud, educación, empresa, y especialmente la comunidad como espacio de construcción del desarrollo humano.

REFERENCIAS

- ARES PARRA ANTONIO. (2012). *El liderazgo en los grupos*. Escuela universitaria de trabajo social. Madrid
- BORJA, I y ROMERO, E. (2009). Estilos parentales percibidos, psicopatología y personalidad en la adolescencia. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, Vol. 14, N. ° 2, pp. 63-7.
- BUTLER Y GRUDSON (1981). Habilidad social. Manual de técnicas de modificación de conducta. España.
- CAMPO TERNERA, MARTINEZ YADIRA. (2009). *Habilidades sociales en estudiantes de psicología de la universidad Simón Bolívar*. Colombia.
- CUERVO, A. (2009). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *perspectivas en psicología*, vol. 6, núm. 1, enero-junio, 2010 pp. 111-121.
- GARCIA ROJAS ANTONIO. (2010). *Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de educación social*. Universidad de Huelva.

GILBERT Y CONOLLY. (1995). Tema 7. *Habilidades sociales*. Tema 7.5 los tipos de habilidades sociales.

ROSA, E Y AGUDELO R. Estilos Educativos Paternos: Aproximación a su conocimiento.

Universidad Pedagógica Nacional. Tomado el 10 de agosto de 2013 por

www.pedagogica.edu.co.

VALENCIA, LAURA y HENAO LOPEZ, GLORIA CECILIA (2011). Acta Colombiana de Psicología. *Relaciones entre el clima social familiar y el desempeño en habilidades sociales en niños y niñas entre dos y tres años de edad*, 14 (1): 19-30, 2011.

A N E X O S

ANEXO A. FORMATO DE ENTREVISTA APLICADA A DIRECTIVOS DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA “CIUDAD LUZ” DE IBAGUE



INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE

FORMATO DE ENTREVISTA APLICADA A DIRECTIVOS DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “CIUDAD LUZ” DE IBAGUE

La siguiente entrevista es realizada a las Coordinadoras (jornada mañana y tarde) de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, con el fin de obtener información necesaria para realizar un diagnóstico de necesidades.

Nombre: _____ Perfil y Cargo: _____

Fecha: _____

CUESTIONARIO:

¿Cuántos y Cómo están distribuidos los cursos o grados en la institución?

¿Cuántos estudiantes hay por salón?

¿Qué horario de clase maneja la institución?

¿Cuál es la problemática social que presenta la institución?

¿Cuál de los aspectos de la problemática requiere una atención inmediata?

¿De que manera cree usted que la intervención psicológica puede brindar una solución a dicha problemática?

¿La Institución Educativa cuenta con un profesional en psicología?

¿Cuál es el procedimiento que sigue la Institución en temas relacionados a la problemática mencionada anteriormente?

¿La Institución Educativa cuenta con programas sociales que intervengan en el mejoramiento del clima escolar?

ANEXO B. FORMATO ENTREVISTA APLICADA A DOCENTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE



INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE

ENTREVISTA APLICADA A DOCENTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE

La siguiente entrevista es realizada a los docentes (jornada mañana y tarde) de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, con el fin de obtener información necesaria para realizar un diagnóstico de necesidades.

Nombre: _____ Perfil y Cargo: _____

Fecha: _____

CUESTIONARIO

¿Qué materia dicta en la Institución Educativa?

¿Cuántos años lleva trabajando como docente en la Institución?

¿Cuales son las mayores dificultades para desempeñar su labor en la institución?

¿Cuales son las mayores dificultades que presentan los estudiantes en la institución?

¿Que soluciones propone para mejorar el desarrollo de un buen clima escolar?

¿Cuál es el procedimiento a seguir con los estudiantes que generan conflictos en el aula?

ANEXO C. FORMATO OBSERVACIÓN DIRECTA



INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE
LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUÉ

FORMATO DE OBSERVACIÓN DIRECTA

Ficha de registro de observación para los estudiantes de la Institución Educativa Técnica Ciudad Luz, la cual permite realizar el diagnóstico de necesidades

Fecha de observación _____ Hora: _____

Lugar: _____ Observador: _____

Conducta observada	Comentario

ANEXO D. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES A LOS ESTUDIANTES

INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE GUIA PARA PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA A LOS ESTUDIANTES	
Dirigido a:	los grados: grados 6C, 7A, 7B, 7C, 8ª, 8B, 9B, 10A y 11A
Numero de participantes:	274 estudiantes
Objetivo:	Observar como los estudiantes se desenvuelven dentro de su ambiente escolar y en trabajo grupal. Romper el hielo
Duración:	Una hora
Lugar:	Salón de clase
Materiales:	Cartulinas, hojas, lapiceros.
Descripción:	Se realizó esta actividad con el fin de que los estudiantes se familiaricen con la nueva figura (practicante de psicología), que se encuentra en la Institución.
Fundamentación:	Se inició con una dinámica de presentación en la cual cada estudiante coloca tres características que los identifiquen como son: un aspecto físico, una cualidad y la actividad que más le guste realizar. Al finalizar se recogieron los papeles sin marcar y un estudiante al azar escogió un papel y al leer las características identificó al compañero, luego se le pidió que mencionara otra cualidad.
Dinámica: 15 min.	
Exposición: 10 min.	Se presenta ante el grupo los temas propuestos para el semestre resaltando los términos como; habilidad social, asertividad, afectividad y emociones.
Trabajo colaborativo:	Se formaron grupos de seis personas a las cuales se les entregaron varias palabras para que construyan un concepto, esto acerca de los temas a tratar como el de las habilidades sociales, la asertividad, las emociones y afectividad, luego de armar la frase cada grupo construyó una idea acerca del tema que le

20 min.	correspondió
Socialización: 10 min.	Un representante de cada grupo presentó a los demás la idea desarrollada por el grupo.
Observaciones de la actividad.	Algunos estudiantes pusieron resistencia al tener que formar grupos, pero finalmente realizaron la actividad.

**ANEXO E. FORMATO ASESORÍA PERSONALIZADA A ESTUDIANTES Y PADRES
DE FAMILIA DE CASOS ESPECÍFICOS REMITIDOS POR LOS DOCENTES**



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ
FORMATO CITACION ESTUDIANTES A ASESORIA PSICOLOGICA**

Nombre del estudiante: _____

Grado: _____

Fecha: _____

Docente que autoriza la salida a psicología: _____

Firma: _____

ANEXO F. FORMATO REGISTRO DE ASISTENCIA ASESORIA PSICOLOGIA DE ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE



INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ
IBAGUÉ-TOLIMA

Registro de Asistencia a Asesoría Psicológica de Estudiantes y Padres de familia

Fecha y hora	Nombres de los Padres o acudientes presentes	Nombre estudiante	Grado	Firma

**ANEXO G. FORMATO TALLER ESCUELA PARA PADRES DESARROLLADA CON
LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS GRADOS PREESCOLAR Y PRIMERO DE
BASICA PRIMARIA DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE**

<p>INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE</p> <p>TALLER DE ESCUELA PARA PADRES</p>	
Dirigido a:	Padres de familia (preescolar y primero de básica primaria)
Numero de participantes:	45
Objetivo:	<p>Generar un espacio de reflexión y concientización sobre la necesidad de seguir jugando y fomentar el juego con los niños y las niñas. Vivir en primera persona momentos de juego, de ilusión y de imaginación.</p> <p>Tomar conciencia de aquello propio que nos aleja o acerca en la manera de relacionarnos y comunicarnos con los niños y las niñas.</p> <p>A partir de nuestras vivencias evaluar nuestra capacidad de evocar emociones de alegría y bienestar fruto del juego en la infancia.</p> <p>Brindar pautas básicas el desarrollo de actividades enfocadas al fomento del juego con los niños y las niñas.</p>
Duración:	Dos horas
Lugar:	Salón de clase
Materiales:	Video beam, globos, regalos.
Descripción:	<p>Se inició con una dinámica de integración</p> <p>Luego se expone la temática con videos de concientización acerca del ejemplo que damos en el hogar.</p> <p>En la temática del juego se analiza acerca de la importancia de dedicarle tiempo de calidad en los que se fortalece la atención, a los hijos en los cuales ellos disfruten de su niñez.</p>

Fundamentación:	<p>El juego componente básico, innato en la naturaleza humana. Necesidad de placer y bienestar.</p> <p>Es una actividad placentera que fomenta y desarrolla la capacidad de disfrutar, divertirse y recrearse.</p> <p>Estimula la atención, la memoria, el equilibrio la imaginación, la comunicación, el aprendizaje la fuerza, la creatividad, la fantasía, controla la ansiedad, la facilita la resolución de conflictos y el desarrollo moral, la cooperación y solidaridad, facilita el desarrollo del lenguaje, la comunicación, la confianza, la autoestima.</p>
Trabajo colaborativo:	<p>Cada padre y madre de familia se amarran una bomba al tobillo y tratan de explotar la bomba de su compañero.</p> <p>El ganador se lleva un regalo para sus hijos.</p>
Socialización:	<p>Se les dio un espacio a los padres de familia para que dieran su punto de vista o realizaran preguntas.</p>

ANEXO H. GUIA DE TALLER DE INTERVENCION APLICADA A ESTUDIANTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE RESPECTO A LA TEMATICA IDENTIFICACION Y MANEJO DE EMOCIONES

IDENTIFICACION Y MANEJO DE EMOCIONES

INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE	
Dirigido a:	los grados: 6ª, 6C, 7B y 9ª
Numero de participantes:	117 estudiantes
Objetivo:	<p>Reconocer e identificar emociones y sentimientos.</p> <p>Comprender las causas que los producen.</p> <p>Analizar las diferencias y relaciones entre lo que pienso, siento y hago.</p> <p>Aprender a expresar mis emociones.</p> <p>Aprender a controlar la expresión negativa de mis emociones.</p>
Duración:	Una hora
Lugar:	Salón de clase
Materiales:	Marcador, Tablero, hoja de preguntas.
Descripción:	Se brinda un espacio en el que los estudiantes exploran su mundo emocional y adoptan técnicas para aprender a controlar situaciones de conflicto.
Fundamentación:	<p>Se realiza una presentación acerca de la relación y proceso que cumplen las emociones que se desarrollan en nuestro organismo, aplicándolo a ejemplos de la vida diaria en especial en situaciones vividas en la Institución.</p> <p>Se exponen algunas técnicas para la autorregulación de las mismas, en este caso sobre la ansiedad y el enojo, de las cuales mencionamos: Respiración profunda, Detención del pensamiento, Relajación muscular,</p>

	<p>Ensayo mental.</p> <p>En uno de los grupos del grado noveno se aplicó una evaluación sobre la inteligencia emocional denominada Trait-Meta Mood Scale (TMMS), en el cual comprende tres aspectos a evaluar como son: la percepción, comprensión y regulación de las emociones.</p>
<p>Trabajo colaborativo:</p> <p>20 min.</p>	<p>Narración de historia con preguntas, sociodrama.</p>
<p>Socialización:</p> <p>10 min.</p>	<p>Se expusieron las respuestas y se representan situaciones de conflictos en los cuales se evidenciaba las reacciones positivas y negativas.</p>

**ANEXO I. GUIA DE INTERVENCION APLICADA A ESTUDIANTES DE LA I.E.T.
CIUDAD LUZ DE IBAGUE RESPECTO A LA TEMATICA DE LA ASERTIVIDAD**

LA ASERTIVIDAD

INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE	
Dirigido a:	Estudiantes grados 9 ^a , 9B, 7 ^a .
Numero de participantes:	98
Objetivo:	<p>Lograr establecer un vínculo comunicativo sin agredir a su interlocutor, pero tampoco sin quedar sometido a su voluntad. Por lo tanto, puede comunicar sus pensamientos e intenciones y defender sus intereses.</p> <p>Fortalecer el compañerismo y las habilidades de relación con los demás, profundizando en los sentimientos, valores, virtudes y defectos entre compañeros</p>
Duración:	Dos horas
Lugar:	Salón de clases
Materiales:	Hojas, lapiceros
Descripción:	<p>Se le proveen unas técnicas de asertividad para tener en cuenta a la hora de entablar una conversación. En los grupos de novenos se reunieron en equipos de tres personas y presentaron los derechos sociales que tenemos como individuos en diferentes ámbitos como en la casa y el colegio, para mencionar algunos: derecho a tener opiniones propias, a sentir y expresar el dolor, a decir NO, entre otras.</p> <p>Ser asertivo significa dejar que los demás sepan lo que sientes y piensas de una forma que no les ofenda, pero que al mismo tiempo te permita expresarte.</p>
Fundamentación:	Ser asertivo significa dejar que los demás sepan lo que sientes y piensas de una forma que no les ofenda, pero que al mismo tiempo te permita

	expresarte.
Trabajo colaborativo:	<p>Se inicia con una reflexión acerca de la importancia de conocer a las personas que están alrededor y con las cuales compartimos todo el año escolar, en el cual debían realizar una entrevista con un compañero al azar para identificar diferentes aspectos que permitiera conocer más acerca del otro. Sentados en círculo, por parejas, cada uno entrevistó al otro durante diez o quince minutos y realizaron preguntas encaminadas a conocer al otro como "amigo íntimo" con sus sentimientos, valores, virtudes y defectos. Después de ello, se llevo a cabo la presentación ante todo el grupo, debiendo cada cual presentar al compañero entrevistado. Se termina compartiendo con el gran grupo cómo se ha sentido cada uno a lo largo del ejercicio. Se manifestó la imagen que proyectan ante el grupo. Dentro de esta actividad se establecen tiempos para que las personas que tengan dificultades en las relaciones expongan el caso, realizando preguntas directas, en esta ocasión se presenciaron palabras ofensivas, incómodas, inapropiadas, sin embargo las respuesta fueron asertivas ante los ataques, esto permitió además que se aclararan algunas ideas o percepciones que se tenían de algunos compañeros y que se pudieron corregir o modificar. Se pudo evidenciar una buena receptividad a la hora de mencionar las preguntas realizadas a los compañeros.</p>
Socialización:	<p>Se reúnen por grupos, se presentan unos casos y cada grupo coloca las respuestas que cumpla con las características de asertividad.</p> <p>En otros grupos se les pide una grafica o una historieta en donde quede plasmado momentos en que manifiestan conductas agresivas, asertivas y pasivas.</p>

ANEXO J. GUIA DE INTERVENCION APLICADA A ESTUDIANTES DE LA I.E.T. CIUDAD LUZ DE IBAGUE RESPECTO A LA TEMATICA DEL AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA

EL AUTOCONOCIMIENTO Y LA AUTOESTIMA

INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIO AFECTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ DE IBAGUE	
Dirigido a:	grados: 8B, 10B, 9ª, 9B, 7B, 7C, 8ª
Numero de participantes:	184 estudiantes.
Objetivo:	<p>Analizar nuestras capacidades y características personales y sociales</p> <p>Contribuir al desarrollo de una imagen personal positiva de los participantes</p> <p>Definir el concepto de autoestima y autoconocimiento</p> <p>Identificar fortalezas, cualidades, habilidades personales y debilidades</p>
Duración:	Dos horas
Lugar:	Salón de clase
Materiales:	Hojas de colores, fotocopias, lapiceros
Descripción:	
Fundamentación:	<p>El auto concepto o concepto de sí mismo, que hace referencia a aspectos cognitivos o de conocimiento, se define como el conocimiento y las creencias que el sujeto tiene de él mismo en todas las dimensiones y aspectos que lo configuran como persona.</p> <p>La autoestima es, por tanto, la valoración que el sujeto hace de su autoconcepto, de aquello que conoce de sí mismo.</p>
Trabajo colaborativo:	Se desarrollaron conceptos como el autoconocimiento y autoestima, y se realizaron actividades escritas en las cuales identificaban aspectos importantes que comprenden los conceptos anteriormente mencionados, en los cuales encontramos: cualidad, defectos, atributos físicos, habilidad, que produce alegría y temor, hábitos negativos, lo que más les gusta

	hacer.
Socialización:	Se exponen los conceptos que obtienen de los compañeros, resaltando los aspectos positivos que fortalecen el autoestima.

ANEXO K. DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS CON ESTUDIANTES DE PRIMARIA

Dirigido a:	2B, 2ª, 3ª, 4ª, 3B, 1B, 2B, 5ª, 4B
Numero de participantes:	315
Objetivos de los temas propuestos:	<p>Reconocer e identificar emociones y sentimientos.</p> <p>Comprender las causas que los producen.</p> <p>Analizar las diferencias y relaciones entre lo que pienso, siento y hago.</p> <p>Aprender a expresar mis emociones.</p> <p>Aprender a controlar la expresión negativa de mis emociones.</p> <p>centrar la atención en los dos aspectos del modelado cognitivo: lenguaje y acciones</p>
Temas tratados:	<p>Identificación y Manejo de emociones</p> <p>Seguir instrucciones: “el gato copión”</p> <p>Toma de decisiones</p> <p>Habilidades sociales</p> <p>Autoestima</p>
Lugar:	Salón de clase
Materiales:	Rompecabezas, colores, hojas, papel craft
Descripción:	En este espacio se encuentran reunidos los temas tratados a los niños y niñas de la Institución, los cuales no se especifican debido a que el contenido ya esta establecido en guías anteriores con la excepción de que fue necesario implementar actividades que reforzaran la atención y acatamiento de normas, debido a conductas disruptivas presentadas en el

	salón de clase.
Trabajo colaborativo:	En todos los temas se implementaron materiales, trabajando lo que mas les gusta hacer a los niños según su edad. En la mayoría de los casos se realizan dibujos.
Socialización:	Se pudo evidenciar en la mayoría de las actividades la participación activa de los estudiantes. Es necesario implementar estrategias para el control y desarrollo de las actividades.

ANEXO L. FOLLETO INFORMATIVO ACERCA DE LAS HABILIDADES SOCIALES

ADOPTEMOS UN ESTILO ASERTIVO EN LA COMUNICACIÓN

"DECIR LO QUE SIENTO EN UN MARCO DE RESPETO"

- Habla en primera persona.
- Es directo, claro, respetuoso, positivo, comprensivo y responsable.
- Reconoce al otro como una persona de valor, con derechos.
- Sabe escuchar.
- El tono es suave. Su mirada es directa, hace contacto visual.
- Sabe lo que quiere y lo expresa directamente sin herir.
- Sabe pedir.
- Se siente bien consigo mismo.
- Sus amigos saben que cuentan con él/ella.
- Sabe expresar sus sentimientos ya sean positivos o negativos y sus necesidades sin molestar.
- Sabe decir que no.



*Una sonrisa significa mucho.
Enriquece a quien la recibe;
sin empobrecer a quien la ofrece.
Dura un segundo pero su
recuerdo, a veces, nunca se borra.*

HERRAMIENTAS PARA FORTALECER LAS HABILIDADES SOCIALES

EL INGREDIENTE MÁS IMPORTANTE EN LA FÓRMULA DEL ÉXITO ES SABER LLEVARSE BIEN CON LAS PERSONAS.



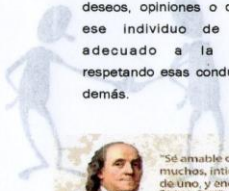
UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA
ESCUELA DE CIENCIA SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE PSICOLOGIA
PRACTICANTE DE PSICOLOGIA:
HEFZIBA RANGEL GUARIN

HABLEMOS DE: HABILIDADES SOCIALES

En cada una de las cosas que hacemos hay un componente de relaciones con los demás que determina en gran medida (facilitando o entorpeciendo) nuestra búsqueda de la felicidad.

¿Que son las habilidades sociales?

Son el conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás.



*"Se amable con todos, sociable con muchos, íntimo con pocos, amigo de uno, y enemigo de nadie."
Benjamin Franklin*



¿Por qué la gente no es habilidosa socialmente?

Aunque es en la infancia donde aprendemos en mayor medida a relacionarnos con los demás, es un proceso continuo durante toda la vida. Las razones por las que una persona puede no ser habilidosa socialmente se pueden agrupar en dos categorías:

- ⇒ La persona nunca las ha aprendido por que o bien no ha tenido un modelo adecuado o bien no hubo un aprendizaje directo.
- ⇒ Estas habilidades existen, pero hay factores que inhiben o interfieren con las conductas.



Elementos que componen las conductas habilidosas

La Mirada: Es muy importante en la interacción con los demás. Tanto que puede afianzar, quitar importancia o desmentir aquello que nuestros labios están diciendo. Como se ha dicho algunas veces "los ojos tienen su propio lenguaje".

La distancia interpersonal: Es el espacio personal de cada uno, una especie de esfera protectora que nos gusta mantener entre nosotros y el resto de los individuos.

La postura: Es algo que nuestro interlocutor percibe a simple vista y que conlleva un mensaje. Ejemplo: La inclinación de nuestro cuerpo hacia el interlocutor suele ser interpretado por este como muestra de atención y acercamiento, mientras que estar echado hacia atrás en la silla indica desinterés o rechazo.



ANEXO M. EVIDENCIA FOTOGRAFICA DE LAS INTERVENCIONES REALIZADAS CON LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA CIUDAD LUZ EN LA CIUDAD DE IBAGUE



Presentación de la propuesta a los estudiantes de la Institución Educativa



Presentación de la practicante de psicología ante los padres de familia en el primer encuentro de escuela para padres



Escuela para padres (preescolar):
“El juego, un lazo de amor”



Reunión de padres de familia (primero)



Intervenciones grupales, temas desarrollados:

Identificación y manejo de emociones

Habilidades sociales:

Asertividad

Autoconcepto y Autoestima



ANEXO N. EVIDENCIA DE TRABAJOS REALIZADOS EN LAS ACTIVIDADES DE INTERVENCIÓN GRUPAL.

Arabella Armas Carria 11^oB

Identifico mis emociones

Note su respiración. Note sus sensaciones físicas.

¿Registra algún sentimiento? *tristeza y tristeza*

¿Algún pensamiento? *decepción y descontrol*

¿Imagen? *(Dibujo de una persona triste)*

¿Esta emoción le hace sentir ganas de decir algo, pedir algo o hacer algo?
 ¿Usted nota que de alguna manera está interfiriendo o interrumpiendo la experiencia de esta emoción? *ca lo posible trato de no recordar*

¿Encuentra que se desconecta, que trata de evitar tener esa emoción o se dice a usted mismo que no puede manejarla? *pés no lo manejo trato de olvidar*

Focalícese en sus sensaciones internas y descríbalas.

ANÉCDOTA

QUE SUCEDIÓ	QUE HICE	QUE HUBIERA HECHO
<i>me mintieron, y algunas personas tratan de dudar de mi palabra</i>	<i>me da mucha rabia explota, y des pues ignora para no sentirme mal</i>	<i>hubiera tratado de dialogar hablar y porque me hubiera gustado saber por que me mintió y tratar de que bus no perdiera más, para que no dudara de mi palabra.</i>

Identifico mis emociones

Note su respiración. Note sus sensaciones físicas. *R= Se me acelera el corazón, mi respiración es más rápida.*

¿Registra algún sentimiento? *Me siento impotencia, tristeza, malgonio, rencor, odio*

¿Algún pensamiento? *R= Me siento muy decepcionado.*

¿Imagen? *(Dibujo de una persona triste)*

¿Esta emoción le hace sentir ganas de decir algo, pedir algo o hacer algo?
 ¿Usted nota que de alguna manera está interfiriendo o interrumpiendo la experiencia de esta emoción? *ca lo posible trato de no recordar y de seguir adelante como si nada hubiera pasado*

¿Encuentra que se desconecta, que trata de evitar tener esa emoción o se dice a usted mismo que no puede manejarla?

Focalícese en sus sensaciones internas y descríbalas.

ANÉCDOTA

QUE SUCEDIÓ	QUE HICE	QUE HUBIERA HECHO
<i>Me di cuenta que mientras mi papá estaba con mi mamá, tuvo una relación amorosa y tuvo un hijo, como soy tan consensada me afecto demasiado</i>	<i>Reaccione muy mal, lloro, sentia mucho odio hacia el y en mucho tiempo no lo hablo.</i>	<i>Primero hubiera hablado con el, padre, haberme calmado y reaccionar mejor.</i>

Senti mucho dolor al recibir la noticia.

Pense en ir donde el aparato por que se que es algo que nadie le gustaria pasar, y que esta solo sin nadie que le ayude.

(Dibujo de una persona triste)

Quiero actuar pero darle algo no se, darle mi ayuda por que es alguien que de corazón quiere mucho y quisiera hacer algo por el pero no puedo el esta lejos y no hay que comunicacion directamente con el.

es difícil para mi pero quisiera poder verlo para que cambie.

por la distancia entre nosotros para aconsejarte y ayudarlo

QUE SUCEDIÓ	QUE HICE	QUE HUBIERA HECHO

Kelly Garcia 11^oB

Identifico mis emociones

Note su respiración. Note sus sensaciones físicas.

¿Registra algún sentimiento?

¿Algún pensamiento?

¿Imagen? *(Dibujo de una persona triste)*

¿Esta emoción le hace sentir ganas de decir algo, pedir algo o hacer algo?

¿Usted nota que de alguna manera está interfiriendo o interrumpiendo la experiencia de esta emoción?

¿Encuentra que se desconecta, que trata de evitar tener esa emoción o se dice a usted mismo que no puede manejarla?

Focalícese en sus sensaciones internas y descríbalas.

ANÉCDOTA

QUE SUCEDIÓ	QUE HICE	QUE HUBIERA HECHO
<i>Es un amigo que vive muy mal con su mamá y ella fue transicional a una cárcel ahora el esta en la correccional porque conigo amigos y se volvió de la calle con vicios y me daña mucho por que el tener muchos metas y mi futuro por delante y tenerme así no me gusta quiero poder ayudarlo.</i>	<i>Cuando me enteré oílo lloraba y lloraba me acordaba mucho de el y pense como esta portandose en ese lugar el nunca pense que le tenia miedo estar en la cárcel y a esta edad.</i>	<i>si estuviera viviendo cerca de el lo cosas serian diferentes por que yo le ayudaria a pensar en otras cosas en pasar el tiempo disfrutando juntos hubiera mucho mucho</i>

Descripción Física

- contextura gruesa
- labios pequeños
- cabello castaño claro
- ojos claros (miel)
- cejas delgadas
- mediana estatura

Cualidades

- Tierna
- Amable
- extrovertida
- sociable
- ingeniosa
- Proactiva
- sonadora

Defectos

- Poco irresponsable
- malgeniada
- celosa
- agresiva
- cansada
- imponente

Compañera
Daniela Beltrán
Wisa Baquero

Angie Alexandra Mancilla Rojas 11B

Descripción Física.

Cualidades

- * Amables
- * Responsable
- * Respetuoso
- * Directo
- * Sincero

Defectos

- * Mentiroso
- * Grosero

Jajan Fernando Tujillo 10-B

Duvan Felipe Anzola L. 8B

Descripción Física

- alto
- nariz ancha
- orejas pequeñas
- ojos negros

Cualidades

- Responsable
- Serio
- Sensual
- Respetado

defecto

- vulgarizado

Descripción Física
Cualidades y defectos

Descripción física

Dibajo

- 1 yo soy de piel morena
- 2 mi pelo es de color negro
- 3 mis ojos son de color café oscuro
- 4 soy alta
- 5 soy muy menuda delgada

Cualidades y defectos

Cualidades

- 1 Ayudo a las personas cuando me necesitan si puedo
- 2 soy inteligente
- 3 soy muy alegre
- 4 me gusta bailar
- 5 cuando tengo problemas trato de solucionarlas hablando me gusta cocinar.

Defectos

- 1 cuando tengo mal humor no me gusta que me toquen
- 2 un poco fastidiosa

maria fernanda rodriguez
posantej

9-13

TMMS-24.

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Debería
27

Debería uno
por seleccionar

19
Debe mejorar

Nombre: Lesly Daniela Gonzales F. Grado: 3.º1 Fecha: Mayo 17

mi Vida.

nací el 26 de agosto del 2004 en Ibagué - vivo en el portal de la virgen 2 MZ: A casa 14 con mi mamá y mis dos hermanas tengo 9 años soy alta, morena, delgada tengo ojos café oscuros, y mi cabello es largo y castaño.

mi color preferido es el azul, rosado, Plútiabo y Morado mi comida preferida es el pollo, espagueti, almondiga mi deporte preferido patinaje los días de Navidad y mis cumpleaños son mis momentos más alegres.

cuando pierdo las evaluaciones y cuando no me dejan salir de casa a jugar con mis amigas son mis momentos más tristes mi meta conseguida asta hoy es haber ganado todos los años cursados.

no etenido fracasos por que todo lo que me propongo lo logro con ayuda de mi familia. mi entorno familiar es muy agradable soy la menor de mis hermanas y me ayudan con mis tareas y trabajos y me aman en mi colegio me gusta y mi profe es agradable



NOMBRES: Monica Maria Milla
Jhon Riemer Rueda
Jhonatan Laguna

JB.

Yo tengo derecho a:

EN MI CASA:

- Estudiar
- A tener buena educacion
- A tener una familia
- A tener un hogar
- A que mis padres me quieran

EN MI COLEGIO A:

- tener respeto
- A que los profesores me traten bien
- A un descanso
- A que mis compañeros no respeten
- A que me den buena educacion

EN MI GRUPO DE AMISTADES A:

- que me respeten
- A NO discriminarme
- A que me ayuden
- A que no lo traten mal
- A que me quieran

Los otros tienen derecho a recibir de mi

- Amor
- respetarlos
- honorarlos
- Pedir mis materias, para que mis padres digan oia si estudio
- querellos

EN MI GRUPO DE AMISTADOS A

- que yo los respete
- que los ayude
- que los ayude en alguna dificultad
- A ayudarlos
- A NO discriminarlos

Derechos en la casa:

- * derecho a la educación
- * " a la opinión
- * " (o) respetar respeto
- * " al afecto de mis padres
- * " " (o) fragar (o) alimentación)

Derecho en mi colegio

- * Derecho a compartir con mis compañeros
- * " " (o) respetar a los Profes
- * Derecho a ser respetado s con mis amigos
- * Derecho a respetar
- * Derecho a ser tolerante

Derecho en el grupo de amigos

- * Derecho a reconocer de una forma pasiva
- * Derecho a expresarme libremente
- * Derecho a opinar
- * Derecho a vestir y respetar
- * confianza

Recibir derecho en la casa

* Cariko

* Amor

* honestidad

* Sinceridad

En mi grupo de amistad

* Confianza

* Amistad

* honestidad

* Sinceridad

En el Colegio

*

*

* derechos



Las HABILIDADES Sociales y Conductas Positivas

Preguntas

- 1- ¿Que situaciones de tu vida te hace sentir inseguro?
- 2- ¿Has personas con las que te sienten mal?
- 3- ¿Como sueles relacionarte con esas personas?
- 4- ¿Te comportas como un Bicho?

¿Como se un centavo mal los demas ^{personas} en esos momentos?

Identificar la Emocion

	Te Jolrean Algun Niño En El Colegio
	Tiene Que Presentar Un Examen

Habilidades Sociales

Es la forma en que nos comportamos y lo que hacemos cuando estamos con los demas.

Conducta Posiva

En aquel estilo como comunicacion pero de persona que ceta muestra sus sentimientos o pensamientos por temor o incomprendidos

Conducta agresiva

Es estilo de comunicacion se sita en la plano pasivo a la sobre posibilidad caracterizandose por la sobre valoracion de los opiniones o sentimientos personales e tirando a los demas.

Respuesta

- 1- Cuando estoy con otras personas que son malos pues yo me siento mal y rechazo a esas personas
- 2- Si con algunas personas yo me siento mal.
- 3- Pues bien yo suelo relacionarme con otra persona pues bien
- 4- Si cuando me aben B. Brece Blaca yo relaciono muy mal relaciono con testando mal a las otras personas y las hago sentir mal.
- 5- Pues se están sintiendo mal por que están rechazado el trabajo a una persona responsable y tengo una persona irresponsable y la mate mal.

AN3.e LORENA ALDANA SOBOTAL.

3A

¿SABEMOS ESCUCHAR A LOS DEMÁS? ¿Y HABLAR CON LOS DEMÁS?

Contesta V (verdadero) o F (falso) en las siguientes conductas, y recuerda que no vale mentir:

- Soy respetuoso con los demás (V) (V)
- Hablo con un volumen de voz muy elevado (F) (V)
- No descalifico a mis compañeros y amigos (V) (V)
- Suelo elogiar a los demás por aquello que hacen bien (V) (V)
- Miro a los ojos a los demás cuando hablo con ellos (V) (V)
- Hablo muy rápido, con prisas (F) (V)
- Permito a los demás que también hablen (V) (V)
- Le doy la espalda al compañero cuando me habla (F) (V)
- Espero mi turno para hablar (V) (V)

Colorea en esta escena los niños o niñas que tengan una conducta adecuada en la conversación.

¿SABEMOS ESCUCHAR A LOS DEMÁS? ¿Y HABLAR CON LOS DEMÁS?

Contesta V (verdadero) o F (falso) en las siguientes conductas, y recuerda que no vale mentir:

- Soy respetuoso con los demás.
- Hablo con un volumen de voz muy elevado.
- No descalifico a mis compañeros y amigos.
- Suelo elogiar a los demás por aquello que hacen bien.
- Miro a los ojos a los demás cuando hablo con ellos.
- Hablo muy rápido, con prisas.
- Permito a los demás que también hablen.
- Le doy la espalda al compañero cuando me habla.
- Espero mi turno para hablar.

Colorea en esta escena los niños o niñas que tengan una conducta adecuada en la conversación.

AUTOBiografía De Daniela

Yo Daniela Tengo 8 años vivo con mis hermanas y mi mamá soy muy alegre tengo mi cabello claro ojos cafes soy delgada y blanca me gusta jugar y divertirme ver television hacer tareas prefiero salir a montar cicla que caminar he tenido muchos momentos alegres como tener a mi hermanita, ir a piscina, salir al parque, comer helado y estar con mi mamá.

Mis momentos tristes son cuando no me dejan ver television y me castigan por no hacer caso y momentos familiares son cuando una de nosotras cumplimos años y salimos en familia y escolares cuando la profe nos deja dibujar o jugar cuando nos hacen muchas cosas para aprender eso es parte de mi vida.

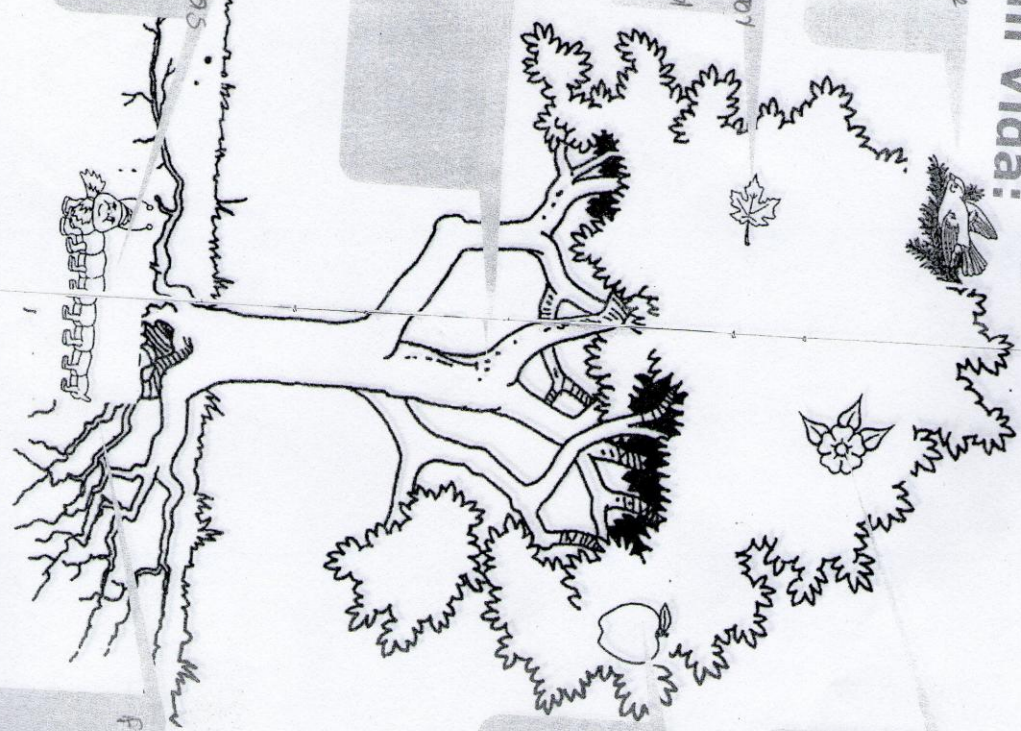
El Árbol de mi Vida:

toda mi familia & mi mejor amiga

lograr a ser una mejor persona y ser un profesional en el futuro

mi familia

en las malas compañías



Muchas cosas como cariño y mi sentimiento

Mis logros han sido el mejor regalo

Floresca caqueta

El Árbol de mi Vida:

mi mamá, mi abuela,
abuelo, mis hermanas,
mis tíos, mis
compañeros, y
tiempos desde hace

termina, mis estudios
ser una profesional,
Ser el orgullo de mi
familia y darle
toda la que necesite
a la sociedad.

toda mi familia me apoyó
mi mamá es la que me ayudó
para que yo salga adelante
y toda mi familia, mi abuela
mi papá, mis tíos que siempre
están pendientes de mí.

de mi nacimiento
de todos los problemas
que tengo, como las
peleas, soy problemática
y soy muy recobcheira.

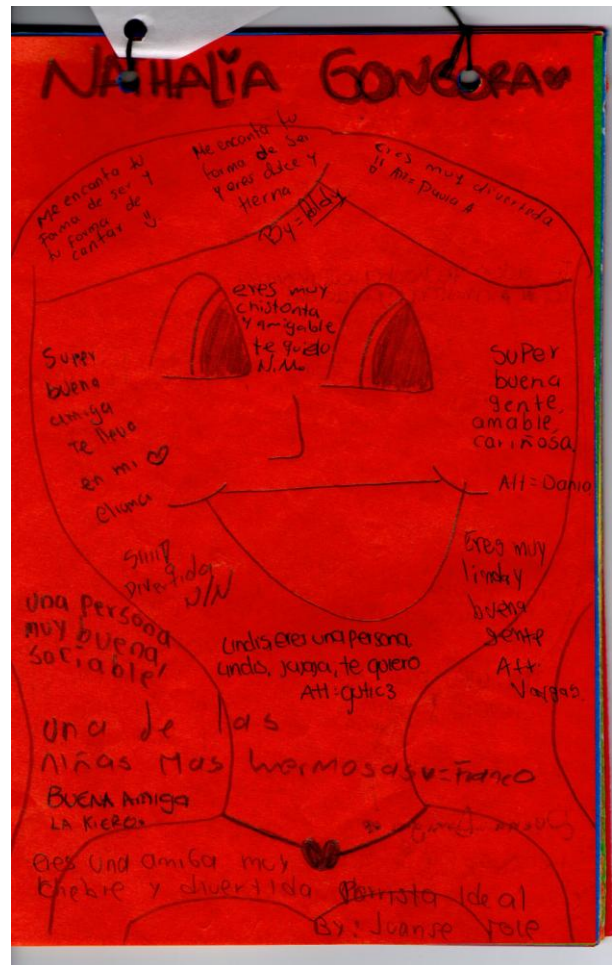
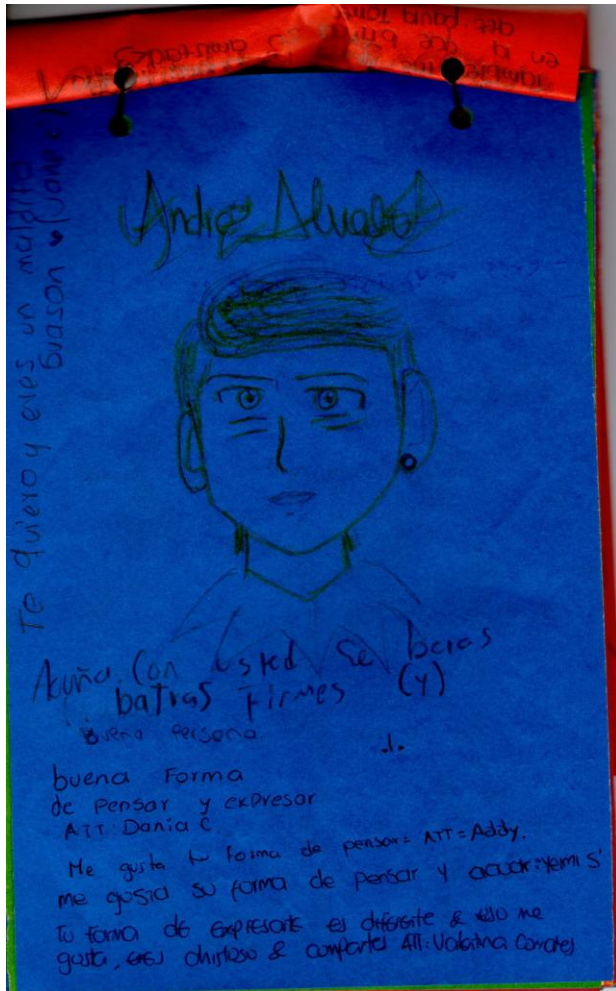
tengo para
ofender mi
amistad, mi
felicidad, agoda,
y solucionar
problemas o
concejos.

he pasado mis
años he
logrado crecer,
como persona y
en físico y
espíritu.

mi papá, y mis
abuelos por tanto
de papá han vivido
mucho en la vida,
mi mamá y mis
abuelos, que nos son
de apoyo y alegría
me han enseñado y
han vivido en paz e ibague.



Karen Natalia Quintero 8-A.







FELIS me siento ✓
 ESTOY en el parque ✓
 con mi amiguitos ✓



ABURRIDO ✓
 POR QUE ESTOY ✓
 CANSADO ✓



TRISTE POR ✓
 NO SER TANTO ✓
 NI CORRER RAPIDO



PENSATIVO ✓
 NO PUEDO SALIR ✓
 AL PARQUE ✓



ENojado ✓
 ESTOY bravo ✓
 NO PUEDO SALIR



PREOCUPADO ✓
 POR NO ASES ✓
 CASO POR NO PUEDE ✓
 SALIR ✓

2A/29

mar José



FELIS me siento feliz ✓
 cuando estoy ✓
 con mi hermano



me siento ABURRIDO ✓
 siempre



TRISTE me siento triste ✓
 cuando me canso



me siento PENSATIVO ✓
 siempre



ENojado me siento enojado ✓
 cuando ✓
 no me dejan comer



me siento PREOCUPADO ✓
 cuando pierdo el ✓
 go

maria fernanda RODRIGUEZ
posantej

9-13

TMMS-24.

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Relevada
27

Palla uno
por seleccionar

19
Debe mejorar

Jorge Luis Gaitán 0-2

65

TMMS-24.

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

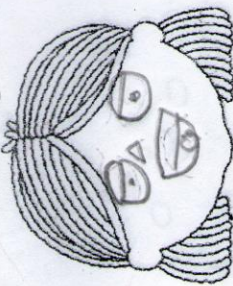
1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	X	
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	X	4	5	
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	X	
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	X	2	3	4	5	
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	X	2	3	4	5	29
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	X	5	
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	X	
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	X	
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	X	
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	X	
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	X	
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	X	2	3	4	5	35
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	X	
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	X	5	
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	X	
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	X	
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	X	
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	X	
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	X	
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	X	39
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	X	5	
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	X	
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	X	
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	X	

PARA GABRIEL

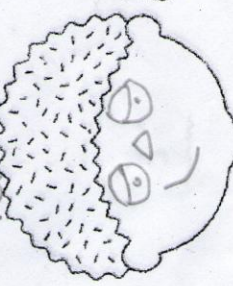
¡CUÁNTAS CARAS DISTINTAS!

COMPLETA LAS CARAS DE ESTOS CHICOS CON LAS EXPRESIONES QUE MÁS TE GUSTEN.

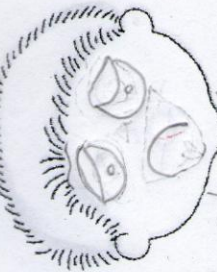
Alegre



Pesadito



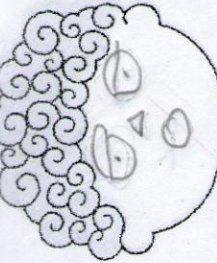
Triste



Aburrido



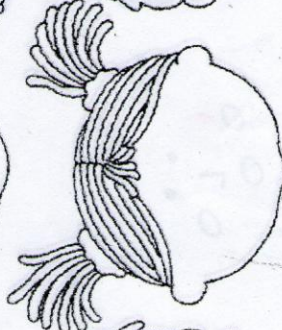
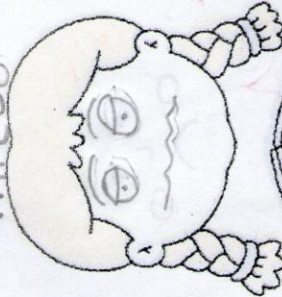
Sorrido



Enojado



Miedo



¡CUÁNTAS CARAS DISTINTAS!
COMPLETA LAS CARAS DE ESTOS CHICOS CON LAS EXPRESIONES QUE MÁS TE GUSTEN.

