

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Fortalecimiento de habilidades para la vida en las familias de niños, niñas y adolescentes
en condición de vulnerabilidad del programa “sembrando vida” en la institución padres

Somascos de Bucaramanga

Samara Millán Blanco Cod. 2143422

Trabajo de grado para optar al título de TRABAJADORA SOCIAL

Directora

Eugenia Jaimes Jaimes

Trabajadora Social

Especialista en farmacodependencia

Maestrante en Intervención Social

Universidad Industrial de Santander

Facultad de Ciencias Humanas

Escuela de Trabajo Social

Bucaramanga

2019

Dedicatoria

A mi madre, Nohemy Blanco por su esfuerzo y persistencia para sacarme adelante, apoyarme incondicionalmente en mis estudios, ser ejemplo de vida siempre y demostrarme que todos los sueños se pueden lograr con dedicación y esmero. Te amo con todo mi corazón.

A mi hermana, Tatiana Millán quien me acompañó durante este proceso y siempre estuvo orgullosa de mí y de mis logros. También estoy muy orgullosa de ti mi Terapeuta Ocupacional, eres una guerrera.

A mi gran amor y compañero de vida Jhon Florez por enseñarme a ser perseverante, creer siempre en mis sueños y ser luz en mis días de oscuridad.

A Paola Sanchez, amiga de mi corazón gracias por siempre estar ahí para mí, eres la mujer más noble que conozco y tienes un gran corazón.

A Wendy Chávez, mi amiga incondicional, quien siempre me ha dado estabilidad emocional y me ha enseñado con su infinita sabiduría a sobrellevar la vida.

A mis colegas Angie, Juli, Myriam, Andrea y Natha por todos los momentos vividos que me ayudaron a crecer personal y profesionalmente. Las quiero mucho.

Agradecimientos

A Dios por orientarme y brindarme la sabiduría necesaria para culminar mi carrera profesional.

Al programa Sembrando Vida por permitirme tener mi primera experiencia profesional en el ámbito de familia y redes; y a todos los profesionales por su paciencia, ayuda y comprensión.

A todas las familias que fueron parte del proceso por su participación activa y por acogerme en sus vidas, enseñándome con sus relatos, experiencias y vivencias.

A la profesora Eugenia Jaimes por su tiempo, dedicación y paciencia.

Tabla de contenido

	Pág.
Introducción	13
1. Objetivos	16
1.1. Objetivo General.....	16
1.2. Objetivos Específicos	16
2. Marco referencial	17
2.1. Marco teórico y conceptual	17
2.1.1. Paradigma Socio-Crítico.	19
2.1.2. Teoría del Aprendizaje social.....	20
2.1.3. Enfoques.....	21
2.2. Generalidades de la familia	25
2.3. Marco Legal	28
2.3.1. Normatividad Nacional	30
2.3.2. Normatividad Local.....	31
3. Contextualización.....	32
3.1. Congregación Orden de los Clérigos Regulares Padres Somascos.....	32
3.2. Análisis del Contexto Social.	35
4. Diagnóstico.....	38
4.1. Causas	42
4.2. Consecuencias.....	46
4.3. Obstáculos y dificultades	49

4.4.	Recursos	51
4.5.	Experiencias, aprendizajes y enseñanzas	52
5.	Propuesta “metamorfosis” programa sembrando vida: intervención desde trabajo social.....	63
5.1.	Estructura	64
5.2.	Intervención Participativa	65
5.3.	Implementación.....	67
5.3.1.	Manejo y resuelvo mis conflictos por medio de la comunicación asertiva.....	69
5.3.2.	El arte de disculparse y perdonar	71
5.3.3.	Decide y avanza.	73
5.3.4.	Dar y recibir.	76
5.3.5.	En los zapatos del otro	78
5.3.6.	Cierre de la escuela de padres.	81
5.4.	Evaluación del proceso de intervención.....	82
5.5.	Consideraciones éticas	88
6.	Alcances y resultados	89
7.	Conclusiones	91
8.	Recomendaciones.....	94
	Referencias bibliográfica	96
	Apéndices.....	102

Lista de Figuras

	Pág.
<i>Figura 1.</i> Niveles socioeconómicos Bucaramanga.....	37
<i>Figura 2.</i> Árbol de problemas elaborado con padres de familia y cuidadores del programa sembrando vida	53
<i>Figura 3.</i> Resultados de la habilidad control de emociones.	54
<i>Figura 4.</i> Expreso mi opinión ante un grupo de personas sin ningún problema.	55
<i>Figura 5.</i> Escucho sin interrumpir cuando otra persona está hablando conmigo.	55
<i>Figura 6.</i> Digo que NO cuando alguien me pide algo que deseo no hacer.	55
<i>Figura 7.</i> Pido disculpas cuando me equivoco	56
<i>Figura 8.</i> Me es difícil aceptar las disculpas que me ofrece otra persona.	57
<i>Figura 9.</i> Me cuesta tomar decisiones cuando enfrento un problema.	58
<i>Figura 10.</i> Me cuesta NO decir palabras ofensivas o burlarme de otras personas.	59
<i>Figura 11.</i> Recibo una crítica cuando alguien me dice que cometí un error o que debo mejorar en algo.	59
<i>Figura 12.</i> Puedo comprender los problemas de los demás.	60
<i>Figura 13.</i> Ayudo a otras personas cuando me necesitan.....	60
<i>Figura 14.</i> Reconozco mis errores.....	61
<i>Figura 15:</i> Implementación del diagnóstico	62
<i>Figura 16:</i> Actividad de interiorización “Perdonar sana el corazón”	73
<i>Figura 17:</i> Actividad de interiorización “Aprendiendo a decidir”.	75
<i>Figura 18:</i> Actividad haciendo y recibiendo críticas.....	77

<i>Figura 19:</i> Actividad de interiorización “En los zapatos del otro”.	79
<i>Figura 20:</i> Actividad de cierre, entrega de incentivos por la participación en el proceso ...	82
<i>Figura 21.</i> Actividad de cierre, entrega de diplomas.....	82

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1. Habilidades para la vida.....	24
Tabla 2. Normatividad Nacional sobre los derechos de la familia.	30
Tabla 3. Plan de trabajo, diagnóstico inicial.	40
Tabla 4. Plan de acción propuesta “Metamorfosis”	102

Lista de Apéndices

	Pág.
Apéndice A. Plan de acción.....	102
Apéndice B.: Cuestionario sobre habilidades para la vida implementado con padres de familia y cuidadores	104

Resumen

Título: Fortalecimiento de habilidades para la vida en las familias de niños, niñas y adolescentes en condición de vulnerabilidad del programa “sembrando vida” en la institución padres somascos de Bucaramanga *

Autor: Samara Millán Blanco **

Palabras claves: habilidades para la vida, teoría de aprendizaje social, familia, mejora de las relaciones familiares y sociales.

Descripción:

En el presente documento se encuentra el proceso de fortalecimiento familiar realizado mediante la modalidad de práctica social en la institución Padres Somascos, programa Sembrando Vida ubicado en el Norte de Bucaramanga. Esta intervención desde Trabajo Social se llevó a cabo con 12 familias en su mayoría nucleares y extensas, y tuvo por objetivo contribuir al fortalecimiento de habilidades para la vida en las familias con hijos e hijas con medida de protección del ICBF para cualificar el rol de formadores. Para realizar el diagnóstico se empleó la metodología mixta utilizando las técnicas de árbol de problemas y cuestionario; sin embargo, la implementación del plan de acción se realizó desde un enfoque participativo. Por otra parte, este trabajo se sustentó en la Teoría de Aprendizaje Social, pues permitió comprender la importancia de las familias y otros agentes socializadores en la construcción de conductas, actitudes y patrones de pensamiento del ser humano.

La práctica social permitió implementar espacios y generar las condiciones adecuadas para que madres, padres y cuidadores ampliaran sus conocimientos y pusieran en práctica las habilidades para la vida, logrando fortalecer las relaciones familiares y sociales, asimismo brindó a padres de familia herramientas para cumplir con su rol de formadores con el fin de prevenir, mitigar y superar las problemáticas sociales presentes en su contexto sociocultural.

* Trabajo de grado

** Facultad de Ciencias Humanas. Escuela de Trabajo Social. Directora: Eugenia Jaimes Jaimes, Trabajadora Social.

Abstract

Title: Strengthening of life skills in the families of children and adolescents in a condition of vulnerability of the “sowing life” program in the institution parents Somascos of Bucaramanga *

Author: Samara Millán Blanco **

Key word: life skills, social learning theory, family, improvement of family and social relationships.

Description:

In this document is the process of family strengthening carried out through the modality of social practice in the institution Parents Somascos, Sowing Life program located in the North of Bucaramanga. This intervention from Social Work was carried out with 12 mostly nuclear and large families, and aimed to contribute to the strengthening of life skills in families with sons and daughters with ICBF protection measures to qualify the role of trainers. To make the diagnosis, the mixed methodology was used using the problem tree and questionnaire techniques; however, the implementation of the action plan was carried out from a participatory approach. On the other hand, this work was based on the Theory of Social Learning, because it allowed us to understand the importance of families and other socializing agents in the construction of behaviors, attitudes and thinking patterns of the human being.

The social practice allowed to implement spaces and generate the appropriate conditions for mothers, fathers and caregivers to expand their knowledge and put into practice life skills, strengthening family and social relationships, also provided parents with tools to comply with their role of trainers in order to prevent, mitigate and overcome the social problems present in their sociocultural context.

* Bachelor Thesis

** Faculty of Human Sciences. School of Social Work. Director: Eugenia Jaimes Jaimes, Social Worker.

Introducción

Las habilidades para la vida hacen referencia al conjunto de destrezas y comportamientos aprendidos que las personas usan para enfrentar los problemas de la vida cotidiana, asimismo, son adquiridas mediante el entrenamiento intencional o a través de la experiencia directa por medio del modelado o la imitación (CEDRO, s.f.). Según la Organización Panamericana de la Salud, las habilidades para la vida se clasifican en habilidades sociales o interpersonales, habilidades cognitivas y habilidades para el control de emociones, cada una de ellas serán abordadas desde el proceso de práctica social dirigido a padres, madres y cuidadores.

Según (Arias Yáñez & Muñoz Quezada, 2014) cada individuo posee diferentes formas de ser, pensar y relacionarse en los diversos ambientes, lo cual está determinado por aspectos individuales, sociales y culturales como las creencias, raza, educación, lugar de residencia, entre otros. Sin embargo, en los contextos con alta vulnerabilidad, factores como el estrato socioeconómico, la familia, el vecindario, los valores y principios inculcados, los hábitos y las normas morales, ejercen gran influencia en el desarrollo de habilidades para la vida, así como en la generación y potencialización de comportamientos y actitudes ya sean violentos o altruistas; afectan a las personas que además conviven bajo situaciones de estrés y tensión socioemocional generadas por precarias condiciones de vida y de trabajo, baja escolaridad, pocos o nulos ingresos y, ambientes hostiles y peligrosos que les rodean, lo cual provoca dificultades en el desenvolvimiento social satisfactorio.

En las comunidades que viven en sectores marginados y en situación de pobreza, las habilidades para la vida cumplen un rol fundamental en el desarrollo de capacidades y apertura de oportunidades en los diferentes ámbitos, incluso a largo plazo es posible que creen condiciones que permitan la movilidad social, es decir que, contar con habilidades para

la vida posibilita que individuos, familias y grupos sociales cambien su posición en la estructura socioeconómica (Campos Vázquez, 2015).

La presente práctica social está dirigida a madres, padres y cuidadores con hijos e hijas con medida de protección en la modalidad de externado del INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR (I.C.B.F.), programa Sembrando Vida, direccionado por el aliado estratégico Comunidad Padres Somascos (ubicado en el norte de Bucaramanga). Propuesta, que emerge de una práctica académica donde se identificó que niños, niñas y adolescentes tenían dificultades para expresar sus emociones, comunicarse con otros de manera asertiva, acatar y respetar normas, mantener autocontrol y empatizar con los semejantes. Igualmente, estas carencias fueron identificadas en las familias, por esta razón y con el apoyo del equipo interdisciplinario de la institución, se consideró pertinente realizar intervención favoreciendo a quienes directamente inciden en el modelamiento de las habilidades para la vida.

El documento está dividido en seis capítulos, en el primero se describen el objetivo general y los específicos, seguido de los referentes teóricos y conceptuales que sustentan la práctica social aportando elementos epistemológicos para comprender la realidad social a intervenir, además incluye la normatividad internacional, nacional y local sobre los derechos de las familias, los niños, niñas y adolescentes; posteriormente se lleva a cabo la contextualización de la institución, su historia, programas, lineamientos, el rol del trabajador social y la caracterización de la población.

En el tercer capítulo, se da a conocer el diagnóstico participativo elaborado a partir de la metodología marco lógico, en donde a través de técnicas como árbol de problemas y cuestionario, se establecen causas y consecuencias de la ausencia de habilidades para la vida,

profundizando en las mismas y relacionándolas con la teoría, asimismo se evidencian las habilidades para la vida en la que los participantes muestran mayores falencias.

Seguidamente, se elabora la propuesta de intervención incluyendo técnicas participativas y contando con elementos de la educación popular para realizar el proceso de enseñanza – aprendizajes con los sujetos. Finalmente, se implementa la propuesta mediante un plan de acción, obteniendo reflexiones que sirven para evaluar el proceso y le permite a la estudiante mejorar profesionalmente.

1. Objetivos

1.1. Objetivo General

Contribuir al fortalecimiento de habilidades para la vida de las familias con hijos e hijas con medida de protección del ICBF, participantes del programa “Sembrando vida”, a través de la implementación de estrategias edu-formativas para cualificar el rol de formadores.

1.2. Objetivos Específicos

- Identificar con padres, madres y cuidadores las habilidades para la vida que deban ser fortalecidas para la cualificación de las relaciones familiares, por medio de actividades participativas y reflexivas.
- Diseñar e implementar de manera participativa con madres, padres y/o cuidadores estrategias edu-formativas que les permitan fortalecer su rol como formadores.
- Reflexionar con los participantes y par idóneo sobre el proceso formativo en habilidades para la vida, que contribuya al reconocimiento y la evaluación de los aprendizajes y conocimientos adquiridos.

2. Marco referencial

Históricamente se le ha asignado a la familia la responsabilidad de la transmisión de valores, costumbres, cultura, afecto físico y verbal, y el cuidado brindado. En este sentido, el ambiente familiar favorece la formación de la autoestima, la adopción de roles, la formación de conducta agresiva o altruista del individuo, entre otros aspectos.

En las etapas de niñez y adolescencia se adquieren destrezas sociales, valores y competencias, principalmente a partir de la observación e imitación de cuidadores o personas con las que interactúan en los diferentes espacios de socialización, quienes contribuyen a la estimulación o la inhibición de ciertos comportamientos o actitudes dependiendo del estilo de crianza y de la percepción creada por niños y niñas de los modelos presentes en el contexto cultural en el que se desenvuelven.

Con el fin de comprender y analizar a profundidad la importancia de las habilidades para la vida en la familia de niños, niñas y adolescentes en situación de riesgo, se consultaron fuentes bibliográficas para dar sustento normativo, teórico y conceptual al objeto de intervención.

2.1. Marco teórico y conceptual

A partir de la observación de las conductas y actitudes de padres, madres y cuidadores, del diálogo con las familias sobre la necesidad y el interés de mejorar en habilidades como el manejo de emociones y la comunicación asertiva, y las conversaciones con el equipo interdisciplinario acerca de la ausencia de herramientas de los padres de familia para afrontar problemáticas de la vida cotidiana y educar a sus hijos e hijas, se encuentra que la mayoría

de niños, niñas y adolescentes partícipes del programa Sembrando Vida carecen de habilidades para la vida, constituyéndose en un factor de riesgo familiar al no contar con un modelo parental que oriente el sano desarrollo de sus conductas y actitudes, lo cual les afecta de manera directa.

Las situaciones generadas por la ausencia de habilidades para la vida, se aborda desde un marco teórico que facilita la comprensión de la situación en la que se encuentran inmersos los participantes, por esta razón se identifica que la postura paradigmática **crítico- social**, pues se comprende que no se está trabajando con una población cualquiera, sino con una que ha estado permeada históricamente por precarias condiciones sociales y económicas, producto del abandono estatal, el uso inadecuado de los recursos públicos, la falta de instituciones, entre otros, lo que deviene en problemas familiares, dificultades socioeconómicas, bajo nivel educativo, desempleo, conflictos entre vecinos, presentes en el contexto y múltiples problemáticas que afectan directamente a niños, niñas y adolescentes, y sus familias, por ello y entendiendo que es el mismo individuo quien debe reflexionar sobre su situación y ser protagonista de su cambio, además de considerarse como sujeto de derechos y exigir el cumplimiento de los mismos se decide realizar el abordaje de las habilidades de familias en condición de vulnerabilidad desde este paradigma, pensando en implementar acciones y estrategias que lleven a las personas a analizar y participar en la identificación de sus necesidades y/o problemáticas y las respectivas soluciones a las debilidades presentadas con relación a habilidades para la vida.

Por otra parte, la teoría de aprendizaje social, permite entender la influencia de los padres de familia y demás personas que rodean al individuo, en la formación de su personalidad y la manera de enfrentar las situaciones cotidianas.

En este sentido, es importante comprender las dinámicas familiares y sociales que caracterizan el contexto del norte de Bucaramanga en donde se desarrollan las interacciones de los participantes, para lograr un cambio en la manera de percibir y enfrentar las problemáticas. Esta teoría es la que ha guiado y fundamentado el diagnóstico base para la intervención.

2.1.1. Paradigma Socio-Crítico. Paradigma que promueve las transformaciones sociales donde los participantes de los procesos son protagonistas de su propio cambio. En este sentido, el paradigma socio-crítico se fundamenta en la crítica social con un carácter auto-reflexivo, lo que quiere decir que el conocimiento se construye por intereses originados de las necesidades de los grupos. Asimismo, fomenta la autonomía racional del individuo, la cual se consigue a través de la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social (Alvarado & García, 2008).

Finalmente, uno de los aspectos principales de este paradigma es la participación activa de los actores sociales durante el proceso, lo cual en el caso del fortalecimiento de habilidades para la vida permitirá que sean madres, padres y cuidadores quienes reflexionen e identifiquen las situaciones problemáticas existentes en la familia, al tiempo que propongan diferentes soluciones para enfrentar las situaciones en cada uno de sus hogares; al sentirse involucrados los resultados serán más satisfactorios debido a la internalización y aplicación de lo aprendido.

2.1.2. Teoría del Aprendizaje social. Conocida como Modelo Cognitivo de Aprendizaje Social, está basada en el trabajo de Albert Bandura (1975), quien concluyó que los niños y niñas aprenden a comportarse por medio de la instrucción, es decir, obedecen la manera en que sus padres, maestros y otras autoridades o modelos les indican que se comporten, asimismo, por medio de la observación e imitación siguiendo los patrones de comportamientos que ven en los adultos y sus pares.

La conducta es consolidada o modificada según las consecuencias que surgen de las acciones y la respuesta de los demás frente a sus conductas. En este sentido, los niños aprenden comportamientos y conductas principalmente a través la observación y la interacción social, antes que de la enseñanza. Esto permite comprender que las relaciones dentro de la familia y la sociedad ejercen una influencia directa en la generación y mantenimiento de comportamientos.

Bandura (1975), ha diferenciado entre el aprendizaje observacional y la imitación, las personas no sólo imitan comportamientos, sino que a partir del análisis de la situación logran entender reglas generales del modo de actuar en el entorno social, para posteriormente ponerlas en práctica cuando considera que pueden obtener resultados favorables.

La Teoría de Aprendizaje Social ejerce dos influencias importantes en el desarrollo de programas de habilidades para la vida. Una de ellas, plantea la necesidad de proporcionar a las personas métodos para enfrentar aspectos internos de su vida social, como es el caso de la reducción del estrés, el autocontrol y la toma de decisiones. La segunda, es que para que los programas de las habilidades para la vida sean efectivos es necesario duplicar el proceso natural mediante el cual las personas aprenden las conductas incluyendo observación y representaciones, además de la simple enseñanza.

2.1.3. Enfoques. Existen enfoque de género, diferencial y de habilidad.

Enfoque de Género: Después de la revisión de historias integrales de niños o niñas y sus familias, se concluye que un número significativo se caracterizan por ser hogares de familia nuclear. Al respecto, el enfoque de género permite reconocer y comprender las diferentes oportunidades que tienen hombres y mujeres, las interrelaciones existentes entre ellos y los distintos roles que socialmente se les asignan, lo cual influye en las condiciones económicas, sociales y culturales dando por resultado el diseño y la implementación de políticas y planes distintos para cada uno, entendiendo la particularidad de las necesidades y la posición social (FAO s.f.).

Por lo anteriormente expuesto, es fundamental entender que las necesidades, percepciones y en especial la participación de hombres y mujeres no es la misma, según lo conversado con el equipo interdisciplinario son las mujeres quienes generalmente participan en las reuniones, debido a que socialmente se les ha impuesto el rol educativo en el hogar siendo necesario crear espacios en los que padres y madres trabajen de manera conjunta superando los roles interpuestos por el contexto social en el que se desenvuelven.

Enfoque Diferencial: Hace referencia al reconocimiento de las distintas condiciones y posiciones de los actores sociales como sujetos de derechos desde un punto de vista diferencial de estado socioeconómico, género, etnia, discapacidad e identidad cultural y las variables implícitas de acuerdo al ciclo vital (infancia, juventud, adultez, vejez); bajo principios de integridad, diversidad, igualdad, interculturalidad, participación, adaptación y sostenibilidad (Secretaría de Distrito de Salud Bogotá, s.f.).

Teniendo en cuenta lo anterior, no es posible homogenizar a los participantes, aunque provengan de contextos socio-económicos similares, debido a que las condiciones en las que están inmersas las familias son diferentes dependiendo de variables como la situación económica, la historia familiar, la cultura e inclusive la religión, que marca una diferencia que debe ser tomada en cuenta en el desarrollo de habilidades para la vida.

Enfoque de habilidades para la vida: Enfoque considerado como eje transversal de la intervención, donde todas las acciones están orientadas al desarrollo y fortalecimiento de habilidades para la vida en padres, madres y cuidadores, pero además a la puesta en práctica de las mismas en la cotidianidad para mejorar las condiciones de vida de los participantes.

Se entenderá por **habilidades para la vida** como el conjunto de capacidades y destrezas psicosociales que favorecen el afrontamiento de las exigencias y desafíos de la vida diaria, de manera exitosa, efectiva y satisfactoria (Lavella, 2006). Asimismo, se entienden como todo comportamiento que contribuye a la resolución de una situación social de manera apropiada. Generalmente las habilidades para la vida son conductas aprendidas, entre ellas: empatizar o ponerse en el lugar de otra persona, expresar y controlar las emociones, decir cosas agradables y positivas a los demás, comunicarse de manera asertiva y reconocer los errores. Estos comportamientos o pensamientos son elementales para resolver conflictos y situaciones sociales

La familia y el contexto social son los ámbitos principales para el aprendizaje de habilidades para la vida, siempre y cuando les puedan proporcionar a las personas experiencias positivas para adquirir estas habilidades, debido a que se aprende por medio de la observación, la experiencia (propias acciones) y los refuerzos obtenidos de las relaciones interpersonales.

La (Organización Panamericana de la Salud, 2001) clasifica las habilidades para la vida en tres grupos:

Habilidades sociales e interpersonales: Comportamientos y conductas interpersonales que permiten al ser humano relacionarse con los demás de manera efectiva, desarrollando la capacidad de comunicarse asertivamente, expresar y comprender sentimientos de solidaridad y cooperación, negociar y rechazar, entre otras. Estas habilidades facilitan la expresión de sentimientos, opiniones, deseos y necesidades en diferentes contextos o situaciones sin que esto implique un conflicto social.

Habilidades cognitivas: Son procesos mentales que se desarrollan desde la niñez y permiten a las personas desenvolverse y afrontar con éxito situaciones de la vida cotidiana, al igual que las habilidades sociales son aprendidas, pero están relacionadas con procesos de evolución y desarrollo del ser humano. En este sentido implica identificar problemas y analizar diferentes alternativas de solución, establecer metas y generar medios para lograrlas, pensar de manera crítica y desarrollar la capacidad de reflexión y autonomía.

Habilidades para el manejo de emociones: Es la capacidad para enfrentar emociones por medio del aprendizaje del autocontrol y el control del estrés. Al igual que las habilidades cognitivas dependen de la maduración emocional y están estrechamente relacionadas con el sistema nervioso y el contexto social, por ello, toda reacción emocional genera una activación fisiológica y una conducta como respuesta. Por esta razón, el “control emocional” está orientado al control de las reacciones fisiológicas, nerviosas y conductuales como es el caso de la impulsividad, el manejo de la frustración, el control del miedo, la ira y el estrés. El desarrollar habilidades emocionales contribuye al manejo cognitivo de ideas y pensamientos distorsionados.

Tabla 1.

Habilidades para la vida.

Habilidades sociales	Habilidades cognitivas	Habilidades para el control de emociones
➤Habilidad de comunicación. ➤Habilidades de negociación/rechazo ➤Habilidades de aserción. ➤Habilidades interpersonales. ➤Empatía y toma de perspectiva.	➤Habilidad de toma de decisión. ➤Comprensión de las consecuencias de las acciones. ➤Determinación de las soluciones alternativas para los problemas. ➤Habilidades de pensamiento crítico. ➤Análisis de la influencia de sus pares y de los medios de comunicación. ➤Análisis de las propias percepciones de las normas y creencias sociales. ➤Autoevaluación y clarificación de los valores.	➤Control del estrés. ➤Control de los sentimientos, incluyendo ira. ➤Habilidades para incrementar el locus de control interno (manejo de sí mismo, monitoreo de sí mismo)

Adaptado de Organización Panamericana de la Salud. (2001). Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Obtenido de http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS_0.pdf

Es importante tener en cuenta que, las habilidades para la vida no son rasgos propios de la personalidad sino un conjunto de comportamientos complejos adquiridos y aprendidos que se ponen en juego durante la interacción con otras personas. Por ello, lo apropiado sería que, desde los primeros años de vida, se comience la enseñanza de éstas para lograr que niños, niñas y adolescentes aprendan a relacionarse.

Alonso Del Real Barrera señala la influencia y la importancia de las relaciones intrafamiliares en el desarrollo de las habilidades para la vida, pues la familia es el primer referente en la construcción de socialización aportando al niño las pautas básicas para la comprensión del mundo y la actuación en el mismo; aspectos como el apoyo familiar, el estilo parental, el ambiente positivo familiar, la comunicación, entre otros, son considerados

elementos claves en el desarrollo psicosocial de los individuos (Del Real Barrera & García, 2016).

2.2. Generalidades de la familia

Los participantes principales en esta práctica son las familias de niños, niñas y adolescentes, definidas por (González & González, 2015) como un grupo de personas unidas entre sí por lazos sanguíneos, emocionales y/o culturales, en el que se lleva a cabo la transmisión de valores educativos y socio-culturales, convirtiéndose así en el primer entorno formativo y educacional de niños y niñas. Asimismo, se le define como una unidad con un proyecto de vida común a largo plazo y con interacciones tanto internas (entre los miembros de la misma) como externas (con la sociedad que le rodea).

Tipologías familiares

Existen diferentes clasificaciones de las tipologías familiares desde los distintos ámbitos de las mismas. Aguado Iribarren y Acevedo Quiroz (Del Real Barrera & García, 2016) clasifican a la familia según su estructuración de la siguiente manera:

- Familias extensas o complejas: Cónyuges e hijos que viven junto a otros familiares consanguíneos, como son abuelos, tíos, primos, etc.
- Familia conyugal o nuclear funcional: Aquella conformada por los padres y los hijos biológicos o adoptivos. En el caso de hijos no biológicos pueden derivar en familias adoptivas.
- Familias Monoparentales: Conformada por uno solo de los progenitores y sus hijos. La jefatura familiar recae exclusivamente en la madre o el padre.

- Familias Reconstruidas o Mixtas: Se da en los casos de divorciados o viudos que encuentran otra pareja con la que forman una familia en la cual se incluyen los hijos ya pertenecientes a la misma.
- Familias homoparentales: Aquellas formadas por parejas del mismo sexo con hijos adoptivos o sin ellos.
- Parejas de hecho: Compuestas por parejas en unión libre y sus respectivos hijos.

Por otra parte, se encuentra la clasificación de la familia **Según su relación** hecha por Olga López (1998):

- Familia con soporte: Se da cuando uno de los hijos debe asumir el rol de padre y las responsabilidades parentales debido al aumento del tamaño de la familia o a la ausencia de uno de los progenitores.
- Familia en “Pas de Deux”: Esta estructura familiar se encuentra compuesta por un progenitor y su hijo, y se caracteriza por la relación estrecha y dependiente que se genera entre éstos.
- Familia en acordeón: Se caracteriza por un progenitor temporario, el cual se ausenta por lapsos prolongados y está presente por épocas, por lo cual la familia tendrá que realizar constantes reorganizaciones.
- Familias cambiantes: Se da cuando las familias cambian constantemente de domicilio o cuando el progenitor sostiene relaciones sentimentales inestables y cambiantes.
- Familias huéspedes: Aquellas asignadas por instituciones, en donde se da la ubicación de un menor por un tiempo determinado.

- Familias con miembros fantasmas: Surge por el fallecimiento o la deserción de un miembro, presentando problemas para reasignar las funciones de éste, debido a que nadie las quiere asumir por respeto del desaparecido.
- Familias disgregadas o tipo hotel: Se caracterizan por la dinámica interna que mantienen, pues la relación y la comunicación entre sus miembros es distante, por lo que no existe autoridad ni límites o normas claras. Aquí los vínculos afectivos son pobres e inexistentes (López, 1998).

Cabe resaltar, que después de revisar las historias integrales y los genogramas de los niños, niñas y adolescentes del programa “Sembrando Vida” se encuentra como factor común la existencia de familias acordeón, es decir que se da la ausencia de un progenitor debido a que trabaja en otra ciudad, es habitante de calle, se encuentra privado de la libertad o simplemente no desea estar al cuidado de sus hijos y regresa ocasionalmente, asimismo y como consecuencia de esto, se empiezan a formar las familias de soporte en donde los hijos mayores adquieren las responsabilidades parentales y por tanto la crianza de sus hermanos pequeños.

Ahora bien, la familia cumple un rol educativo durante el proceso de socialización, siendo los padres de familia y/o cuidadores agentes educadores que estimulan en los niños, niñas y adolescentes (mediante sus acciones y verbalizaciones cotidianas) el aprendizaje de hábitos y prácticas que les permiten desenvolverse en la vida cotidiana e interactuar con los agentes de los contextos sociales.

En la familia se adquieren valores, modelos, pautas y conductas, las cuales a su vez son validadas y condicionadas por la sociedad en la que se está inmerso. Es así como el contexto familiar adquiere protagonismo respecto al rol formador, pues las *Figuras* paternas o de

autoridad se convierten en referentes que los niños observan e imitan; sin embargo, el contexto social cumple un rol fundamental como espacio de socialización, especialmente en la adolescencia, en donde los pares aportan bases para el desarrollo de habilidades para la vida como es el caso de la resolución de conflictos y la toma de decisiones; en este sentido, las interacciones vecinales, con el grupo de pares, en el aula, entre otros, contribuyen a la generación y consolidación de habilidades, de acuerdo a prácticas culturales y normas sociales (Organización Panamericana de la Salud, 2001).

2.3. Marco Legal

La familia junto al Estado tiene la corresponsabilidad de garantizar los derechos a niños, niñas y adolescentes. A continuación, se abordará la legislación internacional y nacional existente:

Normatividad Internacional: A lo largo de la historia, los convenios y tratados internacionales se han convertido en el mejor instrumento para resolver problemas en los diferentes países, debido a que mediante ellos se logra unificar criterios jurídicos. Por ello, se ha dado la creación de distintos tratados internacionales que promueven la garantía y el restablecimiento de sus derechos, algunos de los cuales han sido acogidos por el Estado colombiano convirtiéndose en leyes y normas. Algunas normatividades:

Declaración Universal de los Derechos Humanos: Documento elaborado en el año 1948 que marca un hito en la historia por ser uno de los primeros avances en materia de protección y garantía de derechos para todas las personas sin distinción de raza, sexo, religión, postura política o edad. Allí se contempla el derecho de hombres y mujeres a casarse y fundar una familia.

Asimismo, declara que la familia tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado, por lo cual debe tener un nivel de vida digno, entre otras cosas contar con alimentación, vivienda, seguridad social, vestido, entre otros (AGNU, 1989).

Convención Sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra las Mujeres: Es un tratado internacional de las Naciones Unidas firmado en el año de 1979, que tiene como fin eliminar todas las formas de discriminación contra la mujer, obligando a los Estados a adoptar medidas legislativas y/o de otro carácter para garantizar y proteger los derechos de las mujeres. Allí se expresa el derecho de la mujer a la información sobre la salud y el bienestar de la familia, su participación en el trabajo y en el ejercicio político y se precisa su acceso a las prestaciones familiares (AGNU, 1989)

Convención sobre los Derechos de los niños: Es un tratado internacional de la Asamblea General de Naciones Unidas realizada en 1989, cuyo cumplimiento es obligatorio. En su preámbulo se reconoce la importancia de proteger a la familia.

Para este trabajo es fundamental tener en cuenta la Convención sobre los Derechos de los niños, pues se reconoce a la familia como grupo fundamental de la sociedad y como medio natural para el crecimiento y la formación de los niños, por tanto, ésta debe recibir la protección y asistencia necesaria.

Pacto sobre los derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales: Tratado adoptado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en el año 1966, establece los Derechos Civiles y Políticos, y los mecanismos para la protección y garantía. A la fecha ha sido ratificado por 167 Estados, incluido Colombia.

Se reconoce el deber que tiene el Estado de diseñar e implementar políticas públicas dirigidas a las familias para la más amplia protección y asistencia posible, priorizando el bienestar de niños y niñas, así como el cumplimiento de sus derechos (AGNU, 1966).

2.3.1. Normatividad Nacional

Tabla 2.

Normatividad Nacional sobre los derechos de la familia.

NORMA	OBJETO	FECHA DE EXPEDICIÓN
Ley 75 de 1968	Mediante la cual se dictan normas de filiación y se crea el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar.	30 de Diciembre 1968
Ley 7 de 1979	Por la cual se dictan normas para la protección de la niñez , se establece el Sistema Nacional de Bienestar Familiar, se reorganiza el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y se dictan otras disposiciones.	24 de Enero 1979
Constitución de Colombia 1991	Mediante los artículos 5, 15, 42, 44 y 45 se le reconoce como núcleo fundamental de la sociedad, se definen sus funciones, además se establecen mecanismos de asistencia y protección.	4 de Julio 1991
Ley 294 de 1996	Esta ley tiene por objeto prevenir, tratar y sancionar la violencia intrafamiliar para asegurar la armonía y unidad de la familia.	22 de Julio de 1996
Ley 1098 de 2006	Por la cual se expide el Código de Infancia y Adolescencia, en donde se establecen normas para la protección integral de niños, niñas y adolescentes, con el fin de garantizarles un pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y la comunidad.	8 de Noviembre 2006
Ley 1361 de 2009	Mediante la cual se crea la ley de protección integral de la familia. Esta ley tiene por objeto fortalecer y garantizar el desarrollo integral de la familia, como núcleo fundamental de la sociedad.	3 de Diciembre 2009

2.3.2. Normatividad Local. Política pública de primera infancia, infancia, adolescencia y fortalecimiento familiar. La Alcaldía de Bucaramanga a través de la Política de Infancia y Adolescencia, aprobada mediante Acuerdo 051 en el año 2013, “garantiza la protección integral de la primera infancia, la niñez y la adolescencia del municipio de Bucaramanga y las familias, y el restablecimiento cuando le son vulnerados sus derechos”.

En concordancia, el Plan de desarrollo actual, llamado “El gobierno de las ciudadanas y los ciudadanos” con vigencia del 2016-2019 encabezado por el alcalde Rodolfo Hernández Suárez, desarrolla mediante su línea estratégica de “Inclusión Social” el programa de “Familias en condiciones de extrema pobreza”, el cual considera a la familia como garante, protectora y promotora de los derechos de niños, niñas y adolescentes, a la vez que plantea acciones y estrategias que apuntan al fortalecimiento de capacidades y habilidades dentro de la familia en miras de prevenir problemáticas como la deserción escolar, el consumo de sustancias psicoactivas, la delincuencia juvenil, la violencia intrafamiliar, el trabajo infantil, entre otras (Alcaldía de Bucaramanga, 2016).

Por su parte, la Comunidad Padres Somascos, como aliado estratégico del I.C.B.F, se orienta por el Lineamiento técnico de atención que contempla entre otros la ejecución del componente de Fortalecimiento Familiar, acciones direccionadas a orientar y apoyar los procesos con las familias.

3. Contextualización

A nivel nacional, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar es la entidad estatal encargada de trabajar por la prevención y protección integral de la primera infancia, niñez, adolescencia y en general el bienestar de las familias, brindando atención especialmente a aquellas personas que se encuentran en condiciones de amenaza, inobservancia y vulneración de sus derechos; llegando a alrededor de 8 millones de colombianos a través de sus programas, estrategias y servicios de atención. Cuenta con 33 sedes regionales y 211 centros zonales en todo el país (ICBF, 2019).

3.1. Congregación Orden de los Clérigos Regulares Padres Somascos.

Es una Congregación católica de origen italiano establecida por sacerdotes, religiosos y laicos, en el año 1568, con el compromiso de brindar atención y ayuda a los más necesitados, especialmente a los niños y jóvenes desamparados; cuenta con diferentes sedes en Bogotá, Tunja, Antioquia, San Gil y Bucaramanga, en esta última ciudad dirige sus acciones desde el Centro Juvenil Amanecer y la Parroquia Santa Inés (Jaimes, 2014).

Centro Juvenil Amanecer: Es una institución privada, sin ánimo de lucro que ofrece los servicios de formación integral, promoción humana y proyección comunitaria a todas las personas marginadas, desplazadas y con alta vulnerabilidad de los estratos I Y II de Bucaramanga y su área metropolitana.

Se encuentra ubicada en la Cra 26 # 11N-30B en el barrio Regaderos en el Norte de Bucaramanga, su teléfono es 6402744 y su dirección electrónica centroamanecer28@latinmail.com; es allí donde actualmente se desarrollan actividades con

diferentes grupos poblacionales que presentan problemáticas sociales y ambientales, como consumo de sustancias psicoactivas, trabajo sexual, bandas criminales, hacinamiento, contaminación ambiental, entre otras situaciones que dificultan a los niños, niñas y adolescentes, y a sus familias tener una óptima calidad de vida.

Los programas que brinda están sustentados en tres principios: oración, trabajo y caridad, enseñados por San Jerónimo Emiliani su fundador (Centro Juvenil Amanecer: Orden de los clérigos regulares Somascos, 2018).

El Centro Juvenil Amanecer, es una alternativa de sensibilización, concientización y transformación a las diferentes problemáticas que afectan a niños y niñas (deserción escolar, desplazamiento, trabajo infantil, farmacodependencia), jóvenes (delincuencia, pandillismo, trabajo sexual, drogadicción, situación de calle) y adultos (desempleo, desplazamiento, violencia intrafamiliar, desintegración familiar, alcoholismo). (Padre Somascos, 2019)

La institución realiza prestación directa de servicios sociales y de salud como: atención individual, familiar y grupal de niños, niñas y adolescentes, educación formal y no formal en convenio con el SENA y el Colegio Oriental Siglo XXI, asistencia en odontología, derecho y psicología, entre otros, a través de convenios con universidades como la UIS, Santo Tomás, UCC, UDI y UDES.

En cuanto a su visión, se encuentra que: “Nos proyectamos en cinco años (2021) un crecimiento institucional a través del fortalecimiento y actualización de servicios, y programas formativos, que promuevan la capacitación micro empresarial y la apertura de la media vocacional (Centro Juvenil Amanecer: Comunidad Padres Somascos, s.f.).

Para ello, además se fortalecerá la cualificación de los docentes en las áreas técnicas y pedagógicas, la dotación y actualización de maquinaria, materiales educativos que permitan garantizar los derechos de las personas vinculadas”.

Según (Gutiérrez, 2018) el programa “Sembrando Vida”, surge hace aproximadamente 10 (diez) años, específicamente el 2 de diciembre de 2008, como producto de la reflexión de profesionales de diferentes disciplinas (Trabajo Social, Educación y Psicología), quienes notan que en el norte de Bucaramanga los niños y jóvenes permanecen gran parte del día en las calles, por lo que deciden crear este proyecto para brindar un espacio en el que hagan buen uso de su tiempo libre, realizando diferentes actividades como son: deportes, manualidades, lectura, música, entre otras.

“Sembrando Vida” se materializa a través de un convenio entre la institución Padres Somascos y el ICBF, con base en la ley 1098 de 2006 (Ley de Infancia y Adolescencia), la cual tiene como fin garantizar a los niños, niñas y adolescentes su pleno desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Asimismo, establece normas para la protección integral y la garantía de los derechos y libertades de esta población.

La atención de niños, niñas y familias se realiza de lunes a viernes en una de las dos jornadas (mañana o tarde) y la permanencia varía según la evolución del proceso de restablecimiento de derecho, siendo la Autoridad Administrativa (Defensor) quien decide el reintegro familiar. Existen ciertas situaciones donde se puede prorrogar la permanencia en la modalidad externado por ejemplo no corresponsabilidad de la familia para ser garante de derechos. En esta modalidad, la rotación es de 2 (dos) niños, niñas y adolescentes por cupo al año.

El programa “Sembrando vida” cuenta con un equipo interdisciplinario compuesto por: Trabajo Social, Enfermería, Nutrición, Terapia Ocupacional, Pedagogía, Deportes, Psicología y Odontología, y además personas encargadas de los servicios de limpieza, preparación de alimentos, biblioteca y manualidades.

Rol del Trabajador Social. En el programa Sembrando Vida del Centro Juvenil Amanecer, la profesión de Trabajo Social se encarga de impulsar el desarrollo individual, familiar y social. Su labor se encamina principalmente a la protección y restablecimiento de derechos de los niños, niñas y adolescentes.

El trabajador Social brinda apoyo al equipo biopsicosocial desde el estudio socio familiar, las visitas familiares, las entrevistas, los talleres, los grupos focales, entre otras actividades que le permiten identificar las condiciones familiares de los niños, niñas y adolescentes. A partir del análisis integral de la situación, se procede a la construcción de estrategias que fortalezcan las relaciones interpersonales. Como parte del proceso, Trabajo Social realiza seguimientos, acompañamientos, asesorías y establece acciones con los padres con el fin de orientarlos en la adecuada formación de sus hijos y en pautas de crianza; también se trabaja con el mejoramiento de las relaciones familiares y fortalecimiento de la convivencia social.

3.2. Análisis del Contexto Social.

La ciudad de Bucaramanga cuenta con 14 comunas de las cuales 2 (dos) están ubicadas en el sector del norte, el cual está compuesto por 67 barrios (incluyendo asentamientos), distribuidos de la siguiente forma (Alcaldía de Bucaramanga, s.f.):

La Comuna 1 está compuesta por los siguientes barrios: El Rosal, Colorados, Café Madrid, Las Hamacas, Altos del Kennedy, Kennedy, Balcones del Kennedy, Las Olas, Villa Rosa

(sectores I, II y III), Omagá (sectores I y II), Minuto de Dios, Tejar Norte (sectores I y II), Miramar, Miradores del Kennedy, El Pablón (Villa Lina, La Torre, Villa Patricia, Sector Don Juan, Pablón Alto y Bajo).

- Urbanizaciones: Colseguros Norte, Rosa Alta.
- Asentamientos: Barrio Nuevo, Divino Niño, 13 de Junio, Altos del Progreso, María Paz.

Asimismo, la comuna 2 se encuentra conformada por los barrios: Los Ángeles, Villa Helena I y II, José María Córdoba, Esperanza I, II y III, Lizcano I y II, Regadero Norte, San Cristóbal, La Juventud, Transición I, II, III, IV y V, La Independencia, Villa Mercedes, Bosque Norte.

Asentamientos: Mesetas del Santuario, Villa María, Mirador, Primavera, Olitas, Olas II.

Por otra parte, se encuentra que el norte de Bucaramanga es una de las zonas con mayor pobreza y bajos niveles socioeconómicos. Según un informe de Vanguardia liberal, para el año 2012 el 51% de los asentamientos de Bucaramanga se encontraba en el Norte.

En cuanto al aspecto social, las comunas I y II del norte de Bucaramanga se han caracterizado por grandes problemáticas a nivel individual, familiar y social. Gran parte de las personas del norte se han ubicado allí por desplazamiento forzoso, conflicto armado y pobreza extrema y como consecuencia de esto se han generado riesgos de tipo ambiental, desigualdad social, problemas de seguridad alimentaria, desintegración de los núcleos familiares, altos índices de morbilidad, entre otras situaciones que afectan de manera directa a la comunidad.

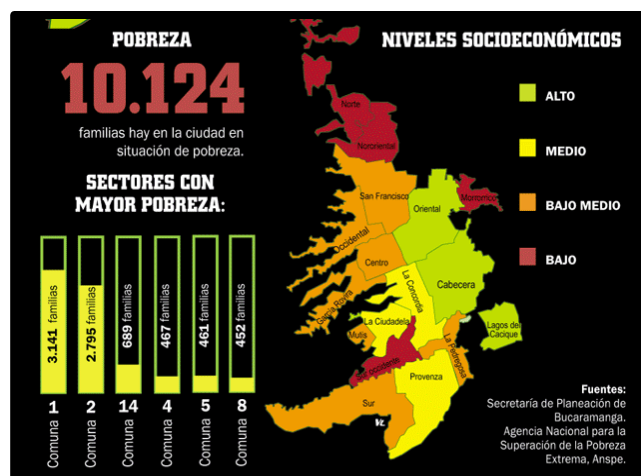


Figura 1. Niveles socioeconómicos Bucaramanga. Adaptado de Martínez, E. (2012). ¿Cómo está distribuida en cifras Bucaramanga? Recuperado 30 de octubre de 2019, de <https://www.vanguardia.com/area-metropolitana/bucaramanga/como-esta-distribuida-en-cifras-bucaramanga-IDVL170668>.

4. Diagnóstico

La realización de un diagnóstico participativo con madres, padres y cuidadores haciendo uso de técnicas e instrumentos del enfoque marco lógico, permitieron identificar y jerarquizar las habilidades para la vida a fortalecer en la intervención.

La metodología Marco Lógico es una herramienta que facilita el proceso de diseño, ejecución y evaluación de una propuesta de intervención. Se centra en la orientación por objetivos, la orientación hacia los beneficiarios y en facilitar la comunicación y participación entre los involucrados. Asimismo, el método marco lógico permite conocer objetivos, metas y riesgos del proyecto.

Según (Ortegón, Pacheco, & Prieto, 2005) la metodología contempla dos etapas, la primera le identificación del problema, en donde se analiza la situación actual para crear una visión sobre la situación deseada y se seleccionan las estrategias a utilizar para conseguirla. La segunda etapa es la planificación, en donde la idea del proyecto se convierte en un plan operativo práctico para la posterior ejecución; cabe resaltar que en esta etapa se definen las actividades y los recursos.

Se considera que el diagnóstico participativo es el adecuado para la intervención a realizar con las familias del programa Sembrando Vida, siendo fundamental escuchar las opiniones de los participantes sobre la problemática a intervenir y también contar con su participación activa para lograr acuerdos, de manera que los sujetos se sientan involucrados y tenidos en cuenta. Asimismo, también es conveniente para fortalecer la comunicación entre sí y con los profesionales, e incentivar el trabajo en equipo.

Sin embargo, también se considera fundamental conocer cuáles son las habilidades para la vida que deben ser fortalecidas mediante la intervención, por ello la metodología

implementada es mixta, lo que quiere decir que para el diseño de la propuesta de intervención se recolectaron, analizaron y combinaron datos cuantitativos y cualitativos, para el estudio de la realidad.

La metodología utilizada para la realización del taller fue dinámica y fácil de comprender para los participantes, utilizando ejemplos de la vida cotidiana para facilitar el aprendizaje y la interiorización de la información. De esta manera, el proceso de diagnóstico inició con la elaboración del siguiente plan de trabajo (Tabla 3) Después de definir la fecha, el lugar y el horario para realizar el primer encuentro, se procedió a realizar contacto telefónico con padres, madres y cuidadores para que asistieran al taller de diagnóstico inicial; cabe resaltar que no hubo ningún criterio de selección, es decir que todos los padres de familia y cuidadores fueron invitados ya sea por medio de una llamada telefónica o a través de una invitación enviada con los niños, niñas y adolescentes.

El primer encuentro tuvo lugar el 14 de junio a las 4 pm en el salón de Ludoteca de la institución Padres Somascos, allí llegaron 17 personas, de las cuales 4 eran cuidadores: dos abuelas, una tía y una cuidadora, mientras que los otros 13 participantes eran madres y padres. En razón de sexo, predominaron las mujeres, hubo 16 mujeres y 1 hombre; por otra parte, se contó con participantes en un rango de edad desde los 26 hasta los 64 años.

El diagnóstico inició con el saludo y actividad rompe hielo llamada “la telaraña”, en este juego los participantes se organizaron en un círculo y con ayuda de un ovillo de lana iniciaron su presentación; la primera persona tomó la punta del ovillo y lo arrojó a otra persona mientras decía su nombre y qué entendía por habilidades para la vida, quien lo recibió repitió la acción y lo lanzó al siguiente participante y así sucesivamente hasta que todos los participantes concluyeron su presentación. Cuando el ovillo llegó al participante final, este

lo devolvió recordando los datos de la persona anterior, quien repitió la misma acción hasta desenredar la telaraña.

Tabla 3.

Plan de trabajo, diagnóstico inicial.

PRIMERA REUNIÓN: DIAGNÓSTICO PARTICIPATIVO		
Objetivo 1: Identificar con padres, madres y cuidadores, habilidades para la vida que deban ser fortalecidas para el mejoramiento de las relaciones familiares, por medio de actividades participativas y reflexivas.		
Fecha: 14 de junio de 2019		
Tiempo: 1 hora		
Recursos: Computador, lápices, lana, papelería y transporte		
Responsable: Samara Millán Blanco		
Momento metodológico	Descripción	
Bienvenida	Técnicas La telaraña	Los participantes se forman en un círculo, donde toman una bola cordel, la primera persona toma la punta del ovillo, mientras hace una presentación breve con datos personales y dice qué entiende por habilidades para la vida, pasándola a la siguiente persona y así sucesivamente, formando la telaraña. Cuando llegue al participante final, este deberá devolverla recordando los datos de la persona anterior, quien repite la misma acción
Motivación	Historias de vida	La profesional en formación hace un primer acercamiento al concepto de habilidades para la vida y por qué son útiles en el diario vivir, además narra la historia de don Andrés, un hombre de 47 años, quien vive en el norte de Bucaramanga y proviene de una familia de padres trabajadores. Andrés tiene dificultades para desarrollar sus habilidades para la vida y no desea cambiar esta situación. A partir de este relato, los participantes opinarán acerca de por qué creen que esta persona no cuenta con dichas habilidades y en qué le afecta esta situación.
Desarrollo del tema	Círculo de aprendizaje	Se realizará un conversatorio sobre qué son las habilidades para la vida, cuál es su importancia, en qué aspectos de la vida están presentes y de qué manera influyen en el desarrollo personal y social. Asimismo, se dará el espacio de participación y opinión para la retroalimentación del proceso.
Actividad central	Árbol de problemas Cuestionario o Matriz de priorización	A partir de la reflexión que los participantes realicen de la historia de don Andrés se les preguntará por qué consideran que algunas personas se les dificulta más el desarrollo de ciertas habilidades para la vida que a otros y cómo creen que se afecta una persona que no cuenta con estas habilidades. Además, se aplicará un cuestionario con el fin de identificar cuáles son las habilidades para la vida que a los participantes más se les dificulta desarrollar.

Compromiso	Acuerdo de horario	Se propondrán horarios para la escuela de padres, con el fin de que haya un acuerdo de qué día de la semana se llevarán a cabo las reuniones de la escuela de padres y a qué hora, y que los padres, madres o cuidadores se comprometan a asistir a todas las sesiones posibles.
Evaluación	Estrellas	Los participantes evaluarán el taller a través de estrellas, teniendo en cuenta aspectos como el aprendizaje, la actitud de la profesional en formación y cómo se han sentido durante el taller. En este sentido, deberán colorear las estrellas que consideren merece el taller; una estrella coloreada significa muy malo, 2 estrellas malo, 3 estrellas regular, 4 estrellas bueno y 5 estrellas excelente.

La anterior dinámica permitió a la profesional en formación tener un primer acercamiento a los conocimientos y las percepciones que los participantes tenían acerca de las habilidades para la vida. Posteriormente, se relató una historia acerca de una persona que se le dificultaba el desarrollo de las habilidades para la vida, dando un espacio de reflexión para que los participantes opinaran acerca de por qué creían que estas personas no contaban con dichas habilidades (causas) y en qué aspectos de su vida consideraban que le afectaría (consecuencias).

Después de realizado este ejercicio, se procedió a formar un círculo de aprendizajes explicando qué son las habilidades para la vida, cuál es su importancia, en qué aspectos de la vida están presentes y de qué manera influyen en el desarrollo personal y social. Asimismo, se hicieron preguntas de reflexión, se dieron ejemplos de la vida cotidiana e incluso se les preguntó a los participantes cómo reaccionarían frente a un acontecimiento de la vida cotidiana, para de esta manera fomentar la opinión y la participación de padres, madres y cuidadores.

Cabe resaltar que la elaboración del árbol de problemas no se realizó de manera simbólica, es decir que se preguntó acerca de las causas y consecuencias del precario desarrollo de habilidades para la vida, pero no se realizó ningún dibujo ni ningún símbolo del mismo, por

esta razón fue la profesional quien se encargó de recoger la información del taller y clasificarlas en las siguientes categorías:

4.1.Causas

A los participantes se les comentó que las habilidades para la vida son capacidades que se adquieren o aprenden durante los primeros años de vida y se consolidan durante la adolescencia y adultez. A partir de allí, se les pidió que analizarán por qué consideraban que algunas personas tenían mayor dominio de sus habilidades para la vida que otros, ellos reconocieron que dependía de dónde provenían sus conductas sociales y quién les enseñó a comportarse y relacionarse con los demás. Como respuesta se obtuvo:

Familia: Los padres, madres y cuidadores identificaron el contexto familiar como el principal formador de su conducta social, de allí surgieron relatos sobre experiencias negativas relacionadas con el maltrato infantil y la violencia intrafamiliar a los que estuvieron expuestos en algunos periodos de su vida, comentando que sus familiares no contaban con habilidades para la vida, pues había muchos conflictos familiares, abuso, maltrato físico y deterioro de las relaciones familiares. Al respecto, (Isaza Valencia & Henao López, 2011) manifiestan que las acciones cotidianas de la familia se convierten en prácticas de enseñanza-aprendizaje que puede provocar conductas sociales apropiadas o disruptivas. Los factores familiares como, fallas en la disciplina temprana o inadecuada supervisión de las actividades, aumentan los riesgos de comportamiento antisocial que en algunos casos podrían llevar a la delincuencia en la adolescencia y adultez. Las interacciones hijos con sus padres permiten el desarrollo de las diversas dimensiones (cognitiva, comunicativa, socio-afectiva, corporal, estética, espiritual y ética).

Adultos: Los participantes expresaron que sus actitudes y comportamientos provienen de lo que aprendieron de sus abuelos, tíos, padres, hermanos mayores, vecinos y en general de los adultos que les rodeaban, pues por medio de la observación de manera inconsciente repetían lo que éstos hacían. En este sentido, (Isaza Valencia & Henao López, 2011) aseguran que, además de la familia todos aquellos adultos que rodean al ser humano, a través de sus acciones (verbales y no verbales) y sus relaciones, ejercen una gran influencia sobre sus procesos de aprendizaje, pues como agentes socializadores y educadores brindan los primeros conocimientos sobre el contexto social, además les enseñan de qué manera interactuar con los demás y cómo desenvolverse en la vida cotidiana.

Instituciones educativas: Los participantes consideran que las instituciones educativas son fundamentales para el desarrollo de habilidades para la vida; argumentando que es un espacio de enseñanza y aprendizaje en donde fueron corregidos, castigados e incluso golpeados como respuesta a conductas inadecuadas con los demás, pues si en algún momento eran groseros o indisciplinados sus profesores los reprendían a la vez que reforzaban los valores y principios para que aprendieran a desenvolverse en el medio social; Sin embargo, manifiestan que muchas veces en el colegio aprendieron cosas indebidas debido a que establecieron relaciones con todo tipo de compañeros con influencia negativa, con quienes compartieron parte de su vida aprendiendo conductas antisociales. Desde la teoría, (Flores & Ramos, 2013) plantean que cuando niños y niñas ingresan a la escuela, el número y la variedad de vínculos sociales aumenta, por ello las formas de interacción social son distintas a las aprendidas en casa, es decir que las actitudes que se consideran apropiadas en el hogar pueden ser inoportunas en el contexto escolar, razón por la cual la escuela es una oportunidad de aprendizaje para enriquecer las habilidades aprendidas hasta ahora. Asimismo, (Gutiérrez

López & Villatoro Velázquez, 2017), expresan que las instituciones educativas son un lugar idóneo para el desarrollo de aptitudes interpersonales que ayuden a una mejor adaptación social, aumente el autoestima, mayor asertividad, asimilación de papeles y normas sociales, interacción con otros, etc.

Por otra parte, Giménez señala que las conductas que se desarrollen en los grupos en los que niños, niñas y adolescentes se relacionan pueden determinar en buena parte su comportamiento agresivo, el cual tiende a persistir así se le coloque en un nuevo grupo o en un centro escolar distinto (Portillo, 2006).

Amigos: Hace referencia a amistades que se establecen con personas de alrededor con quienes se comparten gustos o tienen afinidad, ya sea en el barrio, vecindario, amigos de infancia u otros espacios de encuentro. Una participante indicó que las malas amistades pueden ser peligrosas, pues un hijo suyo se involucró con expendedores de drogas y cambió de forma radical su forma de ser, ella manifestaba que se volvió solitario, irritable, agresivo y no quería tener ningún tipo de contacto con su familia; después de un tiempo se enteró que había matado a un joven de otro barrio y en este momento se encuentra en la cárcel.

Los participantes llegan a común acuerdo diciendo que se debe ser cuidadoso al momento de elegir las amistades, pues muchas veces una persona externa puede dañar la educación y los valores inculcados en casa. Para Rodríguez (2017) las primeras experiencias fuera de la familia se dan con amigos, quienes resultan ser una influencia relevante, pues es en las primeras etapas de la vida representan el distanciamiento de la familia, así como la independencia y la búsqueda de nuevos vínculos. La necesidad de ser aceptado en nuevos grupos sociales coloca a prueba las habilidades para la vida personales, familiares y sociales aprendidas en la infancia. En este sentido, los amigos pueden influir positiva o negativamente

en aspectos morales y éticos, dependiendo de la seguridad propia, la capacidad de toma de decisiones y la autoestima. Según Maslow, es necesario que el ser humano cuente con una red de apoyo diferente a la familia que le facilite la independencia y con la que genere proyectos afines políticos, culturales y religiosos.

Pareja sentimental o cónyuge: Las personas con las que se decide formar un hogar o mantener una convivencia adquieren gran importancia en la edad adulta, pues es con éstas con quienes se comparte la mayor parte del tiempo y como consecuencia, suelen tener enorme influencia en el desarrollo de habilidades para la vida, según lo manifestado por los participantes, quienes aseguran que el pasar mucho tiempo con su pareja sentimental, compartir experiencias y vivencias, y mantener un vínculo afectivo cercano genera que se aprendan nuevos hábitos y conductas, y por tanto se dé el aprendizaje de habilidades para la vida, como es la resolución de conflictos y la empatía; sin embargo, también hay posibilidad que se pierdan algunos valores, principios y habilidades inculcadas en casa. Para Páez y otros, los aportes de un vínculo afectivo consisten principalmente en la posibilidad de aprendizajes en torno a habilidades para la vida, es la posibilidad de crecimiento y la maduración emocional en conjunto con la pareja, obteniendo como resultado comprensión, compañía y afecto.

Calle: Reconocido por madres, padres y cuidadores como una de las mayores influencias en el desarrollo de habilidades para la vida, según ellos el entorno en el que se encuentran es un factor de riesgo, pues en la mayoría de sus barrios se ve un alto grado de violencia intrafamiliar, maltrato infantil, consumo de sustancias psicoactivas, homicidios y delincuencia juvenil, por lo cual lo identifican como un entorno no favorable. Esto se constata con lo expresado por Silvina, et al, quienes plantean que el contexto social y cultural en el

que se desenvuelve un individuo ejerce un impacto decisivo en la aparición y consolidación del ámbito psicosocial. Asegura que algunos autores coinciden en que los contextos de violencia favorecen los comportamientos agresivos y violentos.

Después de identificar las causas del escaso desarrollo de habilidades para la vida, se les preguntó a los participantes cuáles consideraban eran las consecuencias de no poseer habilidades para la vida, a lo que respondieron:

4.2.Consecuencias

Consumo de sustancias psicoactivas: Los participantes concluyeron que la falta de habilidades para la vida, como la toma de decisiones y la resolución de conflictos provocan que las personas sean influenciadas por amistades negativas que consumen o venden drogas, y como consecuencia y sin percatarse, se convierten en consumidores; además al no reconocer el problema constituye un error muy importante debido a que asimilan su nueva situación y no piden ayuda ni buscan solución. Al respecto Aimée, Limberger y Andretta expresan que el déficit de habilidades sociales es un factor de riesgo para el consumo de drogas, pues la falta de asertividad, el rechazo social y por ende las pocas relaciones interpersonales, sumado a la carencia de competencias para la resolución de problemas, la dificultad de hacer rechazos y la toma de decisiones provoca que los individuos busquen refugios en las drogas para poder lidiar con su situación social (Schneider, Limberger, & Andretta, 2016).

Ir a la cárcel: Esta consecuencia surgió de un relato hecho por una madre, quien manifestó que su hijo se encontraba en la cárcel por cometer homicidio, lo cual lo atribuyó a que él debido a la influencia de pares negativos no puso en práctica habilidades para la vida

como la toma de decisiones, la empatía y el control de emociones. Por otra parte, los participantes expresaron que las cárceles se encuentran llenas de personas que no supieron cómo controlar emociones como la ira y la tristeza, dejándose llevar por los impulsos. En este sentido, (Amaral, Maia Pinto, & Medeiros, 2015) expresan que las personas que cometen actos delictivos tienen dificultades para lidiar con sus emociones (alegría, enojo, frustración) y mantener relaciones con sus pares de manera equilibrada y saludable, presentando de esta manera dificultades en el desarrollo de habilidades para la vida.

Las causas más comunes de los comportamientos infractores son: malas compañías, deficiencia en las prácticas disciplinares, conflictos personales y familiares, falta de atención, uso de alcohol y drogas, problemas de autocontrol, poca asertividad, ausencia de actividad y abuso físico.

Suicidio: El suicidio se derivó de la dificultad que tienen algunas personas para expresar y controlar emociones como el miedo y la tristeza, asimismo, los participantes abordaron el tema de los trastornos de salud mental, como: la depresión y la ansiedad. Por otra parte, los padres de familia manifestaron que les gustaría tener más cercanía y confianza con sus hijos para evitar que estos atenten contra su vida. De esta manera, Clavijo & Sierra corroboraron que el tener dificultades para desarrollar habilidades para la vida como son: una buena autoestima, el manejo de la ira y la tristeza, la tolerancia a la frustración y la comunicación asertiva, constituyen un factor de riesgo para los jóvenes suicidas; además, influye la baja capacidad de establecer vínculos sociales y enfrentar sucesos dolorosos o no previsibles. La comunicación y adaptación al medio también se deben tener en cuenta debido a que muchas de las personas con comportamientos suicidas mantienen pocos vínculos sociales con otros

y no se saben desenvolver socialmente, por lo cual se deben afianzar las relaciones de confianza, cooperación y empatía.

Por otra parte, es importante mencionar que la incapacidad de generar alternativas para la resolución de problemas supone un alto incremento del riesgo suicida, pues al presentarse situaciones estresantes no se conoce de qué manera actuar (Clavijo Quiceno & Sierra Sernaitis, 2010).

Violencia intrafamiliar: Algunos padres de familia manifestaron que al no saber controlar la ira, dejarse llevar por los impulsos y no mantener una comunicación asertiva con los demás miembros de la familia podría provocar que se dieran casos de violencia intrafamiliar. Al respecto, Alfaro expresa que las personas que no desarrollan habilidades para la vida generalmente tienen estas características: reflexionan poco, tiene dificultad para resolver problemas y a menudo toman decisiones equivocadas, cuentan con poco control emocional, pues se enojan con facilidad, no tienen empatía, son intolerantes y desarrollan agresividad. Todo lo mencionado anteriormente, genera comportamientos violentos que afectan la dinámica y el ambiente familiar.

Deterioro de las relaciones familiares: La mayoría de participantes estuvieron de acuerdo en que una de las grandes consecuencias de no contar con habilidades para la vida es el deterioro de las relaciones familiares, así como el surgimiento de relaciones conflictivas dentro del hogar. Los padres de familia y cuidadores expresaron que algunos vínculos afectivos se rompen producto de situaciones problemáticas que se presentan en el interior de la familia, lo cual genera resentimientos, frustración, rencor, odio, tristeza y dolor. En concordancia, plantean que las familias deben hacer frente a situaciones difíciles habitualmente, debido a que el conflicto forma parte de la convivencia.

De todos los conflictos sociales, los conflictos familiares son los que provocan mayor dolor, pues los integrantes no sólo sufren por ellos mismos sino por las personas que quieren. Muchas veces las familias no saben cómo resolver estos conflictos porque no cuentan con habilidades como la resolución de conflictos, la empatía, la comunicación asertiva, la negociación, lo que les impide afrontar de manera adecuada las dificultades que puedan surgir en las relaciones interpersonales.

Problemas laborales: Algunos participantes manifestaron que quienes no sabían controlar el estrés y la ira, se comunicaban por medio de insultos y amenazas, criticaban la forma de trabajar de los demás y no escuchaban cuando otros les hacían recomendaciones para mejorar su desempeño laboral, tenían más probabilidad de fracasar y perder su trabajo, pues como consecuencia mantenían relaciones conflictivas con empleados, clientes e incluso jefes, además de tener mal servicio al cliente, pues siempre estaban a la defensiva.

4.3. Obstáculos y dificultades

Como en todo proceso de intervención social, hay una alta probabilidad que se presenten una serie de obstáculos y dificultades que afecten la participación de madres, padres y cuidadores, quienes manifestaron que la principal dificultad es el tiempo, pues deben cumplir con diferentes labores a lo largo del día como son: **trabajar** una actividad necesaria para el sostenimiento económico del hogar y para satisfacer sus necesidades y las de su familia, ellos argumentaron que en su trabajo es difícil que les den permiso o les permitan tener flexibilidad horaria para asistir a los talleres. Incluso algunas madres manifestaban que para la fecha había empezado la temporada de zapatería y que debían sacar el mayor provecho posible para mejorar sus condiciones económicas.

Otra de las ocupaciones diarias de los participantes es el **Cuidado de los hijos**, pues especialmente en el caso de las madres deben estar pendientes de sus hijos, llevarlos y recogerlos del colegio, acompañarlos a actividades como entrenamientos de fútbol y las reuniones del colegio, estar pendientes de su llegada del colegio o del programa, atenderlos cuando están en casa y vigilarlos durante el día, puesto que en la mayoría de los casos no hay nadie en casa para estar con ellos.

Quehaceres del hogar, una tarea asignada socialmente a las mujeres quienes según lo percibido consideran que es una obligación realizar los quehaceres domésticos, a pesar de que haya otros miembros en la familia que puedan realizarlo. Las madres manifiestan que deben cocinar, hacer el oficio, lavar, planchar y en general mantener el buen aseo del hogar, por esta razón muchas veces no tienen tiempo para asistir a los talleres, pues generalmente después del trabajo se deben dedicar a estas labores.

Socialmente a hombres y mujeres se les han definido funciones, roles y espacios que deben asumir en la sociedad. En este sentido, las mujeres asumen mayor responsabilidad en el cuidado y crianza de los hijos e hijas y las labores realizadas en el ámbito doméstico debido a que se considera un rol natural e inherente, mientras los hombres se dedican a la sustentación económica de la familia (Espinoza, 2016).

Desde el enfoque de género se consideran las diferentes oportunidades que tienen hombres y mujeres, lo cual se evidencia en la práctica social debido al esfuerzo que deben hacer las mujeres para participar en la escuela de padres, organizando cuidadosamente su tiempo laboral y doméstico para asistir a las reuniones.

Por otra parte, los **recursos económicos** también impiden la participación en los talleres, debido a que a algunos participantes viven en lugares lejanos a la institución y no cuentan

con los recursos económicos para financiar su transporte, frente a esta problemática se les ofreció irse en la buseta institucional con los niños y niñas del programa a las 4 pm.

Finalmente, algunos participantes tuvieron en cuenta **eventualidades** que se podrían presentar en el transcurso del proceso, como, por ejemplo, que se enfermaran ellos o un ser querido, una cita médica u otras diligencias que debían ser atendidas de manera inmediata y obligatoria.

4.4.Recursos

Son los recursos con los que los participantes cuentan para la superación de esta problemática. En este sentido, ellos expresaron que el primer recurso es el **programa Sembrando Vida**, porque es el que les dará la oportunidad de aprender cosas nuevas y diferentes que les ayudaran a mejorar en varios aspectos de su vida, además les proporcionará (en algunos casos) el transporte y los medios necesarios para que puedan asistir.

Asimismo, una de las participantes aprovechó el espacio para agradecer a los profesionales del programa, pues considera que desde que sus hijos ingresaron se han mejorado las relaciones familiares, y ella ha aprendido a ser mejor mamá.

La **Familia**, uno de los recursos más importantes para los participantes, pues de allí obtienen el apoyo que necesitan y también la motivación para asistir a la escuela de padres. Los participantes manifiestan que sus familiares les ayudan con los transportes, el cuidado de los hijos, los quehaceres del hogar e incluso cuando son trabajadores independientes les atienden los negocios para que puedan participar en los diferentes espacios.

4.5.Experiencias, aprendizajes y enseñanzas

Se preguntó a los participantes qué expectativas tenían en cuanto a experiencias, aprendizajes y enseñanzas de la escuela de padres; ellos manifestaron que esperan mejorar en la forma de relacionarse con los demás, en la crianza de sus hijos y fortalecer los lazos familiares.

Asimismo, una participante expresó que le parecía un excelente espacio para relacionarse con los demás padres de familia, pues, aunque asistían a muchas reuniones juntos nunca había tenido la oportunidad de saber sus nombres o entablar una conversación.

Por otra parte, muchos de los asistentes comentaron que deseaban que en los talleres se les enseñará cómo controlar emociones negativas como la ira y la tristeza, pues consideran que no cuentan con dicha habilidad, y como consecuencia de esto habían tenido muchos problemas en su vida personal, además de alejar a muchas personas.

En la siguiente *Figura* se encuentra plasmado el árbol de problemas elaborado en conjunto con los participantes.

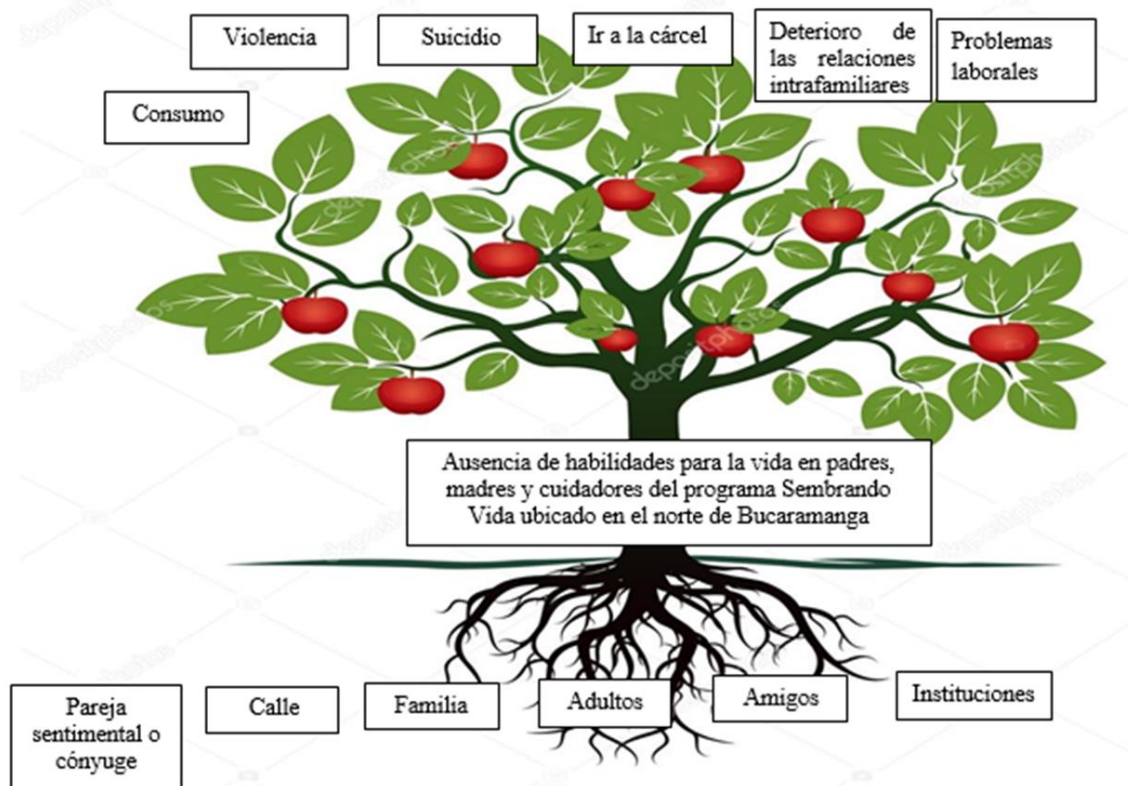


Figura 2. Árbol de problemas elaborado con padres de familia y cuidadores del programa sembrando vida

Adicionalmente se realizó un cuestionario para conocer qué habilidades debían ser fortalecidas con los participantes, encontrando como resultado 7 habilidades para la vida, en las que presentaban mayor dificultad, las cuales son:

Expresión y manejo de emociones: Es la exteriorización de los diferentes estados de ánimo en concordancia con cada situación vivida. Es necesario manifestar desde la alegría y el interés, hasta la tristeza, la rabia y el dolor, pues al no hacerlo se reprimirán trayendo consecuencias negativas (Universidad Nacional de Colombia, sede Bogotá).

Asimismo, se define como la capacidad que tiene una persona para manejar los sentimientos y las emociones, exteriorizándolos de manera adecuada, lo que implica

destrezas como serenarse, canalizar la irritabilidad, la ansiedad y la melancolía excesivas (Roosevelt, 2009).

Respecto a la habilidad expresión y manejo de emociones, se encontró lo siguiente:

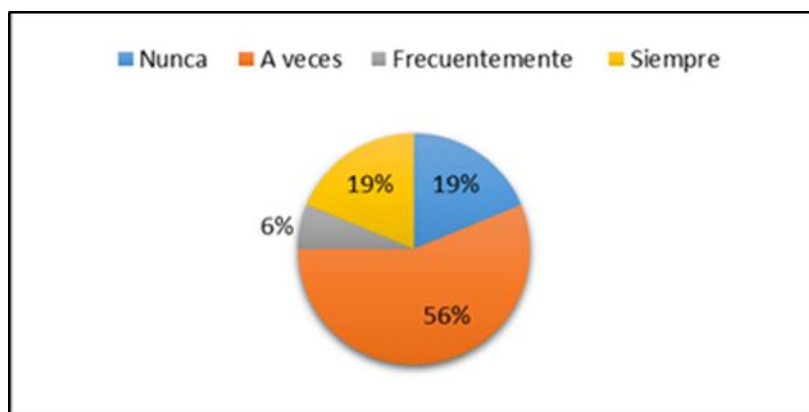


Figura 3. Resultados de la habilidad control de emociones.

Como se pudo evidenciar en la anterior *Figura*, el 19% de participantes manifestaron que nunca les es posible mantener el control cuando tienen rabia o tristeza, asimismo el 56 % expresa que a veces lo puede hacer. En conclusión, el 75% de la población muestra dificultades al momento de controlar sus emociones, por lo cual se considera fundamental intervenir para fortalecer esta habilidad.

Comunicación asertiva: Es la transmisión de forma concisa, clara, rápida y contundente de lo que se quiere. Esta habilidad se caracteriza por la expresión directa de sentimientos, deseos, derechos y opiniones, sin amenazar, desconocer y violentar los derechos de otros; quienes la desarrollan tienen la capacidad de decir no, poner límites, expresar sentimientos, pedir y hacer requerimientos, comenzar, continuar y terminar conversaciones.

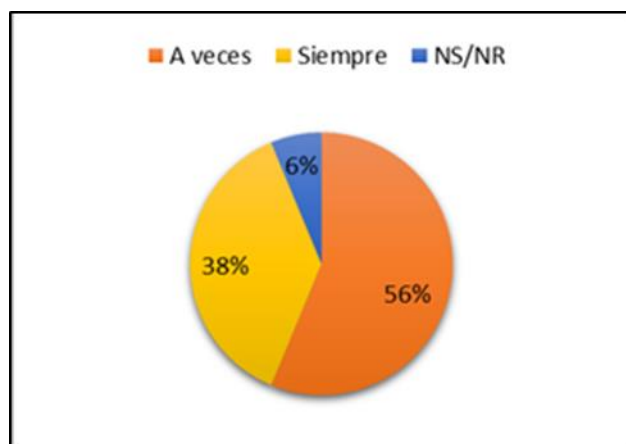


Figura 4. Expreso mi opinión ante un grupo de personas sin ningún problema.

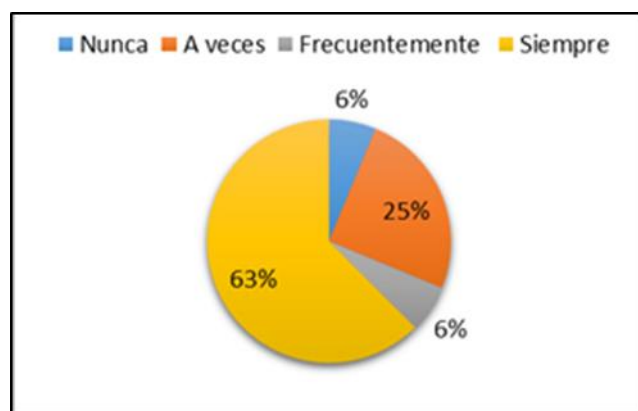


Figura 5. Escucho sin interrumpir cuando otra persona está hablando conmigo.

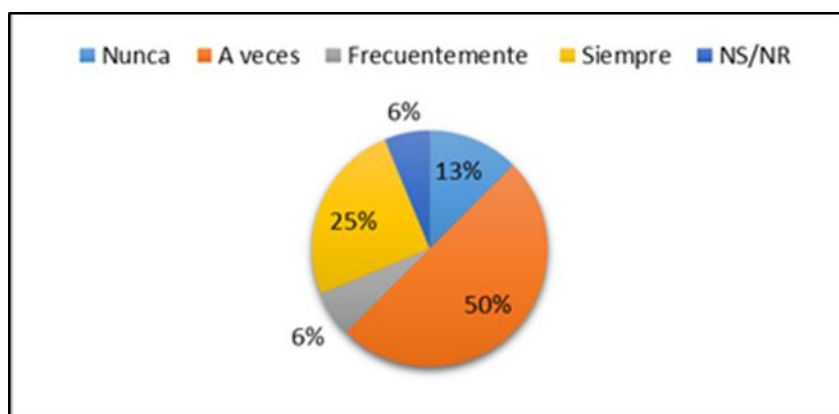


Figura 6. Digo que NO cuando alguien me pide algo que deseo no hacer.

Para abordar la comunicación asertiva se tuvo en cuenta tres elementos: la capacidad de expresar la opinión, la escucha activa y finalmente saber decir no. Como resultado se obtuvo

que el 62% de padres de familia y cuidadores presentan dificultad para expresar su opinión ante un grupo de personas, añadiendo que el 63% manifiesta que tienen problemas para decir que no cuando alguien les hace alguna petición acerca de algo que no desean hacer.

En cuanto a la escucha activa, se presenta que sólo el 31% de participantes presenta inconvenientes al momento de escuchar al otro durante una conversación. A manera de conclusión, se considera que los participantes deben ser fortalecidos en comunicación asertiva, pues hay un alto porcentaje de padres de familia y cuidadores que tienen dificultades al momento de expresarse y tener autonomía.

Pedir disculpas: Se define como la capacidad de reconocer los errores y mostrar arrepentimiento por una ofensa o por un perjuicio causado a otra persona, su función principal es generar escenarios para restaurar la relación dañada

Perdonar: Hace referencia a la superación de una ofensa o un daño por parte de quien ha sido perjudicado por ello, es decir remitir la deuda, ofensa, falta o delito. Asimismo, la acción de perdonar reemplaza sentimientos de venganza, dolor y tristeza por sentimientos de compasión, benevolencia y amor.

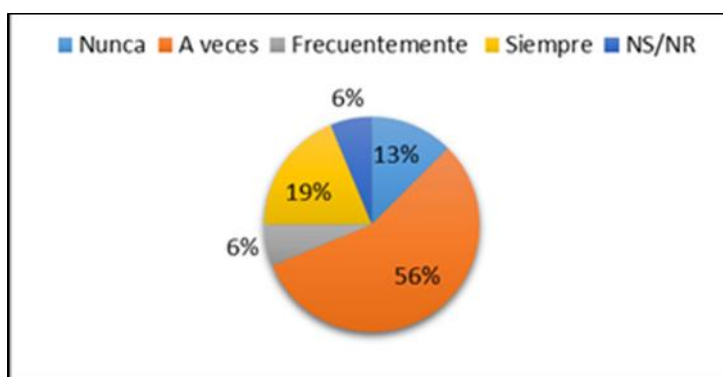


Figura 7. Pido disculpas cuando me equivoco

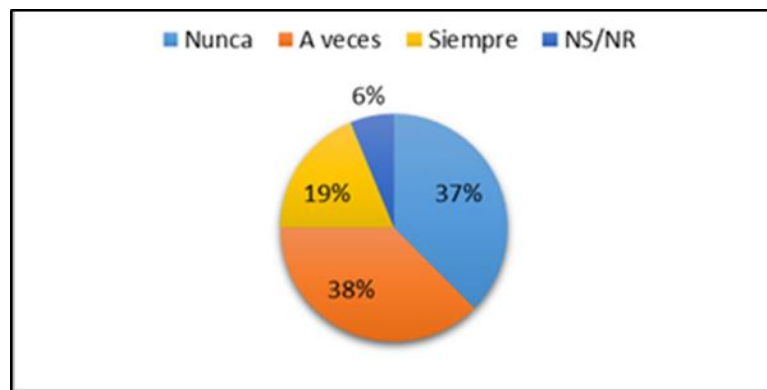


Figura 8. Me es difícil aceptar las disculpas que me ofrece otra persona.

Como se puede evidenciar por las *Figuras* anteriormente expuestas, los participantes presentan mayor inconveniente al momento de pedir disculpas, facilitándoseles un poco más perdonar. En este sentido, el 69% manifiesta tener dificultad al momento de pedir disculpas cuando se equivocan, frente al 57% que expresa que les es difícil aceptar una disculpa cuando otra persona les ofrece. Con base en estos resultados se consideró importante abordar esta habilidad con el fin de contribuir a la restauración de las relaciones interpersonales.

Toma de decisiones: Es el proceso mediante el cual se elige entre varias alternativas o formas de resolver diferentes problemáticas de la vida, las cuales pueden presentarse en diferentes contextos: a nivel familiar, sentimental, económico, laboral, entre otros. Por otra parte, la toma de decisiones a nivel individual se caracteriza porque cada individuo hace uso de su razonamiento y pensamiento para evaluar alternativas de acción, y posteriormente elegir una decisión factible que lo lleve a solucionar su problema (Gutiérrez Díaz, 2009).

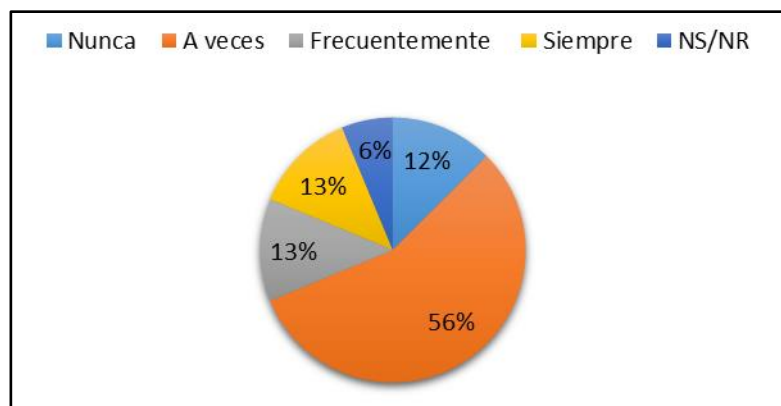


Figura 9, Me cuesta tomar decisiones cuando enfrento un problema.

La habilidad toma de decisiones hace parte de las habilidades cognitivas, pues requiere el uso del razonamiento para afrontar las problemáticas que se presenten en la vida cotidiana, para lo cual es importante la autonomía. En este sentido, se considera fundamental tenerla en cuenta en el diseño y ejecución del diagnóstico, en donde el 26% de participantes manifiestan que siempre y frecuentemente les cuesta tomar una decisión, y el 56% expresa que a veces. En conclusión, el 82% de participantes presenta dificultades al momento de decidir sobre algún aspecto de su vida.

Manejar la crítica: Elaborar críticas constructivas y recibirlas de manera adecuada son dos habilidades sociales que contribuyen a solucionar los problemas y los conflictos interpersonales. Es sumamente importante ser capaz de responder a las críticas de manera adecuada sin que exista alteración o desequilibrio emocional, y que no se ponga en juego la autoestima siendo asertivos en las diferentes situaciones que se presenten en la vida diaria. Asimismo, es fundamental reconocer las críticas constructivas sin llegar a ser defensivos ni atacar al otro, sin aceptar comentarios destructivos, es decir aspectos exagerados o distorsionados hechos con el fin de herir, humillar o avergonzar.



Figura 10. Me cuesta NO decir palabras ofensivas o burlarme de otras personas.

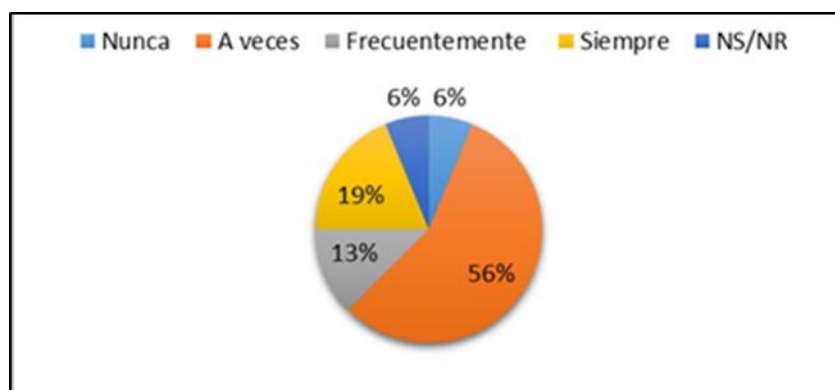


Figura 11. Recibo una crítica cuando alguien me dice que cometí un error o que debo mejorar en algo.

En cuanto al manejo de la crítica, se recogió la información teniendo en cuenta dos aspectos: hacer críticas destructivas y capacidad para recibir crítica, como respuesta se obtuvo que el 44% de participantes tienen inconvenientes al momento de no decir palabras ofensivas o burlarse de otros, mientras que el 62% de padres de familia y cuidadores manifiestan que le es difícil recibir una crítica cuando se equivocan o se les hace una recomendación.

Empatía: Es la capacidad de entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en el lugar del otro, posibilitando de esta manera respuestas correctas a sus reacciones emocionales. La empatía se logra al combinar la escucha activa, la comprensión y la asertividad, asimismo, la persona empática desarrolla la capacidad

intelectual de vivenciar la manera en que se siente la otra persona, lo que facilita la comprensión del porqué de su comportamiento, permitiéndole mantener un diálogo con el otro con un estilo de interacción positivo y favorable para ambos. La empatía es clave para establecer relaciones sanas y conectar con los demás; las personas empáticas suelen tener más éxito social, pues tener la capacidad de comprender al otro mejora las relaciones interpersonales, la negociación, la capacidad de persuadir y el desarrollo del carisma.

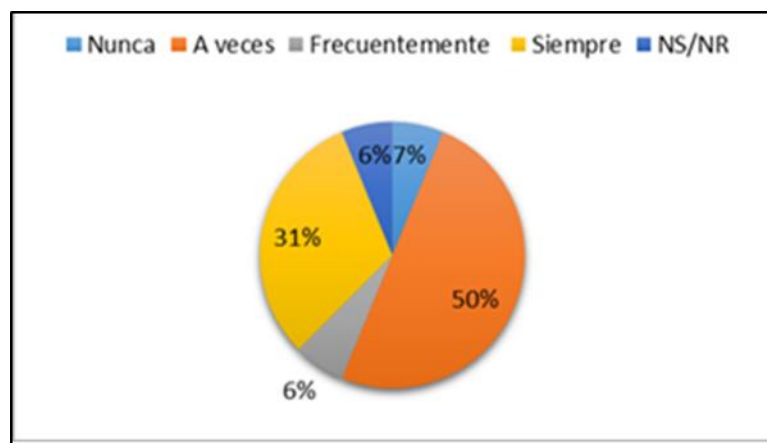


Figura 12. Puedo comprender los problemas de los demás.

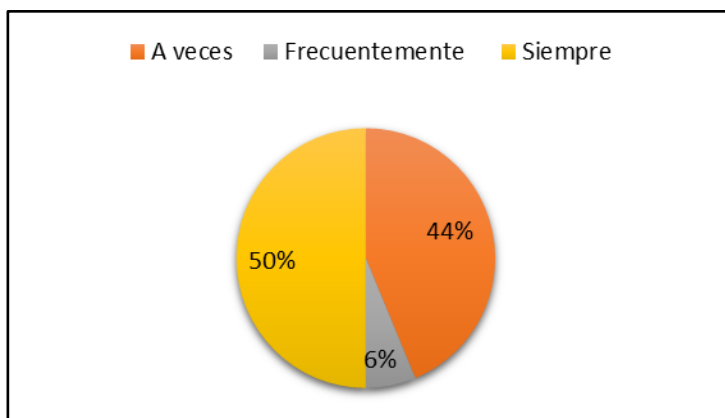


Figura 13. Ayudo a otras personas cuando me necesitan.

El diagnóstico de la habilidad empatía se realizó teniendo en cuenta dos aspectos: la capacidad de comprender los problemas de los otros y por otra parte la ayuda que se le brinda a los demás. Como resultado se obtuvo que, el 57% de participantes se les dificulta entender

los problemas de otras personas, mientras que el 44% manifiesta que en ocasiones ayudan a los demás cuando estos los necesitan.

Reconocer los errores: Cometer errores es habitual, pues es un proceso natural del ser humano y hace parte de la vida diaria. Desarrollar esta habilidad implica comprender cómo actuar ante un error y cómo enfrentarlo. En este sentido, se tienen dos opciones: ocultarlo, evadirlo o culpar a otros, o por el contrario aceptarlo, crecer y aprender de él. La importancia de reconocer errores radica en saber reflexionar acerca de la toma de decisiones equivocadas o las malas acciones que perjudican al individuo y a las personas que le rodean; no reconocer un fallo impide madurar y crecer como persona, además de aumentar las posibilidades de repetir una y otra vez el mismo error, y como consecuencia interiormente crear sentimientos de auto culpa y frustración.

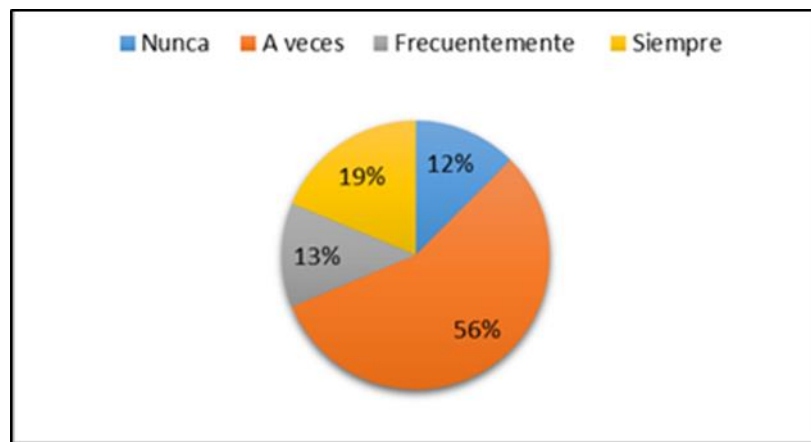


Figura 14. Reconozco mis errores.

Para realizar de manera adecuada nuevas acciones es imprescindible tener la capacidad de reconocer un error, aunque muchas veces sea difícil, fundamentalmente por la cultura del castigo/miedo en la que la sociedad se encuentra inmersa; buscar la reparación del mismo, perdonarse y ser perdonado. Tomar el error como un espacio de aprendizajes marca la

diferencia entre fracasar y ser exitoso; es así como se construye la personalidad, a partir de las experiencias y vivencias que permiten el crecimiento interno.

Como se puede observar en la anterior *Figura*, el 12% de los participantes nunca reconoce sus errores, mientras que el 56% manifiesta que en ocasiones lo hace. En conclusión, el 68% de padres de familia y cuidadores no cuenta con la capacidad de reconocer sus errores siempre.



Figura 15: Implementación del diagnóstico

5. Propuesta “metamorfosis” programa sembrando vida: intervención desde trabajo social

A partir de la implementación y el análisis del diagnóstico participativo realizado con padres de familia y cuidadores del programa Sembrando Vida, se diseñó la propuesta de intervención desde Trabajo Social llamada “Metamorfosis”, con el fin de fortalecer a madres, padres y cuidadores en habilidades para la vida contribuyendo a la cualificación de rol de educadores para generar relaciones asertivas y mejorar la convivencia familiar.

Las habilidades para la vida permiten adquirir competencias necesarias para un mejor desarrollo socio-afectivo, por ello es significativo desarrollar procesos formativos que favorezcan las habilidades cognitivas, emocionales y sociales, que resultan imprescindibles para el logro de metas y objetivos, a la vez que contribuyen a enfrentar los retos de la vida diaria.

Diseñar e implementar una propuesta de intervención enfocada al fortalecimiento de las habilidades para la vida en la edad adulta, sugiere que los participantes realicen una reflexión acerca de sus conductas y comportamientos, para de esta manera concientizarse sobre la forma en que están socializando con las personas del entorno y cómo enfrentan situaciones problemáticas presentes en su diario vivir.

Cabe resaltar que para el diseño de la propuesta de intervención no se utilizó la técnica árbol de objetivos como se había señalado en el plan de trabajo, debido a que no era posible convertir las causas y consecuencias planteadas por la población en objetivos específicos y metas, pues la intervención no tenía el alcance para abordar sistemas fuera de la familia así

como tampoco se abordarían problemáticas sociales; sin embargo, el plan de acción se realizó a partir de las opiniones y sugerencias de la población y el par idóneo

5.1.Estructura

Acorde a las características encontradas a nivel personal, social y cultural se estructura la práctica de intervención de tal manera que se aborde una habilidad para la vida cada viernes a las 2 pm. Inicialmente, se abordan las habilidades emocionales, seguido de las sociales y finalmente las cognitivas.

En la intervención participan los padres, madres y cuidadores a quienes se les orienta para ejercer el rol como educadores de habilidades para la vida. También se contempla un impacto en su contexto comunitario, a través del compromiso de los sujetos de socializar el aprendizaje con otras personas.

El Lineamiento Técnico para la atención ICBF(2017), contempla cuatro ámbitos a tener en cuenta en el fortalecimiento de habilidades a nivel individual y grupal a saber: **Cognitivo**, se refiere a las habilidades para el aprendizaje, reconocimiento de intereses y motivaciones, y capacidad para identificar y resolver las dificultades de manera correcta; **Ético**, tiene como fin abordar los valores y principios tales como la honestidad, el respeto, la tolerancia y la justicia de manera personal, familiar y social; **Afectivo**, hace énfasis en las relaciones sociales equilibradas, el reconocimiento del otro, auto percepción, auto aceptación, autonomía y auto cuidado; **Lúdico**, es la habilidad para el ejercicio y la recreación; **Participativo**, hace referencia al ejercicio de derechos, deberes y responsabilidades (INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR, 2017).

Es fundamental que se tengan en cuenta los aspectos mencionados para realizar la intervención en el programa Sembrando Vida, pues hace hincapié al desarrollo y la potenciación de habilidades para la vida, así como al fortalecimiento de vínculos afectivos y relaciones interpersonales, teniendo presente valores, principios, derechos y deberes, sin olvidar la recreación.

5.2. Intervención Participativa

La metodología que se implementa durante la intervención es la participativa, los participantes son considerados como agentes activos y responsables de su propio proceso de transformación; tiene como fin desarrollar la participación al máximo y crear un ambiente fraterno y de confianza. Esta metodología cuenta con ciertas características, como son:

Lúdica: El juego cumple un papel muy importante, pues mediante éste se impulsa el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Interactiva: Promueve el diálogo y la discusión de los participantes, con el fin de que exista el intercambio y la confrontación de ideas, en un ambiente de tolerancia y respeto.

Creativa y flexible: Consiste en dejar a un lado los modelos rígidos, autoritarios y lineales, y dar paso a intervenciones cíclicas, reflexivas y creativas.

Promueve la conciencia grupal: Fortalece la cohesión grupal, al tiempo que genera en los participantes un fuerte sentido de pertenencia y la reflexión sobre situaciones que les afecta a diario.

Formativa: Aunque mediante ella se da la transmisión de información, prioriza la formación de los participantes, fomentando el pensamiento crítico, el empoderamiento, la

escucha tolerante, la conciencia de sí y de su entorno, así como el diálogo y el debate (CEDEPO, 1984).

Además, cada sesión se divide en seis momentos pedagógicos:

Bienvenida: Se realiza al inicio de cada sesión, recordando reglas y normas y procediendo a realizar juegos que activen a los participantes; además, permite la generación de un ambiente sereno y confiable.

Motivación: Como su nombre lo indica, esta actividad sirve para llamar la atención de los participantes desde un primer momento e interesarlos por el taller que se desarrolla; generalmente se lleva a cabo mediante juegos, cuentos, vídeos, reflexiones individuales y grupales, entre otras técnicas que posibiliten la participación de los sujetos.

Desarrollo del tema: Esta es la actividad central mediante la cual se abordará el tema, es decir lo que la profesional en formación va a enseñar a los participantes mediante técnicas recreativas, lúdicas, educativas y participativas.

Ejercicio de interiorización: La finalidad de este momento es conocer si los participantes apropiaron o no la información presentada, por ello se relaciona lo aprendido con ejemplos de la vida cotidiana, ya sea mediante preguntas que involucren lo que pasa en sus familias y contextos, casos reales, entre otros.

Compromiso: Consiste en que los participantes hagan un compromiso respecto al tema presentado, ya sea de manera verbal o escrita.

Evaluación: Los participantes deberán evaluar la actividad y hacer recomendaciones, ya sea a través de lluvia de ideas, buzón de sugerencias u otras técnicas participativas.

5.3.Implementación

Una vez definidas con los padres, madres y cuidadores las habilidades para la vida a abordar, se procedió a orientar espacios edu-formativos y lúdicos con el propósito de generar reflexión individual y grupal y cambios en los procesos de formación que realizan con los hijos o nietos, especialmente.

La intervención finalizó con un acercamiento al rol del Trabajador Social y los aprendizajes y conclusiones de la labor realizada.

A continuación, se presentan de manera resumida cada una de las sesiones realizadas:

Soy dueño de mis emociones

El día viernes 21 de junio se desarrolló el primer taller con madres, padres y cuidadores, el cual se tituló “Soy dueño de mis emociones”, esta intervención grupal se realizó debido a los resultados encontrados en el diagnóstico participativo, en donde se evidenció que los familiares o *Figuras* de autoridad de los niños, niñas y adolescentes del programa Sembrando Vida tenían falencias o dificultades para expresar y controlar sus emociones, especialmente la ira y la tristeza.

Se consideró necesario realizar la primera sesión sobre expresión y manejo de emociones porque es el eje central de las habilidades para la vida, pues para desarrollar otras habilidades como son la toma de decisiones, el manejo de la crítica, la comunicación asertiva, pedir disculpas y perdonar, es fundamental que primeramente se tenga conocimiento sobre cómo mantener una estabilidad o equilibrio emocional para que posteriormente se pueda tomar una decisión sensata sin ser influenciados por una emoción negativa; asimismo en el manejo de la crítica se debe saber expresar las emociones antes de dar a otro una observación ya sea

positiva o negativa, y al momento de recibir una crítica se debe tener control emocional para no reaccionar a la defensiva o de manera violenta.

Lo anteriormente expuesto, son situaciones en la vida cotidiana de los participantes, que son propensas a presentarse en cualquier momento, por este motivo se consideró apropiado abrir la escuela de padres con este tema. El desarrollo del tema aludió a qué es una emoción, cuál es la diferencia y la importancia de saber expresar y controlar las emociones, por qué es importante expresar y controlar las emociones propias y enseñarles a los hijos y demás personas cercanas a hacerlo, de qué manera afecta a nivel emocional, físico, familiar y social no saber expresar y controlar las emociones, y finalmente qué técnicas existen y se deben aplicar en un momento en donde las emociones tengan dominio sobre el razonamiento.

Con ayuda de una guía de trabajo, de manera individual y escrita, los participantes identificaron qué emociones sienten con frecuencia y en qué lugares o con quiénes se intensifican; además, qué técnicas utilizarían para controlar sus emociones de ahora en adelante. Como resultado se concluyó que, las emociones que mayormente experimentan los participantes son alegría, tristeza e ira, las cuales predominan principalmente en la familia con el compañero afectivo y los hijos, ya sea a causa de discusiones por problemas económicos, repartición de tareas domésticas, celos de pareja, desobediencia de los hijos, entre otros, frente a esto se orienta a los padres de familia para que aplique las estrategias o técnicas de control de emociones en su vida cotidiana para mejorar la convivencia familiar, laboral y social.

Esta primera intervención grupal estuvo llena de aprendizajes porque no sólo se enfocó en enseñar a los participantes a controlar sus emociones, sino también a identificar y reflexionar cuál era la causa de estas, en qué espacios era más común que se presentaran y

qué situaciones contribuían a que detonaran ciertas emociones, para de esta manera entender que antes de intentar controlar o dominar una emoción era necesario adquirir conocimiento personal para identificar momentos o situaciones que afectan de manera negativa el estado emocional de cada uno.

Al taller asistieron 8 personas, siendo la primera experiencia de manejo de grupo con adultos de la profesional en formación, por esta razón se pusieron en práctica habilidades como la escucha activa, mantener la concentración del grupo y no desviar el tema, motivar la participación y la expresión de opiniones, puesto que se quería despertar el interés de los participantes y que a la vez éstos le encontraban la aplicabilidad para la vida diaria.

La profesional en formación aprendió a desenvolverse y explicar temas de manera sencilla, asociándolo a situaciones de la vida cotidiana, tragedias familiares o asuntos sociales.

5.3.1. Manejo y resuelvo mis conflictos por medio de la comunicación asertiva.

El taller de comunicación asertiva se realizó el 05 de julio con la participación de 5 familias, su objetivo fue “Sensibilizar padres, madres y/o cuidadores sobre la importancia de contar con habilidades de comunicación asertiva para prevenir, mediar y resolver conflictos en relaciones interpersonales”. Esta intervención inició con un vídeo formativo sobre qué es la comunicación asertiva y qué tipos de comunicación existen, posteriormente se abordó a profundidad este tema, añadiéndole la explicación y reflexión acerca de cómo aplicar esta habilidad en el diario vivir y qué beneficios tiene hacerlo.

A continuación, se desarrolló un juego en el cual los participantes debían decir frases molestas o groseras a sus compañeros y estos debían responder con naturalidad; a partir de sus respuestas, en conjunto se identificaba qué tipo de comunicación manejaban y cuál era la

manera correcta de expresarse con la familia y en el medio social en general. Cabe señalar que, la mayoría de participantes contaban con una comunicación agresiva, lo cual reconocieron manifestando que la mayoría del tiempo se comunicaban con groserías, insultos y amenazas, además que muchas veces estaban a la defensiva cuando otras personas les hacían ver un error o cuando les hacían algún reclamo o recomendación; solo una madre se mostró con comunicación pasiva expresando que normalmente cuando tenía problemas con sus hijos trataba de no reprenderlos o llamarles la atención por miedo a una confrontación; cabe resaltar, que esta misma madre en los dos talleres que hasta el momento se han desarrollado opina poco y su participación es nula. Frente a estas situaciones se orientó a los participantes al análisis y reflexión acerca no sólo de la manera en que se estaban comunicando sino también sus actitudes y acciones cotidianas que afectaban sus relaciones y daban mal ejemplo a sus hijos quienes repetían dichas conductas.

La metodología que se utilizó en el taller fue participativa, acompañada del análisis y la reflexión de casos de la vida cotidiana, lo cual dio muy buenos resultados, pues los participantes comprendieron e interiorizaron la información dada. Por otra parte, el tener que reaccionar a preguntas o frases que varias personas les dicen en su diario vivir, contribuyó a que llevarán el conocimiento adquirido a la acción.

Finalmente y a manera de aprendizaje, la profesional en formación se percató que realizar ejercicios prácticos y grupales mantiene mayor interés y hace más ameno el taller, además de fortalecer las redes y los vínculos afectivos entre los participantes; además, que el hecho de que opinen, hablen acerca de sus experiencias y socialicen sus respuestas frente al grupo contribuye a que exista mayor confianza en sí mismos, se amplíen los conocimientos y

aprendizajes y pierdan el temor a hablar en público, habilidad que se busca desarrollar de manera implícita mediante los talleres.

5.3.2. El arte de disculparse y perdonar. El día 12 de Julio se llevó a cabo el taller “el arte de disculparse y perdonar”, esta intervención se enfocó en la reflexión, la meditación y la sanación interior para la restauración de relaciones y la mejora de la convivencia en la familia. Iniciando con una actividad que promovía la reflexión acerca de la afectación física, emocional y social que tiene guardar rencor y seguir espirales de venganza; frente a esto se realizó un conversatorio sobre el tema, en donde los participantes participaron y opinaron acerca de qué es el perdón, por qué debemos perdonar, qué es lo que impide perdonar y pedir perdón, qué se aprende con el perdón, y finalmente, por qué es tan importante el perdón en la familia y en la sociedad.

Posteriormente, se les pidió a los participantes que cerraran los ojos y pensarán en alguien que les hizo daño o que los ofendió gravemente, escribieran su nombre y las acciones que estos cometieron en contra de ellos, después debían pasar en parejas al frente, mirarse fijamente e imaginar que la otra persona era quien los había ofendido. Al realizar la actividad, llegaron recuerdos que traían consigo dolor, tristeza, rabia y resignación, situaciones que iban desde riñas entre vecinos hasta el asesinato de un ser querido; aunque la mayoría de participantes estuvieron dispuestos a perdonar hubo quienes aún no estaban preparados para hacerlo por lo que se le orientó frente al tema.

Cabe resaltar que, a pesar de que lo escrito era personal y privado, la mayoría de participantes decidieron por voluntad propia contar sus experiencias y vivencias frente a los demás, quienes demostraron gran empatía aconsejándolos y apoyándolos. Por otra parte, cada vez que se hablaba el tema del perdón, los participantes aludían a Dios considerando que era

el único que podía ayudar y orientar a las personas para que se perdonaran entre sí, por esta razón siempre aconsejaban la oración y unirse a una iglesia cristiana.

Esta fue una de las habilidades para la vida que más se les dificultó poner en práctica a los participantes debido al contexto social en el que están inmersos, pues las ofensas y los conflictos que se presentan son graves incluyendo riñas familiares y vecinales, infidelidades, acusar injustamente a una persona y lograr su encarcelamiento, el asesinato de un ser querido, entre otros. Asimismo, el pedir disculpas ha sido difícil para los padres de familia debido a que se les dificulta reconocer un error y como ellos mismos lo mencionaban el orgullo se interpone, lo que ha deteriorado sus relaciones y convivencia familiar.

Esta intervención fue conmovedora para los participantes y la profesional en formación, pues trajo recuerdos amargos y la confrontación de diversas emociones, hubo arrepentimiento, llantos y risas, pero al finalizar, los padres de familia manifestaron sentirse liberados y tranquilos, pues aseguraron que el rencor y el resentimiento era un peso que no estaban dispuestos a seguir llevando. Como última actividad, se solicitó a cada participante que escribiera una carta pidiendo disculpas a alguien que haya ofendido (ya sea por medio de palabras hirientes, siendo poco amable o lastimándolo físicamente), estas cartas debían ser entregadas acompañada de una muestra de afecto, ya sea un abrazo, un beso o estrechar su mano.



Figura 16: Actividad de interiorización “Perdonar sana el corazón”

5.3.3. Decide y avanza. El taller toma de decisiones se realiza a partir de las opiniones e ideas de los participantes, quienes expresan tener grandes dificultades para decidir en el ámbito económico, familiar y laboral. En este sentido, manifiestan que al momento de decidir experimentan sentimientos de temor, vergüenza, intranquilidad, disgusto e incomodidad razón por la que no se apersonan de sus decisiones, sino que la dejan en manos de terceros.

Frente a lo anteriormente expresado se busca que los padres de familia desarrollen la habilidad de toma de decisiones de manera autónoma y responsable; interviniendo bajo las premisas del enfoque de género, pues la mayoría de participantes son de sexo femenino y reconocen que gran parte de las decisiones no sólo del hogar sino de su vida personal son tomadas por hombres, principalmente su pareja sentimental, motivo por el que se busca empoderar a las mujeres y fortalecer su autoestima para que tomen el control de su vida y rompan los esquemas sociales que se han venido dando históricamente y repitiendo generación tras generación.

La intervención grupal inició con una actividad llamada “La decisión”, en donde los participantes debían decidir sobre una situación utilizando sus capacidades de análisis, reflexión y pensamiento creativo; este ejercicio se lleva a cabo para identificar los criterios que los participantes tienen en cuenta al momento de tomar una decisión y de qué manera reaccionan al enfrentar una situación difícil sin ayuda de nadie, los resultados apuntaron a que en este grupo poblacional priman los sentimientos y las emociones sobre el razonamiento.

Posteriormente, se realizó un conversatorio sobre el tema de toma de decisiones responsables y autónomas en la vida cotidiana, asimismo las implicaciones de éstas y, con ayuda de un ejemplo, cuál es el proceso que se debe llevar a cabo para la toma de decisiones; a partir de allí los participantes debían pensar en una problemática actual y seguir el proceso explicado anteriormente para de esta manera elegir la mejor alternativa de solución, la mayoría de decisiones eran de índole familiar relacionadas con la economía familiar y la crianza de los hijos. Al finalizar el ejercicio, los participantes se sintieron satisfechos con las decisiones tomadas, resaltando la importancia de mantener el control emocional al momento de hacerlo y entendiendo que, aunque podían tener ayuda externa como consejos y opiniones de las personas de su entorno, las decisiones debían ser tomadas por ellos mismos sin delegar la responsabilidad a terceros.

Por otra parte, los padres de familia comprendieron que cuando se toma una decisión, se deben tener en cuenta resultados y consecuencias negativas que también involucran a personas que los rodean y con los que mantienen relaciones muy cercanas, es decir que las decisiones que se toman no sólo los afecta a ellos sino también a sus familiares, amigos y demás personas cercanas.

Finalmente, y en cuanto a la metodología, el proceso de toma de decisiones fue un tema que les costó entender a los padres de familia debido a la baja escolaridad del grupo; había conceptos que no lograban entender por esta razón se decidió explicarlo con ejemplos de la vida cotidiana para que pudiesen de esta manera apropiarse e interiorizar esta habilidad al tiempo que se llevaba de la teoría a la práctica.



Figura 17: Actividad de interiorización “Aprendiendo a decidir”.

5.3.4. Dar y recibir. El primero de agosto se realizó la quinta sesión de la escuela de padres sobre el manejo de la crítica, este tema se aborda a petición de la trabajadora social de la institución quien considera que los padres de familia tienen problemas para hacer y aceptar una crítica, razón por la que se incluye esta habilidad en el diagnóstico. Como resultado se obtuvo que, los participantes tienen dificultad para hacer y recibir comentarios u opiniones acerca de los errores y aspectos por mejorar, asociando las críticas con las ofensas.

El taller inició con la actividad “Haciendo y recibiendo críticas”, la cual consistía en pegar en la espalda de cada participante un post it, mientras los demás escribían en su espalda una crítica, es decir que, los padres de familia hacían y recibían críticas. A partir de este ejercicio se logró analizar que los integrantes del grupo intentaban no dar opiniones negativas acerca de los demás, pues tenían miedo a la confrontación, cuando se les preguntó la razón, manifestaron que habían tenido experiencias negativas al dar a otra persona un consejo o una sugerencia sobre algún aspecto que debía ser cambiado, por eso no lo habían vuelto a hacer porque querían evitar discusiones y peleas con familiares y vecinos.

Entre las críticas más frecuentes se encontraban, la forma de criar a los hijos, hábitos desagradables, aspectos de la personalidad que los demás consideraban incómodos, entre otras, algunos incluso escribieron halagos y elogios sobre otra persona. Posteriormente, cada participante debía pasar al frente para leer las críticas que le habían escrito, la mayoría de participantes reaccionó de manera positiva diciendo que eran observaciones que ya les habían hecho, sin embargo, otros participantes reaccionaron de manera apática y molesta.

Después del ejercicio, se realizó un conversatorio en donde se explicó la diferencia entre una crítica constructiva y una destructiva, cómo hacer una crítica evitando ofender a la otra

persona y sin deteriorar las relaciones interpersonales; cómo recibir una crítica de manera asertiva, responsable y manteniendo el control emocional; además, con la participación de los padres de familia se logró establecer la importancia del manejo de crítica en el hogar. Al finalizar, se hizo un juego en el que los participantes debían responder a preguntas respecto al tema visto, pasar una crítica destructiva a una constructiva, reflexionar acerca del manejo la crítica y realizar críticas constructivas a otros integrantes del grupo.

A manera de reflexión, esta habilidad fue compleja de abordar debido a que los padres de familia expresaban que en este contexto social hacer un comentario negativo acerca de otra persona e incluso confrontarla por algo que hizo que haya afectado a otro de manera personal o a un ser querido es motivo de riñas y discusiones fuertes que pueden terminar en tragedias como lesiones personales, amenazas e incluso la muerte.



Figura 18: Actividad haciendo y recibiendo críticas

5.3.5. En los zapatos del otro. La empatía es la habilidad para entender necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar para poder responder correctamente a sus reacciones emocionales. Teniendo en cuenta esta definición se realiza el taller “En los zapatos del otro”, iniciando con una dinámica llamada “El juego de los indios”, la cual consistió en que cada uno de los participantes escogía al azar una frase y la ponía en su frente sin saber lo que decía, frases como: “grítame cuando te hable”, “no prestes atención si te digo algo”, “aléjate de mí cuando hable contigo”, entre otras ; esta dinámica tuvo como fin que los participantes experimentaran lo que sienten los demás al ser rechazados, ignorados o discriminados. Cuando se les preguntó qué sintieron algunos expresaron incomodidad, tristeza e incluso enojo; una de las participantes expresó que así se deben sentir muchas personas a diario como por ejemplo los habitantes de calle, los venezolanos, los homosexuales, entre otras poblaciones discriminadas y estigmatizadas socialmente, incluso dijo, que se puede llegar a hacer sentir de esta manera a un miembro de la familia y a otras personas de alrededor.

Cuando se les preguntó a los 8 participantes qué entendían por empatía ninguno había escuchado el término, lo cual fue de gran sorpresa que no estuvieran relacionados con este concepto, por ello se procedió a dar la explicación con ayuda de ejemplos de la vida cotidiana para facilitar el proceso de aprendizaje. A continuación, se elaboraron tarjetas con diferentes situaciones como el aborto, la homosexualidad, la drogadicción y la delincuencia, en donde había dos posturas que debían ser asumidas al azar, abriéndose un debate. Muchos de los participantes manifestaron que a pesar de que no estuvieron de acuerdo con la postura que

les correspondió, el ejercicio de defenderlas les ayudó mucho a reflexionar acerca de cómo se siente la otra persona, por qué opina de esa manera y por qué defiende esa postura.

Por otra parte, los padres de familia y cuidadores comentaron que en muchas ocasiones habían sentido poca empatía por parte de algunos familiares y otros allegados, quienes los juzgaban por alguna acción o comportamiento llevado a cabo, sin entender su punto de vista, lastimándolos en ocasiones y haciéndolos sentir mal, por lo que resaltaron la importancia de ser empáticos con el otro.

Al finalizar, se les pidió a los padres de familia y cuidadores que realizarán una acción que les gustaría que en algún momento hicieran por ellos y lo comentaran en la próxima sesión.



Figura 19: Actividad de interiorización “En los zapatos del otro”.

El primer camino a la solución es reconocer el error

Este taller se realiza el 16 de agosto con el fin de fortalecer la habilidad de reconocer errores y llevar a cabo una retroalimentación del proceso, para conocer qué aprendizajes obtuvieron los participantes de la escuela de padres y en qué aspectos de su vida han aplicado las habilidades abordadas allí. En este sentido, se inicia con la actividad “Las urnas”, en donde los participantes comentaron algún problema de su personalidad que les genera conflictos con las demás personas, adicionalmente una acción que realizaron y de la cual se arrepienten, y finalmente una situación o algo en su forma de ser que les gustaría superar. Los padres de familia y cuidadores expresaron varios problemas, entre ellos: su temperamento, su forma de reaccionar frente a alguna situación, tener miedo a confrontar a otros, entre otros, manifestando que estos aspectos de su personalidad les impide en ocasiones relacionarse con los demás de forma satisfactoria y resolver problemas de la vida cotidiana.

Asimismo, manifestaron que esta manera de actuar y comportarse les ha traído conflictos con familiares y otras personas que les rodean, y que a veces les cuesta aceptar que son ellos quienes se equivocan y culpan erróneamente a los demás. Posteriormente, se dio la explicación de qué implica reconocer un error, cuál es la importancia de aceptar los errores cometidos, por qué algunas personas se les dificulta aceptar sus errores y por qué es beneficioso aceptar cuando se equivocan.

La actividad de interiorización consistió en un juego gigante con preguntas abiertas y cerradas, en grupos de 3 los participantes debían responder varias preguntas, algunas de selección múltiple y otras que incentivaban la reflexión. Finalmente, en un formato se realizó la evaluación acerca de sus percepciones sobre el proceso y sobre lo que habían aprendido durante la escuela de padres.

5.3.6. Cierre de la escuela de padres. En el programa Sembrando vida el último viernes de cada mes se realiza escuela de padres, por esta razón el día 30 de agosto se decide hacer la actividad de cierre con el fin de contar con alta participación por parte de las familias, pues se quería promover el interés de quienes no participaron en el proceso para que en próximas ocasiones se motivaran a hacerlo.

A la actividad, asistieron alrededor de 20 padres de familia y cuidadores, de los cuales 12 se graduaron. El evento inició con el abordaje de las temáticas de pautas de crianza y abuso sexual, seguido de palabras de la profesional en formación, del par idóneo y de la coordinadora del programa acerca del proceso y los resultados del mismo. Posteriormente se realizó la entrega de diplomas a quienes participaron de manera activa, haciéndoles un reconocimiento por parte del equipo interdisciplinario; Los padres de familia y cuidadores manifestaron sentirse felices, satisfechos y orgullosos por haber participado.

Seguido, se entregó como incentivo un mercado familiar a 6 madres quienes fueron constantes en la escuela de padres y durante la intervención demostraron estar interesadas por aprender dando opiniones y haciendo aportes significativos.

Finalmente, se dio un espacio para que los padres de familia expresaran voluntariamente aprendizajes, enseñanzas y conocimientos adquiridos durante la escuela de padres.



Figura 20: Actividad de cierre, entrega de incentivos por la participación en el proceso



Figura 21. Actividad de cierre, entrega de diplomas.

5.4.Evaluación del proceso de intervención

Las intervenciones grupales iniciaron el 21 de junio y finalizaron el 23 de agosto, durante estos dos meses asistieron 12 personas: 8 madres, 1 padre, 2 abuelas y 1 cuidadora. Los

padres de familia y cuidadores participaron activamente en el proceso y mostraron grandes cambios en su actitud, su forma de expresarse y relacionarse. Se expresaban sin agredir, de manera tranquila y clara, mantuvieron buenas relaciones entre ellos mismos durante la escuela de padres, a pesar que tenían diferentes opiniones y pensamientos, además perdieron el miedo a hablar en público, pues al inicio se sentían incómodos y asustados si opinaban enfrente del grupo y adicionalmente, formaron lazos afectivos y redes de apoyo entre ellos mismos; aunque algunos se conocían previamente, habían dejado de comunicarse por conflictos o simplemente porque se habían dejado de ver, estas relaciones se restauraron durante la escuela de padres, especialmente en la sesión de pedir disculpas y perdonar.

Por otra parte, los padres de familia y cuidadores compartieron experiencias de manera voluntaria sobre cómo lograban superar problemas del diario vivir a través de las enseñanzas de los talleres y de qué manera utilizaban las habilidades aprendidas. Asimismo, hablaban sobre otras personas de su alrededor que a su consideración debían desarrollar las habilidades para la vida, comentando que no sabían controlar su genio, que respondían de mala manera o que eran reacios a comprender cuando se les explicaba sobre este tema.

Durante el proceso se presentaron diferentes problemáticas a nivel grupal, pues algunos participantes tenían desacuerdos, pero con ayuda de la intervención oportuna de la profesional en formación y otros participantes, se les daba una orientación acerca de que todos pensaban y actuaban de formas distintas y que se debía aprender a tolerar y respetar las opiniones de los demás.

El proceso estuvo lleno de anécdotas, experiencias y aprendizajes que los participantes decidían compartir para complementar lo aprendido o para dar una lección de vida a los

demás; los padres de familia y cuidadores expresaron diferentes emociones como tristeza, alegría, ira, temor, entre otros, ante algunas situaciones o cuando venía algún recuerdo a sus mentes. En todo momento se intentó que hubiese alta participación, por esta razón, aunque se procuraba que el tema no se desviara, se les daba el tiempo apropiado para que los participantes expresaran sus opiniones y conocimientos.

Las relaciones horizontales primaron en la intervención, nunca se intentó establecer jerarquías o imponer opiniones e ideas, por el contrario, eran bien recibidas las preguntas, recomendaciones y sugerencias. La empatía fue clave en este proceso, pues padres de familia, cuidadores y profesional en formación entendieron y comprendieron que en ocasiones se diferían de las opiniones de los demás porque hay diferentes creencias, experiencias y vivencias, por ello era importante saber responder y comunicarse con el otro sin ofenderlo y hacerlo sentir mal.

En el último taller de retroalimentación y en la graduación, se preguntó a los participantes qué aprendizajes habían obtenido y en qué aspectos de su vida habían aplicado las habilidades para la vida. En general hubo opiniones diversas, entre ellas: una madre expresó que ahora se comunica mejor con su hijo, pues ha aplicado la empatía y la comunicación asertiva, con lo cual ganó más confianza por parte de él quien ahora le cuenta cómo le va en el día y ella ha aprendido a escucharlo y comprenderlo mejor. Otra madre, manifestó que antes se le dificultaba entablar conversaciones con desconocidos y se avergonzaba por hacer reclamos a otras personas, pero esta situación ha ido cambiando, pues ahora saluda a sus vecinos y compañeros de trabajo, y si algo no es de su agrado lo expresa de manera inmediata.

La mayoría de participantes estuvo de acuerdo con que la escuela de padres les ayudó a controlar sus emociones y mejorar las pautas de crianza, pues antes gritaban y ofendían a sus hijos, y ahora tratan de llamarles la atención hablando con ellos sin agredirlos verbal ni físicamente.

Los padres de familia se mostraron satisfechos con el proceso, pues ellos consideran que gracias a él aprendieron a ser mejores personas y a relacionarse mejor dejando a un lado resentimientos, culpas y enojos.

La práctica social en la institución Padres Somascos ha sido sumamente enriquecedora a manera personal y profesional, debido a que le ha permitido a la profesional en formación conocer los procesos que se desarrollan en pro del fortalecimiento familiar, comprendiendo la función de cada profesión en la intervención con familias y redes.

Por otra parte, se han generado aprendizajes en cuanto al manejo de grupos con adultos, comprendiendo que la metodología debe variar de acuerdo a cada edad; teniendo en cuenta que cada etapa de vida tiene diferentes intereses, necesidades y problemas, por esta razón en todo momento se utilizaron metodologías y técnicas diversas. En este sentido, este proceso contribuyó a que se pensaran e implementaran nuevas maneras de realizar talleres, que despertaran el interés de la población y la motivara a participar. Se buscó promover la explicación por medio de casos de la vida cotidiana, lo cual generó resultados positivos en donde hubo alta participación e interiorización de las temáticas abordadas; además se trabajó teniendo en cuenta el aspecto pedagógico, en donde se realizaron juegos, concursos y se utilizaron medios audiovisuales que presentaban historias de la vida cotidiana, en función de que padres de familia y cuidadores conocieran cómo actuar frente a situaciones de riesgo, lo

anteriormente mencionado representó un reto para la profesional en formación al idear maneras para mantener la atención de los participantes.

El lenguaje también fue un desafío para la profesional en formación debido a que en la academia se está acostumbrado a utilizar palabras que a los padres de familia y cuidadores se les dificulta entender, lo cual les complejiza la comprensión del tema, por esta razón se intentó utilizar un lenguaje mucho más sencillo y acorde al contexto social en el que se estaba interviniendo, intentando ser lo más claro y preciso posible.

El programa “Sembrando vida” aportó los recursos humanos y materiales necesarios para la ejecución de la propuesta de intervención, agregando el apoyo constante por parte de la trabajadora social, quien con su experiencia dio a la profesional en formación el aprendizaje para que comprendiera de qué manera debía expresarse y cómo debía actuar frente a ciertas situaciones que se generaron en el grupo, este conocimiento es muy valioso para entender cómo desenvolverse frente a este tipo de población, incluyendo cómo promover la participación y de qué manera acercarse a la población para generar un ambiente ameno y de confianza.

Además, se aprendió mucho del contexto socio-económico, es decir qué problemáticas o situaciones se presentan en el norte de Bucaramanga, cómo es la dinámica familiar y social, cuáles son sus costumbres, creencias y valores, de qué manera enfrentan los problemas, con qué recursos internos y externos cuentan y cómo es su vida cotidiana, el conocer a profundidad el entorno permitió realizar una mejor intervención con padres de familia y cuidadores, quienes con sus vivencias enriquecieron la labor de la practicante.

Cabe mencionar que, durante la práctica social se logró identificar y reflexionar acerca del rol del Trabajador Social, el cual no se puede limitar o encasillar a una sola función, pues

realiza diferentes acciones en pro de la defensa de derechos, la movilización de recursos internos y externos, la conciliación, entre otros.

Otro elemento que se considera importante abordar en la evaluación es el análisis del rol del Trabajador Social en los procesos de formación y en este caso alrededor del tema de habilidades para la vida:

El Trabajador Social a través de distintas actividades como son talleres, escuelas de padres, intervenciones familiares, estudio de caso, entre otras acciones que requieren atención a la población, logra transmitir conocimientos importantes acerca de los aspectos personales y de la enseñanza de habilidades para la vida básicas. En este sentido, consigue empoderar a los individuos ayudándolos a conocerse mejor a sí mismos y comprender a los que lo rodean.

El Trabajador Social, es un profesional que ejerce la función de escuchar, participar y mediar entre los niños, niñas y adolescentes y sus familiares, para mantener una sana convivencia entre ambos y ayudarle a superar los obstáculos y los posibles enfrentamientos que puedan surgir. Esta mediación permite el descubrimiento de intereses comunes en la familia, la resolución de conflictos, el manejo de las emociones y la toma de decisiones de manera responsable; además, el establecimiento y cumplimiento de acuerdos, compromisos y normas en familia.

Las actividades del trabajador social en este rol están dirigidas principalmente a la orientación de niños, niñas, adolescentes y sus familiares frente a situaciones de angustia y desesperación, con el fin de acordar pautas y procedimientos a seguir para lograr la estabilidad emocional. Además, en aquellos procesos de cambio (separación de conyugues,

abandono por parte de un familiar, cambio de lugar de residencia, entre otros) debe guiar a los participantes para que tomen correctamente las decisiones en pro de su bienestar.

5.5. Consideraciones éticas

Desde el primer momento se dialogó con los participantes acerca de la ética profesional, manifestando que podían expresar sus opiniones durante el proceso sin temor a ser juzgados, además la información que suministraran sería confidencial, es decir que no se divulgaría por ningún motivo; asimismo, se hizo un compromiso con las familias del proceso acerca de las conversaciones y diálogos que se darían en la escuela de padres, explicándoles que si es información personal que cada uno voluntariamente compartía no debía ser replicada fuera del espacio de participación sin el permiso o autorización del implicado.

Por otra parte, al realizar las evaluaciones de los talleres, se dijo a los participantes que se sintieran en la libertad de opinar sobre el proceso que se estaba llevando, ya sea mediante quejas o sugerencias, las cuales siempre eran escuchadas y tenidas en cuenta. Sin embargo, se observó que algunos participantes sentían temor o vergüenza de dar una opinión negativa o de mostrarse en desacuerdo con algunas actividades, por esta razón se decidió que las evaluaciones se realizaran en anonimato.

Cabe resaltar que nunca se forzó a ninguna persona a compartir sus experiencias personales a pesar de que el ejercicio se tratara de ello, si la persona no mostraba deseo de hablar sobre algún aspecto de su vida personal se respeta su postura.

6. Alcances y resultados

La práctica social permitió implementar espacios y generar las condiciones adecuadas para que madres, padres y cuidadores ampliaran sus conocimientos y pusieran en práctica las habilidades para la vida, logrando fortalecer las relaciones familiares y sociales.

Se logró reconocer las falencias en cuanto al desarrollo de habilidades para la vida, pero también las fortalezas con las que cuentan padres de familia y cuidadores, lo cual les permitió reconocer sus dificultades y hacer uso de sus capacidades para mejorar en los diferentes aspectos de su vida y cumplir con su rol de formadores para prevenir, mitigar y superar las problemáticas sociales presentes en su contexto sociocultural debido a los factores de riesgo presentes.

Cabe resaltar, que para la implementación de la propuesta de intervención se dio el uso de material didáctico y pedagógico, se propició la reflexión teniendo en cuenta elementos de la metodología participativa y la educación popular. Asimismo, instrumentos como son las guías de trabajo y una carpeta que contiene las actividades y los talleres realizados quedaron a disposición de la institución, para apoyar futuras intervenciones.

El proceso de análisis y reflexión realizado con padres de familia y par idóneo, permitió comprender que es indispensable que en futuras intervenciones se incluya el enfoque de género y el enfoque diferencial para diseñar e implementar estrategias que incrementen la participación de los hombres contribuyendo a la deconstrucción de los roles de género y a mejorar los resultados al fortalecer a toda la familia, asimismo que se tengan en cuenta las diferencias de cada familia entendiendo que cada persona posee capacidades y habilidades diferentes. Además de la importancia de incluir en la intervención social herramientas que estimulen la participación y la interiorización de la información.

Por otra parte, la experiencia contribuyó a desarrollar competencias para el ejercicio del rol del Trabajador Social respecto a las intervenciones en el campo de familias en situación de vulnerabilidad y riesgo social; logrando que la profesional en formación reconociera las funciones y tareas de Trabajo Social en el ámbito de familia y redes.

A nivel personal, esta experiencia aportó a mi formación profesional en cuanto a la aplicación de metodologías participativas y las técnicas que se derivan de ellas. Se experimentó por primera vez el trabajo con grupos de adultos conociendo los retos, dificultades y transformaciones del proceso, a la vez que se profundizó en el contexto social del norte de Bucaramanga aplicando la teoría a la práctica en un acercamiento a la realidad social.

7. Conclusiones

Durante el proceso de práctica social en la Congregación Padres Somascos, se evidencia que padres de familia y cuidadores tienen dificultades para enfrentar las problemáticas de su vida cotidiana, lo cual les genera estrés y tensión. Las conductas y actitudes de los padres de familia afectan directamente a sus hijos e hijas, quienes los consideran modelos a seguir y por lo tanto repiten estos comportamientos en otros espacios de participación.

Los participantes del programa Sembrando vida muestran dificultades en la incorporación de habilidades para la vida, especialmente en lo que se refiere al control de emociones y la comunicación asertiva, lo cual se ve reflejado en las interacciones que mantienen con los profesionales del programa y con las personas que les rodean, habiendo constantes riñas y desacuerdos familiares, sociales y comunitarios.

En este sentido, fue indispensable conocer las habilidades para la vida con las que los participantes cuentan y aquellas con las que tienen inconvenientes para desarrollar; en este proceso se identifica que aunque tienen gran habilidad para relacionarse con los demás, entablar conversaciones e interactuar con cortesía, presentan falencias en cuanto a la comunicación asertiva, la toma de decisiones, el manejo de la crítica y, la expresión y manejo de emociones, lo cual les genera malestar a nivel individual y social, perturbando la convivencia familiar.

Se resalta el rol educativo de la familia y el contexto cultural en el que se desenvuelve el individuo, siendo estos quienes contribuyen en gran medida en la construcción de la personalidad. Asimismo, los referentes afectivos se convierten en moldeadores de conductas y actitudes, dependiendo de si se aprueba o desaprueba las acciones realizadas por niños y niñas, es decir las consecuencias y las respuestas que se deriven de los actos.

En este sentido, la teoría de aprendizaje social aporta fundamentos a la intervención social, pues indica que los padres de familia y referentes afectivos son los primeros agentes socializadores del individuo, por tanto mediante un proceso de enseñanza implícita o explícita contribuyen a la formación de actitudes y conductas de niños y niñas, es decir que no sólo se aprende por medio de la instrucción (límites y normas familiares) sino también de observación e imitación de los patrones de comportamiento de adultos y pares (roles y valores en la familia).

En cuanto al proceso de intervención, hay gran interés por parte de las familias; sin embargo se evidenció una brecha de género en cuanto a la participación en la escuela de padres, pues sólo un hombre participó de las actividades frente a 11 mujeres que participaron de la mismas, luego de realizar un análisis acerca de esta situación con el par idóneo, se encuentra que aunque la mayoría de familias partícipes son nucleares y extensas; sin embargo, a las mujeres se les atribuye socioculturalmente la función de educar y asistir a los espacios como son el colegio y el programa, mientras los hombres se dedican al sostenimiento económico familiar.

Esta situación genera que la mujer deba hacer doble esfuerzo porque debe trabajar y realizar los quehaceres del hogar, por lo que debe distribuir su tiempo cuidadosamente y dejar de cumplir con ciertas actividades para lograr la participación.

Por otra parte, el enfoque diferencial fue imprescindible en la intervención, pues permite comprender que, aunque las familias pertenezcan a un contexto económico, social y cultural similar, tienen diferentes capacidades y habilidades que responden su historia familiar, sexo, raza, religión, lugar de residencia, experiencias y vivencias. Por ejemplo, en la escuela de padres, dos participantes pertenecían a comunidades cristianas y demostraron tener mayor

facilidad para desarrollar habilidades como el perdón, la empatía y el reconocimiento de errores, pues expresaban que en la iglesia cristiana estos valores son promovidos y puestos en práctica constantemente y por esta razón han logrado interiorizarlos.

Cabe resaltar que, anteriormente se había realizado un proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida con niños, niñas y adolescentes del programa, encontrando similitudes y diferencias. Es decir que habilidades como el manejo de emociones, comunicación asertiva y toma decisiones se les dificulta a los dos grupos poblacionales (padres e hijos), sin embargo, los padres de familia muestran mayor habilidad para comunicarse con cortesía y aplicar la empatía.

8. Recomendaciones

A partir de la metodología implementada en la práctica social y el conocimiento adquirido en la intervención, se sugiere la continuidad de la escuela de padres por lo menos dos veces al mes, en donde se aborden habilidades para la vida y se refuercen factores protectores para hacer frente a factores de riesgo familiares, comunitarios y sociales. Asimismo, se considera pertinente implementar técnicas participativas en los procesos de fortalecimiento familiar, con ayuda de medios audiovisuales y actividades como juego de roles, historias de vida, debates, dibujos generadores de reflexión, trabajos de grupo, entre otras, con el fin de promover la participación, el análisis, la reflexión e interiorización de los aprendizajes por parte de las familias.

Se destaca el uso de técnicas o dinámicas vivenciales en las futuras intervenciones, pues al presentar situaciones ficticias en donde los participantes se involucran, reaccionan y toman posturas frente a las situaciones, se incrementa la capacidad de análisis así como la expresión de emociones, sentimientos y opiniones. Estas técnicas posibilitan que los participantes pongan en práctica lo aprendido, fortaleciendo sus conocimientos y actitudes.

Por otra parte, se considera apropiado conformar grupos focales con familias que tengan factores de riesgo en común, para el abordaje de problemáticas sociales como son consumo de spa, abuso sexual, deserción escolar, inicio de la vida sexual a muy temprana edad y sin preparación para ello, manejo de redes sociales, entre otras, para informar y prevenir. En este sentido, para la conformación de los grupos focales se deben tener en cuenta ciertos criterios de selección como son patrones familiares, falta de supervisión familiar, ausencia de canales y estilos de comunicación apropiados, redes protectoras disfuncionales, entre otras.

Además, se recomienda que se aborden temas como pautas de crianza, vínculos afectivos, manejo de autoridad y cohesión familiar, pues se evidencia que padres de familia y cuidadores presentan dificultades para educar y formar a sus hijos e hijas debido a estilos educativos flexibles, ausencia de normas y límites familiares, así como privación afectiva.

Finalmente, es importante resaltar que durante la práctica social padres de familia y cuidadores manifestaron no conocerse entre sí, pues, aunque comparten espacios de formación y participación, pocas veces tienen la oportunidad de distinguirse y entablar conversaciones, por esta razón se sugiere llevar a cabo encuentros en donde se promueva la socialización, así como la generación de vínculos afectivos y redes entre las familias.

Referencias Bibliográficas

- AGNU. (1966). Pacto internacional de Derechos Civiles y Políticos (ICCPR). Recuperado 30 de octubre de 2019, de <https://www.coe.int/es/web/compass/the-international-covenant-on-civil-and-political-rights>
- AGNU. (1989). Convención sobre los Derechos del Niño. Recuperado 30 de octubre de 2019, de <https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/crc.aspx>
- Alcaldía de Bucaramanga. (2016). *Plan de Desarrollo de Bucaramanga 2016—2019*. Bucaramanga.
- Alvarado, L., & García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: Su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. *Revista Universitaria de Investigación*, 9(2), 187-202.
- Amaral, M. P., Maia Pinto, F. J., & Medeiros, C. R. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. *Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES)*, 19(2), 17-38.
- Arias Yáñez, N., & Muñoz Quezada, N. (2014). “*Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes que viven en contextos de vulnerabilidad social*”. Tesis pregrado, Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago de Chile. Obtenido de <http://bibliotecadigital.academia.cl/handle/123456789/2235>
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de Derechos Humanos*. París. Obtenido de http://www.hchr.org.co/documentoseinformes/documentos/carceles/1_Universales/B%E1sicos/1_Generales_DH/1_Declaracion_Universal_DH.pdf

- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1966). *Pacto sobre los derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales*. Obtenido de <https://www.coe.int/es/web/compass/the-international-covenant-on-civil-and-political-rights>
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1979). *Convención Sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra las Mujeres*. Obtenido de https://www.unicef.org/panama/spanish/MujeresCo_web.pdf
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1989). *Convención sobre los derechos del niño*. Obtenido de <https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/crc.aspx>
- Barrera, A. del R., & García, J. (2016). *Influencia de la familia en el desarrollo de las Habilidades Socioemocionales de los niños de Educación Primaria: La familia como recurso preventivo de la violencia de escolares y conflictos escolares*. Recuperado de <https://idus.us.es/xmlui/handle/11441/45103>
- Campos Vázquez, R. (2015). *Promoviendo la movilidad social en México*. Informe de movilidad social 2015, México D.f. Obtenido de <https://movilidadsocial.colmex.mx/images/promoviendo-la-movilidad-rc.pdf>
- Cano, R., & Casado, M. (2015). Escuela y familia. Dos pilares fundamentales para unas buenas prácticas de orientación educativa a través de las escuelas de padres. *Revista electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado.*, 18(2), 15-28. Obtenido de http://m.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1429283138.pdf
- CEDEPO. (1984). *Técnicas educativas para la educación popular* (Vol. Tomo I y II). San Pedro, Costa Rica: Alforja. Obtenido de

<http://cajondeherramientas.com.ar/index.php/2015/08/10/tecnicas-participativas-para-la-educacion-popular/>

CEDRO. (s.f.). *HABILIDADES PARA LA VIDA Manual de Conceptos Básicos para Facilitadores y Educadores*. Manual. Obtenido de <http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesparalavida/manualdeconceptos16agosto.pdf>

Centro Juvenil Amanecer: Comunidad Padres Somascos. (s.f.). *Centro Juvenil Amanecer*. Obtenido de <http://cjamanecer.blogspot.com/>

Centro Juvenil Amanecer. (2018). *Generalidades del Centro Juvenil Amanecer*. Información institucional, Bucaramanga.

Clavijo Quinceno, J., & Sierra Sernaitis, M. (2010). *Propuesta de intervención para el fortalecimiento de habilidades sociales y emocionales en adolescentes con ideación suicida en la ciudad de Medellín*. (Tesis, Universidad CES). Recuperado de <http://bdigital.ces.edu.co:8080/jspui/handle/10946/798>

Espinoza Herrera, Rebeca. (2016). *Una mirada al involucramiento paterno: participación de los hombres jefes de hogar de la Gran Área Metropolitana de Costa Rica en actividades de cuidado directo*. *Estudios demográficos y urbanos*, 31(2), 301-329. Recuperado en 30 de octubre de 2019, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102016000200301&lng=es&tlng=es.

FAO. (s.f.). *FAO*. Obtenido de <http://www.fao.org/3/X2919S/x2919s04.htm#bm4.3.6>.

- Fundación para el Desarrollo de Centro Occidente. (s.f.). *Diagnóstico participativo*.
Presentación. Obtenido de http://www.coffeekids.org/wp-content/uploads/2013/10/Diagnostico_participativo.pdf
- Flores, N., & Ramos, G. (2013). *Enseñando habilidades en el aula: Manual para profesores y profesoras*. Diapositivas presentado en México D.F. México D.F.
- González, R. C., & González, M. C. (2015). Escuela y familia. Dos pilares fundamentales para unas buenas prácticas de orientación educativa a través de las escuelas de padres. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 18(2), 15-27.
<https://doi.org/10.6018/reifop.18.2.224771>
- Gutiérrez, C. (2018, agosto 30). *Entrevista sobre el Programa Sembrando Vida* [Presencial].
- Gutiérrez López, M. de L., & Villatoro Velázquez, J. A. (2017). *Desarrollo de habilidades sociales en la escuela: Experiencia de una estrategia de prevención*. Recuperado de <http://repositorio.inprf.gob.mx/handle/123456789/4480>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2017). *Lineamiento técnico del modelo para la atención de los niños, las niñas y adolescentes, con derechos inobservados, amenazados y vulnerados*. Bogotá D.c. Obtenido de https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/document_19.pdf
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2019). Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Recuperado 30 de octubre de 2019, de Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF website: <https://www.icbf.gov.co/instituto>
- Isaza Valencia, L., & Henao López, G. C. (2011). Relaciones entre el clima social familiar y el desempeño en habilidades sociales en niños y niñas entre dos y tres años de edad.

- Acta Colombiana de Psicología*, Vol. 14, no. 1 (ene.-jun. 2011); p. 19-30. Recuperado de <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/137>
- Jaimes, L. (2014). *Fortaleciendo habilidades sociales en niños, niñas y adolescentes en el manejo de la agresión dentro del programa Sembrando Vida del Centro Juvenil Amanecer* (Trabajo de grado para optar por el título de Trabajador Social). Universidad Industrial de Santander, Bucaramanga.
- Lavella, A. (2006). Consideraciones en torno al enfoque, los conceptos y los términos que rigen con referencia a la reducción del riesgo y la atención de desastres en los países Andinos miembros del CAPRADE. *Predecan*, 1-12.
- López, O. (1998). López, O. (1998). Las nuevas tipologías familiares y sus implicaciones en el espacio familiar y social. *Cuadernos Familia Cultura y Sociedad*, (1), 29-37.
- Martínez, E. (2012). ¿Cómo está distribuida en cifras Bucaramanga? Recuperado 30 de octubre de 2019, de <https://www.vanguardia.com/area-metropolitana/bucaramanga/como-esta-distribuida-en-cifras-bucaramanga-IDVL170668>
- Organización Panamericana de la Salud. (2001). *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Obtenido de http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS_0.pdf
- Ortegón, E., Pacheco, J. F., & Prieto, A. (2005). *Metodología del marco lógico para la planificación, el seguimiento y la evaluación de proyectos*. Santiago de Chile: CEPAL. Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/5607/S057518_es.pdf

- Padres Somascos. (2019). PADRES SOMASCOS EN EL MUNDO. Recuperado 30 de octubre de 2019, de Página web de pvsomascos website: <http://pvsomascos.jimdo.com/padres-somascos-en-el-mundo/>
- Portillo, G. (2006). *Habilidades sociales para la mejora de la convivencia en los centros. Consejería de Educación y Cultura.*
- Rodríguez Molinero, L. (2017). El adolescente y su entorno: familia, amigos, escuela y medios. *Pediatría integral*, XXI(4), 261-269. Obtenido de <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/CURSOS%202019/DOCUMENTACION%20CURSO/5%20Adole%20y%20entorno%20PI.pdf>
- Roosevelt, E. (2009). La inteligencia emocional, la asertividad emocional y otras habilidades sociales para el desarrollo profesional. En L. M. Dalt, *Guía para la promoción personal de las mujeres gitanas: perspectiva psico-emocional y desarrollo profesional* (págs. 71-104). Madrid, España. Obtenido de <https://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/05.pdf>
- Schneider, J. A., Limberger, J., & Andretta, I. (2016). Habilidades sociales y drogas: Revisión sistemática de la producción científica nacional e internacional. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(2), 339-350. <https://doi.org/10.12804/apl34.2.2016.08>
- Universidad Nacional de Colombia, sede Bogotá. (s.f.). *Cartilla de habilidades sociales.* Bogotá D.c, Colombia. Recuperado el 13 de Julio de 2019, de http://www.ciencias.unal.edu.co/unciencias/data-file/user_73/file/habilidaes%20sociales.pdf

Apéndice

Apéndice A. Plan de acción.

Tabla 4.

Plan de acción propuesta “Metamorfosis”

PLAN DE ACCIÓN: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DESDE TRABAJO SOCIAL: METAMORFOSIS PROGRAMA SEMBRANDO VIDA 2019-2							
Objetivo 2: Diseñar e implementar de manera participativa con madres, padres y/o cuidadores estrategias edu-formativas que permitan a las familias o referentes afectivos fortalecer sus habilidades para la vida.							
Fecha	Temática	Objetivo	Actividades	Tiempo	Participantes	Responsable	Recursos
21 de junio	“Soy dueño de mis emociones”. Expresión y manejo de emociones.	Desarrollar con padres, madres y cuidadores la capacidad de identificar y controlar las propias emociones, por medio de talleres reflexivos que contribuyan a la prevención de comportamientos y conductas agresivas y/o antisociales.	1. Bienvenida: “Quien soy”. 2. Motivación: “Imitando la emoción”. 3. Exposición de tema. 4. Interiorización: “Identificando y controlando la emoción”. 5. Compromiso: “El buzón de emociones”. 6. Evaluación: El semáforo.	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, video beam, computador, imágenes de artistas y famosos, cinta, papeles de colores, lápices, papelería y transporte.
5 de julio	“Manejo y resuelvo mis conflictos por medio de la comunicación asertiva”. Comunicación asertiva.	Sensibilizar padres, madres y/o cuidadores sobre la importancia de contar con habilidades de comunicación asertiva, por medio de talleres formativos individuales y grupales que permitan prevenir, mediar y resolver conflictos en	1. Bienvenida: “Contemos una historia”. 2. Motivación: Video foro. 3. Exposición de tema mediante reflexiones individuales. 4. Interiorización: “Situaciones que pueden ocurrir”. 5. Compromiso: “Me comunico con respeto”. 6. Evaluación: Termómetro.	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, computador, video beam, bolsa con objetos, lápices, papelería y transporte.

		relaciones interpersonales.					
12 de julio	“El arte de disculparse y perdonar”. Pedir perdón y perdonar.	Permitir que madres, padres y/o cuidadores reconozcan sus errores y la acción de ofrecer disculpas a quienes han afectado, mediante estrategias socioeducativas para la restauración de relaciones y la mejora de la convivencia en la familia.	1. Bienvenida: “Las muñecas quitapenas”. 2. Motivación: “El perdón”. 3. Exposición de tema mediante un conversatorio. 4. Interiorización: “Perdonar sana el corazón”. 5. Compromiso: “Aprendiendo a disculparme”. 6. Evaluación: Lluvia de ideas.	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, video beam, computador, muñeca, lápices, papelería y transporte.
19 de julio	“Decide y avanza”. Toma de decisiones.	Desarrollar con madres, padres y/o cuidadores la capacidad de tomar decisiones respecto a problemáticas presentes en su vida cotidiana, de manera autónoma y responsable, a través de actividades participativas que promuevan reflexiones individuales y grupales	1. Bienvenida: “El saludo”. 2. Motivación: “La decisión”. 3. Exposición de tema 4. Interiorización: “Aprendiendo a decidir”. 5. Compromiso: “Tomando las riendas de mi vida”. 6. Evaluación: Lluvia de ideas.	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	.Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, TV, computador, lápices, papelería y transporte.
2 de agosto	“Dar y recibir”	Desarrollar con madres, padres y/o cuidadores la capacidad de hacer y recibir críticas de manera adecuada y manteniendo la estabilidad emocional, a través de actividades participativas que	1. Bienvenida: “Adivina quién eres”. 2. Motivación: “Haciendo y recibiendo críticas”. 3. Exposición de tema. 4. Interiorización: “Transfórmalo”. 5. Compromiso: “Los elogios”. 6. Evaluación: Juego de tablero.	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, TV, computador, tablero, marcadores, lápices, pos it, cartulina, papelería y transporte.

		promuevan reflexiones individuales y grupales					
9 de agosto	“En los zapatos del otro”. La empatía.	Fortalecer con madres, padres y cuidadores la escucha empática acerca de situaciones y/o condiciones que afectan al otro, para mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia familiar, a través de actividades lúdicas que permitan la comprensión y la reflexión.	1. Bienvenida: “Cucharas y pelotas”. 2. Motivación: “El juego de los indios”. 3. Exposición de tema. 4. Interiorización: “En los zapatos del otro”. 5. Compromiso: “Haz por los demás, lo que te gustaría que hicieran por ti”. 6. Evaluación: Estrellas.	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, TV, computador, cucharas y pelotas, tarjetas, lápices, papelería y transporte.
16 de agosto	“El primer camino a la solución es reconocer el error”. Reconocer los errores.	Desarrollar con madres, padres y cuidadores la capacidad de reconocer errores por medio de actividades formativas y reflexivas, para la mejora de sus relaciones interpersonales y la convivencia familiar.	1. Bienvenida: “Sacar tapas con palitos”. 2. Motivación: “Las urnas”. 3. Exposición de tema. 4. Interiorización: “Retroalimentación”. 5. Compromiso: “Qué voy a mejorar”. 6. Evaluación: “Mis aprendizajes”	1 hora y media. 2:00 pm-3:30 pm.	Madres, padres y cuidadores.	Samara Millán.	Salón, TV, computador, tapas de plástico, palitos de paleta, ponchera con agua, juego, fichas, dado, tarjetas, lápices, papelería y transporte.

Apéndice B.: Cuestionario sobre habilidades para la vida implementado con padres de familia y cuidadores

Cuestionario sobre habilidades para la vida

A continuación, se describirán algunas situaciones de la vida diaria, contesta con una X teniendo en cuenta que:

N= NUNCA, A=A VECES, F= FRECUENTEMENTE, S= SIEMPRE

	N	A	F	S
Abrazo, acaricio o digo palabras cariñosas a personas cercanas.				
Recibo una crítica cuando alguien me dice que cometí un error o que debo mejorar en algo				
Escucho sin interrumpir cuando otra persona está hablando conmigo				
Doy gracias cuando otra persona hace algo por mí				
Pido disculpas cuando me equivoco				
Hablo de mí o de mis problemas				
Puedo controlarme cuando tengo rabia o tristeza				
Reconozco mis errores				
Expreso mi opinión ante un grupo de personas sin ningún problema				
Pido ayuda cuando tengo una dificultad				
Me cuesta tomar decisiones cuando enfrento un problema				
Puedo comprender los problemas de los demás				
Digo que NO cuando alguien me pide algo que no deseo hacer				
Encuentro soluciones a mis problemas				
Ayudo a otras personas cuando me necesitan				
Pregunto a otras personas si las he ofendido				
Hago elogios o cumplidos a un amigo o conocido				
Me cuesta iniciar una conversación con un desconocido				
Me es difícil aceptar las disculpas que me ofrece otra persona.				
Me cuesta NO decir palabras ofensivas o burlarme de otras personas.				

Encierra con un círculo de color azul, cuáles de las anteriores situaciones te generan problemas en tu casa y en tu familia; y en color rojo aquellas situaciones que te producen dificultades y problemas en tu trabajo y barrio.

Si surgen reflexiones importantes. ¡Escríbelas! Serán de mucha utilidad para reconocer en qué puedes mejorar.

—

Te parece importante que se realice Escuela de Padres para mejorar tus habilidades para la vida y las de tu familia. Sí. No. ¿Por qué?