



**ROL DE TRABAJO SOCIAL EN EL PROCESO DE FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN ADOLESCENTES DE MEDIA TÉCNICA DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS BERNARDO FOEGEN, BERTHA SUTTNER, JESÚS MAESTRO SUEÑOS Y OPORTUNIDADES, Y EL SALVADOR SEDE LOS ROBLES DEL BARRIO NELSON MANDELA DE LA CIUDAD DE CARTAGENA DE INDIAS, AÑO 2018**





**ROL DE TRABAJO SOCIAL EN EL PROCESO DE FORTALECIMIENTO DE  
HABILIDADES PARA LA VIDA EN ADOLESCENTES DE MEDIA TÉCNICA DE  
LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS BERNARDO FOEGEN, BERTHA  
SUTTNER, JESÚS MAESTRO SUEÑOS Y OPORTUNIDADES, Y EL  
SALVADOR SEDE LOS ROBLES DEL BARRIO NELSON MANDELA DE LA  
CIUDAD DE CARTAGENA DE INDIAS, AÑO 2018**

**JHANY DEL CARMEN ARRIETA MENDOZA**

**UNIVERSIDAD DE CARTAGENA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y EDUCACIÓN  
PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL  
CARTAGENA DE INDIAS, D. T. Y C.**

**2019**



**ROL DE TRABAJO SOCIAL EN EL PROCESO DE FORTALECIMIENTO DE  
HABILIDADES PARA LA VIDA EN ADOLESCENTES DE MEDIA TÉCNICA DE  
LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS BERNARDO FOEGEN, BERTHA  
SUTTNER, JESÚS MAESTRO SUEÑOS Y OPORTUNIDADES, Y EL  
SALVADOR SEDE LOS ROBLES DEL BARRIO NELSON MANDELA DE LA  
CIUDAD DE CARTAGENA DE INDIAS, AÑO 2018**

**JHANY DEL CARMEN ARRIETA MENDOZA**

**Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de  
Trabajadora Social**

**Docente Tutora**

**MARELIS CASTILLO DE LA TORRE**

**Trabajadora Social**

**Mg. en Conflicto Social y Construcción de Paz**

**UNIVERSIDAD DE CARTAGENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y EDUCACIÓN**

**PROGRAMA DE TRABAJO SOCIAL**

**CARTAGENA DE INDIAS, D. T. Y C.**

**2019**



## DEDICATORIA

*A Dios por darme sabiduría y fuerzas para culminar este proceso, a mi hijo Isaías que con su ternura e inocencia y hermosa sonrisa borraba mis angustias cuando no encontraba el camino , a mí por demostrarme que si podía culminar esta carrera que mi esfuerzo y sacrificio hoy es recompensado, a mi esposo Yesid que siempre me apoyo en momentos difíciles y por ultimo a mis padres que con su ejemplo me impulsaron a ser la mujer que hoy en día soy.*



## **AGRADECIMIENTOS**

*Infinitas gracias a Dios por permitirme ser estudiante de la universidad de Cartagena por dejar que mi sueño de ser una profesional se haga realidad.*

*Gracias también a la fundación Madre Elfride por tan valiosa experiencia, muchas gracias a todos los estudiantes que formaron parte del proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida.*

*Gracias a la docente Ana Milena Macareno, quien fue mi guía dentro de la fundación y me enseñó sobre la educación con adolescentes de 10° y 11°, y por último gracias a la docente Marelis Castillo, una excelente maestra no tengo palabras para agradecerle su paciencia y confianza en mí.*



## CONTENIDO

	<b>pág.</b>
RESUMEN.....	11
INTRODUCCIÓN.....	12
1. CONTEXTO Y ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA INTERVENCIÓN .....	14
1.1. CONTEXTO .....	14
1.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA INTERVENCIÓN.....	16
1.2.1 Habilidades para la vida propuesta desde la OMS .....	16
1.3 PORQUE UN PROYECTO DE FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN ADOLESCENTES DE MEDIA TÉCNICA.....	20
2. CONSTRUYENDO EL CAMINO HACIA LA SISTEMATIZACION.....	22
2.1 EL ENFOQUE, DE LA IAP COMO HERRAMIENTA DE LA SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS .....	22
2.2 CONSTRUCCIÓN DEL CONCEPTO DE SISTEMATIZACIÓN.....	23
2.3 OBJETO DE LA SISTEMATIZACIÓN.....	24
2.3.1. Preguntas Orientadoras. ....	24
2.4 OBJETIVOS .....	25
2.4.1 Objetivo General .....	25
2.4.2 Objetivos Específicos. ....	25
2.5 PROCESO METODOLÓGICO DE LA SISTEMATIZACIÓN .....	26
2.6 ANÁLISIS CATEGORIAL .....	27
3. RECUPERACIÓN DE LA EXPERIENCIA DESDE LAS VOCES DE LOS ACTORES.....	29
3.1 ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL .....	29
3.2 HABILIDADES SOCIALES.....	32
3.2.1 Habilidad Conocimiento de sí mismo.....	32
3.2.2 Habilidad de empatía y relaciones interpersonales.....	33
3.2.3 Habilidad Comunicación Asertiva .....	34
3.3 HABILIDADES COGNITIVAS (DE CONOCIMIENTO).....	35



3.3.1 Habilidades de toma de decisiones. Es un proceso que atraviesan las personas cuando deben elegir entre distintas opciones. ....	35
3.3.2 Habilidad Manejo de Problemas y Conflictos.....	36
3.3.3 Pensamiento Creativo .....	37
3.3.4 Habilidad Pensamiento Crítico .....	38
3.4 HABILIDADES PARA EL CONTROL DE LAS EMOCIONES .....	39
3.4.1 Manejo del Estrés.....	40
3.5 LECCIONES APRENDIDAS.....	41
3.6 REFLEXIONES DESDE TRABAJO SOCIAL.....	42
3.7 RECOMENDACIONES.....	44
BIBLIOGRAFÍA.....	45
ANEXOS .....	47



## LISTA DE TABLAS

	<b>pág.</b>
Tabla 1. Antecedentes del proyecto de intervención.....	17
Tabla 2. Análisis Categorial .....	27





## LISTA DE ILUSTRACIONES

	pág.
<b>Ilustración 1. Proceso metodológico de la investigación .....</b>	<b>26</b>



## LISTA DE ANEXOS

	pág.
<b>Anexo 1. Caracterización de Población .....</b>	<b>47</b>
<b>Anexo 2. Experiencias vividas en la categoría acompañamiento social. ....</b>	<b>49</b>
<b>Anexo 3. Experiencias vividas en la categoría Habilidades sociales. ....</b>	<b>51</b>
<b>Anexo 4. Actividad Imaginando Mi Vida .....</b>	<b>52</b>
<b>Anexo 5. Habilidad conocimiento de sí mismo .....</b>	<b>53</b>
<b>Anexo 6. Habilidad de relaciones interpersonales y empatía.....</b>	<b>54</b>
<b>Anexo 7. Habilidad comunicación asertiva.....</b>	<b>55</b>
<b>Anexo 8. Habilidades de toma de decisiones .....</b>	<b>56</b>
<b>Anexo 9. Habilidad manejo de problemas y conflictos.....</b>	<b>57</b>
<b>Anexo 10. Habilidad Pensamiento creativo .....</b>	<b>58</b>
<b>Anexo 11. Habilidad pensamiento crítico .....</b>	<b>60</b>
<b>Anexo 12. Experiencias vividas en la categoría habilidades para el control de las emociones.....</b>	<b>61</b>
<b>Anexo 13. Manejo del Estrés.....</b>	<b>62</b>
<b>Anexo 14. Manejo del estrés .....</b>	<b>63</b>
<b>Anexo 15. Evaluacion final del proceso.....</b>	<b>64</b>



## RESUMEN

La sistematización que se presenta da cuenta del rol del trabajo social y de las experiencias vividas por los participantes en el proceso de fortalecimiento de las habilidades para la vida en estudiantes de media técnica de las instituciones educativas Bernardo Foegen, Bertha Suttner, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades, y El Salvador sede Los Robles, del barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias. Este proceso se desarrolló en el marco de la práctica intensiva del Programa de Trabajo Social de la Universidad de Cartagena.

Las recuperaciones de las experiencias de los procesos desarrollados le permiten al trabajador social producir conocimientos además éste se convierte en un proceso de aprendizaje desde los hallazgos encontrados para fortalecer el quehacer profesional, como una forma de generar aportes para mejorar el contexto de intervención de trabajo social en el fortalecimiento de habilidades para la vida en estudiantes de media técnica, o en cualquier otro contexto en el que se aborde esta temática.

**Palabras claves:** habilidades para la vida, media técnica, intervención, acompañamiento social.



## INTRODUCCIÓN

Según Ezequiel Ander-Egg “El Trabajo Social es una forma de acción social, entendiendo por acción social toda actividad consciente, organizada y dirigida, ya sea individual o colectiva, tiene por finalidad intervenir sobre medio social, para mantener una situación, mejorarla o transformarla”<sup>1</sup>.

En Trabajo Social sistematizar las experiencias permite reflexionar sobre la práctica, para obtener aprendizajes de ella, conceptualizarla, comprenderla y potenciarla. Sistematizar la intervención profesional de Trabajo Social aporta a la producción intencionada de conocimientos sobre y desde la práctica, su reconstrucción coherente, de forma que se pueda contextualizar histórica y socialmente e interpretarla.

Por tal motivo, este documento pretende recuperar la práctica profesional en trabajo social que se realizó en la Fundación Madre Elfride, reuniendo los distintos momentos y aprendizajes vividos por los actores del proceso para convertirlos en experiencias sociales, que sirven como fundamento en la vida del profesional ya que el rol de trabajo social fue pertinente en el proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida en adolescentes de media técnica de las instituciones educativas Bernardo Foegen, Bertha Suttner, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles del barrio Nelson Mandela.

Este documento se estructura de tres capítulos:

- ✚ En el primer capítulo se habla del contexto y antecedentes de la propuesta intervención, es decir, brinda una ubicación geográfica y explica desde dónde

---

<sup>1</sup> ANDER-EGG, Ezequiel. Diccionario del trabajo social. 1974 pág. 2.



nace la propuesta de intervención en fortalecimiento de habilidades para la vida en estudiantes de media técnica.

- ✚ En el segundo capítulo se desarrolla la apuesta metodológica utilizada para el proceso de la sistematización en la fundación Madre Elfride.
- ✚ El tercer capítulo contiene las voces de los actores del proceso, aquí se rescatan las experiencias a partir de testimonios, además se brindan las lecciones aprendidas, reflexiones desde trabajo social y recomendaciones que deja este proceso.

La sistematización de este ejercicio se ve como una posibilidad para compartir aprendizajes para fortalecer la intervención en proyectos similares.



## 1. CONTEXTO Y ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA INTERVENCIÓN

### 1.1. CONTEXTO

Para una intervención contextualizada y así lograr los objetivos propuestos, que permitieran a los alumnos ser sujetos activos y agentes de su propio cambio, se hizo necesario estudiar el contexto en el cual habitan la mayor parte de los estudiantes de la media técnica y la ubicación de la institución educativa donde se forman. La Institución Bertha Suttner que acoge el programa Gen- técnico y el convenio con el SENA se ubica en el barrio Nelson Mandela, los inicios del barrio se remontan a la década de los años 90, con la intensificación de la violencia en regiones como Urabá, sur de Bolívar y los montes de María y se estima que el 70% de las personas que habitan el barrio son desplazadas, el otro 30% corresponde a la población que ya estaba establecida allí cuando los desplazados llegaron<sup>2</sup>.

Surgió bajo la modalidad de invasión de terrenos, que según Correa “a partir de diciembre de 1994, se convirtió en un extenso territorio en el que viven aproximadamente 45.000 personas y se divide en 26 sectores, distribuidos aproximadamente en 56 hectáreas”<sup>3</sup>.

Está ubicado al sur occidente de la ciudad de Cartagena en la localidad 3 industrial y de la bahía, unidad comunera de gobierno N°14, su topografía se caracteriza por ser variada superficie: sectores escarpados, planos y ondulados. Debido a su inicial condición de barrio de invasión, las viviendas y demás construcciones se levantaron sin responder a un plan de ordenamiento territorial, muchas de ellas ubicadas en

---

<sup>2</sup> CASTILLO DE LA TORRE, Marelis y SEGRERA LÓPEZ, Amelia. Resignificando identidad en un territorio urbano que transita hacia una convivencia no violenta. Estudio de caso sector Las Vegas del barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias 2015-2017, pág. 43.

<sup>3</sup> Ibid, pág. 43.



zona de alto riesgo por la inestabilidad del terreno o por su proximidad a las torres de alta tensión de la empresa Transelca”<sup>4</sup>.

Nelson Mandela limita al norte con el barrio Nueva Venecia, al occidente con el barrio Henequén, al sur con la variante que va hacia Mamonal y al oriente con el barrio La Sierrita.

Su población se caracteriza por ser en su gran mayoría campesina quienes, por situaciones relacionadas con el conflicto armado, llegan a esta comunidad a construir una nueva oportunidad de vida, los primeros sectores conformados fueron 7 de Diciembre, Nueva Colombia, El Millo, Andrés Pastrana, entre otros.

En los terrenos empezaron a organizarse a partir de las relaciones de consanguinidad, de apoyo y colaboración entre las familias que venían expulsadas de diferentes zonas del país, sin contar con unas condiciones ni garantías que le aseguraran su permanencia, desarrollo, lo que en su defecto refuerza las situaciones de vulnerabilidades con las que habían convivido y que arrastran a este escenario; esto se convierte en pieza clave del rompecabezas de las nuevas formas de apropiación en lo urbano, nicho en el que surgen conflictos tanto en lo individual, familiar, grupal como comunitario, reflejados en las dinámicas y relaciones sociales<sup>5</sup>.

Relaciones sociales que en definitiva terminan afectando las habilidades para la vida en los estudiantes que provienen de estos territorios y realidades conflictivas donde los espacios de desarrollo social y comunitario de los adolescentes se ve afectado por la violencia urbana característica del barrio sin encontrar explicaciones y tampoco contar con las herramientas necesarias para afrontar este tipo de conflictos.

Permitiendo este proceso generar un diálogo donde los actores asuman el rol de protagonistas activos y tomen conciencia del medio que los rodea y

---

<sup>4</sup> Ibid, pág. 43.

<sup>5</sup> Ibid, pág. 44.



condenen la quietud y la pasividad, acercándolos a una educación liberadora y con habilidades para la vida fortalecidas para asumir los retos laborales, familiares y sociales<sup>6</sup>.

## 1.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA INTERVENCIÓN

***Fortaleciendo las habilidades para la vida en adolescentes de Media Técnica de las Instituciones Educativas Bernardo Foegen, Bertha Suttner, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador Sede Los Robles del Barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias, año 2018.***

**1.2.1 Habilidades para la vida propuesta desde la OMS.** Desde el lanzamiento de la iniciativa internacional de la Organización Mundial de la Salud en 1993, se destacó que el término se refería exclusivamente a un grupo de habilidades o destrezas psicosociales que les facilitan a las personas enfrentarse adecuadamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria. Fueron propuestas como elemento central de los programas escolares encaminados a la promoción de competencia psicosocial en niñas, niños, adolescentes y jóvenes a partir de esta fecha (1993):

La División de Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó formalmente la Iniciativa Internacional para la Educación en las Escuelas de Habilidades para la Vida (Life Skills Education in Schools), con el propósito de difundir la enseñanza de un grupo genérico de diez destrezas psicosociales consideradas importantes en la promoción de la competencia psicosocial de la gente joven, y a las que llamó “habilidades para la vida”<sup>7</sup>.

Las diez habilidades propuestas fueron: “toma de decisiones, solución de problemas, pensamiento creativo, pensamiento crítico, comunicación, relaciones inter personales, autoconocimiento, empatía, manejo de emociones y manejo del estrés”<sup>8</sup>.

La iniciativa de la OMS se fundamentó en dos premisas principales.

---

<sup>6</sup> FREIRE, Paulo. Pedagogía del oprimido. México: Siglo. XXI, 1979.

<sup>7</sup> habilidades para la vida. Libro virtual <file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Capitulo-2-De-que-estamos-hablando.pdf>, pág. 11.

<sup>8</sup> Ibid.





En primer lugar, en la importancia que tiene la competencia psicosocial en la promoción de la salud, en términos del bienestar físico, mental y social de las personas. En segundo lugar, en que como consecuencia de los cambios sociales, culturales y familiares de los últimos años, no puede asumirse que el aprendizaje espontáneo de las destrezas psicosociales que realizan los niños y las niñas de hoy sea suficiente, por lo que propuso que la enseñanza de las diez habilidades tuviera un lugar específico en el contexto de la educación formal<sup>9</sup>.

En el año 2003 la OMS definió con mayor precisión qué significaba que las habilidades para la vida fueran de naturaleza psicosocial, cuando afirmó que:

Dichas habilidades pueden aplicarse al terreno de las acciones personales, la interacción con las demás personas o a las acciones necesarias para transformar el entorno, de tal manera que éste sea favorable a la salud y el bienestar”. Que las habilidades para la vida son de naturaleza psicosocial, es uno de los pocos aspectos en que hay acuerdo internacional. Es decir, que al hablar de habilidades para la vida nos referimos a destrezas que tienen aplicación en el ámbito de las acciones y relaciones consigo mismo, así como en el área de la interacción social con las demás personas y el entorno<sup>10</sup>.

### **Tabla 1. Antecedentes del proyecto de intervención**

<b>Situación Inicial</b>	<p>En el año 2017 se realizó una investigación por parte de las estudiantes en proceso de prácticas de trabajo social de la Universidad de Cartagena, donde se evidenció que el abandono y la ausencia de la figura paterna y/o materna inciden en las habilidades socio-emocionales de los adolescentes del grado 10° y 11° de los programas de formación técnico en instalaciones eléctricas residenciales y manejo ambiental de las instituciones educativas Bertha Suttner y Bernardo Foegen.</p> <p>Las habilidades socio-emocionales donde mayor se presenta carencia son: solución de problemas y conflictos;</p>
--------------------------	--

---

<sup>9</sup> Ibid, pág. 11.

<sup>10</sup> Ibid, pág. 11



autoconocimiento, autoestima, toma de decisiones, manejo de emociones y sentimientos; manejo de tensiones y estrés.

**Objetivo  
General**

Fortalecer las habilidades para la vida a través de encuentros formativos y de reflexión, como eje motivacional para el ingreso a la educación superior en los estudiantes de los grados 10° y 11°, de las instituciones educativas Bertha Suttner, Bernardo Foegen, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles del barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias, año 2018.

**Objetivos  
Específicos**

- Conocer los factores generadores de tensión y estrés en la vida de los adolescentes e identificar formas de canalizarlas.
- Definir las habilidades para la vida, su aplicación e importancia en la vida de cada adolescente.
- Reducir los conflictos en el ambiente escolar a partir de la habilidad de comunicación y el manejo asertivo de conflictos.
- Lograr que los alumnos aprendan a expresar de manera adecuada sus sentimientos.
- Lograr que los alumnos expresen desacuerdo asertivamente en aquellas situaciones en las que se precisa.

**Fases**

- Caracterización de la población participante.
- Rastreo de los estudiantes que no asisten a la media técnica.
- Visita a las instituciones que participan en la media técnica con el fin de articularlas al proceso e informar el estado de sus estudiantes las instituciones visitadas son: Jesús Maestro, Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles.
- Encuentros de aprendizaje y reflexión.

Soportada desde un enfoque psicosocial y humanista existencial. El enfoque “psicosocial ha reconocido de forma constante la importancia de los procesos psicológicos internos, así como la



## **Metodología**

*importancia de los procesos sociales externos, las condiciones físicas y la interacción entre ellas". El principal aporte del humanismo es que éste centra su atención en el hombre como sujeto, lo que le diferencia de otros enfoques que lo consideran un paciente (enfermo) o un cliente (asistencialismo). Desde esta perspectiva, el trabajador social humanista dirige su atención y apoyo hacia una persona igual que él, reconociéndolo como ser pensante y ente racional, capaz de dirigir su vida y de darle un sentido a la misma.*

### **Técnicas utilizadas por el enfoque *psicosocial*:**

- Técnicas de apoyo.
- Discusión reflexiva.

### **Encuentros de aprendizaje y reflexión.**

Sobre habilidades para la vida: Mi proyecto de vida, manejo del tiempo; solución de problemas y conflictos; autoestima y autovaloración; toma de decisiones, comunicación asertiva, relaciones interpersonales; manejo de tensiones y estrés; empatía y trabajo en equipo.

### **Temas adicionales**

- Orientación vocacional.
- Hablemos sobre sexualidad.
- Inserción laboral.

## **Participantes**

Adolescentes de la Media Técnica de las Instituciones Educativas Bernardo Foegen, Bertha Suttner, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles del Barrio Nelson Mandela.

Fuente de la autora del proyecto año 2018



### **1.3 PORQUE UN PROYECTO DE FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA EN ADOLESCENTES DE MEDIA TÉCNICA**

La Organización Mundial de la Salud (OMS), considera las habilidades para la vida como un medio para el desarrollo de competencias psicosociales, entendiendo éstas capacidades como

La habilidad de un individuo para enfrentar de manera efectiva las exigencias y retos de la vida diaria, es además la capacidad de mantener un estado de bienestar mental y expresarlo a través de un comportamiento adaptativo y positivo en sus interacciones con los demás, con su propia cultura y medio ambiente”<sup>11</sup>.

La falta de estas habilidades incide de forma negativa en el comportamiento grupal e individual de los estudiantes: la falta de autoestima y de autoconocimiento genera en los adolescentes falta de amor propio y una percepción negativa de sí mismo. No desarrollar la habilidad para solucionar problemas y conflictos en el entorno familiar, escolar y/o laboral imposibilita a los estudiantes tener relaciones interpersonales sanas, pues lo lleva a no saber negociar con otros y buscar soluciones recurriendo a las agresiones físicas y/o verbales; además, los conduce a no tomar las mejores decisiones y en algunos casos el no saber decir no a situaciones que pongan en peligro la integridad personal. Conjuntamente esta habilidad permite evaluar todas las opciones que se puedan presentar en la vida cotidiana de los educandos al tomar una mala decisión y las consecuencias que pueden traer a sus vidas.

La investigación realizada incidencia del abandono y ausencia de la figura paterna y/o materna en la salud mental de los adolescentes del grado 10 de la institución educativa Bertha Suttner del Barrio Nelson Mandela sector Villa Gloria<sup>12</sup>, Cartagena

---

<sup>11</sup> ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD – OMS. Habilidades para la vida. Disponible en internet: <http://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/07/13/habilidades-para-la-vida/> visitado 6 en abril 3, 2019.

<sup>12</sup> FLÓREZ ÁVILA, Sandra Milena y ARNEDO PUENTE, Karen Margarita. Incidencia del abandono y la ausencia de la figura paterna y/o materna en la salud mental de los y las adolescentes del grado



de Indias 2017, les permitió a las investigadoras concluir que los adolescentes no expresan sus emociones y sentimientos, situación que los lleva a un estado de aislamiento, distracción, ira y agresividad las cuales deben manejarse de manera correcta para mantener una sana convivencia con los demás. Adicional a esto, las extensas jornadas académicas, las cargas y responsabilidades con las que deben cumplir generan en los estudiantes tensión y estrés.

Para abordar estas situaciones se realizaron encuentros de reflexión y aprendizaje, espacios donde los adolescentes a partir de la identificación e internalización de sus realidades se convirtieron en sujetos activos de su transformación.



## 2. CONSTRUYENDO EL CAMINO HACIA LA SISTEMATIZACION

### 2.1 EL ENFOQUE, DE LA IAP COMO HERRAMIENTA DE LA SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS

La IAP o Investigación Acción Participativa “es un enfoque investigativo y una metodología de investigación, utilizada en estudios sobre realidades humanas. Combina la investigación social, el trabajo educativo y la acción transformadora”<sup>13</sup>.

La IAP permite que los sujetos sean autogestores y transformadores en sus realidades sociales. Como enfoque epistemológico tiene las siguientes características:

Les permite desarrollar habilidades de análisis que pueden aplicar posteriormente a cualquier situación, Los participantes en IAP aprenden a entender su papel en el proceso de transformación de su realidad social, como actores centrales en el proceso de cambio. Y finalmente, el promover el desarrollo de conciencia crítica entre los participantes, se convierte en un proceso liberador<sup>14</sup>.

Este enfoque permite comprender las dinámicas grupales y hacer partícipes a los adolescentes en cada momento metodológico de la sistematización y en el proceso de transformación de su entorno siendo capaz de dirigir su vida y darle un sentido a la misma.

---

<sup>13</sup> COLMENARES, A. M. Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción. Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación, Vol. 3, No. 1, 2017, pp. 102-115, 107-108.

<sup>14</sup> BALCÁZAR, F. E. La investigación-acción participativa en psicología comunitaria. Principios y retos. Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Occidental y Universidad de Sevilla., Vol. 21, número 3, 2003, pp. 419-435.



## 2.2 CONSTRUCCIÓN DEL CONCEPTO DE SISTEMATIZACIÓN

El quehacer profesional del trabajo social pasa por recuperar las experiencias de intervenciones profesionales contextualizadas; en este panorama recobra importancia la sistematización, pues esta nos lleva a pensar que es una herramienta fundamental que permite dar voz a los participantes que hicieron parte de los procesos de aprendizaje y reflexión. Con el fin de darle soporte teórico a este planteamiento se presentan las posturas como la de Ghiso, quien concibe la sistematización como

Un proceso de recuperación, tematización y apropiación de una práctica formativa determinada, que al relacionar sistémica e históricamente sus componentes teórico-prácticos, permite a los sujetos comprender y explicar los contextos, sentido, fundamentos, lógicas y aspectos problemáticos que presenta la experiencia, con el fin de transformar y cualificar la comprensión, experimentación y expresión de las propuestas educativas de carácter comunitario<sup>15</sup>.

El eje central de la sistematización es el presente: la mirada retrospectiva y el esfuerzo de sistematización se hacen desde nuestro HOY: a partir de los problemas, los interrogantes, los desafíos y cuestionamientos, las necesidades y contradicciones que se tienen en el momento actual y con una visión prospectiva. Ellos constituyen el punto de partida de la sistematización y son prioritariamente los aspectos que deben ser clarificados por ella<sup>16</sup>.

Por esta razón, sistematizar implica haber sido parte del proceso, permitiendo hallar aciertos, desaciertos y recuperar toda la experiencia vivida desde los protagonistas del proceso, Oscar Jara define la sistematización como “Aquella interpretación

---

<sup>15</sup> GHISO, A. Sistematización de experiencias en Educación popular. Memorias Foro: Los contextos actuales de la Educación Popular. Sistematización de experiencias en Educación popular. Memorias Foro: Los contextos actuales de la Educación Popular, Medellín, 2001.

<sup>16</sup> PERESSON, M. Metodología de un proceso de sistematización. Pasos fundamentales del proceso de sistematización del proyecto y experiencia de Teología Popular de Dimensión Educativa: 1985-1995”. Metodología de un proceso de sistematización. Pasos fundamentales del proceso de sistematización del proyecto y experiencia de Teología Popular de Dimensión Educativa: 1985-1995”. Bogotá.



crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido, los factores que han intervenido en dicho proceso, cómo se han relacionado entre sí, y por qué lo han hecho de ese modo<sup>17</sup>.

En este sentido, vemos que la sistematización es un proceso completo de reflexión constante de la práctica profesional reconociendo los elementos que han permitido la eficacia de las acciones realizadas.

La sistematización de este proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida en adolescentes de la media técnica se orientará desde la postura de Oscar Jara, pues se buscó reconstruir el proceso vivido desde el rol de trabajo social en la práctica profesional y la experiencia de los actores que hicieron parte fundamental del proceso.

## **2.3 OBJETO DE LA SISTEMATIZACIÓN**

- ✚ Rol de trabajo social en el proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida en adolescentes de media técnica de las Instituciones Educativas Bernardo Foegen, Bertha Suttner, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles del barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias, año 2018.

### **2.3.1. Preguntas Orientadoras.**

- ✚ ¿Consideran los estudiantes pertinentes los encuentros realizados durante el proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida en adolescentes de media técnica?

---

<sup>17</sup> JARA, Oscar. Sistematización de experiencias, investigación y evaluación: aproximaciones desde tres ángulos. En: Revista Internacional Sobre Investigación en Educación global y Para El desarrollo. Sistematización de experiencias, investigación y evaluación: aproximaciones desde tres ángulos". En: Revista Internacional Sobre Investigación en Educación global y Para El desarrollo, febrero. 2012, pág. 10.





- ✚ ¿Los estudiantes tienen claro los conceptos y la aplicabilidad de las habilidades para la vida?
- ✚ ¿Las actividades planteadas responden a las necesidades de los estudiantes?
- ✚ ¿Qué aporta trabajo social al proceso de fortalecimiento en habilidades para la vida?

## **2.4 OBJETIVOS**

### **2.4.1 Objetivo General**

- ✚ Recuperar el rol de trabajo social en el proceso de fortalecimiento, formación y reflexión de las habilidades para la vida realizado con los estudiantes de grado 10° y 11° de las instituciones educativas: Bernardo Foegen, Bertha Suttner, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles del barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias, año 2018.

### **2.4.2 Objetivos Específicos.**

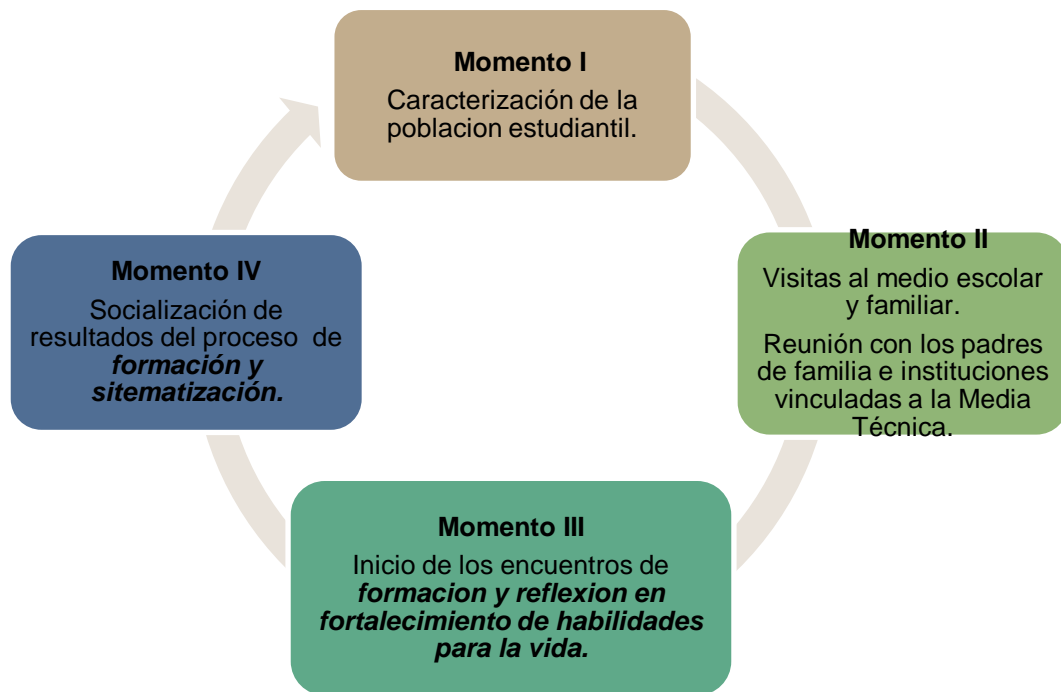
- ✚ Recuperar los elementos significativos de las intervenciones grupales orientados al fortalecimiento de las habilidades para la vida de los estudiantes para la elaboración de sus proyectos personales.
- ✚ Identificar aciertos y desaciertos en el rol del trabajo social en el proceso de acompañamiento para fortalecer las habilidades para la vida en los estudiantes de la media técnica de las Instituciones Educativas Bertha Suttner, Bernardo Foegen, Jesús Maestro Sueños y Oportunidades y El Salvador sede Los Robles.
- ✚ Difundir la experiencia sistematizada para que sirva como modelo de implementación en otras instituciones educativas de la comunidad de Nelson Mandela y de la ciudad de Cartagena.



## 2.5 PROCESO METODOLÓGICO DE LA SISTEMATIZACIÓN

La metodología empleada para cumplir con los objetivos de la sistematización se fundamenta en un enfoque cualitativo, debido a que el fortalecimiento de las habilidades sociales no es medible numéricamente. Los autores Blasco y Pérez señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas. Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes, para una mejor comprensión está dividida en cuatro momentos<sup>18</sup>:

### Ilustración 1. Proceso metodológico de la investigación



Fuente: autora de la investigación, 2018

<sup>18</sup> BLASCO MIRA, Josefa Eugenia Y PÉREZ TURPÍN, José Antonio Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes. Disponible en internet: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12270/1/blasco.pdf>



## 2.6 ANÁLISIS CATEGORIAL

Por medio de la revisión bibliográfica y el ejercicio se logró reconocer cuatro categorías en todo el proceso de fortalecimiento de habilidades para la vida, para esto se tomó en cuenta que la Organización Panamericana de la Salud (OPS), plantea tres categorías de habilidades:

Las sociales, las cognitivas y las de control de emociones y la última categoría planteada es acompañamiento social, pues este busca que la persona o familia pueda reconstruir sus redes de integración primaria trabajando tanto con ellos como con el entorno de tal manera que se pongan en relación positiva y gratificante a ambos (individuo/familia y entorno)<sup>19</sup>.

**Tabla 2. Análisis Categorical**

	Definición	Descriptorios
<b>Acompaña- miento social (Begoña Pérez Eransus)</b>	Es brindar una atención profesional personalizada a cada persona. Acompañar es avanzar al lado de, es compartir un proyecto común Es mirar de otra manera a la persona y a su historia para que también ella pueda verse de otra forma. Es creer en sus potencialidades, ayudarle a tomar conciencia y a desarrollarse sea cual sea su estado actual.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rol del trabajo social</li><li>• Pertinencia</li><li>• Mediación social</li><li>• Desarrollo de las potencialidades y capacidades.</li></ul>
<b>Habilidades sociales (Organización Panamericana de la Salud (OPS))</b>	Son un conjunto de conductas que nos permiten interactuar y relacionarnos con los demás de manera efectiva y satisfactoria. Un aspecto interesante sobre ellas es que se pueden aprender, potenciar e ir desarrollándolas día a día con la práctica.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comunicación.</li><li>• Negociación/rechazo.</li><li>• Relaciones interpersonales (para desarrollar relaciones sanas).</li><li>• Cooperación, Empatía y toma de perspectivas.</li></ul>

<sup>19</sup> ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD OPS. Habilidades para la vida. Disponible en internet: <https://misstsocial.wordpress.com/2013/08/15/el-acompanamiento-social/>, pág.11.



	Definición	Descriptorios
<b>Habilidades cognitivas</b> (Organización Panamericana de la Salud (OPS))	<p>Con esta habilidad se facilita el manejo constructivo de las decisiones con respecto a nuestras vidas y, en consecuencia, la de quienes dependen de nosotros, permitiendo enfrentar de forma constructiva los problemas en la vida. También consiste en la utilización de los procesos básicos de pensamiento para desarrollar o inventar ideas o productos novedosos, estéticos o constructivos.</p> <p>Esta habilidad nos permite analizar información y experiencias de manera objetiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades de toma de decisiones/solución de problemas, comprensión de las consecuencias de las acciones.</li> <li>• Determinación de soluciones alternas para los problemas.</li> <li>• Habilidades de pensamiento crítico.</li> <li>• Análisis de la influencia de sus pares y de los medios de comunicación.</li> <li>• Análisis de las propias percepciones de las normas y creencias sociales.</li> <li>• Autoevaluación y clarificación de valores</li> </ul>
Habilidades para el control de las emociones (Organización Panamericana de la Salud (OPS))	<p>Ayuda a reconocer nuestros sentimientos y emociones y de los demás, a ser conscientes de cómo influyen en nuestro comportamiento social.</p> <p>Facilita reconocer las fuentes de estrés y sus efectos en nuestras vidas.</p>	<p>Control del estrés, de sentimientos, incluyendo la ira. Habilidades para aumentar el locus de control interno (manejo de sí mismo, monitoreo de sí mismo).</p>

Fuente: autora del proyecto, 2018.



### 3. RECUPERACIÓN DE LA EXPERIENCIA DESDE LAS VOCES DE LOS ACTORES

La sistematización cobra un real significado cuando los actores desde su experiencia aportan elementos que contribuyen a enriquecer este proceso.

#### 3.1 ACOMPAÑAMIENTO SOCIAL

El acompañamiento social se despliega en este proceso de atención de forma humanizada, personal y diversa, comprendiendo que acompañar es avanzar al lado de, es compartir un proyecto común. Es mirar de otra manera a la persona y a su historia para que también ella pueda verse de otra forma. Es creer en sus potencialidades, ayudarle a tomar conciencia y a desarrollarse sea cual sea su estado actual<sup>20</sup>.

El acompañamiento debe incluir un importante componente de mediación social:

Mediación para desarrollar puentes que ayuden a resolver conflictos familiares o vecinales. Mediación como forma de promover recursos informales para la atención o la incorporación. Mediación como instrumento para el acceso a redes de actividades sociales que ayuden a mejorar la situación de la persona atendida<sup>21</sup>.

*“Cuando la señorita de trabajo social me preguntaba que como había estado mi día me parecía raro, pero cuando ella me hacia esa pregunta yo aprovechaba para contarle algunos de mis problemas” (Torres Mercado Aida Luz. Programa DOLCA 10°)*

*“A mí me pareció muy bueno eso de tener a la trabajadora social al lado de nosotros realizando el acompañamiento pues siempre estaba pendiente de*

---

<sup>20</sup> Ibid, pág. 12.

<sup>21</sup> PÉREZ ERANSUS, Begoña. El acompañamiento social como herramienta de lucha contra la exclusión. Universidad Pública de Navarra, pág. 101-102.



*nuestro proceso en la media técnica”. (Romero Cañate Oriany. Técnico en Contabilización de Operaciones Comerciales y Financieras 10°)*

Al inicio el rol de trabajo social generó incomodidad en algunos estudiantes ya que desconocían cuales iban hacer las funciones que este desempeñaría dentro la media técnica, por otra parte, se encontró que algunos jóvenes lo tomaron de forma positiva e identificaron las necesidades dentro de su proceso formativo y académico, considerando que debían ser atendidos, pues estas situaciones ponían en riesgo su permanencia en los distintos programas.

*“Contar con alguien que nos escuche y sirva de mediador en caso de un conflicto o diferencia con la institución y/o familiar me genera tranquilidad”. (Llerena Díaz Meliza. Técnico en Comercio Internacional 11°)*

*“Me gusta que desde la media técnica se preocupen por mí y por mi desarrollo académico “. (Carrascal Tejedor Roni. Técnico En Programación De Software 11°)*

*“Al ser madre adolescente pensé que mi vida se iba a detener pero encontré apoyo y nuevas opciones para continuar mis estudios. Esto lo logre gracias al acompañamiento social que me brindaron desde la media técnica “. (Estudiante del programa Dolca 10°)*

En frases como: “alguien que nos escuche”, “sirva de mediador” (Llerena Díaz Meliza. Técnico en Comercio Internacional 11°), “se preocupen por mí y mi desarrollo” (Carrascal Tejedor Roni. Técnico En Programación De Software 11°) y “encontrar apoyo” (estudiante del programa Dolca 10°). Se resalta la importancia del acompañamiento social en el proceso de atención de forma humanizada, personal y diversa.

A consideración de los actores del proceso, se toma la decisión que antes de hablar de habilidades para la vida se debía partir de **proyecto de vida** ya que no habían trabajado ese tema y estaban próximos a graduarse y necesitaban orientación frente a su plan de vida personal.

*“Al principio cuando vi a la practicante dije otra vez vienen con sus clases ahí pero cuando nos expresó los temas que íbamos a tratar me pareció muy*



*interesante, además era un espacio diferente para aprender algo nuevo”. (Julio Torres Kellis Paola. Programa Técnico en Manejo Ambiental 11°)*

*“Es importante que este tema de proyecto de vida se trabaje con nosotros como estudiantes de grado 11 ya estamos terminando y tenemos muchas dudas frente a lo que vamos a hacer cuando terminemos el colegio, yo tenía mi proyecto de vida archivado y con este tema lo reactive con la firme convicción de cumplir mis sueños de ser una gran mujer y profesional”. (Meza Martínez Jessica Yulieth Programa Técnico en Manejo Ambiental 11°)*

Cuando un joven imagina un proyecto para encaminar su vida, ese ejercicio ya es una contribución importante para su desarrollo integral, en la medida que lo impulsa a desplegar el conocimiento que tiene de sí mismo y a darle dirección y orden a su vida.

*“El conocer la importancia del proyecto de vida me invita a crearlo e interiorizarlo pues este me evita un desorden en mi vida y me permite darle sentido a mis acciones, a creer en mí en mis fortalezas y conocer cuáles son mis debilidades para saber manejarlas, además me incita a creer en mis sueños para cumplirlos porque yo sí puedo”. (Peña Gómez Asdrúbal José. Programa Técnico en Manejo Ambiental 11°)*

*“Esta actividad es muy buena ya que escribir mi sueño en un globo y después tratar de sostenerlo como en la vida real me ayuda a luchar y a creer que todo es posible y que soy capaz, aunque personas negativas me digan que el que nace pobre, pobre se queda” ( Escobar Herrera Jesús David. Programa Técnico En Instalaciones Eléctricas Residenciales 11°)*

El Proyecto de Vida es la dirección que se traza una persona para su propia existencia con el objetivo de cumplir con sus deseos y metas. Será como un bosquejo a seguir para alcanzar sus anhelos. En un proyecto de vida existen elecciones de ciertas direcciones y la exclusión de otras, esto puede causar un conflicto existencial y llevar a un período de indecisión.

*“La vida en ocasiones se torna muy dura y más si naces pobre el mundo se encarga de decirte y recordarte lo triste que será tu vida recibiendo lo poco que tus padres te pueden dar, pero en ese camino te encuentras personas y programas como este que abren tus ojos y te dicen animo que si eres capaz de cumplir tus metas” (Omar de Jesús Gamarra Salgado. Programa Técnico en Instalaciones Eléctricas Residenciales 11°)*





*“Estos espacios y de reflexión nos ayudan a orientarnos en la vida los padres de uno piensan que es solo darnos la comida, la ropa y el colegio, pero en ocasiones es importante su consejo y que nos escuchen de pronto nuestros sueños sean un poco descabellados” (Carlos Andrés Tapias García.*

*Programa Contabilización de Operaciones Comerciales y Financieras 11°)*

*“Cuando me preguntan qué quiero hacer cuando termine el colegio meda miedo responder por que en realidad no se y me aterra defraudarme y no cumplir mis sueños, en este espacio del encuentro me da tranquilidad porque al hacer el Colash de imaginando mi vida me visiono en quince años y lo único que necesito es creer en mis habilidades como persona” (Arnovis Chiquillo Teran.*

*Programa Técnico en Mantenimiento de Motores Diesel 10°)*

En este espacio donde se habló sobre el proyecto de vida, los actores expresaron sus sueños, los temores que tenían frente al cumplimiento de estos, además se evidenciaron los conocimientos acerca de lo que es un proyecto de vida y su importancia. Los participantes se mostraron muy activos y participativos facilitando el desarrollo de las actividades propuestas.

## **3.2 HABILIDADES SOCIALES**

**3.2.1 Habilidad Conocimiento de sí mismo.** Implica reconocer el ser de cada uno, así como su carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos. Facilita reconocer los momentos de preocupación o tensión.

*“Me sentí halagado al saber que mis compañeros ven cualidades positivas en mí ya que en mi vida existen personas que dicen que no hago nada y que no sirvo para nada. El que otras personas me digan algo bonito que ven en mi me hace sentir muy bien, yo sé que lo que dicen son cosas negativas que me hacen mal, en ocasiones me afectan y me hacen sentir triste, pero en momentos como estos me siento de maravilla” (Estudiante del Programa Técnico en Programación de Software 11°)*

*“El conocerme y aceptarme tal cual como soy me ayuda a tenerle respeto a mi cuerpo y eso es lo que muestro al exterior mi amor propio” (Padilla Rodriguez Maudis Sofia Programa Técnico en Contabilización de Operaciones Comerciales y Financieras 11°)*





Esta habilidad ayuda a reconocer o estar conscientes de la propia forma de ser, pensar y sentir. Esto debe aportar a la elaboración de un concepto personal concreto, que permita actuar conforme a sus posibilidades y limitaciones, para un desarrollo pleno e integral.

*“En ocasiones nosotros no vemos lo valiosos que somos porque nos dejamos influenciar por las personas o condiciones que vemos a nuestro alrededor, por eso debemos observarnos y ver nuestras cualidades”. (Alisneht Cañate Galvis Programa Técnico en Comercio Internacional 11°)*

*“Todos los seres humanos tenemos nuestra propia belleza y debemos darnos cuenta de ella y no tratar de ocultarla, debemos mostrarla al mundo lo que tenemos empezando por valorarnos a sí mismos con cada una de nuestras Dificultades y cualidades para ser ejemplo para personas que no se valoren y lo ven como normal”. (Yeimi paola Guzman Vergara. Programa Técnico en Comercio Internacional 11°)*

El reconocimiento de las fortalezas individuales y grupales, son evidencia del trabajo realizado en este espacio de formación y reflexión. Conocer nuestro carácter, fortalezas, oportunidades, actitudes, gustos, disgustos y valores; es un paso para llegar a aceptarse, conocerse para así convertirlo en el soporte y motor de la identidad y autonomía.

### **3.2.2 Habilidad de empatía y relaciones interpersonales.**

**3.2.2.1 Empatía.** La empatía es la capacidad de ponerse en los zapatos del otro e imaginar cómo es la vida para esa persona, incluso en situaciones con las que no se está familiarizado. Ayuda a aceptar las diferencias, a fomentar comportamientos solidarios y de apoyo, y mejora las interacciones sociales<sup>22</sup>

*“Apagar el juicio y encender la capacidad humana de reconocer en la diversidad de formas de ser, a otras culturas tan válidas e importantes como la propia”. (Extremor Martínez Frederith Andres. Programa Técnico en Manejo Ambiental 10°)*

*“Ponerse en la piel” de la otra persona para comprenderla mejor y responder de forma solidaria, de acuerdo con las circunstancias. Cuando no conocemos la vida de las personas es muy fácil juzgarla y hacerle sentir mal, pero nunca nos*

---

<sup>22</sup> Op. Cit. Habilidades para la vida.



*tomamos el trabajo de preguntar por qué tiene ciertas acciones o tal vez porque siempre está triste o amargado” (Moreno Diaz Yuveidis Maria. Programa Técnico en Instalaciones Eléctricas Residenciales 10°)*

La empatía puede ser vista como un valor positivo que permite a las personas relacionarse entre sí, con facilidad y satisfacción, siendo importante la interacción con los otros para mantener en armonía su estado emocional de vida. La empatía permite a una persona comprender, ayudar y motivar a otra que atraviesa por un mal momento, logrando una mayor colaboración y entendimiento entre los sujetos que conforman una sociedad.

**3.2.2.2 Relaciones interpersonales.** Las relaciones interpersonales son destrezas que ayudan a relacionarse en forma efectiva con las personas con las que se interactúa, a tener la habilidad necesaria para iniciar y mantener buenas relaciones amistosas y familiares, y a ser capaces de terminarlas de manera constructiva.

*“Este tema me ha hecho pensar sobre como he llevado mis relaciones interpersonales siempre quiero que se haga lo que yo quiero, no escucho a los demás y esa forma de ser desagrada a muchas personas y en ocasiones no quieren trabajar conmigo en equipo.” (Romaña Martínez Roxana. Programa Técnico en Manejo Ambiental 11°)*

*“En el barrio donde vivo este tema es muy importante porque estamos rodeados de jóvenes que pertenecen a las pandillas y cuando te ven jugar futbol te convidan a ser cosas malas, esta habilidad me permite reconocer que relación debe seguir y cual debo cortar definitivamente” (Marcos Henríque Rodríguez Díaz. Programa Técnico en Programación De Software 10°)*

En este momento se logra establecer entre los actores del proceso la importancia de tener y conservar relaciones interpersonales significativas, así como la capacidad de finalizar aquellas que bloquean el desarrollo personal.

**3.2.3 Habilidad Comunicación Asertiva.** La comunicación asertiva se fundamenta en el derecho inalienable de todo ser humano a expresarse, a afirmar su ser y a establecer límites en las relaciones sociales<sup>23</sup>.

---

<sup>23</sup> Ibid.



*Comunicarse asertivamente nos ayuda a mostrar de forma clara lo que sentimos sin lastimar a las personas que nos rodean, ejemplo si yo no estoy de acuerdo con la opinión de un compañero de clases yo puedo decir mi opinión sin agredir ni ofender a esa persona. (Fuentes Guzman Nairo Luis. Programa Técnico en Contabilización de Operaciones Comerciales Y Financieras 10°)*

*“En la comunicación con mis padres considero que es vital esta habilidad puesto que en mi familia existen muchas discusiones que terminan en ofensas y en ocasiones en violencia física. Cuando vi este tema hablé con mis padres y les propuse arreglar los problemas a través de una comunicación asertiva y nuestra situación ha cambiado” (Programa DOLCA 10°)*

La persona que se comunica asertivamente expresa con claridad lo que siente, necesita o piensa, además tiene presente los derechos, sentimientos y valores de los participantes en la conversación. Para esto, al comunicarse se da a conocer y hace valer sus opiniones, sentimientos, derechos y necesidades, respetando a las demás personas.

Relacionarse y comunicar de forma asertiva es conveniente, e incluso es una habilidad necesaria y clave en muchos ámbitos: en el personal, escolar, familiar, entre otros, ya que este favorece el diálogo y el trabajo en equipo.

*“Decir la verdad o lo que pienso frente un tema o persona de una forma asertiva me lleva a mejorar mis relaciones interpersonales y prevenir conflictos en mi casa, colegio y barrio” (Hernández Aguilar Willdeider. Programa Técnico en Mantenimiento de Motores Diesel 11)*

### **3.3 HABILIDADES COGNITIVAS (DE CONOCIMIENTO)**

**3.3.1 Habilidades de toma de decisiones.** Es un proceso que atraviesan las personas cuando deben elegir entre distintas opciones.

*“Esta destreza es muy importante en mi vida ya que soy un adolescente y el sector donde yo vivo es muy común ver a personas consumiendo droga, ellos ven que soy un joven sano y me invitan a consumir, muchas veces me he sentido tentado, pero nunca he aceptado nada de ellos considero que tome la decisión correcta”.*  
*(Programa Técnico En Mantenimiento De Motores Diesel 11°)*



*“Yo tengo 15 años y mi mayor decisión ha sido decir no a tener relaciones sexuales, con las parejas que he tenido, debo respetar mi cuerpo, esperar mi tiempo además debo prevenir un embarazo no deseado” (Programa Técnico En Instalaciones Eléctricas Residenciales)*

Esta habilidad facilita manejar constructivamente las decisiones con relación a la vida propia y la de los demás. Este espacio ayudó a identificar que diariamente se pueden encontrar con situaciones donde deben optar por algo, pero no siempre resulta simple enfrentarse a las decisiones que a diario deben tomar.

**3.3.2 Habilidad Manejo de Problemas y Conflictos.** El conflicto es un “proceso natural a toda sociedad y un fenómeno necesario para la vida humana, que puede ser un factor positivo en el cambio y en las relaciones, o destructivo, según la manera de regularlo”<sup>24</sup>.

La destreza de solucionar problemas es fundamental para el éxito tanto dentro como fuera de la escuela. Es importante que al generarse un conflicto los jóvenes aprendan a crear estrategias para solucionarlos.

*“organizar mi tiempo me cuesta pues no soy organizada además todo se me olvida, pero es una iniciativa que he tomado ya que mis profesores me regañan por que no hago la tarea o me copio, pero en realidad tengo muchas actividades y no tenía la intención de organizarlas, esta situación me causaba muchos problemas académicos y con mis padres, y desde que opte por crear mi agenda o horario mi vida ha mejorado en un 90%” (Simancas Chiquillo Doralis Patricia. Programa Técnico En Manejo Ambiental 10°)*

*“Los compañeros de mi curso no querían hacer grupo conmigo porque soy demasiado impuntual pero desde que empecé a organizar mis prioridades las relaciones con mis compañeros ha mejorado” (Vega Paez Koraima. Programa Técnico en Manejo Ambiental 10°)*

El conflicto es una realidad de todos los días para una persona. En casa o en el colegio, las necesidades y los valores de la persona entran continuamente en dificultad con los de los otros. Hay conflictos relativamente pequeños y fáciles de

---

<sup>24</sup> LEDERACH, J. P. El ABECÉ de la paz y los conflictos. Madrid: Catarata, 2000.



solucionar. Existen otros a mayor escala, que requieren de una destreza para una solución satisfactoria; de lo contrario, se crean tensiones constantes y enemistades.

*“Cuando peleamos con alguien nos sentimos tristes u ofendidos, cuando consideramos estos sentimientos y emociones tan fuertes debemos tranquilizarnos y después hablar con la persona ya que si hablamos con esa explosión de emociones podemos hacer un daño irremediable” (Mosquera De Hoyos Santiago .Programa Técnico en Mantenimiento de Motores Diesel 10°)*

*“Siempre he pensado que la violencia no es la forma de arreglar un conflicto lo mejor es el dialogo y la comprensión de la situación de la otra persona, es mejor respirar y luego observar cual es la situación se debe atacar el problema mas no la persona” (Chico Espiter Narlin Estefanny. Programa Técnico en Mantenimiento de Motores Diesel 10°)*

Las técnicas para la solución de conflictos: como calmarse, establecer contacto con sus pensamientos y buscar el modo de expresarlos, mostrarse dispuesto a resolver la situación comunicando de manera asertiva, formulando su punto de vista en un lenguaje neutro, tratar de buscar alternativas equitativas de manera creativa, colaborando en la búsqueda de la solución del conflicto; fueron importantes en los encuentros ya que los actores las colocaron en práctica en los entornos donde interactúan diariamente.

**3.3.3 Pensamiento Creativo.** El pensamiento creativo es una habilidad que hace referencia a la capacidad para idear algo nuevo, relacionar algo conocido de forma innovadora o apartarse de esquemas de pensamiento o conducta habituales (pensar “fuera de la caja”)<sup>25</sup>.

*“Pensar de forma diferente cuesta porque nos han acostumbrado a pensar en una sola dirección, algunas personas le tienen miedo a lo nuevo como si lo nuevo fuera perjudicial en esta actividad nos arriesgamos, mostrándole a los docentes y “compañeros lo magnifico de tener un pensamiento creativo y lo útil que puede ser en nuestra vida profesional y laboral” (Torres Silgado Loys Camila. Programa Técnico en Comercio Internacional 11°)*

*“Crear algo nuevo es una aventura hacia lo desconocido, es probarme a mí mismo que puedo lograr lo que deseo yo no sabía que esto era una habilidad, pero es*

---

<sup>25</sup> Ibid.



*muy importante para mi desarrollo personal pues en ocasiones soy inseguro y esta habilidad me dice que debo confiar en lo que creo” (Programa Técnico en Instalaciones Eléctricas Residenciales 11°).*

Esta destreza les permitió cuestionar hábitos, abandonar inercias y abordar la realidad de formas novedosas; además fue propicia para desarrollar la actividad académica de clausura de semestre realizado por los estudiantes del grado 10° y 11°.

*“Tener un pensamiento creativo en ocasiones trae problemas con los demás compañeros, pero es en este momento que debemos poner en práctica lo aprendido anterior mente acerca de las habilidades para la vida es decir yo puedo expresar mis ideas a los demás integrantes del grupo a través de una comunicación asertiva y lograr un buen acuerdo como me lo dice la solución de conflictos. De esta manera la cohesión grupal no se dañara pues se mantendrá la armonía y todos tendremos un buen resultado como equipo de trabajo” (Gavalo Lara Sol Maris. Programa Técnico En Comercio Internacional 11 °)*

*“El miedo es el peor enemigo del pensamiento creativo, dejarnos llevar por este sentimiento es no lograr nuestro objetivo”. (Carrascal Tejedor Roni. Programa Técnico en Programación de Software 11°)*

El pensamiento creativo es la capacidad de pensar de forma original; implica dejar lo establecido para obtener soluciones, opciones innovadoras, apartarse de diseños de pensamiento o guías habituales.

**3.3.4 Habilidad Pensamiento Crítico.** Este se convirtió en un espacio de diálogo en donde los estudiantes analizaron, cuestionaron experiencias e información para ser capaces de llegar a conclusiones propias sobre la realidad, comprendiendo que una persona crítica no acepta la realidad de manera pasiva. El asunto que llamó la atención de los participantes fue la información transmitida a través de los medios masivos de comunicación.

*“Si deseas respeto, poder y una linda mujer a tu lado tienes que tener este carro o moto último modelo en tu vida. Es decir que si yo no tengo esto mi vida estará vacía y fracasaría como hombre, yo estoy seguro que mi vida o mi éxito no depende de ninguno de estos artículos, mi éxito radica en cumplir todas las metas trazadas en mi proyecto de vida”.(Correa Pitalua Jaime Alfonso. Programa Técnico en Contabilización de Operaciones Comerciales y Financieras 11°)*





*“Ya estoy cansada de tanto comercial, novela y reality donde me muestren que es una mujer bella entonces si yo mido menos de lo estipulado y me considero negra me ponen la etiqueta de no apta para la sociedad porque mi belleza no aplica, en realidad estos anuncios en la tele o radio atacan la autoestima de las personas, pero es ahí donde debemos tener una postura crítica frente a los mensajes que no le traen nada bueno a mi vida” (Vergara Lagares Dulce Maria. Programa Técnico en Contabilización de Operaciones Comerciales y Financieras 11°).*

El pensamiento crítico es la habilidad de pensar clara y racionalmente, pensar críticamente es reflexionar sobre temas de manera independiente. Esta habilidad cada día se vuelve más importante ya que a través de ella se puede deducir y llegar a conclusiones a partir de lo que ya se sabe.

Los aportes brindados por los actores fueron muy significativos, escogieron el tema del cual querían hablar e indagar, además los condujo a ver su realidad, qué existe en ella y que les afecta, llevándolos a un ejercicio de reflexión muy gratificante.

### **3.4 HABILIDADES PARA EL CONTROL DE LAS EMOCIONES**

Ayuda a reconocer los sentimientos y emociones propias y de los demás, a ser conscientes de cómo influyen en nuestro comportamiento social, y a responder a ellos en forma apropiada.

*“Reconocer mis emociones para mi era algo difícil pues, yo sentía una opresión en el pecho e infinitas ganas de llorar yo no sabía que era y poco a poco descubrí que era tristeza. si estaba triste mejor me alejaba de mis familiares y amigos, ellos se mostraban preocupados por mi, pero a mi no me interesaba su preocupación solo quería undirme en mi dolor y morirme, pero el día que escuche que existen formas de mejorar estos estados de ánimo decidí hablar con una docente de la institución y ella me escucho muy a tanta y luego le comente a mi mamá por lo que estaba pasando me abrazo fuerte eso me tranquilizo y me dio mucha paz. Yo pence que si le contaba de mis problemas a mi familia ellos considerarían que son poco importantes pero hablar de lo que siento con alguien de confianza ayuda a mejorar los estados de ánimo” (Programa Dolca 10°)*

*“Culminar el bachillerato genera en mi ser mucho miedo, pero este sentimiento me hace buscar soluciones para enfrentarlo, saliendo victorioso de todos mis temores” (Llerena Diaz Meliza. Programa Técnico en Comercio Internacional 11°)*



Las emociones son únicas, ya que ofrecen un estímulo, siempre y cuando se esté preparado para hacerles frente de manera positiva, ya que se puede aprender mucho sobre nosotros mismos y sobre nuestras necesidades. Cuando se tiene un adecuado manejo de las emociones se facilita la interacción con los demás y conseguir grandes logros. Trabajar este tema les permitió a los protagonistas de este proceso reflexionar y reconocer las emociones que los invadían y en ocasiones no sabían qué hacer con ellas.

*“Controlar la rabia e impotencia es difícil y controlarla no se logra de la noche a la mañana esto lleva mucho tiempo pero todo es disciplina, yo empecé a sentir rabia cuando empecé a ver violencia en mi hogar hacia mi mamita, yo solo quería proteger a mis hermanitos para que esto no les hiciera el mismo daño que me hacia a mi. Después del encuentro logré identificar todo lo negativo que ese sentimiento había hecho en mi y me fui a buscar ayuda profesional en mi Ips”  
(Programa Técnico en Programación de Software)*

Este ejercicio se realizó en un ambiente donde se sintieran tranquilos y respetados solo compartieron sus experiencias aquellos que así lo quisieron.

**3.4.1 Manejo del Estrés.** Facilita reconocer las fuentes de estrés, así como sus efectos en la vida y a efectuar cambios para reducirlas.

*“Encontrar una forma diferente de ver un tema que me genera aprendizajes me gusta, yo vengo de una jornada de 6 horas de clase y vengo a la media técnica a ver otras cuatro horas a veces quiero dejar todo tirado, pues el cansancio es mucho, y al encontrar formas para desestresarme me hace sentir mejor” (Pérez Vargas Tania Andrea.  
Programa Técnico en Programación de Software 11°)*

*“Las técnicas de respiración en verdad son útiles porque yo me estreso con las matemáticas y más si me llaman al tablero entonces cuando llega ese momento lo que hago es enfrentarme a ese reto respiro, me concentro y obtengo mejores resultados” (Guerrero Carrascal Dunis Carolina Programa Técnico en Contabilización de Operaciones Comerciales y Financieras 10°)*

Para manejar el estrés es importante reconocer la presencia de este en la vida. El estrés se manifiesta de manera diferente. Es posible que sea a través del enojo, el insomnio, dolores de cabeza, malestar estomacal entre otros. En este espacio los participantes identificaron cuáles eran los factores que les hacían sentir estrés:





manejo adecuado del tiempo, el horario de la media técnica, las labores domésticas; y la falta de recreación y aprovechamiento del tiempo libre.

*“Manejar el tiempo no es algo sencillo pues siempre existe algo que hacer, donde mas trabajo me da controlar mi tiempo es aca en la institucion pues tengo muchas responsabilidades y despues tengo que ir a la media tecnica, pero tambien quiero llegar a mi casa a bañarme y comer. entonces me doy cuenta que no me alcanza el tiempo y que devo organizarlo para poder satisfacer mis necesidades y rendir en todas las actividades del dia”.(Polanco Guerra Vianis Sandrid. Programa Técnico en Dolca 10°)*

*“Jugar un rato es una forma de relajarnos y dejar al aldo por un instante mis obligaciones como estudiante e hijo, yo me estreso porque en ocasiones no tengo con quien hablar o compartir pues mis papas siempre me mantienen encerrado para protegerme de la maldad de este mundo, asi que estos espacios me hacen feliz” (Programa Técnico en Programación de Software)*

Este proceso les brindó a los estudiantes nuevas técnicas para controlar y manejar el estrés; como anteriormente se mencionó; tienen factores que influyen de forma negativa en su día a día generándoles agotamiento físico y mental.

### **3.5 LECCIONES APRENDIDAS**

- ✚ Generar un documento de sistematización sobre habilidades para la vida con adolescentes de media técnica es importante para trabajo social ya que durante la etapa investigativa y de recolección documental muy pocos autores de esta disciplina han escrito sobre este tema.
- ✚ La creación de espacios de aprendizaje diferentes al aula de clase genera en los participantes más interés, confianza, seguridad y credibilidad en los procesos que se emprenden dentro de la institución educativa.
- ✚ Aunque el trabajo social comunitario es complejo, es gratificante mirar el proceso que se realizó ver como desde el rol de trabajo social aportas a un cambio individual y/o grupal.



- ✚ Para trabajar con poblaciones numerosas y de adolescentes es importante utilizar técnicas de animación sociocultural, dinámica de grupo y el método de trabajo social con grupo ya que este facilita, que el grupo o los individuos miembros de éste pueden satisfacer necesidades psicosociales de modo que puedan alcanzar los objetivos del grupo.
- ✚ Permitir que los actores del proceso sean quienes cuenten la experiencia vivida significa, que su voz es importante, además se le demuestra respeto a su participación y se cambia la concepción que el profesional llega a la comunidad los utiliza, logra unos resultados y luego se va.
- ✚ La implementación de un proyecto que hable del fortalecimiento de habilidades para la vida dentro de la media técnica es oportuno en contextos de alto grado de vulnerabilidad, puesto que les permite a los sujetos sociales reconocer y comprender su realidad para así llegar a transformarla.
- ✚ Cuando los actores se apropian de sus procesos los resultados son favorables para los mismos, se generan transformaciones significativas.

### **3.6 REFLEXIONES DESDE TRABAJO SOCIAL.**

Trabajo social es una disciplina que, mediante su metodología de intervención, aporta al conocimiento y a la transformación de los procesos sociales, para incidir en la participación de los sujetos y en el progreso social, Además se puede plantear que es una profesión basada en la práctica y una disciplina académica que promueve el cambio, la cohesión social, y el fortalecimiento y la liberación de las personas.

El rol del trabajador social en la escuela es significativo ya que este tiene un papel importante en la intervención preventiva, asistencial y promocional. En temas como el abandono escolar, vulneración de derechos en niños, niñas y adolescentes, mejorar la convivencia entre alumnos y actuando de forma promocional ya que está relacionado con el desarrollo social y humano, pues concibe al individuo como



sujeto activo de su propio bienestar, potenciando las capacidades individuales y recursos colectivos para mejorar o satisfacer las necesidades humanas y sociales.

La escuela no debe mirarse como un entorno aislado y muchos menos desvincular la escuela de la familia pues, se debe trabajar en equipo ya que el rol de los cuidadores principales y secundarios tienen un papel importante en la formación y el acompañamiento de los niños, niñas y adolescentes. Este proceso dinamizador y de enlace se busca desde trabajo social. Así mismo comprender esas realidades diversas a través del acompañamiento social pues este nos permite mirar de otra manera a la persona y a su historia para que también ella pueda verse de otra forma, es creer en sus potencialidades, ayudarle a tomar conciencia y a desarrollarse sea cual sea su estado actual.

El autor Ezequiel Ander-Egg habla sobre un nuevo modelo de trabajo social.

En el modelo de trabajo social que propongo, la sensibilidad y las relaciones interpersonales son fundamentales, puesto que el desarrollo de las potencialidades de las personas con quienes se trabaja es el objetivo principal del trabajo social, cualquiera que sea la tarea profesional específica y concreta que se está realizando, desde el caso individual, pasando por la familia, los grupos de autoayuda, el trabajo en un hospital, en una empresa, en un colegio, en un programa de desarrollo de la comunidad y en la amplísima gama de actividades propias de la profesión... Decimos que es un objetivo principal de esta profesión porque cuanto más logramos que se sienta una persona protagonista de su vida (autor, actor y sujeto de la misma), tanto más será su desarrollo personal”<sup>26</sup>.

Estas palabras son una invitación a tener un acercamiento con la población, con la que se está trabajando, no mirarla de forma aislada y mucho menos omitir los entornos donde esta persona interactúa. El trabajador social no debe comportarse como una computadora a la que se le ingresa la problemática y esta arroja una fórmula y después debe ser aplicada al paciente.

---

<sup>26</sup> ANDER-EGG, Ezequiel. Interacción y Perspectiva. En: Revista de Trabajo Social 2012 Vol.2 n°1 pp.47-79 Humanismo y Trabajo Social, Ezequiel Ander-Egg, Universidad del Cuyo capítulo 3, pág. 49.



trabajar habilidades para la vida con estudiantes de media tecnica me permitio comprender las palabras de este autor ya que no podia llegar a esta poblacion sin antes saber quienes son, conocer y tratar de comprender su realidad y necesidades. Y de esta forma saber de que forma iba a bordar los temas por trabajar con los adolescentes.

### 3.7 RECOMENDACIONES

- ✚ Realizar una caracterización de la población para conocer diferentes aspectos de la vida de los estudiantes, ejemplo: sector y barrio donde vive, con quién vive e institucion, esto le brindará información y le ayudará identificar problemas sociales, tipos de familia entre entre otros. Esto permite comprender un poco cómo es la realidad de los participantes es decir, cuánto tiene que caminar de una institucion a otra, si le toca trabajar para sostener a su madre y hermanos, si se ha alejado de su formación académica porque es madre o padre a temprana edad o ha decidido no volver porque el sector o barrio donde vive no es seguro y pertenece a algún grupo de jóvenes en riesgo.
- ✚ Trabajar habilidades para la vida con adolescentes se hace necesario buscar herramientas que permitan que los encuentros sean dinámicos y lúdicos, esto les permite estar mas conectados con la actividad que se está desarrollando.
- ✚ La mejor manera de abordar habilidades para la vida es poniendo ejemplos desde la cotidianidad de los participantes.
- ✚ Invitar a los líderes comunales, docentes y padres de familia o cuidadores de los actores del proceso es de vital importancia, ya que este debe ir de la mano de la escuela, familia y sociedad.
- ✚ Realizar visitas domiciliarias con integrantes de la institucion educativa fortalece los vínculos escuela y familia.
- ✚ Llevar a los participantes a otros escenarios y sacarlos de su zona de confort para mostrarle que este mundo existen múltiples oportunidades para alcanzar sus sueños y metas.



## BIBLIOGRAFÍA

ANDER-EGG, Ezequiel. Interacción y Perspectiva. En: Revista de Trabajo Social 2012 Vol.2 n°1 pp.47-79 Humanismo y Trabajo Social, Ezequiel Ander-Egg, Universidad del Cuyo capítulo 3, pág. 49.

ANDER-EGG, Ezequiel. Diccionario del trabajo social. 1974 pág. 2.

BALCÁZAR, F. E. La investigación-acción participativa en psicología comunitaria. Principios y retos. Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Occidental y Universidad de Sevilla., Vol. 21, número 3, 2003, pp. 419-435.

BLASCO MIRA, Josefa Eugenia Y PÉREZ TURPÍN, José Antonio Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes. Disponible en internet: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12270/1/blasco.pdf>

CASTILLO DE LA TORRE, Marelis y SEGRERA LÓPEZ, Amelia. Resignificando identidad en un territorio urbano que transita hacia una convivencia no violenta. Estudio de caso sector Las Vegas del barrio Nelson Mandela de la ciudad de Cartagena de Indias 2015-2017, pág. 43-44.

COLMENARES, A. M. Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción. Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación, Vol. 3, No. 1, 2017, pp. 102-115, 107-108.

FREIRE, Paulo. Pedagogía del oprimido. México: Siglo. XXI, 1979.

GHISO, A. Sistematización de experiencias en Educación popular. Memorias Foro: Los contextos actuales de la Educación Popular. Sistematización de experiencias en Educación popular. Memorias Foro: Los contextos actuales de la Educación Popular, Medellín, 2001.

Habilidades para la vida. Libro virtual file:///C:/Users/Usuario/Desktop/Capitulo-2-De-que-estamos-hablando.pdf, pág. 11.

JARA, O. Sistematización de experiencias, investigación y evaluación: aproximaciones desde tres ángulos". En: Revista Internacional Sobre Investigación en Educación global y Para El desarrollo. Sistematización de experiencias, investigación y evaluación: aproximaciones desde tres ángulos". En: Revista Internacional Sobre Investigación en Educación global y Para El desarrollo. febrero. 2012, pág. 10.

LEDERACH, J. P. El ABECÉ de la paz y los conflictos. Madrid: Catarata, 2000.



ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD – OMS. Habilidades para la vida. Disponible en internet: <http://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/07/13/habilidades-para-la-vida/> visitado 6 en abril 3 2019

ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD OPS. Habilidades para la vida. Disponible en internet: <https://misstsocial.wordpress.com/2013/08/15/el-acompanamiento-social/> , pág.11.

PERESSON, M. Metodología de un proceso de sistematización. Pasos fundamentales del proceso de sistematización del proyecto y experiencia de Teología Popular de Dimensión Educativa: 1985-1995”. Metodología de un proceso de sistematización. Pasos fundamentales del proceso de sistematización del proyecto y experiencia de Teología Popular de Dimensión Educativa: 1985-1995”. Bogotá.

PÉREZ ERANSUS, Begoña. El acompañamiento social como herramienta de lucha contra la exclusión. Universidad Pública de Navarra, pág. 101-102.



## ANEXOS

### Anexo 1. Caracterización de Población

## Estudiantil Media Técnica 2.018

### INFORMACIÓN PERSONAL

Nombres Y Apellidos:					
Edad:		Grado:	Institución:		
Programa:					
Docente:					
País De Nacimiento:			Lugar y fecha De Nacimiento:		
Ciudad De Residencia:			Barrió:		
Dirección y sector:			Celular		
Estrato	Nivel	De	Residencia en ciudad hace 2 años:	SI	NO
Sisben:					

Estado civil: soltero(a) \_\_\_ casado(a) \_\_\_ unión libre\_\_\_ Tienes hijos/as: si\_\_\_ no\_\_\_ cuantos: \_\_\_\_\_

#### Marque Con Una X

Tipo De Documento:	CC	TI	# de Identificación:	
Sexo:	F	M		

Tipo de población			
Afro Descendiente	Desplazados fenómenos naturales.	Grupos Indígenas	
Desplazado por la violencia.	Pueblo ROM (Gitano)	Palenquero	
Mestizo	Jóvenes vulnerables	Trabajador infantil	
Otro Cual:	Ninguno		



## INFORMACIÓN FAMILIAR

<b>VIVES CON:</b>							
Papá		Mamá		Tíos		Abuelos	Otros quienes:

<b>NIVEL EDUCATIVO PADRE:</b>							
Primaria		Secundaria		Técnico		Tecnólogo	
Pregrado		Posgrado		Ninguno			
<b>NIVEL EDUCATIVO DE LA MADRE:</b>							
Primaria		Secundaria		Técnico		Tecnólogo	
Pregrado		Posgrado		Ninguno			
<b>ACTIVIDAD ECONOMICA DEL ACUDIENTE(S)</b>							
Empleado		Independiente		Desempleado		Otro cual:	

<b>INFORMACIÓN ADICIONAL</b>			
¿Le gustaría seguir con la cadena de formación SENA?	<b>SI</b>	<b>NO</b>	
Si la respuesta es <b>NO</b> escriba la carrera de su interés:			

Ficha utilizada para realizar la caracterización de la población de media técnica





## **Anexo 2. Experiencias vividas en la categoría acompañamiento social.**



Visitas al entorno escolar instituciones educativas El Salvador sede Los Robles y Jesús, maestro sueños y oportunidades. Visita al entorno familiar, reunión con padres de familia y directivos de las instituciones pertenecientes a la media técnica.





### Anexo 3. Experiencias vividas en la categoría Habilidades sociales.

#### Proyecto de vida.





### **Anexo 4. Actividad Imaginando Mi Vida**





## Anexo 5. Habilidad conocimiento de sí mismo







## Anexo 6. Habilidad de relaciones interpersonales y empatía





## Anexo 7. Habilidad comunicación asertiva





## Anexo 8. Habilidades de toma de decisiones







## Anexo 9. Habilidad manejo de problemas y conflictos





## Anexo 10. Habilidad Pensamiento creativo





Universidad  
de Cartagena  
Fundada en 1827





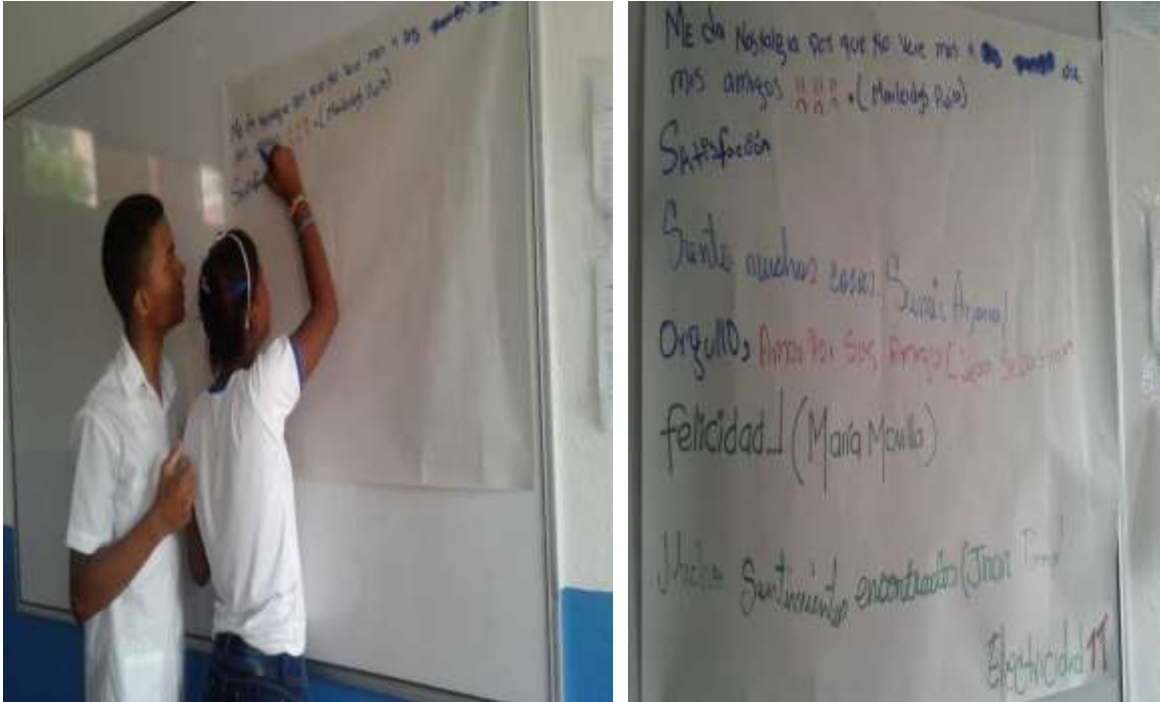
## Anexo 11. Habilidad pensamiento crítico





## Anexo 12. Experiencias vividas en la categoría habilidades para el control de las emociones.

### Manejo de las Emociones







### Anexo 13. Manejo del Estrés





## Anexo 14. Manejo del estrés





### Anexo 15. Evaluacion final del proceso.

Nombre:

Programa:

Institución:

Edad:

Hola gracias por acompañarnos en estos espacios propuestos desde proyecto formativo-ocupacional, ahora nos gustaría saber que tan pertinentes fueron los temas manejados. (Mi proyecto de vida, imaginando mi vida, habilidades para la vida: habilidad del manejo del tiempo, habilidad de solución de conflictos, habilidad de comunicación y asertividad, habilidad de toma de decisiones, habilidad de manejo de emociones y habilidad autoconocimiento y autoestima).

- a) Los temas y conceptos sobre habilidades para la vida dados en los espacios de encuentros de aprendizaje y reflexión fueron claros.

Si\_\_\_ No\_\_\_ explique su respuesta.

---

---

---

- b) ¿Sabes que son habilidades para la vida? Si\_\_\_ No\_\_\_ explique su respuesta.

---

---

---





c) Consideras que las habilidades para la vida, son importantes en la vida de cada adolescente. Si\_\_\_ No\_\_\_ explique su respuesta.

---

---

---

d) ¿Conocer sobre la habilidad de resolución de conflictos te ha ayudado a mejorar la convivencia en el ambiente escolar, familiar, social y personal?  
Si\_\_\_ No\_\_\_ explique su respuesta.

---

---

---

e) ¿Consideras que tener un proyecto de vida es fundamental para cumplir tus metas? Si\_\_\_ No\_\_\_ explique su respuesta.

---

---

---

f) Menciona que encuentro te gusto más Y porque.

---

---

---

g) cual habilidad de las conocidas pones en práctica en tu vida diaria

---

---

---



j) ¿consideras que fueron pertinentes los temas abordados en este semestre?

Si\_\_\_ No\_\_\_ explique su respuesta.

---

---

---

k) que mejorarías para proyecto formativo-ocupacional el próximo año