	GESTIÓN DE SERVICIOS ACADÉMICOS Y BIBLIOTECARIOS		CÓDIGO	FO-GS-15	
			VERSIÓN	02	
	ESQUEMA HOJA DE RESUMEN			FECHA	03/04/2017
				PÁGINA	1 de 1
ELABORÓ		REVISÓ	APROBÓ		
Jefe División de Biblioteca		Equipo Operativo de Calidad	Líder de Calidad		

RESUMEN TRABAJO DE GRADO

AUTORES:

NOMBRE(S) GABRIELA LUCIA **APELLIDOS** MENÉNDEZ PÉREZ

FACULTAD: EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES

PLAN DE ESTUDIOS: TRABAJO SOCIAL

DIRECTOR:

NOMBRE(S) NUBIA JEANNETTE **APELLIDOS** BARÓN CAÑAS

TÍTULO DEL TRABAJO (TESIS): FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA DEL GRUPO ESTUDIANTIL CAMINAR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EUSTORGIO COLMENARES BAPTISTA

RESUMEN. El presente proyecto de pasantía se centró en trabajar a nivel preventivo temáticas relacionadas con habilidades para la vida que fomenten el aumento del desarrollo humano en los estudiantes, identificando la problemática educativa a partir del desconocimiento sobre el buen manejo de habilidades para la vida. El proyecto empleó un método de caso apreciando las necesidades físicas emocionales del individuo y de su familia, para la adaptación en el contexto social, lo cual permitió la consolidación de un plan de trabajo donde se consiguió fortalecer factores importantes tales como la autoestima, la comunicación interpersonal, la resolución de conflictos, entre otras en los estudiantes del grupo estudiantil caminar de la institución educativa Eustorgio Colmenares Baptista.

PALABRAS CLAVES: manejo de emociones, educación, salud mental, adolescencia, habilidades para la vida, comunicación asertiva

CARACTERÍSTICAS

PÁGINAS: 66 **PLANOS:** **ILUSTRACIONES:** **CD ROOM:**

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA DEL GRUPO ESTUDIANTIL
CAMINAR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EUSTORGIO COLMENARES BAPTISTA

GABRIELA LUCIA MENÉNDEZ PÉREZ

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES

PLAN DE ESTUDIOS DE TRABAJO SOCIAL

SAN JOSÉ DE CÚCUTA

2023

FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA DEL GRUPO ESTUDIANTIL
CAMINAR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EUSTORGIO COLMENARES BAPTISTA

GABRIELA LUCIA MENÉNDEZ PÉREZ

Trabajo de grado presentado como requisito para optar el título de Trabajadora Social

Directora

NUBIA JEANNETTE BARÓN CAÑAS

Magister

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE EDUCACIÓN, ARTES Y HUMANIDADES

PLAN DE ESTUDIOS DE TRABAJO SOCIAL

SAN JOSÉ DE CÚCUTA

2023



ACTA SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE GRADO
MODALIDAD PASANTÍA
PROGRAMA ACADÉMICO TRABAJO SOCIAL

FECHA: 6 de septiembre 2023
HORA: 4:00 PM
LUGAR: Edificio Cread


TÍTULO: "FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA DEL GRUPO ESTUDIANTIL CAMINAR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EUSTORGIO COLMENARES BAPTISTA."

DIRECTOR: NUBIA JEANNETTE BARÓN CAÑAS

JURADO: MILTON ALIER MONTERO FERREIRA
LAURA NATALY GALVIS VELANDIA

NOMBRE DEL ESTUDIANTE	CÓDIGO	CALIFICACIÓN	A.M.L
GABRIELA LUCIA MENÉNDEZ PÉREZ	1341309	4.3	APROBADO


Firmas del jurado calificador:



MILTON ALIER MONTERO FERREIRA
Jurado



LAURA NATALY GALVIS VELANDIA
Jurado



MAGDA BELÉN BAYONA SANABRIA
Coordinadora
Programa académico de Trabajo Social

Tabla de contenido

	pág.
Introducción	8
1. Problema	12
1.1 Título	12
1.2 Identificación de la problemática	12
1.3 Justificación	14
1.4 Objetivos	15
1.4.1 Objetivo general	15
1.4.2 Objetivos específicos	15
2. Marco referencial	17
2.1 Antecedentes	17
2.2 Bases conceptuales	19
2.3 Bases teóricas	29
2.4 Marco legal	34
3. Diseño metodológico	41
3.1 Diagnóstico	41
3.1.1 Fase de investigación: diagnóstico y programación	42
3.1.2 Fase de acción: ejecución y evaluación	43
3.2 Intervención	45
3.2.1 Estudio	46
3.2.2 Diagnóstico y valoración	46
3.2.3 Tratamiento	47

4. Resultado y discusión	49
5. Conclusiones	59
6. Recomendaciones	61
Referencias	62

Lista de figuras

	pág.
Figura 1. Conociendo mis habilidades para la vida	53
Figura 2. Reconociendo mi entorno	54
Figura 3. Yo, en el presente y en el futuro	54
Figura 4. Abordaje en el manejo de habilidades para la vida	55
Figura 5. Di algo bueno de tu compañero	56
Figura 6. Manejando mis conflictos	56
Figura 7. La caja mágica del Autorretrato	57
Figura 8. Conformando la red de apoyo	57
Figura 9. Ruta de atención en Salud Mental	58

Introducción

Las habilidades para la vida se pueden desarrollar mediante la educación formal, no formal e informal, en espacios de participación social y empoderamiento de niños, niñas y adolescentes, así como en entornos donde se prestan servicios de protección infantil y de prevención de violencia contra niños, niñas y adolescentes.

Otro ejemplo de la visión reduccionista que se aplica al concepto de habilidades para la vida, es la delimitación de la edad en que se pueden desarrollar. Si bien durante la educación primaria se desarrollan habilidades fundamentales que permiten una inserción educativa y social más exitosa, se desarrollan a lo largo de la vida, pero principalmente durante la primera infancia y luego en la adolescencia y juventud. Posteriormente, la educación secundaria representa una gran oportunidad para fomentar y desarrollar esas habilidades adicionales que no hayan sido alcanzadas en etapas anteriores, y que tendrán un impacto significativo en la vida de los y las adolescentes, “especialmente entre los que provienen de las familias más vulnerables [...], lo cual puede reducir brechas para quienes han enfrentado desventajas en su entorno” (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), 2020, pág. 7).

Por lo que se refiere a

las habilidades para la vida, están compuestas por un grupo de diez destrezas psicosociales para promover en el ámbito escolar, con las cuales los adolescentes pueden ser más competentes psicosocialmente frente a los retos del mundo moderno. Las diez habilidades corresponden a: autoconocimiento, comunicación asertiva, empatía, toma de decisiones, relaciones interpersonales, solución de problemas y conflictos, pensamiento crítico, pensamiento creativo, manejo de emociones

y sentimientos y manejo de tensiones y estrés;” esto con el fin de promover espacios saludables en el hogar [y en la escuela]. (Espinosa, 2014, pág. 5)

Es por ello que en la realización de la pasantía se pretende trabajar a nivel preventivo temáticas relacionadas con habilidades para la vida que fomenten el aumento del desarrollo humano en los estudiantes del grupo estudiantil Caminar de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista, con el fin de que ellos adquieran destrezas y que permitan fomentar y mejorar competencias y herramientas con respecto a los desafíos que se les presentan a lo largo de su vida. Igualmente, se busca brindar las herramientas para enfrentar su situación a nivel de su entorno escolar, contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida del estudiante y al mejoramiento del ambiente académico.

Para esto, la pasantía cuenta con un tiempo de cuatro meses. Inicialmente se realizará un diagnóstico situacional que determinará las necesidades a fortalecer en los estudiantes del grado Caminar. Asimismo, a partir de la concepción de habilidades para la vida propuesta por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y adaptándola al contexto y las características propias de la población a trabajar. Por lo tanto, se delimitó la población, estableciendo la aplicación de talleres basados en las habilidades para la vida en los modelos flexibles de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista.

Ahora bien, el proceso de la pasantía se ejecutara con un grupo de estudiantes del grupo Caminar de bachillerato , en edades entre los catorce a dieciséis años, por lo que se infiere se encuentran en la etapa de la adolescencia, por ende, en un primer momento se llevará a cabo el diagnóstico social en el cual se aplicaran técnicas y actividades que permitan recolectar

información acerca de la problemática más sentida, en el cual los jóvenes presentan falencias en habilidades emocionales y sociales, cabe destacar que este proceso se logrará mediante encuentros presenciales, a través de instrumento de recolección de información, obteniendo de esta manera un aprendizaje que contribuya a fortalecer el quehacer profesional, desarrollando nuevas habilidades y conocimientos en el área de habilidades para la vida. Seguidamente, se diseñó un plan de acción, el cual consta de actividades de intervención con el grupo de jóvenes y que tiene como objetivo general “Fortalecer las habilidades para la vida de los estudiantes del grupo estudiantil Caminar de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista”.

Finalmente, en lo que respecta al marco metodológico se describe el método de caso de la autora Evelyn H. Davison el cual se acoplo a la pasantía, porque le proporciona los recursos necesarios para entender el proceso metodológico del accionar de la misma.

En cuanto, al abordaje del enfoque se direcciono hacia la teoría de las capacidades, teniendo en cuenta que desde esta temática se gestionan aportes al sujeto que lo empoderan hacia la búsqueda de sus propios recursos y soluciones que mejoren y transformen su realidad social.

Con respecto, a los referentes teóricos y conceptuales y para el cumplimiento a los objetivos, la intervención esta cimentada desde las bases de la teoría de las inteligencias múltiples, la teoría del aprendizaje social, y la teoría de la resolución de conflictos en las que se describe el valor y el aporte del sujeto social desde sus intereses propios, sus capacidades y habilidades innatas a la construcción de su propia identidad.

Por último, el marco conceptual se encuentra integrado por diez conceptos claves para la apropiación y desarrollo de la temática. Estos conceptos son (salud mental, adolescencia, manejo de las emociones, sistema educativo, empatía, inteligencia emocional, habilidades sociales, y comunicación asertiva).

1. Problema

1.1 Título

Fortalecimiento de habilidades para la vida del grupo estudiantil caminar de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista.

1.2 Identificación de la problemática

Dentro de los hallazgos encontrados en la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista del grupo estudiantil Caminar, es pertinente indicar que las problemáticas identificadas se encuentra el desconocimiento sobre el buen manejo de habilidades para la vida, Así pues, entre los ejes causales de esta problemática se determina la exposición a factores de riesgo (como deserción escolar, problemas familiares, bajos recursos económicos, familias disfuncionales) lo cual genera mayores efectos que influyen en ellos y en su salud mental.

Por consiguiente, se consideró llevar a cabo una revisión de antecedentes que dieran cuenta desde diferentes ópticas, donde se aborda todo lo relacionado con la promoción y fortalecimiento de habilidades para la vida en la adolescencia.

Según Rebolleo, Medina y Pillon (2004, citado en Toledo, 2016) plantea que:

Las influencias [del contexto], acrecentadas por el hecho de que la adolescencia es una época de experimentación natural, llevan al apareamiento de comportamientos de riesgo: inicio precoz de actividad sexual, ausencia de utilización de protección en el acto sexual, bajos niveles de actividad física, uso de alcohol y otras sustancias psicoactivas. (pág. 8)

“En otros casos se considera que la disminución de estas conductas solo puede darse cuando el joven se propone a alcanzar un equilibrio entre su desarrollo físico, social, emocional, cognoscitivo y además unas condiciones de vida preferiblemente sanas”(Gomez & Cogollo, 2010, citado en Toledo, 2016, pág. 9).

Sin embargo, cabe aclarar que para que se den este tipo de condiciones, es decir para que el estudiante logre este tipo de equilibrio, no es algo que deba corresponder sólo a las instituciones educativas sino un trabajo en conjunto con las familias, puesto que no son los docentes los únicos agentes, sino también la familia y por supuesto los medios de comunicación, por lo tanto, se considera imprescindible la inserción de la comunidad y la colaboración con las familias. (Botía, 2006, citado en Toledo, 2016, pág. 9).

Lo dicho con anterioridad, supone una necesidad para trabajar temas que el joven posiblemente no conocen y que les permite enfrentar el ambiente familiar, escolar o vecinal hostil que se encuentra a diario; una de los temas que permite la realización de este trabajo son las habilidades para la vida; las cuales promueven el desarrollo de factores de protección a diversos problemas psicosociales y que facilitan a los estudiantes la tarea de enfrentar con éxito las exigencias, demandas y desafíos de la vida diaria.

Para la realización del proyecto se consideró llevar a cabo una revisión de antecedentes que dieran cuenta desde diferentes ópticas, aquellas investigaciones donde se aborda todo lo relacionado con la promoción y fortalecimiento de habilidades para la vida en la adolescencia y la niñez, y esto permita identificar la necesidad de llevase a cabo la implementación de un programa de habilidades para la vida en los estudiantes de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista.

Por tal razón, es importante contar con un entorno favorable y de protección en la familia, la escuela y la comunidad en general. De ahí, fortalecer esas habilidades para la vida para que puedan enfrentarla con determinación y autonomía, considerando que estas habilidades para la vida son fundamentales porque suponen una comprensión del mundo exterior, pero a su vez, del mundo interior de cada sujeto a través de la capacidad de relacionarse asertivamente con el otro.

Es desde esta perspectiva que se direcciona el objetivo de la realización de este trabajo, con la finalidad de priorizar el buen manejo de esas habilidades para la vida, desde cualquier contexto social y empezando por la escuela como el centro donde se ejecutan diversidad de relaciones interpersonales

1.3 Justificación

El presente trabajo por medio de la pasantía busca la promoción e implementación de las habilidades para la vida, en una institución educativa donde se presentan diversas situaciones que ponen en riesgo la calidad de vida, refiriéndose con esto al contexto social y familiar del que provienen cada uno de los estudiantes donde se exponen a diferentes problemáticas como el maltrato intrafamiliar, bajos recursos económicos, deserción escolar, entre otros. (Toledo, 2016)

Lo anterior supone la necesidad de que por medio de talleres y actividades se fomentaran y promovieran las herramientas y destrezas necesarias propuestas por la OMS para las habilidades para la vida, que permitieran que los estudiantes estuvieran mejor equipados para enfrentar las diferentes dificultades y desafíos en el desarrollo de su formación personal; un adolescente equipado en habilidades para la vida se resiste con mayor facilidad a las influencias sociales negativas como el consumo, entre otros. (Botvin, 1995) y su enseñanza desde edades tempranas permite un mayor impacto a futuro.

Es pertinente recalcar que en la fomentación y desarrollo de habilidades para la vida no se buscaba impartir unas pautas universales que debieran seguirse de manera puntual sino en cambio educar en temas relacionados con el desarrollo personal “(Mantilla, 2001, Toledo, 2016, pág. 10).

Además, la razón de ser de la intervención del profesional de Trabajo Social, busca generar procesos de transformación social a través de estrategias pensadas en el desarrollo social y humano a largo plazo, siendo así, este tipo de actividades les brinde a los jóvenes las herramientas para llevar a cabo la formulación o el replanteamiento de su proyecto de vida, el cual se espera que este encaminado hacia un mejor desarrollo a nivel personal, familiar y profesional que los estudiantes tengan la facultad de tomar los caminos y las decisiones adecuadas que los encaucen hacia sus metas a corto, mediano y largo plazo.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Fortalecer las habilidades para la vida de los estudiantes del grupo estudiantil Caminar de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista.

1.4.2 Objetivos específicos

- Formar a los estudiantes en habilidades para la vida.
- Desarrollar en los estudiantes sus capacidades en torno a las habilidades para la vida.

- Dinamizar las redes de apoyo de los estudiantes hacia las habilidades para la vida.

2. Marco referencial

2.1 Antecedentes

Conforme a la revisión de algunos antecedentes, se llevó a cabo con el fin de identificar y dar cuenta de algunas instituciones que realizan proyectos en relación al tema “Habilidades para la vida” para el desarrollo de la intervención, permitiendo reconocer el impacto, los resultados que se han logrado y como han mejorado la calidad de vida de las personas involucradas en la ejecución de estos proyectos. A su vez, siendo valiosas aportaciones en el abordaje de la realización de la pasantía.

El Ministerio de Salud en Colombia a través de un estudio realizado en 1993 dio cuenta de que los actos de violencia, específicamente el homicidio, eran la causa de las principales muertes en Colombia y que dentro de los primeros afectados se encontraban los jóvenes. Por esta razón una ONG nacional llamada Fe y Alegría, tomó la responsabilidad de realizar un plan de desarrollo de habilidades para la vida en las escuelas, para esto se tuvieron en cuenta regiones como Antioquia, Bogotá y Bucaramanga y participaron de manera voluntaria algunas escuelas y docentes de las mismas; en total hicieron parte de esta iniciativa 1260 estudiantes entre los 10 y 15 años, que se encontraban cursando entre cuarto y noveno grado, 500 padres y madres de familia y 45 profesores en 6 escuelas. (Mantilla, 1999, citado en Gallego, 2015).

El equipo de Fe y Alegría creó tres módulos para la enseñanza de tres habilidades específicas, el manejo de emociones y sentimientos, el manejo de conflictos y la forma de relacionarse asertivamente con los demás; las metas generales de este programa estaban enfocadas en llevar a las escuelas no solo al enfoque de desarrollo de habilidades cognitivas sino también a la formación integral que tiene en cuenta las necesidades emocionales y sociales de los jóvenes y trabajar sobre la problemática de violencia por medio de la adquisición y el aprendizaje de habilidades interpersonales. (Organización Panamericana de la Salud, 2001, citado en Gallego, 2015).

Por otro lado, dentro de los antecedentes, el proyecto llamado Construyendo futuro con Habilidades para la vida que ganó un premio a la experiencia sobre el eje de equidad. Este se realiza desde el año

2005 en la Institución Educativa Departamental General Santander Sibaté Colombia, la cual es una escuela urbana de carácter público que recibe a 1500 estudiantes en la educación media y donde se presentan diferentes problemáticas asociadas a dificultades familiares como la violencia, el abandono, la carencia de afecto, entre otras, generando así problemas comportamentales y dificultades para relacionarse con los demás, en los adolescentes que hacen parte de la institución (Meresman, 2009, citado en Gallego, 2015).

Dichas situaciones, dificultan el desarrollo adecuado de los procesos académicos y obstaculizan la construcción de proyectos de vida; de esta manera se implementó el proyecto que fue impulsado por los docentes de la institución, la secretaria de educación y la Secretaria de Salud. Este tenía como objetivo inicial disminuir la agresividad en los adolescentes de la institución, sin embargo, a lo largo de las sesiones se generaron otros objetivos de mayor alcance como la generación de proyectos de vida, implementación de competencias laborales, disminución de drogadicción y los embarazos a temprana edad. (Meresman, 2009, citado en Gallego, 2015, págs. 10-11)

También cabe señalar, que

la Unicef en compañía de CARICOM - oficina de la Unicef en la región del Caribe-, tras varios esfuerzos implementó un proyecto denominado Health and Family Life Education (HFLE) enfocado en la educación sanitaria y la vida familiar en las escuelas de las regiones de Antigua y Barbuda, Barbados, Granada y Santa Lucía. De esta manera, se dio un espacio en los programas escolares para la enseñanza y el fortalecimiento de diferentes habilidades como la toma de decisiones, las aptitudes de comunicación y negociación, la autoestima y la educación en valores; a fin de poder tratar de una manera adecuada temáticas como el VIH, la salud sexual, el uso de sustancias psicoactivas, la salud ambiental, la seguridad y la nutrición. (Unicef, 2009, citado en Gallego, 2015, pág. 12).

Por último, la organización Edex es una institución sin fines de lucro, independiente y profesional comprometida con el trabajo socioeducativo, nació en Bilbao en 1973 y desde entonces impulsa múltiples iniciativas tanto en este país como en diversos territorios del mundo; tiene como propósito fomentar el desarrollo positivo de niñas, niños y adolescentes y promover el empoderamiento ciudadano, trabajando principalmente en tres áreas: educación para la salud, prevención del consumo de sustancias psicoactivas y promoción de una cultura ciudadana. Lo anterior, se realiza a partir de la educación en habilidades para la vida. (Edex, 2013)

Por lo cual, Edex tiene como objetivos identificar propuestas educativas que estén orientadas a la promoción de la salud pública, el bienestar ciudadano y la cohesión social, fomentar el desarrollo de personas libres, solidarias y respetuosas consigo mismas, con los otros [...] y con el entorno en el que estén inmersos y promover la participación ciudadana relacionada con la búsqueda de soluciones a los problemas sociales presentes en la actualidad. (Edex, 2013, citado en Gallego, 2015, págs. 15-16)

Para concluir, “las habilidades para la vida responden a las necesidades de [...] [la Institución Educativa] teniendo en cuenta que se basan en el ‘aprender a aprender’, ‘aprender a ser’, ‘aprender a hacer’ y ‘aprender a convivir’”(Montoya & Muñoz, 2009, citado en Toledo, 2016, pág. 15).

Es por esto que, “los programas que desarrollan estas habilidades en forma efectiva en la adolescencia pueden ejercer una poderosa influencia en el desarrollo de los jóvenes, ofreciéndoles las aptitudes que necesitan para su crecimiento” (Toledo, 2016, pág. 15).

Para esto, la implementación de las habilidades para la vida se presenta como una alternativa más para lograr ese mejoramiento esperado; sin embargo, autores como Bejarano, Ugalde y Morales (2005) consideran que el plazo para realizar los talleres de los estudiantes está relacionado con el impacto que genera en estos, para que se dé un cambio en las actitudes y prácticas vinculadas a las problemáticas de su entorno; aun así consideran que más significativo que el tiempo de ejecución es la posibilidad de trabajar habilidades para la vida a partir de edades tempranas. (Toledo, 2016, pág. 16)

2.2 Bases conceptuales

Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un concepto definido por Mayer, citado de un estudio de Martínez, como “una habilidad para “percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Bau, 2018, párr. 2). De esta manera, se puede usar esta información para guiar nuestra forma de pensar y nuestro comportamiento. Según el libro de Goleman titulado *Inteligencia Emocional*, que clasifica la inteligencia emocional desde distintos puntos, la capacidad de motivarse a uno mismo sería un muy buen ejemplo para lograr una estabilidad emocional plena.” *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. (Fernández & Extremera, 2005)

Daniel Goleman también recoge el pensamiento de numerosos científicos del comportamiento humano que cuestionan el valor de la inteligencia racional como predictor de éxito en las tareas concretas de la vida, en los diversos ámbitos de la familia, los negocios, la toma de decisiones o el desempeño profesional. Citando numerosos estudios Goleman concluye que el Coeficiente Intelectual no es un buen predictor del desempeño exitoso. La inteligencia pura no garantiza un buen manejo de las vicisitudes que se presentan y que es necesario enfrentar para tener éxito en la vida. Según Goleman la inteligencia emocional puede dividirse en dos áreas:

- **Inteligencia intrapersonal:** Capacidad de formar un modelo realista y preciso de uno mismo, teniendo acceso a los propios sentimientos y a usarlos como guías en la conducta.

- **Inteligencia interpersonal:** Capacidad de comprender a los demás; qué los motiva, cómo operan, cómo relacionarse adecuadamente. Capacidad de reconocer y reaccionar ante el humor, el temperamento y las emociones de los otros.

Manejo de las emociones

Las emociones son respuestas de habituación a los inconvenientes y oportunidades que los adolescentes pueden enfrentar. Se expresan por medio de cambios fisiológicos en nuestro cuerpo humano, actividad motora y comportamiento.

Las emociones poseen una gigantesca trascendencia. En primera instancia pues conforman una especie de código con el que nuestro cuerpo humano nos habla de lo cual requiere para ser sano y feliz. Los sentimientos fueron diseñados a lo largo de millones de años de refinamiento evolutivo para ayudarnos a sobrevivir y a luchar. (Darwin, 1998, citado en Valadez, Pérez, & Beltrán, 2010, pág. 3).

Si no se oyen los mensajes que nuestras propias emociones nos permanecen enviando, se tiene la posibilidad de ocasionar nuestra infelicidad, y dañar nuestra salud. En segundo sitio, los sentimientos nos proporcionan otra versión de la verdad distinta y complementaria a la que nos otorgan otras fuentes de información. La sabiduría emocional radica, entre otras cosas, en saber lo cual nos hace sentirnos bien y lo cual nos hace sentirnos mal, y pasar de sentirnos mal a sentirnos bien. Esto posibilita “orientarnos en la vida y nos diferencia de los animales inferiores” (Valadez, Pérez, & Beltrán, 2010, pág. 4).

Según la Universidad Nacional de Colombia (2020), las emociones nos facilitan tomar elecciones, registrar en nuestra memoria eventos relevantes y comerciar en la relación personal.

No obstante, los sentimientos tienen la posibilidad de afectarnos de forma negativa una vez que duran un largo tiempo, una vez que resultan muy intensas, si ocurren en entornos inapropiados o son inadecuadas para las situaciones que se viven. Es entonces una vez que se intenta influenciar o modificar nuestra respuesta emocional. Se han descrito 4 emociones simples:

- La rabia (enojo, furia, lo cual se siente ejemplificado una vez que alguien hace comentarios agresivos, una vez que se realiza el esfuerzo por llegar a tiempo, pero no nos permiten entrar a clase, una vez que nuestros propios compañeros no aportan en un trabajo grupal).

- La tristeza (al estar lejos de nuestra familia o nuestro sitio de procedencia, una vez que se pierde un amigo o serpreciado, una vez que se posee dificultades para hacer amigos).

- El temor (cuando se debe exponer en público y se teme permanecer en ridículo, una vez que la persona depende de un examen para aprobar una materia, una vez que peligra nuestra permanencia en la universidad o la probabilidad de conservar una beca o crédito, una vez que los contenidos académicos resultan muy exigentes o complejos).

- La alegría (se tiene la posibilidad de experimentar al aprobar un desafío académico difícil una vez que se obtiene apoyo y reconocimiento de amigos, compañeros, jefes y maestros, una vez que son correspondidos en el amor). (UNAL, 2020, pág. 6).

Varias tácticas inefectivas usuales para intentar regular las emociones son: la rumiación (valorar de manera negativa nuestros propios pensamientos o sentimientos en situaciones pasadas de manera repetitiva), la inquietud (pensar mucho en el futuro anticipando secuelas negativas), la

distracción (enfocarse en puntos no emocionales del problema); si se vuelve repetitiva no nos posibilita encarar ni ofrecer solución a problemas), y la eliminación emocional (cuando se da resistencia a los sentimientos que nos parecen negativos y se inhiben, reduciendo la expresividad emocional y suprimiendo además emociones positivas). (UNAL, 2020, pág. 7).

Además de esto, la UNAL, señaló que, para aprender a regular nuestras propias emociones, es fundamental conocer cómo ellas se muestran. Hay diversos modelos explicativos sobre la ocurrencia de los sentimientos, aquí se explica uno de ellos: En una situación definida, según nuestra vivencia previa, nuestra forma de ser, nuestras propias metas individuales y valores, enfocar nuestra atención en puntos determinados de dicha situación, se puede realizar una valoración subjetiva que desencadena una contestación emocional que podría ser placentera o no. Para esto, es primordial conservar hábitos de vida sana, actividad física regular, rutinas saludables de sueño e ingesta de alimentos, ocupaciones de relajación (respiración, relajación muscular) y robustecer nuestro apoyo social. Siendo así, es importante no juzgar por sentirse mal en dadas situaciones, sino admitir que es natural sentirnos de esta forma, dificulta menos el desempeño emocional. Se debe admitir lo que se siente y se piensa, tanto las emociones negativas como las positivas. No significa resignarse, sino comprender que admitir los sentimientos nos permite reaccionar y actuar, así mismo a descubrir la manera de lidiar con ellas.

Salud mental

La salud mental, según la definición propuesta para la OMS es el estado de bienestar que permite a cada individuo realizar su potencial, enfrentarse a las dificultades usuales de la vida, trabajar productiva y fructíferamente y contribuir con su comunidad. Si se analiza esta definición,

se notará que la falta de salud mental impide que las personas lleguen a ser lo que desean ser, no les permite superar los obstáculos cotidianos y avanzar con su proyecto de vida y da lugar a falta de productividad y de compromiso cívico con la nación. El resultado: frustración, pobreza y violencia, junto con la incapacidad de desarrollar en democracia y de considerar el bien común.

Desde el rol del trabajador social en torno al conocimiento frente a la prevención de la salud mental, el profesional se debe fundamentar en los inicios de salud pública, dado que la intervención se caracteriza por su enfoque de reducción de los componentes de peligro y la promoción de componentes de defensa involucrados en la salud mental o en problemas de conducta, a fin de minimizar su prevalencia e incidencia.

El doctor “Charry (1997) “, psicólogo colombiano residente en Suecia, que ha trabajado mucho sobre el tema de la salud mental en Colombia, afirma que “el rompimiento de un tejido social instituido a través de la violencia y la victimización de los individuos altera los factores emocionales de identidad individual y social, la conciencia colectiva, la autoestima, la integridad”, todo lo cual lleva a un colapso psíquico debido a que la mente del individuo se desborda por la intensidad de los estímulos que lo desencadenan.

Además, Posada (2013), señala que

la salud mental es fundamental para la salud pública y hay muchas razones para que sea así: los trastornos mentales son frecuentes, afectan a dos de cada cinco personas adultas en nuestro país, ningún nivel socioeconómico o área geográfica es inmune a ellos, son costosos tanto económica como emocionalmente para la persona, la familia y la sociedad, y la coexistencia de enfermedades físicas y trastornos mentales es muy frecuente. La promoción de la salud se superpone en estos dominios y los beneficios de laprevención son comunes a todos. Esta interconectividad es la razón

que da fuerza a los editores de este número de la revista Biomédica para dedicar el presente editorial al tema de la salud mental, en el empeño de dar luz a aspectos clave que constituyen una buena muestra de lo que está ocurriendo en este campo en nuestro medio. (pág. 2)

Por último, el trabajador social dentro de la prevención en salud mental, es uno más dentro del equipo interdisciplinar que gestionan cada caso en la salud psicológica, es por esto que gestiona cada expediente, analizando y evaluando los puntos que le competen. Su primordial objetivo va a ser que sus pacientes sean capaces de desarrollar habilidades psicosociales correctas, para saber abordar su situación personal, así como una capacidad para desarrollar sus recursos particulares y los que le da el medio social, o sea, enseñarles a gestionar su nueva vida como personas con un definido problema.

Adolescencia

López (2021, citando a Pineda & Aliño, 2002, pág. 16) en su libro “*Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*” definen

la adolescencia como la etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales. Muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. No es solamente un período de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. (pág. 13)

Además, los autores agregan, que, en esta fase de la vida, aumenta en un grado importante el tema del desarrollo, el adolescente suele tomar elecciones relevantes en su perfil educacional y ocupacional sean negativas o positivas, igualmente se logra alcanzar un más grande control de

los impulsos y el manejo de su personalidad, incluso en su historia sexual, por lo cual está bastante alrededor de ser más adulto.

Habilidades para la vida

Conjunto de destrezas psicosociales que deben ser promovidas en el ámbito educativo, con las que los estudiantes pueden ser más competitivos en el mundo moderno. OMS (1993). Estas se clasifican en habilidades sociales, cognitivas y manejo de emociones, según la Organización Panamericana de la Salud. “(*Habilidades Para La Vida. Herramientas Para El #BuenTrato Y La Prevención de La Violencia*, 2017)” (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF, 2017)

Como respuesta a estas inquietudes, surge una alternativa que se viene trabajando en los últimos años. Son los programas que utilizan la estrategia educativa Habilidades para la Vida, que han contribuido en forma efectiva al desarrollo saludable de niños y adolescentes, posibilitándoles el desarrollo de destrezas que les permitan adquirir las aptitudes necesarias para el desarrollo humano integral y diverso y para afrontar en forma efectiva los retos de la vida diaria. Organismos internacionales como UNICEF, OMS y OPS, entre otros, han apoyado diversas iniciativas que fomentan el desarrollo de este tipo de programas desde hace ya varios años.

Habilidades Sociales

Costales, Fernández y Macías (2014) define las habilidades sociales como aquel:

conjunto de conductas [...] [realizadas] por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras reduce la probabilidad de que aparezcan futuros problemas. (pág. 951)

Es decir, las habilidades las podemos resumir en nuestro comportamiento diario, por la forma en que tomamos decisiones, resolvemos conflictos o nos relacionamos con los otros hacen parte del conjunto de habilidades para la vida, claro está respetando a el otro ya reconocido como sujeto de derecho. Entre este grupo podemos encontrar: - Comunicación - Asertividad – Empatía.

Empatía

La habilidad para imaginar cómo es la vida de otra persona y qué siente y ponerse en su lugar para comprender mejor sus reacciones, emociones y opiniones. Tener empatía ayuda a aceptar la diversidad y mejora las relaciones interpersonales. Ser empático también involucra las emociones propias: si se siente lo que sienten los demás es porque se comparten sentimientos. (Montse, 2016, párr. 11).

Dicho de otra manera, la empatía es camino más próximo a la realización personal y social, es decir un sujeto social con capacidad empática sabe cómo crear el clima emocional adecuado. Es capaz de hacer sentir cómodas a las personas de su entorno. De igual forma, logra crear un ambiente afectivo, aumenta la confianza mutua y los sentimientos positivos.

Comunicación Asertiva

Berelson y Steiner, (1964, citado en Zayas, s.f.) definen la comunicación asertiva como: “el acto o proceso de transmisión de información, ideas, emociones, habilidades, etc. mediante el empleo de signos y palabras” (pág. 9)

Es aquí en donde lo visual, lo vocal y lo verbal juegan un papel de suma importancia e importancia. En todo momento la forma en que comunicamos las ideas es de suma importancia, la forma en como transmitimos nuestras ideas, los gestos que hacemos al hablar, la manera en que miramos a los ojos o no a nuestro interlocutor, las palabras que utilizamos, hacen que el mensaje a transmitir sea recibido de la mejor manera.

Habilidades

Las habilidades son un conjunto de capacidades naturales de cada sujeto social que permiten una vinculación exitosa a todas las esferas de una vida en sociedad, es una tarea el incentivar a desarrollarlas y crear un empoderamiento de las mismas, y en efecto dar respuesta a todas las acciones con las que pueda lograr una interacción eficiente con su ambiente, es decir:

La habilidad es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que ostenta una persona para llevar a cabo y por supuesto con éxito, determinada actividad, trabajo u oficio. Casi todos los seres humanos, incluso aquellos que observan algún problema motriz o discapacidad intelectual, entre otros, se distinguen por algún tipo de aptitud. (Escuela de Organización Industrial -EOI, s.f., párr. 1).

Sistema educativo

Desde el estado colombiano se promueve a través del ministerio de educación nacional todos los programas y proyectos que por medio de las entidades municipales dan respuesta al alumnado, en efecto:

El sistema educativo colombiano está pensado para desarrollar las habilidades de los alumnos en función de su edad y habilidades. A lo largo del itinerario propuesto por el Ministerio de Educación de Colombia los alumnos pueden desarrollarse y madurar para convertirse en ciudadanos respetables, con todas las herramientas exigibles a día de hoy. La educación en Colombia comienza en la etapa preescolar y terminaría en la Educación Superior, con el ingreso del alumno en el ámbito universitario. Se busca la realización personal de los estudiantes y su integración dentro del tejido social. (Ketty, 2018)

2.3 Bases teóricas

Teoría de las inteligencias múltiples (IM): La perspectiva de las inteligencias múltiples es una teoría del psicólogo Howard Gardner que estudia al sujeto desde todos sus valores intelectuales sin pasar por la óptica de la lógica y el lenguaje, esta teoría flexibiliza el concepto de inteligencia única y lo divide en varias vertientes de las que se alude:

Más adelante en la segunda parte del libro describo con detalle las siete inteligencias consideradas: las inteligencias lingüísticas y lógico matemática que de tantos privilegios gozan las escuelas hoy en día; la inteligencia musical; la inteligencia espacial; la inteligencia

cinestésicorporal, y dos formas de inteligencia corporal: una que se dirige hacia los demás y otra que apunta hacia la propia persona. (Carrillo, 2014)

Por ende, esta teoría es pertinente para la pasantía porque deja ver el valor y el aporte del sujeto social desde sus intereses propios, sus capacidades y habilidades innatas a la construcción de comunidad, escuela y familia, identificando y potencializando esas habilidades y permitiéndole al mismo tener una visión más amplia sobre su rol como miembro activo de la sociedad. En efecto, el autor infiere:

En mi opinión, si hemos de abarcar adecuadamente el ámbito de la cognición humana, es necesario incluir un repertorio de aptitudes más universal y más amplio del que solemos considerar. A su vez, permanecer abiertos de que muchas de estas aptitudes-sino la mayoría no se prestan a las mediciones verbales que dependen en gran medida de una combinación de capacidades lógicas y lingüísticas. En virtud de lo anterior, he formulado una definición de lo que denomino una “inteligencia”, la capacidad de resolver problemas o de crear productos que sean valiosos en uno o más ambientes culturales. (Gardner, 2001, págs. 4-5).

Esta teoría hace posible entender al sujeto desde todas las dimensiones de su contexto social, considerando sus dificultades, complejidades y destrezas como parte importante de su formación integral, y tomándolas como referentes para desarrollarse en cualquier ámbito social, educativo y cultural. Es pertinente, ya que provee las bases para interpretar la variedad de elementos que inciden en el individuo según sus diferencias cognitivas y sociales a la hora de enfrentarse a situaciones conflictivas o resolver problemas. Por lo cual, la misma infiere que los individuos usan sus inteligencias de formas diferentes y desarrollan habilidades muy particulares impulsados por sus motivaciones, crianza, experiencias que a lo largo de la vida le permiten desempeñarse en su contexto.

La Teoría Del Aprendizaje Social: Esta teoría fue formulada por Albert Bandura en 1982 concluyendo en su teoría que los sujetos aprenden a comportarse tanto por medio de la instrucción como de la observación, sus influencias en las habilidades para la vida fueron:

- La necesidad de proveer a los sujetos métodos para enfrentar aspectos internos de su vida social, incluyendo reducción de estrés, autocontrol y toma de decisiones.
- Para que este enfoque de habilidades para la vida sea efectivo hay que duplicar el proceso por el que los sujetos aprenden conductas, incluyendo observación y representaciones, además de la simple instrucción.

Con el avance de la tecnología, la teoría del aprendizaje social ha generado muchos nuevos estudios, enfocados en las redes sociales, el disfrute de los medios, o un meta análisis sobre el efecto de los medios, entre muchos más. Recientemente esta teoría ha tenido un nuevo auge, dado que se ha hablado del aprendizaje social entorno a los videojuegos y la polémica sobre si los videojuegos pueden promover la violencia en niños y jóvenes. (Delgado, 2019, párr. 14)

Conforme a esta teoría, es importante para entender la relevancia que tiene las relaciones sociales en el comportamiento de los sujetos, ya que si bien es cierto, no solo se aprende instruyendo a los/as niños y jóvenes de la forma elemental, es decir, llevándolos a una escuela, sino que las observaciones de los comportamientos de otros influyen en su propia conducta.; de esta manera el comportamiento y actitudes de los semejantes se convierte en un elemento social de suma importancia en la vida de los seres humanos. De ahí la relevancia de establecer buenas redes de apoyo que le proporcionen al sujeto las bases para desarrollarse adecuadamente en su ambiente natural. Hoy en día con el uso de la tecnología, se entra a analizar nuevos factores de

interacción que surgen de estas cotidianidades, pero sin duda siempre será necesario abarcar las relaciones interpersonales como un paso a seguir en el desarrollo de la persona.

Teoría de las capacidades de Martha Nussbaum

En *Crear capacidades*, Nussbaum particulariza el modelo de Amartya Sen para construir mejores criterios de decisión pública. Distingue entre dos clases de capacidades. Por una parte, las capacidades internas, es decir, las características que constituyen una persona, tales como los rasgos de su personalidad o el aprendizaje internalizado de un idioma. Se trata de “rasgos y de aptitudes entrenadas y desarrolladas, en interacción con el entorno social”. Por otra, las capacidades combinadas que son ‘la totalidad de las oportunidades (que una persona) dispone para elegir y para actuar en su situación política, social y económica concreta’. Así, se podría darel caso que alguien haya desarrollado la capacidad interna de practicar una religión, es decir, conozca sus ritos, sus lecturas y quiera practicar sus principios, pero carezca de la capacidad combinada de practicarla públicamente por prohibiciones institucionales. (Del Río, 2014, pág. 214).

En consecuencia, esta perspectiva es adecuada para la realización de la pasantía ya que ubica al sujeto como un agente activo dentro de su proceso académico, otorgándole al mismo, las herramientas que le permitan generar acciones organizadas que le llevan a transformarse individualmente y en su entorno, lo que busca el mejoramiento de las habilidades sociales dentro del aula y en el entorno educativo una mejor calidad de vida. Desde el abordaje de la pasantía esta teoría se consolida en la realización de acciones desde el entorno educativo en las que se establecen estrategias que incentivan y motivan al estudiante a una mejora desde sus habilidades propias, respondiendo a los talleres que se programan para el propósito de la misma y en donde estos participan, así mismo aportan al enriquecimiento del conocimiento y dotan al individuo de las bases con las que podrá desempeñarse en su cotidianidad, sobre la relevancia de generar interacciones positivas y sanas ,que estimulen al sujeto a tener una mejor calidad de vida y lo

potencialicen hacia el cumplimiento de todas las metas que se proponga, lo que conlleva a un mejoramiento de relaciones interpersonales y a su vez una mejor cohesión grupal.

El Trabajador social en la gestión de las emociones

Desde la primera perspectiva el (la) Trabajador (a) Social requiere el conocimiento y el manejo de las emociones sobre todo la ira, la ansiedad y la tristeza y entre otras habilidades la empatía factor clave para comprender las diferencias en los planos cognitivo y emocional lo cual implica tolerancia, flexibilidad y aprender de la diversidad. Otras características importantísimas son la perseverancia unida al optimismo y a la esperanza, necesarias para enfrentar nuestras propias limitaciones y frustraciones y también que sirvan de estímulo a los usuarios (as) para enfrentar la adversidad; donde se forjan cualidades como la adaptabilidad y la flexibilidad emocional fundamental en la vida cotidiana caracterizada por la incertidumbre y lo impredecible.

Las teorías anteriores, fortalecerán el abordaje de la pasantía, puesto que las actividades se realizarán desde bases de las mismas, con el fin de fortalecer los procesos de aprendizaje, desde el quehacer profesional y la ejecución de la pasantía, vislumbrando así la importancia del manejo de las emociones y de cómo la inteligencia emocional es de vital importancia para los adolescentes desde estos conocimientos.

2.4 Marco legal

En este apartado, para la implementación adecuada de las habilidades para la vida primero se deben tener en cuenta algunas leyes que acojan tanto a la iniciativa como a los derechos y deberes a los que están comprometidos los estudiantes y la institución.

El Consejo de Derechos Humanos de la ONU aprueba la resolución “Salud mental y Derechos Humanos” donde reafirma el derecho de toda persona al disfrute del más alto nivel posible de salud física y mental y pone de relieve que la salud mental es una parte esencial de ese derecho. Durante el 36° período de sesiones del Consejo de Derechos Humanos de la Organización de Naciones Unidas (ONU) y dentro del tema 3 de la agenda, “Promoción y protección de todos los derechos humanos, civiles, políticos, económicos, sociales y culturales, incluido el derecho al desarrollo”, una resolución específica sobre salud mental. Esta sesión del Consejo de Derechos Humanos de la ONU, clausuró la resolución A/HRC/36/L.25 «Mental health and human rights» (“Salud mental y Derechos Humanos”). En dicha resolución el Consejo se muestra “profundamente preocupado” por qué las personas con problemas de salud mental de todo el mundo “puedan ser objeto, de manera generalizada, de discriminación, estigma, prejuicios, violencia, abusos, exclusión social y segregación, internamiento ilegal o arbitrario, medicalización excesiva y tratamientos que no respeten su autonomía, voluntad y preferencias”.

Según la Organización Mundial de la Salud, una de cada cuatro personas ha sufrido alguna clase de trastorno mental o neurológico en algún momento de su vida. Miles de personas de todo el mundo que sufren problemas de salud mental se ven privados de sus derechos humanos y a

quienes. Se les discrimina, estigmatiza y margina, y sufren maltrato físico y emocional tanto en los centros psiquiátricos como en su entorno en general.

A continuación, el capítulo V de la constitución política que alude a la atención integral y preferente en salud mental para niños, niñas y adolescentes se prescribe: Artículo 10.

Responsabilidad En La Atención Integral E Integrada En Salud Mental.

El Ministerio de Salud y Protección Social, adoptará en el marco de la Atención Primaria en Salud el modelo de atención integral e integrada, los protocolos de atención y las guías de atención integral en salud mental con la participación ciudadana de los pacientes, sus familias y cuidadores y demás actores relevantes de conformidad con la política nacional de participación social vigente.

Dichos protocolos y guías incluirán progresivamente todos los problemas y trastornos, así como los procesos y procedimientos para su implementación. Estos protocolos y guías deberán ajustarse periódicamente cada cinco años. Igualmente, asignará prioridad al diseño y ejecución de programas y acciones complementarios de atención y protección a las personas con trastornos mentales severos y a sus familias.

El Artículo 11. Acciones Complementarias Para La Atención Integral. La atención integral en salud mental incluirá acciones complementarias al tratamiento tales como la integración familiar, social, laboral y educativa. Para tal efecto, el Ministerio de Salud y Protección Social, garantizará la incorporación del enfoque promocional de la Calidad de Vida y la acción transectorial e intersectorial necesaria como elementos fundamentales en el diseño,

implementación y evaluación de las acciones complementarias para la atención integral en salud mental.

En cuanto al Artículo 23. Atención integral y preferente en salud mental. de conformidad con el código de la infancia y la adolescencia, ley 1098 de 2006 y los artículos 17, 18, 19, 20 y 21 de la ley 1438 de 2011, los niños, las niñas y los adolescentes son sujetos de atención integral y preferente en salud mental. (“ *Ley 1438 de 2011 - Gestor Normativo, 2021*”)

Por otra parte, la Ley 1616 de 2013 de Salud Mental en Colombia, tiene como objeto es el garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental para toda población colombiana. Esta Ley prioriza la salud física y mental de los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la atención integral e integrada en salud mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud.

Para el Ministerio de Salud de Colombia, la garantía en el derecho a la salud mental de los colombianos y colombianas a través del Sistema General de Seguridad Social en Salud es el objetivo final de esta ley.

A su vez, el Decreto 658 de 2013 reglamenta e implementa la Ley 1616 de 2013 cuyo objeto es garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud, de conformidad con lo preceptuado en el artículo 49 de la Constitución y con fundamento en el enfoque promocional de Calidad de vida y

la estrategia y principios de la Atención Primaria en Salud. (Página del congreso de la república, 2013).

A finales de 1998 el Ministerio de Salud incorporó el componente de Habilidades para la Vida en la Política Nacional de Salud Mental; es entonces hasta 1999 que el Ministerio de Salud incorpora Habilidades para la Vida en la Estrategia de Escuelas Saludables.

Desde hace unos años el departamento de prosperidad social incluyó en su programa de jóvenes en acción las habilidades para la vida con el fin de promover en lo/as jóvenes participantes habilidades o competencias que trasciendan la dimensión personal y se orienten hacia la dimensión laboral. El interés es hacer especial énfasis en aquellas destrezas que han sido consideradas prioritarias para la inserción laboral y social, tales como autoconocimiento, resiliencia, perseverancia, gestión de conflictos, comunicación asertiva, adaptabilidad, empatía, iniciativa, toma de decisiones, actitud en el trabajo, trabajo en equipo, responsabilidad, puntualidad, gestión del tiempo, planificación, presentación personal y servicio.

Por último, actualmente el Trabajador Social cuenta con una gran evidencia para demostrar que se puede trabajar en la prevención de la salud mental, desde una normativa sólida que ayuda a poder desarrollar estrategias de concientización frente a la problemática, además de contribuir un mayor bienestar mental y aumentan la calidad de vida a nivel individual y comunitario de las personas, generando un bienestar social. Teniendo en cuenta, que aún se puede mejorar considerablemente estas intervenciones y es necesario que estudios de investigación continúen descubriendo cuáles son los elementos que contribuyen a la eficacia de las prácticas preventivas sobre la salud mental.

Reseña de la empresa

Misión

La Institución Educativa Colegio Eustorgio Colmenares Baptista de San José de Cúcuta ofrece una educación de calidad en los niveles de Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Técnica, que permite a sus EDUCANDOS, ser competentes, autónomos, responsables de su formación activa, en una cultura de convivencia pacífica, comprometidos con la comunidad y su entorno.

Visión

La Institución Educativa Colegio Eustorgio Colmenares Baptista de San José de Cúcuta “Proyectada hacia el 2020, seguirá ofreciendo una educación técnica de calidad para sus educandos, que los posibiliten en forma competente en la adquisición y el desarrollo de sus conocimientos, habilidades y valores para su progreso individual, en el campo social y en el trabajo productivo como fundamento de su proyecto de vida”. (Colegio Eustorgio Colmenares Baptista San José Cúcuta, s.f., párr. 1).

Objetivos

- Responder a las necesidades y requerimientos de la Comunidad educativa ofreciendo una educación técnica de calidad.

- Fortalecer la cultura de convivencia pacífica a través de procesos de Formación.

- Fomentar la implementación de proyectos productivos.

- Mejorar permanentemente los procesos de capacitación y competencia del recurso humano.

Programas y proyectos actuales

PESCC: El Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía es una iniciativa del Ministerio de Educación Nacional y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), cuyo propósito es contribuir al fortalecimiento del sector educativo en el desarrollo de proyectos pedagógicos de educación para la sexualidad, con un enfoque de construcción de ciudadanía y ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos. Este programa fue validado con un Proyecto piloto de Educación para la Sexualidad y construcción de Ciudadanía, entre el 2006 y 2007, donde se concertó, probó y ajustó su propuesta pedagógica, conceptual y operativa, en 53 instituciones educativas que reúnen a 235 sedes de 5 regiones del país.

PRAE: Son proyectos que incorporan la problemática ambiental local al quehacer de las instituciones educativas, teniendo en cuenta su dinámica natural y socio-cultural de contexto. Dicha incorporación tiene el carácter transversal e interdisciplinario propio de las necesidades de la comprensión de la visión sistémica del ambiente y de la formación integral requerida para la comprensión y la participación en la transformación de realidades ambientales locales, regionales y/o nacionales.

Desde el quehacer profesional del trabajo social, es sustancial todos los procesos de seguimiento y veedurías que se le hacen a las intervenciones que se desarrollan, por ende, desde los objetivos planteados anteriormente, determinar la relación entre las problemáticas que se han presentado y que se presentan hoy día es relevante para poder crear cambios que sean de gran impacto para un bienestar social. El trabajador social tiene la facultad, de ser esa conexión entre

las necesidades sociales de la población y los entes públicos que pueden ayudar a la transformación de cambio.

Proyecto Lector: Los hábitos de lectura son algo que todos debemos adoptar ya que es una gran ayuda a nuestro aprendizaje integral. Por eso con la ayuda de los alumnos de grado 11° y la profesora Ingrid Pinilla de la institución educativa Eustorgio Colmenares Baptista pusimos en marcha un proyecto con la intención de hacer que los alumnos tomaran la iniciativa de adoptar un hábito de lectura saludable. Presentamos unas obras teatrales con mimos para enviar el mensaje a los alumnos entreteniéndolos y educándolos. (Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista, s.f.).

3. Diseño metodológico

3.1 Diagnóstico

En el proceso de la pasantía, se describe el quehacer del Trabajador Social en la etapa del diagnóstico, por eso es indispensable tener claridad en torno al método a emplear, teniendo en cuenta la población con la cual se está llevando a cabo acciones.

Los métodos tradicionales de trabajo social son: individuo, grupo y comunidad, para el desarrollo de la pasantía se elige el método de caso, puesto que, son un conjunto de adolescentes de grado Caminar de la Institución Eustorgio Colmenares Baptista de la ciudad de San José de Cúcuta.

Desde la perspectiva de la autora Evelyn Davison, la cual en su texto denominado “Trabajo Social de Casos” donde por medio de una serie de capítulos desarrollo aspectos importantes para tener en cuenta al momento de abordar este método.

La autora sustenta una definición del Trabajo Social de casos como un:

Servicio personal proporcionado por trabajadoras sociales calificadas a individuos que requieren ayuda capacitada para resolver un problema personal o familiar. Su objetivo es eliminar las tensiones material y emocional, y ayudar al cliente a lograr un ajuste práctico de acuerdo a su medio social, así como satisfacción mutua en sus relaciones personales. (Davison 1973, citada en Bedoya & López, 2017, pág. 202).

La cual infiere que el Trabajo Social de casos es una actividad disciplinada, que requiere una apreciación de las necesidades físicas y emocionales del individuo y de su familia, para la

adaptación en el contexto social que permitan dar respuesta a las demandas físicas, emocionales o personales que aquejan a un individuo en busca de su bienestar.

Davison (1973, citada en Bedoya & López, 2017) dice

que el estudio social incluye tres actividades: la investigación de los hechos, la evaluación de su significado y la decisión sobre la forma de ayuda hacia la cual apuntan, a su vez indica que el término diagnóstico tomado de la medicina no es el más afortunado porque en el Trabajo social de casos es un proceso dinámico que requiere mayor comprensión y flexibilidad. Considera que la trabajadora social debe reconocer el lugar del otro, pues afirma que todo problema tiene sus lados subjetivo y objetivo, y no es posible llegar muy lejos en la ayuda que se presta a un cliente cuando pretendemos enfrentarlo a su problema, a menos que la trabajadora social de casos tenga una idea de lo que para él significa su problema. (pág. 206)

En síntesis, otros autores han dividido el método en cuatro fases (Aylwin, Jiménez y Quesada, 1982; Fernández, 2011; Parker y Bradley, 2009; Sheaford y Horejsi, 2003; Sutton, 1999): diagnóstico, programación, ejecución y evaluación. (Fernández & Ponce, 2021).

3.1.1 Fase de investigación: diagnóstico y programación

Esta fase está integrada por dos etapas que se retroalimentan entre sí, por un lado, con un proceso de identificación de problemas (diagnóstico), y por el otro, el proceso que anticipa los resultados que se podrían obtener (programación) después de la intervención.

Diagnóstico: El diagnóstico permite conocer la realidad social mediante dos pasos: la toma de información y la reflexión racional, que ofrecen la previsión de la situación. En esta fase el objetivo principal será realizar un análisis de los problemas planteados, relevancia, repercusión y

contexto, que permita plantear acciones transformadoras. Se podría decir que el diagnóstico se constituye como la primera fase del método, que no solamente toma y analiza la información de un caso social, sino que también establece una proyección de las tendencias observables en el tiempo.

Programación: La programación es un acto racional mediante el cual se fijan unas metas a alcanzar en función de los recursos disponibles. El elemento clave de esta etapa lo constituyen los objetivos de trabajo, ya que, en función de estos, se determinan las tareas a llevar a cabo y su temporalidad. En ellos deberán quedar reflejadas la situación actual de los problemas y la visión futura de estos.

3.1.2 Fase de acción: ejecución y evaluación

Después de la fase de investigación, ya estarían disponibles el diagnóstico del problema y la planificación de las acciones para afrontarlo, siendo el momento de ejecutar el plan de actuación diseñado y proceder a la evaluación de los resultados conseguidos.

Ejecución: Esta fase consiste en llevar a la práctica lo que se ha programado en la etapa anterior. Es la más importante, porque da sentido práctico a la elaboración teórica de estudio del caso, y a su vez justifica el contenido de la programación, que suele estar cargada de urgencias, vicisitudes y dificultades, planteando constantemente desafíos para el cumplimiento de los objetivos de la intervención. Durante la ejecución de la programación, el trabajador social deberá enfrentarse a la toma de decisiones estratégicas en las que debería tener en cuenta los deseos de

la persona, la realidad de la institución en la que se trabaja y las relaciones con otras organizaciones con las que sea pertinente contactar.

Evaluación: Tras la intervención, llega el momento de analizar en qué medida los logros conseguidos se corresponden con los resultados esperados en la planificación. Permite medir el efecto de las acciones ejecutadas en función de los objetivos prefijados, contabilizar cuáles se han cumplido y cuáles no, analizando los porqués de su incumplimiento. La evaluación es la fase que nutre de recursividad al método, gracias a la evaluación, el trabajador social no solo puede conocer qué resultados ha conseguido, sino también cómo mejorar su labor profesional reflexionando sobre ella. Es un instrumento indispensable dentro del método porque tiene capacidad suficiente para iniciar una y otra vez las espirales dialécticas, facilitando la generación de nuevos conocimientos para la profesión, uniéndose así la teoría con la praxis.

En relación a las etapas expuestas, la muestra poblacional de la pasantía, en el cual la Trabajadora Social en formación percibe las necesidades y problemáticas que presenta el grupo, analizando el liderazgo y las normas que se llevan a cabo. Donde se implemente acciones en cuanto al conocimiento de habilidades para la vida y el manejo de sus emociones, del mismo modo haya un desarrollo considerable de habilidades y capacidades. Así mismo, se establecerán estrategias que permiten el desarrollo de habilidades en torno al tema en estudiantes del grado Caminar de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista.

3.2 Intervención

En el proceso de la pasantía se describe el quehacer del trabajador social en torno a la etapa de la intervención. El (la) Trabajador(a) Social interviene en el grupo de acuerdo con fines específicos que se establecen según las necesidades, intereses y actitudes de los miembros.

Si bien Davison (1973, citado en Bedoya & López, 2017),

no establece el término inter-vencción, desde los marcos teóricos actuales se podrían retomar del pensamiento de esta autora aspectos como: el encuentro de la trabajadora social con el cliente, la comprensión del cliente, los registros, informes sociales, formas de ayuda, remisión, transferencia y término; asimismo algunas dimensiones o elementos de orden metodológico, que brindan orientaciones respecto a cómo conocer al sujeto, sus problemáticas, sus demandas y los recursos y estrategias a partir de los cuales consensuar las alternativas de solución. (pág. 207)

En este orden de ideas, la intervención tiene como finalidad la adaptación del sujeto a los cambios y ajustes que el medio le exige, donde los referentes metodológicos están orientados por los lineamientos para la elaboración del diagnóstico y los tratamientos que la Trabajadora Social debe o tiene que formular, así mismo el impacto que genera la misma en los individuos.

Desde otro punto de vista, Para Hamilton (1946), todos los casos sociales se componen de una persona, la situación que sufre, una realidad objetiva y el significado que esa realidad tiene para la persona que la experimenta.

El caso social, según Hamilton (1946), se compone de factores internos del sujeto (personalidad, emociones, pensamientos, etc.) y externos (los relativos al medio ambiente),

estudiándolo en su relación con sus experiencias sociales, así como con sus sentimientos sobre esas experiencias.

Por tanto, la metodología para el caso social individual la describe a través de los siguientes pasos: estudio, diagnóstico o valoración y, finalmente, tratamiento. Sustituyó el término «investigación» por «estudio», constituyéndose como un proceso psicosocial, en el que el usuario debería ser el primer informante, pero se deberían considerar también otras fuentes fidedignas, como la familia, vecinos, maestros. (Munuera, 2002).

De acuerdo a, los momentos del método general en Hamilton muestran rasgos particulares, registrados a continuación:

3.2.1 Estudio

La primera entrevista, como un método que, para la Trabajadora Social, es una herramienta en la que resumimos el tipo de necesidad que se nos presenta y valoramos tanto nuestra habilidad para resolver el caso como la del solicitante para utilizar correctamente las facilidades que le ofrece la institución que va a ayudarlo a solucionar sus problemas.

3.2.2 Diagnóstico y valoración

Como una búsqueda de significados, el diagnóstico es la base del tratamiento. Tras un ejercicio de inferencia e interpretación de los hallazgos y el reconocer sus propias interpretaciones subjetivas. Por tanto, un diagnóstico incluye no solo el proceso de descripción y

definición, sino también la consideración de los objetivos y posibilidad del tratamiento, que debe incluir la estimación de los recursos y la evaluación del solicitante como persona.

3.2.3 Tratamiento

Comienza con el primer contacto y continúa a través del estudio y el diagnóstico. Son sus procedimientos o técnicas: el uso de la relación Trabajadora Social y el usuario con base en una postura ética que implica la confidencialidad, el conocimiento de sí mismo (Trabajadora Social), el uso de la autoridad bien dirigida y los mecanismos de defensa como: transferencia, resistencia y rechazo inicial. Plantea la autora tres tipos de tratamiento:

- Ayuda práctica para mejorar la situación.

- Tratamiento directo orientado al cambio de actitudes, influyendo sobre su ambiente o directamente con ella, mediante el tratamiento de entrevistas.

- Manipulación del ambiente para trabajar a través de la situación y a través de otras personas con las que el solicitante puede tratar. (Hamilton, 1951 pág.156).

Se puede inferir, para Hamilton comprender las influencias culturales del grupo y los modelos a los que se ajusta, de modo general, la vida de todos sus miembros para resolver muchas dificultades, así mismo, refiriéndose a las posibilidades de adaptación social, afirma que se necesita trabajar la auto-aceptación para entender a los demás mediante el cambio de

sentimientos, siempre y cuando no existan conflictos profundos o tendencias neuróticas inconscientes, ya que es necesario pedir ayuda a un psiquiatra.

4. Resultado y discusión

En el presente análisis de resultados se dio cumplimiento a las estrategias llevadas a cabo por la Trabajadora Social en formación durante el tiempo de la pasantía, donde desarrolló un proceso de intervención en la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista con el grupo estudiantil Caminar. A su vez, se logró ejecutar las actividades correspondientes a los objetivos planteados en el plan de acción.

En un primer momento se dio cumplimiento al objetivo específico “Formar a los estudiantes en habilidades para la vida”. Para ello se realizó acciones de diagnóstico tales como: la encuesta, el conversatorio y el árbol de problemas, lo cual dio como resultado la identificación de la problemática que incide en el aula de clase del grupo estudiantil Caminar, donde se evidencio falencias de habilidades sociales en el manejo de problemas y conflictos. En relación a sus aportes, demostraron que la falta de salud mental que impide un estado de completo bienestar físico, mental y social, vivir saludablemente e interactuar sanamente con los demás. Allí se pudo compartir diferentes ideas y conocimientos, evidenciándose el respeto mutuo y el libre pensamiento sin miedo alguno a equivocarse, siendo actividades muy significativas para el encuentro, puesto que son jóvenes que se conocen entre sí y existía confianza, pocos fueron tímidos, pero a su vez se mostraron participativos.

Por lo tanto, quedó como reflexión en ellos que salud mental es muy importante, tanto como hace parte de la cotidianidad del día a día que es importante cuidarse saludablemente y mentalmente.

En cuanto al segundo objetivo específico consta de “Desarrollar en los estudiantes sus capacidades en torno a habilidades para la vida”, para dar cumplimiento al mismo, se efectuó talleres e infografías lo que conllevó a destacar como habilidad el trabajo en equipo para resolver la dificultad, gracias a estas actividades los estudiantes analizaron las estrategias y alternativas para las situaciones y procesos que requieren revertir en las aulas de clase, con el motivo de fortalecer las habilidades para la vida de todos los estudiantes. De igual modo, estas acciones permitieron el análisis sobre la importancia de entender la posición del otro y de no minimizar ni considerar las dificultades de los demás como algo sencillo o fácil, sino que cada proceso tiene su nivel de complejidad.

Se pudo recolectar información que permitió construir un conocimiento grupal y así indagar las opiniones frente a la importancia de la salud mental, igualmente interpretaron como la salud mental es efectiva para el vínculo de relaciones interpersonales, para la superación de los problemas y vivir el presente, pensar de una manera positiva y siempre buscar ayuda cuando lo necesitan. En tal sentido, el que tenía dudas de como expresar su conocimiento su compañero le ayudaba a complementar ideas, todos los jóvenes se mostraron activamente, siendo un espacio para plasmar las ideas en las cartulinas. Se pudo observar el trabajo en grupo y el sentido de pertenencia.

En conclusión, hubo participación por parte de los estudiantes, y fueron muy expresivos a la hora de compartir sus conocimientos en cuanto al manejo de habilidades para la vida, además de la importancia de tener un buen trato con los familiares es muy importante para el desarrollo de su entorno social, manifestando la importancia de las temáticas tratadas y el grado de aplicación en cada una de sus vidas, también la adquisición de nuevos aprendizajes que les permitieron a

cada una desarrollar y fortalecer algunas de las habilidades para la vida, que mencionaron como tema esencial en la cotidianidad y el rol que cada una ejerce en el momento.

Finalmente, el tercer objetivo específico “Dinamizar las redes de apoyo de los estudiantes hacia las habilidades para la vida”, para dar cumplimiento a este se realizó talleres, la cual consto de información fundamental para que los estudiantes manejaran los problemas a partir de una comunicación asertiva, esto permitió la participación de los alumnos, donde cada uno de los jóvenes de manera individual se dibujó y plasmo todo lo requerido. Se pudo recopilar información de los jóvenes acerca de su autoestima, entiendo la importancia de cuidar sus emociones. Sus fortalezas son: Aprendo rápido, corro muy rápido, me gusta el futbol, me gusta la literatura, soy bueno en química, soy buen portero, me gusta todo mi cuerpo, amor a mi familia, mi familia es importante, lavo mi propia ropa, y sus debilidades la cuales son: me distraigo rápido, no me gusta perder, a veces me da pereza, no se dibujar, no hacer las tareas. En conclusión, se logró evidenciar los vínculos afectivos con sus familiares y amigos.

Por último, el taller de las rutas de atención de salud mental se efectuó mediante una infografía, la cual permitió obtener un aprendizaje significativo en los estudiantes, igualmente tener conocimiento de dónde acudir cuando no se encuentren bien.

Para concluir, por medio de los objetivos planteados en el plan de acción se dio cumplimiento al periodo de la pasantía, donde se indago las problemáticas presentadas en los jóvenes de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista del grupo estudiantil Caminar, mediante la ejecución de los talleres, la pasante de Trabajo Social desarrollo habilidades que permitieron la adquisición de conocimientos en el área de habilidades para la

vida, del mismo modo se logró obtener a través de los resultados que los docentes del grupo estudiantil Caminar no enseñan la importancia del tema de la salud mental y como poder identificar las emociones en los estudiantes ante problemas que presentan de comportamiento en el aula de clase. Así mismo, un bajo conocimiento acerca de la importancia que tiene el proyecto de vida, y finalmente cuando se indaga sobre el acompañamiento psicosocial recibido por parte de la psicóloga de la institución a los estudiantes es mínimo, falta fortalecer el proceso de desarrollo en términos de habilidades para la vida, resaltando las habilidades sociales, porque en los sujetos se muestra que son bajas en el momento de socializar, convivir e interactuar sanamente, generando dificultades en la convivencia y mucha individualidad y no un desarrollo grupal y conjunto para poder potencializar la solidaridad, el acompañamiento y el respeto entre los estudiantes. Es por esto que, es importante que haya un acompañamiento de los profesionales en el momento de adquirir herramientas en las habilidades para la vida, siendo fundamental fortalecer y desarrollar esas habilidades y capacidades para un futuro tener unas interacciones más sanas.

En tal sentido, durante la pasantía se ejecutaron nueve actividades para ser desarrolladas con los estudiantes del grupo estudiantil Caminar, logrando aplicar los talleres con temáticas más relevantes e importantes para cumplir con el objetivo del proyecto, tales como la autoestima, autoimagen, comunicación asertiva y resolución de conflictos. Así mismo, en los talleres se alcanzó a desarrollar las temáticas sobre relaciones interpersonales, manejo de emociones y sentimientos, toma de decisiones, manejo de tensiones y estrés y empatía.

Descripción: “Conociendo mis habilidades para la vida” (Encuesta). Formato de encuesta aplicado en estudiantes del grupo estudiantil Caminar sobre habilidades emocionales y sociales.



Figura 1. Conociendo mis habilidades para la vida

Descripción: “Reconociendo mi entorno”. Se realizó árbol de problemas con los jóvenes del grupo estudiantil Caminar.

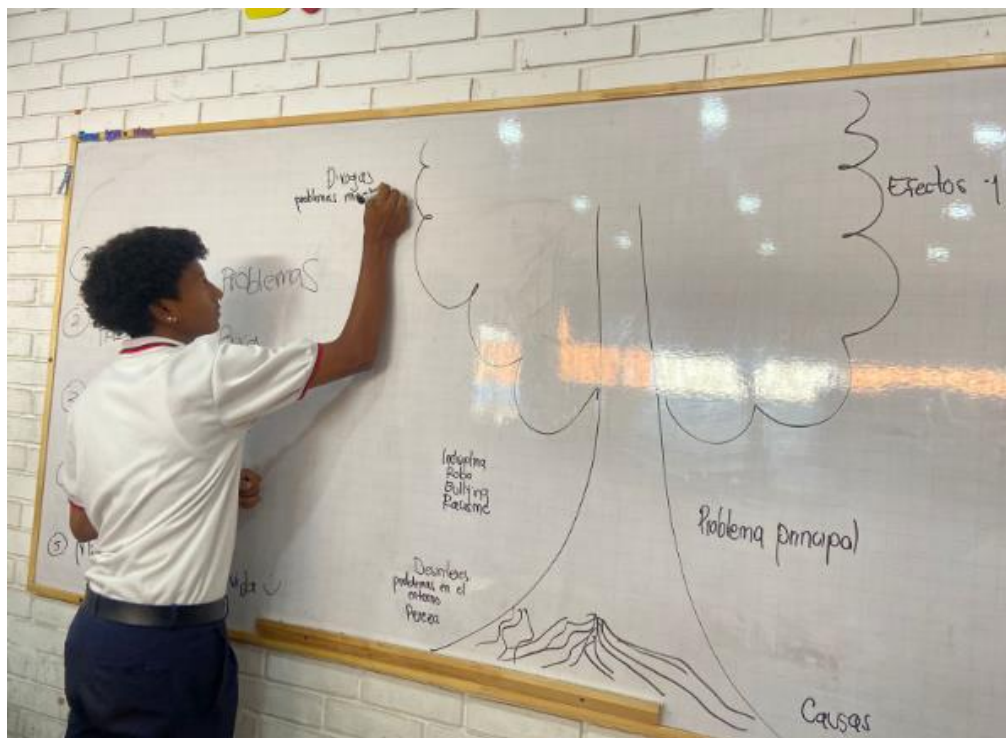


Figura 2. Reconociendo mi entorno

Descripción: “Yo, en el presente y en el futuro”. Se realizó una lluvia de ideas con los estudiantes del grupo estudiantil Caminar.



Figura 3. Yo, en el presente y en el futuro

Descripción: “Abordaje en el manejo de habilidades para la vida” (Taller). Se realizó con los jóvenes del grupo estudiantil Caminar.



Figura 4. Abordaje en el manejo de habilidades para la vida

Descripción: “Di algo bueno de tu compañero” (Taller). Se realizó con los estudiantes del grupo estudiantil Caminar.



Figura 5. Di algo bueno de tu compañero

Descripción: “Manejando mis conflictos” (Taller). Se realizó con los estudiantes del grupo estudiantil Caminar.



Figura 6. Manejando mis conflictos

Descripción: “La caja mágica del Autorretrato” (Taller). Se realizó con los jóvenes del grupo estudiantil Caminar.

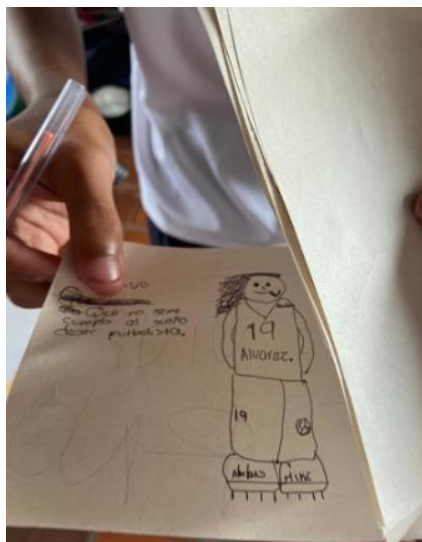


Figura 7. La caja mágica del Autorretrato

Descripción: “Conformando la red de apoyo” (Taller). Se realizó con los jóvenes del grupo estudiantil Caminar.

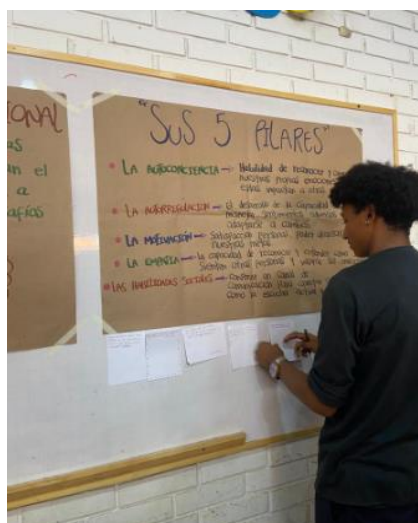


Figura 8. Conformando la red de apoyo

Descripción: **“Ruta de atención en Salud Mental”** (Infografía). Se expuso a los estudiantes del grupo estudiantil Caminar, así mismo la socialización y entrega de la infografía a la psicóloga de la Institución Educativa.



Figura 9. Ruta de atención en Salud Mental

5. Conclusiones

Durante el tiempo de la pasantía, se logró trabajar diferentes temáticas encaminadas hacia el fortalecimiento de las habilidades para la vida en los estudiantes pertenecientes a la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista del grupo estudiantil Caminar, siendo de gran relevancia de este proyecto, se observó que los estudiantes no cuentan con las estrategias necesarias para solucionar algún tipo de conflicto interpersonal, ya que algunos de ellos no saben comunicarse y optan por las agresiones físicas como medio de resolución; gracias a los talleres desarrollados con el grupo se consiguió enseñarles a cada uno de los alumnos diferentes formas de enfrentar un problema y como prevenirlos a futuros, evidenciando satisfactoriamente el cambio en el comportamiento de aquellos niños denominados “estudiantes problemas” y de los demás estudiantes.

De esta manera, los jóvenes se muestran más conscientes e interesados en tener relaciones interpersonales positivas que los lleven al crecimiento y a la realización personal, a entender y ponerse en el lugar del otro, comunicándose de manera asertiva y respetuosa. A pesar de momentos donde no había tanta empatía, muchos estudiantes entendieron la importancia del proyecto y del desarrollo de estas habilidades para el crecimiento personal e intelectual.

De igual forma, los talleres se suministraron con el objetivo de reforzar el dominio de un grupo, donde no sólo se constituye y se identifica necesidades, sino que también se alcanzó a realizar una visión global de cada una de las vivencias de aquellas problemática que vivencian diferentes tipos de comportamientos inadecuados en algunos de los jóvenes, debido al entorno donde se encuentran sumidos, entorno con diferentes dificultades de tipo social; por lo tanto, con

cada una de las actividades se logró identificar cambios positivos y significativos en los estudiantes, donde al principio no se obtenía captar el interés, pero con el tiempo y el esfuerzo se observaron grandes cambios en su pensamiento y su comportamiento, orientados a una madurez que día a día van reforzando. Sin embargo, algunos de ellos resistían participar en las actividades, y cuando las realizaban los hacían con muy poca motivación, esto se debe a que estos alumnos se encuentran en una edad transitoria, de niños a adolescentes, donde nada es de su agrado y todo les causa pereza. Pero al final alcanzaban con el objetivo trazado en las actividades.

Con la labor ejercida en la pasantía se consiguió dejar en cada uno de los jóvenes distintos tipos de habilidades en pro de mejorar sus relaciones interpersonales y la convivencia escolar, destrezas como: comunicarnos siempre de la mejor manera y las distintas formas que existen para solucionar un conflicto; habilidades de suma importancia para la vida. De igual manera, la ruta de atención en salud mental, siendo una red de apoyo para los jóvenes en el momento de tener conocimiento y buscar la ayuda profesional de dónde acudir cuando no se encuentren bien.

6. Recomendaciones

A continuación, se presentan algunas recomendaciones después de realizada la intervención en la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista en el grupo estudiantil Caminar, con el fin de que puedan utilizarse para futuras intervenciones en el ejercicio de practica o pasantía en la misma institución.

- Inicialmente, se recomienda a la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista que para futuros proyectos o intervenciones no solo se trabaje con los estudiantes, sino que se pueda contar con la participación de padres de familia y docentes, con el fin de hacer más idóneo el proceso y generar mayor impacto.
- Es importante que en la Institución Educativa reconozca la importancia del psicólogo por parte de docentes, directivos y administrativos y que se trabaje en conjunto para mejorar la calidad de vida de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.
- La implementación de las habilidades para la vida es esencial como temática en la asignatura de ética y valores en el Colegio Eustorgio Colmenares Baptista, dado que es el momento en el cual los jóvenes deciden tomar el interés y aplicarlo a las necesidades que se proyectan a su vida futura tanto en lo académico como en lo laboral y profesional.
- Es valioso que la Institución Educativa brinde las herramientas necesarias para el normal desarrollo de las actividades, en relación a los espacios y los materiales solicitados por la persona que se encuentra liderando las actividades.

Referencias

- Bau, S. (8 de noviembre de 2018). *Qué es la inteligencia emocional: claves para interpretarla*.
Obtenido de <https://amadag.com/que-es-la-inteligencia-emocional/#:~:text=%C2%BFQue%20es%20la%20inteligencia%20emocional,guiar%20nuestros%20pensamientos%20y%20acciones>.
- Bedoya, I., & López, J. (enero-diciembre de 2017). Los aportes de Evelyn H. Davison al Trabajo Social de casos. *Trabajo Social* (19), 197-209. Obtenido de [file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/Dialnet-LosAportesDeEvelynHDavisonAlTrabajoSocialDeCasos-6344141%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/Dialnet-LosAportesDeEvelynHDavisonAlTrabajoSocialDeCasos-6344141%20(1).pdf)
- Carrillo, M. (2014). La Teoria de Las Inteligencias Multiples en la enseñanza de las lenguas. *Contextos Educativos*, 14, 79-89. Obtenido de [file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasInteligenciasMultiplesEnLaEnsenanzaDe-4690236%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasInteligenciasMultiplesEnLaEnsenanzaDe-4690236%20(1).pdf)
- Colegio Eustorgio Colmenares Baptista San José Cúcuta. (s.f.). *Información Institucional*.
Obtenido de <https://colectolba.edu.co/web/nuestro-colegio/>
- Costales, Y., Fernández, A., & Macías, C. (2014). Algunas consideraciones teóricas sobre las habilidades sociales. *Información Científica*, 87(5), 949-959. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5517/551757255019.pdf>

- Del Río, R. (junio de 2014). Crear capacidades: propuesta para el desarrollo humano, de Martha Nussbaum. *Anales*(6), 213-215. Obtenido de file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/publicadoranuc,+Journal+manager,+31834-107531-1-CE.pdf
- Delgado, P. (9 de December de 2019). *La teoría del aprendizaje social: ¿qué es y cómo surgió?* . Obtenido de <https://observatorio.tec.mx/edu-news/teoria-del-aprendizaje-social/>
- Escuela de Organización Industrial -EOI. (s.f.). *Habilidades y destreza en una persona*. Obtenido de <https://www.eoi.es/blogs/madeon/2013/05/21/habilidades-y-destreza-en-una-persona/>
- Espinosa, J. (2014). *Psicoeducación en habilidades para la vida en el colegio Luis Camacho Rueda del municipio De San Gil*. San Gil: Universidad Autónoma de Bucaramanga- UNAB. Obtenido de https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/13520/2014_Tesis_Espinosa_Picon_Jennifer_Maria.pdf?sequence=1
- Fernández, P., & Extremera, N. (diciembre de 2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Fernández, T., & Ponce, L. (2021). *Trabajo Social Individualizado: Metodología de Intervención* (2 ed.). Alianza. Obtenido de https://www.alianzaeditorial.es/primer_capitulo/trabajo-social-individualizado-metodologia-de-intervencion-2a-edicion.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF. (2017). *Habilidades Para La Vida.*

Herramientas Para El #BuenTrato Y La Prevención de La Violencia, 2017. Venezuela.

Obtenido de [https://www.unicef.org/venezuela/informes/habilidades-para-la-vida-](https://www.unicef.org/venezuela/informes/habilidades-para-la-vida-herramientas-para-el-buentrato-y-la-prevenci%C3%B3n-de-la-violencia)

[herramientas-para-el-buentrato-y-la-prevenci%C3%B3n-de-la-violencia](https://www.unicef.org/venezuela/informes/habilidades-para-la-vida-herramientas-para-el-buentrato-y-la-prevenci%C3%B3n-de-la-violencia)

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2020). *Importancia del Desarrollo*

de Habilidades Transferibles en América Latina y el Caribe. s.l.: UNICEF. Obtenido de

[https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2020-07/Importancia-Desarrollo-](https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2020-07/Importancia-Desarrollo-Habilidades-Transferibles-ALC_0.pdf)

[Habilidades-Transferibles-ALC_0.pdf](https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2020-07/Importancia-Desarrollo-Habilidades-Transferibles-ALC_0.pdf)

Gallego, A. (2015). *Ejecución del programa de habilidades para la vida en estudiantes de*

décimo y undécimo de la Institución Educativa Teresita Montes en el año 2015. Armenia:

Universidad Autónoma de Bucaramanga. Obtenido de

[https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/239/2015_Tesis_Angie_Luca-](https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/239/2015_Tesis_Angie_Lucas_Gallego.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[s_Gallego.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/239/2015_Tesis_Angie_Lucas_Gallego.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gardner, H. (2001). *Estructuras de la Mente: La Teoría de Las Inteligencias Múltiples.* Santafé

de Bogotá: Fondo de Cultura Económica. Obtenido de

[http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/593/1/Estructura%20de%20l](http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/593/1/Estructura%20de%20la%20mente.%20teoria%20de%20las%20Inteligencias%20multiples.pdf)

[a%20mente.%20teoria%20de%20las%20Inteligencias%20multiples.pdf](http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/593/1/Estructura%20de%20la%20mente.%20teoria%20de%20las%20Inteligencias%20multiples.pdf)

Ketty, E. (2018). Educación y desarrollo social. *Horizonte de La Ciencia*, 8(14), 113–121.

Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5709/570960866008/html/>

- López, R. (2021). Factores que influyen en el fracaso escolar adolescente. (12), 13-18. Obtenido de file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/7101-Texto%20del%20art%C3%ADculo-29264-1-10-20211228.pdf
- Montse, A. (16 de septiembre de 2016). *Las 10 habilidades para la vida* . Obtenido de Consumer: <https://www.consumer.es/salud/las-10-habilidades-para-la-vida.html>
- Munuera, P. (2002). *Publicación: Gordon Hamilton (1892-1967) y la importancia del registro social*. Obtenido de <https://docta.ucm.es/entities/publication/bce45ad4-2537-436f-93de-56b7d735c439>
- Posada, J. (2013). La Salud Mental En Colombia. *Biomédica*, 33(4), 497-498. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/bio/v33n4/v33n4a01.pdf>
- Toledo, P. (2016). *Fortalecimiento de habilidades para la vida, en los estudiantes pertenecientes a la Institución Educativa Ciudadela Cuyabra de Armenia, Quindío durante el año 2016*. Armenia: Universidad Autónoma de Bucaramanga. Obtenido de https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/11520/2016_Tesis_Paula_Andrea_Toledo_Arias.pdf?sequence=1
- Valadez, M., Pérez, L., & Beltrán, J. (2010). La inteligencia emocional de los adolescentes talentosos. *Faísca*, 15(17), 2 -17. Obtenido de file:///C:/Users/MARTHA/Downloads/Dialnet-LaInteligenciaEmocionalDeLosAdolescentesTalentosos-3545922%20(4).pdf

Zayas, P. (s.f.). *La comunicación interpersonal*. Obtenido de
https://biblioteca.utec.edu.sv/siab/virtual/elibros_internet/55772.pdf