

## **1.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL DIRIGIDA (P.I)**

### **1.1. Planteamiento de la Práctica Institucional**

Ocho millones de niños /adolescentes desatendidos y abandonados en todo el mundo son el resultado de la incapacidad del hombre de atender el desarrollo educativo, físico y psíquico de sus hijos. En los países ricos como en los pobres, en los desarrollados como en los sub-desarrollados, a veces se trata a los niños y adolescentes sin el debido cuidado, vulnerando sus derechos fundamentales. Los niños y adolescentes tienen que sufrir, pasar hambre y morir porque nadie se ocupa de ellos; numerosas lesiones físicas y psíquicas les acompañan durante toda su vida, por falta de discernimiento e implementación de estrategias educativas y de cuidado de los adultos para insertarlos al mundo laboral, de acuerdo a sus capacidades y proyecciones personales. En Latinoamérica existen 374.308 niños y adolescentes institucionalizados, producto del abandono de los padres, pobreza, infecciones de transmisión sexual (ITS). (Donohue: “red latinoamericana de acogimiento familiar”, 2012:18).

Bolivia experimenta grandes cambios a nivel educativo, para unos es considerado bueno y para otros estamos en profunda crisis, sea una u otra interpretación, en la coyuntura se perciben necesidades que permiten el fortalecimiento y seguimiento en el proceso de formación académica de cada uno de los adolescentes, especialmente en aquellas personas que se ven imposibilitadas de tener acceso a instituciones educativas por distintas razones, hechos que para muchos son incomprensibles. Por tal razón en Bolivia existen 10.210 de niños y adolescentes institucionalizados; según el informe de la UNICEF en febrero de 2010. (Ibídem)

Según la Defensoría del Pueblo, dos millones de niños, niñas y adolescentes bolivianos padecen pobreza, medio millón no tiene registro de identidad y la mitad de los infantes menores de un año no tienen certificado de nacimiento.

Además, 300.000 están abandonados y trabajan en las calles de las ciudades y el 30 % de los niños que llegan a la escuela no concluyen la educación primaria.

Además, en 8 de cada 10 hogares hay agresiones físicas y 7 de cada 10 niños son maltratados en sus casas o en las unidades educativas, razón por la cual son remitidos a casas hogares o albergues de acogimiento familiar.

En Tarija y en todo el mundo, producto de la falta de políticas educativas, se observa diariamente deserciones escolares, que no contribuyen al desarrollo personal y social, y no permiten tener una sociedad más culta en cuanto a conocimiento, donde se pueda observar un continuo mejoramiento y superación, ya que el conocimiento nos hace más libres como seres humanos.

Por lo tanto, se cree que está en nuestras manos, en la de los adultos, en el estado, en la sociedad civil, en instituciones públicas y privadas, organismos internacionales y, especialmente en la familia, a la que pertenecen cada uno de los niños y adolescentes, el iniciar procesos que lleven a una nueva forma de pensar. Se considera que si no se trabaja en la formación de los niños y adolescentes, la humanidad entera corre peligro.

Para la ejecución de dicho proyecto se elaboró un programa psicológico orientado y dirigido a mejorar el nivel de la autoestima, las relaciones intrafamiliares y las relaciones interpersonales en adolescentes que viven dentro de una casa hogar. Ya que estos son los problemas principales por los que atraviesan las adolescentes. Estas son áreas complementarias dentro de la formación de las niñas/adolescentes, para que los propósitos personales y familiares se vayan consolidando de la mejor manera posible, de ahí la importancia de ***“Brindar apoyo psicológico a adolescentes de 14 a 18 años del hogar Virgen de Chaguaya de la ciudad de Tarija”***

## **1.2.- Justificación de la Práctica Institucional Dirigida**

La elaboración de la propuesta surge a partir de una necesidad institucional para brindar a adolescentes la oportunidad de mejorar las relaciones intrafamiliares e interpersonales con sus padres, con los miembros de su familia y con las demás adolescentes que acuden a dicha casa hogar. Así mismo, con esto se pretende mejorar el nivel de autoestima de cada una de las adolescentes, para ayudarles y hacerles sentir bien consigo mismas.

Por todo lo referido, se justifica la realización de la práctica institucional (P.I.) en esta institución, ya que es necesario sumarse a la labor que viene desarrollando la misma, en beneficio de la niñez y adolescencia, sobre todo tomando en cuenta la demanda por parte de la población y la escasez de recursos humanos para brindar un apoyo más personalizado y a la vez individualizado.

Por este motivo y la demanda que exige el presente trabajo, se efectuó apoyo psicológico a las adolescentes que asisten a la casa hogar **“Virgen de Chaguaya”**, con el propósito de coadyuvar en el mejoramiento de conductas positivas como las actitudes, deseos, opiniones, trabajo en equipo y el dialogo.

Por esta razón, se considera importante que la aplicación de la presente propuesta beneficiará positivamente a las adolescentes para que asuman con responsabilidad su propio futuro.

El aporte teórico brindará un documento de referencia e información para poder conocer las características de cada una de las adolescentes en las diferentes áreas que se trabajaron, y de esta manera se podrá crear conciencia sobre la importancia de la autoestima, la relaciones intrafamiliares e interpersonales.

El aporte práctico de la presente práctica institucional servirá como un instrumento para futuras investigaciones que se realicen, de igual manera, con niñas y adolescentes de diferentes casas hogares o albergues de acogimiento familiar.

Como aporte metodológico, es importante señalar, que la práctica institucional dirigida, es sumamente importante porque se dejará un documento con actividades

dirigidas a desarrollar capacidades; este documento, no solo beneficiara a la institución, sino también a los estudiantes universitarios, para que planifiquen, ejecuten y evalúen, en otras instituciones, programas similares.

## **2.- CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN**

### **2.1.- Historia del internado María “Ianaua Coeli” casa virgen de Chaguaya**

Fundadora de la congregación **María “Ianaua Coeli”**

Madre M<sup>a</sup> del Pilar Arechavaleta, Iturrioz quien nace en Bilbao 7 de noviembre de 1880. Hija de don Emiliano Arechavaleta y doña Concepción Iturrioz. Crece en un bello ambiente familiar que se ve ensombrecido por la muerte de su madre cuando Pilar tiene 9 años; a partir de ese momento, M<sup>a</sup> del Pilar pide a la Virgen que sea ella su madre. Son palpables, desde bien jovencita, su encanto natural, su sencillez, su generosidad con gran capacidad de entregarse a los demás y una alegría innata que más tarde le llevaría a decir: **“Con fortaleza en las dificultades y siempre alegres”**. Muy joven, siente la llamada de Dios, ingresa como religiosa a los 19 años. Destaca por la práctica de todas las virtudes, especialmente la caridad. En 1940 funda, en Madrid, la Congregación de Religiosas Misioneras de **María “Ianaua Coeli”** transmitiendo a sus hijas un corazón grande que sienta las necesidades de todos los hombres, en especial de la juventud de todos los tiempos. Muere el 29 de julio de 1973.

**LA CASA VIRGEN DE CHAGUAYA** fue fundado el 22 de enero 2011 con el objetivo de la reeducación de la juventud femenina en casa. Ya que no solo es importante es la educación, las buenas costumbres, sino también el apoyo de la familia y el hecho de sentirse amado y aceptado por los suyos.

Las madres y hermanas que trabajan dentro de esta casa hogar velan por el bienestar de cada una de las niñas y adolescentes que acuden a esta casa hogar.

### **2.2.- Objetivo de la casa hogar virgen de Chaguaya**

- Reeducación de la juventud femenina en casa.

### **2.3.- Visión de la casa hogar Virgen de Chaguaya**

*“Que cada una de las niñas y adolescentes sean mujeres de bien, profesionales dignas, formadas con respeto, amor y seguridad en sí mismas”.*

#### **2.4.-Misión de la casa hogar virgen de Chaguaya**

*“Trabajar con la niñez y juventud encaminándola y sacándole del peligro”*

### **3.- OBJETIVOS DE LA P.I.D.**

#### **OBJETIVOS.-**

##### **3.1. Objetivo general.-**

- Brindar apoyo psicológico a adolescentes de 14 a 18 años del hogar Virgen de Chaguaya de la ciudad de Tarija.

##### **3.2 Objetivos específicos.-**

- Evaluar el nivel de autoestima en adolescentes de 14 a 18 años del hogar Virgen de Chaguaya.
- Determinar las áreas de relaciones intrafamiliares, e interpersonales de las adolescentes de 14 a 18 años del hogar Virgen de Chaguaya.
- Aplicar un programa de intervención psicológica en el área de autoestima, relaciones intrafamiliares y relaciones interpersonales.
- Identificar los rasgos de personalidad de las adolescentes de 14 a 18 años del hogar Virgen de Chaguaya.
- Evaluación del programa de intervención psicológica realizado en la casa-hogar Virgen de Chaguaya

## **IV.- MARCO TEÓRICO**

Para una mejor organización y comprensión del marco teórico, el mismo se divide en seis partes: la primera hace referencia a conceptos relacionados con la adolescencia la segunda parte hace referencia al apoyo psicológico, la tercera al concepto y componentes de la autoestima, la cuarta parte hace referencia al concepto de relaciones intrafamiliares, y la quinta parte hace referencia al concepto de relaciones interpersonales, mientras que la sexta parte fundamenta el concepto de personalidad.

### **4.1.- LA ADOLESCENCIA**

#### **4.1.1 Concepto de adolescencia**

La adolescencia es entendida como el periodo de transición que transcurre entre la infancia y la edad adulta, es un periodo muy particular de la vida, en el que suceden cambios biológicos, psicológicos y sociales.

La adolescencia como etapa se extiende desde la niñez hasta alrededor de los veinte años o más, según las diferencias particulares de cada individuo, comienza con la pubescencia, manifestada por los cambios físicos y termina cuando se completa el proceso de crecimiento y desarrollo. Se encuentra una nueva identidad, se adquiere una nueva escala de valores y se inicia el proceso hacia la independencia socioeconómica. (Castedos. Arnold. 2008: pg. 14).

#### **4.1.2. Periodos de la etapa de la adolescencia**

**a) Pubescencia:** Es el periodo de aproximadamente dos años que antecede a la pubertad y el término se refiere también a los cambios físicos que tienen lugar durante ese periodo y que culminan en la pubertad. El comienzo de la pubescencia se caracteriza por una aceleración del ritmo del crecimiento, junto con la aceleración se producen cambios en las proporciones faciales y corporales, maduran los caracteres sexuales primarios y secundarios y se manifiestan otros cambios físicos.

**b) La Pubertad:** Es el momento de la madurez sexual, caracterizada en las niñas por el primer flujo menstrual o menarquía, y en los varones por diversos signos, entre los

cuales tal vez sea el más confiable la espermaquia, la presencia de espermatozoides en la orina. La pubertad no tiene límites claros ni en los varones ni en las mujeres. En principio la menstruación suele ser escasa e irregular y a veces pasan meses entre un flujo y otro. Es posible que los varones no puedan eyacular, aunque ya sienten fuertes impulsos fálicos y hayan descubierto que la proximidad femenina es poderoso estímulo para la erección. (Castedos, A .2008:14).

#### **4.1.3. Desarrollo psicosocial y cognitivo en la adolescencia.**

Las dificultades que caracterizan a la adolescencia están relacionadas con los cambios sociales rápidos y marcados, así como con la estructura misma de las familias, la capacidad de los adolescentes para enfrentar las demandas de la sociedad moderna en función de varios factores, entre los que están el desarrollo físico y psicológico, como también el de sus habilidades cognitivas.

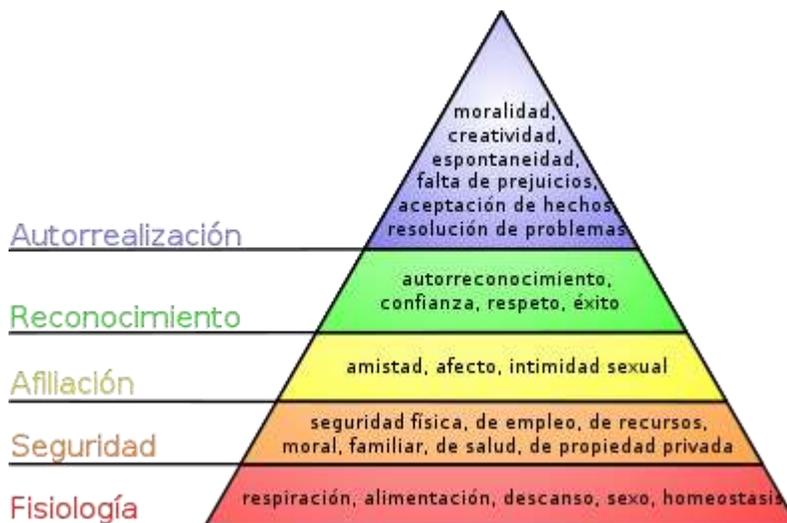
Con respecto al desarrollo cognitivo, los años que transcurren entre la pubertad y la adultez son críticos, en esta etapa existe una evolución del pensamiento concreto a lo abstracto, la capacidad de utilizar el conocimiento alcanza su máxima eficiencia, como resultado de esos desarrollos los adolescentes adquieren la capacidad de repensar en términos del futuro y lo que quieren realizar en la vida y obtener con ella.

#### **4.1.4. Necesidades fundamentales en el desarrollo de los adolescentes**

El óptimo crecimiento en el desarrollo biológico y social de los adolescentes se logra más fácilmente cuando crecen en ambientes saludables y armoniosos, donde se sienten comprendidos y queridos, donde se les da ayuda y apoyo en periodos de transición no siempre fácilmente superables. Esto se logra especialmente cuando intenta satisfacer sus necesidades fundamentales de manera óptima y de acuerdo a los requisitos personales e individuales. Para explicar esto, nos basamos en la teoría de la motivación humana de Abraham Maslow, quien establece una jerarquía de las necesidades.

La contribución de Maslow (1940), en su libro “la teoría de la motivación humana” consiste en: *“ordenar por categorías y clasificar por niveles las diferentes necesidades humanas, según la importancia que tienen para cada persona que las contiene. En la base de la pirámide están las necesidades de déficit (fisiológicas) que se encuentran en la parte más bajas, mientras que las necesidades de desarrollo (autorrealización) se encuentra en la parte más alta de la jerarquía.*

*De este modo, en el orden dado por la potencia y por su prioridad, encontramos entre las necesidades de déficit las necesidades fisiológicas, las necesidades de seguridad, las necesidades sociales, las necesidades de estima. En tanto las necesidades de desarrollo comprenderían las necesidades de autorrealización.*



Por lo tanto, para lograr satisfacer estas necesidades los adolescentes deben confrontar cambios relativamente bruscos y dinámicos de tipo físico, psicológico, cognitivo y social, al mismo tiempo, necesitan definir las ideas que conciernen a su papel, como futuros adultos; este proceso incluye la adquisición de nuevas habilidades y patrones de comportamiento, la necesidad de reflejar y anticipar las consecuencias de sus acciones, el pensar sobre su futuro y llegar a la autorrealización plena.

## **4.2.- DEFINICION DE APOYO PSICOLÓGICO**

El Apoyo Psicológico consiste en entrenar al paciente en habilidades y estrategias para saber responder de una forma adecuada y favorable a sus problemas diarios. La terapia es individual y personalizada, siendo la persona nuestro principal objetivo, por lo que ésta asume un papel activo durante la sesión. Sin embargo, creemos que el entorno familiar, escolar o laboral cobra una importancia esencial en la evolución del paciente, por lo que existe también un apoyo continuado en estos diferentes ambientes. (Méndez Cuenca, 2007, pg.25)

## **4.3. AUTOESTIMA**

### **4.3.1 Concepto de autoestima**

La autoestima es *"una actitud de aceptación, de uno mismo. Actitud es la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse. En ese sentido, el concepto de Autoestima de la persona es una actitud o disposición, una forma de ser. Está constituida por todas las características que el sujeto se atribuye a sí mismo; es decir, lo que siente, piensa y la valoración que atribuye a este concepto de sí mismo"*. (Reasoner, 1982 en De los Ríos, L. Jacqueline. Autoestima (1999), pág. 14).

Según (Alcántara, 1990 pg.23), la autoestima no es innata, se genera como resultado de la historia de cada una de las personas, lo cual dependerá de las relaciones interpersonales y de la comunicación que existe entre los miembros de una familia, en el contexto social que rodea al individuo; como ser: en el colegio, la iglesia, amigos, etc. Los conceptos que los otros tengan hacia una persona influirán en la formación de la autoestima.

La autoestima hace referencia a la autoconfianza que tiene cada una de las personas y cuanto se aman a sí mismas. Por lo tanto, se caracterizan por valorar adecuadamente sus necesidades físicas y psicológicas, son francos en sus peticiones de elogio y recompensa, disfrutan siendo ensalzados por los demás, son orgullosos de su aspecto personal, son cuidadosos y se preocupan por su salud.

Alcántara, considera a la autoestima como una estructura consistente, de naturaleza dinámica y no estática; por lo tanto, ésta puede crecer, arraigarse más íntimamente, ramificarse e interconectarse con otras actitudes, también puede debilitarse, empobrecerse o desintegrarse.

Es punto de partida para que uno disfrute de la vida, inicie y mantenga relaciones positivas con los demás, sea autónomo y capaz de aprender, se encuentre en la valía personal de sí mismo o autoestima, que llega a ser una necesidad psicológica básica que hemos de cubrir para alcanzar un desarrollo armónico con nuestra personalidad.

Estudios indican que actualmente el sentimiento y conciencia que tenemos cada uno de nosotros mismos, está influenciada por fuerzas externas, ajenas a nosotros. (Alcántara, 1990. De los Ríos, pg.27).

La autoestima es la autovaloración de uno mismo, de la propia personalidad, de las actitudes y de las habilidades, que son los aspectos que constituyen la base de la identidad personal.

La autoestima se construye desde la infancia y depende de la forma de relación con las personas significativas, principalmente los padres.

Los padres pueden ayudar a sus hijos a desarrollar una alta autoestima, condición que puede influir notablemente en la vida adulta.

Para asegurar un desarrollo psicológico armonioso con alta autoestima los padres deben expresar amor a sus hijos, alentarlos en sus iniciativas individuales, minimizando los errores que podrán ser señalados como experiencia de aprendizaje.

Las expectativas poco realistas sobre las posibilidades de los hijos suelen provocar en ellos el deseo de aprobación y afecto y la necesidad de obtener metas personales que no estén de acuerdo con sus verdaderas aspiraciones individuales y sus reales capacidades, viviendo los fracasos como pérdida de autoestima.

### **4.3.2.- Componentes de la Autoestima**

La autoestima posee tres componentes importantes: Cognitivo, Afectivo, Connotativo o intencional. Los tres operan íntimamente correlacionados, de manera que una modificación en uno de ellos produce una alteración en los otros.

El primer componente, lo cognitivo, indica idea, opinión, creencias, procesamiento de la información acerca de sí mismo. Es el conjunto de auto esquemas que organizan las experiencias pasadas y son usados para interpretar y reconocer estímulos relevantes en el ambiente social.

El segundo componente, lo afectivo, conlleva la valoración de lo que la persona tiene de positivo y negativo, implica un sentimiento de lo agradable o desagradable que ve la persona en sí mismo. Es sentirse a gusto o disgusto consigo mismo, considera que este elemento constituye el corazón de la autoestima y donde se formula la ley principal que gobierna su dinámica; a mayor carga afectiva mayor potencia de la autoestima.

El último componente de la autoestima, el connotativo o intencional, que significa intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. Es la autoafirmación dirigida hacia el propio Yo. (De los Ríos, 1999 pg. 43).

### **4.3.3. Importancia de la autoestima.**

Cuando me siento valioso puedo:

- Aceptarme incondicionalmente, a pesar de mis errores y limitaciones,
- Sentirme seguro de mí mismo,
- Ser capaz de enfrentar y resolver la mayor parte de los problemas básicos y de mi vida y
- Considerar que soy digno de:
- Respetarme y ser respetado,

- Satisfacer mis necesidades emocionales y
- Ser feliz.

Estos sentimientos me permiten buscar mi bienestar, resolver mis problemas y mejorar mis relaciones.

Recuerda que, lo que hacemos y cómo lo hacemos, lo que obtenemos y dejamos de obtener y nuestra manera de vivir, sufrir y disfrutar, están relacionados con nuestra autoestima.

Y recuerda también, que hay diferentes tipos de autoestima, por lo que es importante que analices en dónde te encuentras tú.

(Asarbai, García, 2009 pg.15)

#### **4.4. RELACIONES INTRAFAMILIARES**

##### **4.4.1. Concepto de relaciones intrafamiliares**

El hecho de pertenecer a una familia por un largo tiempo, además del grado de intimidad diaria de la que disfrutamos con ella, parecería ser garantía de relaciones armoniosas y estables entre todos sus miembros. Pero la realidad es otra.

Las relaciones entre sus distintos miembros, llegan en ocasiones a constituirse en un problema bastante serio y preocupante, cuando no logramos establecer los vínculos afectivos que deseáramos con los demás. El convivir en armonía se ha constituido en todo un arte, que muchos de nosotros no cultivamos, en ocasiones por no considerarlo importante si al fin de cuentas a la familia hay que soportarla y punto; y otras veces porque no estamos dispuestos a destinarle el esfuerzo e interés que demanda una tarea así, cuyos resultados quizá no son apreciables ni cuantificables pero que indudablemente van a enriquecer profundamente nuestra vida personal y emocional. (Eva Giberti– 2005.Pg.183)

##### **4.4.2. Aspectos o principios básicos de las relaciones familiares saludables y positivas:**

1.- Establecer o asumir los roles adecuados y necesarios al buen funcionamiento de un sistema familiar, cuando la figura de uno de los padres se desdibuja, se lesiona o

definitivamente se ausenta del grupo, o cuando damos a los hijos encasillamientos como "mayorcito", "pequeño", "único", además de roles de "pequeña mamá o papá", estamos estableciendo, casi de manera automática, diferencias bastante artificiales y desnivelando las naturales que deben darse y respetarse en el grupo familiar. El reconocernos como parte activa, vital de una familia nos va a comprometer a una sincera y genuina preocupación por los demás, también nos va a dar una visión responsable de lo que se espera y quiere de nosotros.

2.- Las buenas relaciones familiares se desarrollan y se fortalecen mediante una comunicación asertiva, esto es positiva, clara, directa, continua, Enriquecedora. Una comunicación que no pretenda imponerse o convencer, que dé a conocer no solo ideas sino también emociones y estados de ánimo, que se desarrolle tanto en el escuchar como en el hablar, en fin una comunicación que represente una ventana abierta a los demás a través de la cual nos dejemos penetrar a la vez que permitamos a otros darse a conocer.

3.- El compañerismo sano es requerido también en el área relacional. Hay que desarrollar una verdadera amistad entre los miembros de una familia, conociéndose, cediendo tiempo o dejando de lado mis preferencias para compartir, no estando juntos por obligación como algo que no se puede evitar; solo así nuestro entorno familiar se va a constituir en la forma más cercana y segura de llenar nuestras necesidades más profundas de intimidad. No hay que ir a buscar más lejos lo que podemos cultivar con las personas que Dios ha colocado tan cerca de nosotros, es un engaño pensar que voy a poder mantener con los de fuera dotes de amistad a las que he renunciado con los míos.

4.- Unas relaciones familiares adecuadas requiere aprender a manejar a personas difíciles, conflictos, crisis y a desarrollar formas creativas de solución en el seno de la misma. El tener que lidiar con personas distintas, susceptibles de cambios, sujetas a circunstancias, nos obliga a abrir nuestra comprensión hacia otras maneras de ver la vida a la vez que aprenderemos el respeto necesario a los demás con la sola consigna de la paz familiar. Indudablemente habrá que crear por igual, algunas maneras

eficientes de evitar, manejar y reconciliar a las personas o los momentos difíciles que se den en el marco del diario vivir, respetando la esencia misma del ser individual e intentando comprender su situación dentro del problema. Si estas iniciativas son sinceras y nacen de una auténtica vocación pacificadora van a surtir el efecto deseado, enseñándonos también otras maneras distintas de reaccionar en situaciones límites.

5.- Tenemos que trabajar seriamente para mantener momentos especiales y tradiciones familiares. El calendario normal trae muchas fechas históricas, conmemorativas y hasta comerciales; si deseamos podríamos poner en cada una de ellas nuestro sello personalísimo o lo que es mejor podríamos tomar iniciativas para procurar a nuestras familias ocasiones especiales, llenas de detalles significativos que se graben en sus corazones. También es recomendable no abandonar las tradiciones que se han mantenido desde antes y que puedan representar en nuestra vida un motivo de unión o regocijo con los nuestros. Hemos cedido muy fácilmente a otras costumbres y hasta a fechas importadas, que lo único que hacen es colocarnos cada vez más distantes unos de otros, terminando de completar un panorama nada halagüeño para la familia de hoy.

6.- Indiscutiblemente, la presencia de DIOS, en nuestras vidas y en nuestras familias, va a llevarnos con toda seguridad a mejorar el área de las relaciones familiares. El creó al hombre y a la naturaleza con un diseño muy particular: una pareja inicial, hijos que se agregan, familia extensiva, y luego una gama de personas que se suman en distintos momentos de nuestra vida. Estableció también una regla de oro de aplicación ineludible para los que anhelan tener y mantener relaciones humanas satisfactorias: " Así que todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos." Observemos que este mismo principio fue denunciado por Confucio de la siguiente manera: "No hagas a otros lo que no quieres que te hagan a ti".

¿Hay alguna diferencia en el enunciado? Seguro que sí. La clave de las relaciones correctas para la familia y entre personas, en general, no radica en el "no hacer", sino

más bien en el "hacer" y ¡bueno! Lo dejo con el desafío de todo lo que tiene que hacer para lograr esas relaciones familiares positivas, tan deseadas pero a la vez tan descuidadas.

(Pacheco Bowen.2009: pag16)

#### **4.5. CONCEPTO DE RELACIONES INTERPERSONALES**

Las relaciones interpersonales, *“es la habilidad que tienen los seres humanos de interactuar entre los de su especie”*. (Pacheco, Coria, 2005 pg.45).

Las relaciones Interpersonales son aquellas interacciones entre seres humanos que suponen una instancia de comunicación, de cualquier tipo, en la cual los individuos que intervienen interactúan en el marco de normas sociales o de conducta y a su vez, lo hacen desde sus respectivos “lugares” dentro del tejido social, respetando su posición social y actuando en consecuencia.

Las normas que regulan las relaciones sociales son ni más ni menos todas aquellas leyes y normas que tenemos a nivel local, regional o nacional. Incluso también a nivel internacional. Sin embargo, cada entidad o institución puede a su vez poseer normas internas de convivencia o desempeño dentro de la organización, como por ejemplo las escuelas (sobre todo aquellas de propiedad privada), las fábricas, las empresas, los comercios grandes o las grandes cadenas de franquicias que regulan de esta manera un comportamiento que respeta la imagen institucional que se pretende comunicar, no sólo mediante el habla y la interacción oral con los clientes o usuarios, si no también mediante el aspecto estético de la persona, uniformes, entre otros.

Las relaciones Interpersonales son unidades complejas dentro de la sociología, que engloban a las interacciones sociales (la comunicación por cualquier soporte con otros sujetos sociales), el comportamiento social (mi modo de actuar frente a otros sujetos sociales) y el acto social (hecho que me pone en presencia de otros sujetos sociales). Hoy podemos pensar en una multitud de formas de interactuar y relacionarnos socialmente, sobre todo cuando tenemos al alcance de nuestros manos un mundo virtual que es análogo del real, es decir, que podemos comunicarnos y

relacionarnos con personas de cualquier parte del mundo, y donde las maneras que tenemos precisamente para hacerlo se denominan y las conocemos como “redes” o “medios” sociales.

#### **4.5.2. Componentes de las Relaciones Interpersonales.**

##### **a) Asertividad**

La asertividad *"es la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás"* (Troncoso, Coria 2005 pg. 32).

##### **Características de la Persona Asertiva**

Algunas características de las personas asertivas son las siguientes.

- La persona asertiva siente una gran libertad para manifestarse, para expresar lo que es, lo que piensa, lo que siente y quiere, sin lastimar a los demás (es empático).
- Es capaz de comunicarse con facilidad y libertad con cualquier persona, sea ésta extraña o conocida y su comunicación se caracteriza por ser directa, abierta, franca y adecuada.
- En todas sus acciones y manifestaciones se respeta a sí misma y acepta sus limitaciones, tiene siempre su propio valor y desarrolla su autoestima; es decir, se aprecia y se quiere a sí misma, tal como es.
- Su vida tiene un enfoque activo, pues sabe lo que quiere y trabaja para conseguirlo, haciendo lo necesario para que las cosas sucedan, en vez de esperar pasivamente a que éstos sucedan por arte de magia. Es más proactivo que activo.
- Acepta o rechaza, de su mundo emocional, a las personas: con delicadeza, pero con firmeza, establece quiénes van a ser sus amigos y quiénes no.
- Se manifiesta emocionalmente libre, para expresar sus sentimientos. Evita los dos extremos; por un lado, la represión y por el otro la expresión agresiva y destructiva.

Ejemplos de comportamientos no asertivos son las peleas, las acusaciones y las amenazas; en general, todos aquellos comportamientos que signifiquen agresión a los demás sin tener en cuenta sus sentimientos.

### **b) Relaciones con el Otro Sexo**

Durante la adolescencia comienzan las relaciones de amistades estables y duraderas. Se pasa progresivamente de los grupos de un solo sexo a los grupos mixtos de amigos que usualmente, en los libros, se los denominan "pandillas", "barras" o "camarillas". Los grupos de amigos tienen la ventaja de permitir que chicos y chicas conozcan las características del otro sexo. Las muchachas inician sus relaciones amistosas antes que los muchachos.

En medio de esta etapa los adolescentes y los jóvenes entran en un periodo en el que se tiende a las relaciones particulares, sea de amistad como de amor exclusivo con una persona del otro sexo. Este hecho puede provocarles dificultades con los amigos que aún no experimentan esta realidad y que se pueden sentir abandonados. Esto se da porque existe una cierta tendencia a aislarse en las parejas que se forman a esta edad. Esta experiencia, que es una relación de atracción, es positiva y natural mientras no desemboque en una relación precoz.

El noviazgo le enseña al chico o chica a abrirse a otras personas, a ser empáticos, a dar de su interior, compartir intereses, llegar a acuerdos, respetar los gustos y deseos, e inclusive a saber superar momentos de tensión o dificultad y brindar ayuda y compañía en los momentos difíciles que la pareja pueda estar pasando.

### **c) Relaciones con Iguales o Pares**

Las relaciones con los iguales tienen una gran importancia, porque proporcionan la oportunidad de aprender cómo actuar con los demás, controlar la propia conducta social, desarrollar habilidades e intereses adecuados a la edad y compartir sentimientos y actitudes similares.

La ausencia de amigos, hace que el mundo se transforme en un lugar poco agradable. La influencia del grupo de amigos incide sobre las habilidades que se adquieren. Frente al grupo de iguales, el concepto de selección es primordial, el individuo, en lugar de ser un sujeto pasivo de su medio ambiente, es un sujeto activo que autoselecciona su grupo de acuerdo con sus semejanzas y simpatías, es así como se van conformando los grupos de amigos.

Por eso la interacción con los demás afecta al desarrollo de la conducta social otorgando muchas ocasiones de aprender pautas de conductas y normas en el ámbito social. En esta constante interacción, el niño, niña y joven, aprenderán a manejar situaciones a su favor, tendrán la oportunidad de auto conocerse y entrenar las habilidades sociales, conocerán cuáles son sus limitaciones en el ámbito interpersonal, gracias a la función de agente regulador que cumple el grupo de iguales.

El grupo de iguales otorga al adolescente un importante conjunto de experiencias que van a ser de importancia capital a la hora de involucrarse totalmente a su medio social, este cúmulo de experiencias que aprenden en convivencia con el grupo, dan al adolescente herramientas interpersonales que, de otra forma, no podrían alcanzar, la presencia de amigos crea un espacio social que permite la realización de una serie de comportamientos que en otros contextos serían impropios, crea un espacio en el que el adolescente puede explorar modos de expresión, de actitudes hacia el otro sexo, regular conductas agresivas, actitudes con relación al colegio, al trabajo y a la sociedad en general. (Montalvo.2002 pg.22).

La pertenencia a un grupo es importante para cualquier ser humano, pero cuando se trata de niños y adolescentes entran en juego otros factores como la aceptación, ser miembro de un grupo puede hacer que el adolescente se sienta útil, esta experiencia le produce un fortalecimiento de su propia imagen, porque lo hace sentir mejor consigo mismo.

#### **d) Hablar en Público**

Todas las personas en algún momento de su vida se han visto en la situación de tener que hablar en público. A medida que se llega a la vida social y profesional, estas situaciones se vuelven normales, claro que en nuestro medio ese proceso es un poco tardío, y se arrastra hasta la vida universitaria e inclusive a la vida profesional. En la vida del adolescente, la ansiedad que genera el hablar en público entra dentro de la normalidad. Es un proceso de aprendizaje indispensable, para el desarrollo de las relaciones interpersonales (Ramos, Ortiz 2012 pág. 37-38)

#### **e) Relaciones Familiares**

En las primeras etapas de la vida familiar, cuando un bebé llega a casa, todo es amor y atención. Las conductas más desaprobadas le son perdonadas, pues es demasiado pequeño para saber lo que hace, pero cerca de los tres años de edad, sus relaciones con los miembros de la familia empiezan a modificarse, ya aparecen las primeras prohibiciones y los castigos.

Conforme avanza el desarrollo del niño, sus relaciones familiares tienden a dificultarse por la autonomía de pensamiento y acción que hace que parezca más impertinente, pero cuando llega la adolescencia, las fricciones con todos los miembros y, en especial, con los padres, alcanza su máximo grado.

Por lo tanto, el núcleo familiar es la base donde se sustenta el desarrollo integral del niño y el adolescente, de él depende su bienestar físico y psicológico. A medida que el adolescente crece tanto físico como psicológicamente, comienza a entender situaciones más complejas y abstractas, empieza a interesarse por personas del otro sexo, y el tipo de relación que llevan con sus padres también sufre un cambio.

Las nuevas capacidades le hacen percibir y vivir la vida familiar de manera diferente. Antes podían ver a los padres como unos héroes, querían ser como ellos cuando fueran grandes, en el transcurso de la afirmación como persona, esa concepción va cambiando. Ahora se los ve como a seres humanos comunes con los que resulta cada

vez más difícil hablar, entenderlos y hacerse entender. No obstante, cuando la etapa de la adolescencia transcurre, las relaciones con la familia van adquiriendo mayor solidez, hasta entonces el adolescente se siente incomprendido y busca a las amistades y las relaciones con el otro sexo.

## **4.6.- PERSONALIDAD**

### **4.6.1.- Definición de Personalidad**

Consideramos a la personalidad como *"la más característica integración de las estructuras, modos de conducta, intereses, actitudes, habilidades y aptitudes de un individuo, particularmente considerada desde el punto de vista de su adaptación a las condiciones socio-culturales"*. (Di Caprio Nicholas (1987), pág. 333).

A continuación, se hará mención, de manera sintética, de los conceptos de todas las características relevantes en la definición de personalidad, antes señalada.

**a)** Conducta, podemos definirla como el modo de conducirse de una persona en las relaciones con los demás, según una norma moral, social y cultural. En su significado originario y preciso es la actividad física de un organismo vivo, observable en principio por otro individuo, a diferencia del curso de la actividad psíquica interior.

**b)** Intereses, son las cualidades de una cosa que la hacen importante y valiosa para alguien. Atenciones a un objeto al que se atribuye un valor subjetivo y tiene importancia (teórica o práctica) para el observador. Es relativamente constante, adquirida y puede tener parte en la motivación de la acción.

**c)** Actitudes, en Psicología, la disposición determinada por la experiencia sobre la conducta. Las escalas de actitud y los test de actitud son elaborados para descubrir rasgos del temperamento y de la personalidad. Según Allport, la actitud "es una disposición psíquica y nerviosa, organizada por la experiencia, que ejerce una influencia orientadora o dinámica sobre las reacciones del individuo con todos los objetos y situaciones con los que está relacionado". (Allport, 1980: pg. 51).

**d)** Habilidades, podríamos definir como aquellas cualidades, capacidades, disposiciones que posee el sujeto para realizar determinadas tareas o resolver determinados problemas. No es la mera disposición o aptitud, sino que incluye la facultad de resolver o ejecutar del modo posible con destreza.

**e)** Aptitudes, son habilidades naturales para adquirir de manera relativamente general o especial ciertos tipos de conocimiento. Concepto emparentado con el de dote personal; pero en este último se destaca el aspecto cualitativo, mientras que las características de la aptitud es el aspecto cuantitativo.

La personalidad no es únicamente biológica, ni únicamente social. "Es el conjunto estructurado de las disposiciones innatas (herencia, constitución) y de las adquiridas (medio, educación y reacciones a estas influencias), lo que determina la adaptación original del individuo a su ambiente". (Di Caprio, 1987: pg. 334)

El estudio de la personalidad se ha caracterizado por la búsqueda de explicaciones satisfactorias de las diferencias individuales y la relativa consistencia del comportamiento interindividual, lo que ha implicado innumerables investigaciones desde distintas posturas psicológicas, producto de las cuales han surgido conceptos, constructos y nuevas preguntas que amplían su rango de estudio. Es así como, el abordaje de la personalidad y su relación con la conducta continúa siendo un campo de gran interés para la disciplina, del cual pueden surgir aproximaciones para optimizar la comprensión, la descripción y la explicación del fenómeno. (Ortiz Hualampa José R. (2012) pág. de 17-19).

## **4.7.-CUESTIONARIO DE LA PERSONALIDAD PARA ADOLESCENTES H.S.P.Q**

### **4.7.1.-Escala del HSPQ**

Las escalas del HSPQ apuntan dimensiones cuya naturaleza, funcionalmente independientemente, ha sido establecida mediante investigación factorial. Sin embargo, cada una de ellas es más que una escala factorial. Representa un constructo

que ha demostrado tener valor general como una estructura psicológicamente significativa dentro de la personalidad; así, que hay que entender, por ejemplo la fuerza del superego (escala G),

La dominancia (E), la estabilidad emocional o fuerza del yo (C) o la surgencia del temperamento (F).

Las 14 escalas aluden a variables psicológicas que han sido aisladas factorialmente; cada factor representa una dimensión estadística separable en el conjunto de respuestas al cuestionario. Cuando las escalas se construyen así, necesitan mucha investigación posterior para identificar las implicaciones prácticas cada una de ellas. Las descripciones que vienen a continuación resumen esas implicaciones; en cada escala o factor existen dos polos, y el que aparece a la izquierda corresponde. Siempre a las puntuaciones bajas en el mismo no se han incluido los nombres técnicos (afectotimia, dominancia, surgencia, parmia, coastenia, etc.)

<b>FACTOR A</b>	
Reservado, alejado, crítico.	Abierto, afectuoso, reposado, participativo.
El sujeto que puntúa alto, generalmente se caracteriza por ser abierto y social, y que puntúa bajo por ser más frío y alejado. En esta época de la adolescencia, la diferencia se pone particularmente de manifiesto en el grado en el que el sujeto responde favorablemente a la actuación de los profesores y, en general, a toda la situación escolar.	
<b>FACTOR B</b>	
Inteligencia baja, pensamiento concreto	Inteligencia alta, pensamiento abstracto.
Una puntuación alta indica un adolescente “brillante”, rápido en su comprensión y aprendizaje. Este factor es una medida muy simple de los aspectos intelectuales y nunca debe reemplazar a una medida más estable de coeficiente intelectual	

obtenida con otro test más apropiado.	
<b>FACTOR C</b>	
Afectado por los sentimientos, emocionalmente poco estable, turbable.	Emocionalmente estable, tranquilo, maduro, afronta la realidad.
El adolescente con una puntuación alta se muestra con una relativa calma, parece estable y socialmente maduro. Y está mejor preparado para relacionarse con los demás, mientras que el otro polo el sujeto tiene menos tolerancia a la frustración y es más propenso a perder el control emocional.	
<b>FACTOR D</b>	
Calmoso, poco expresivo, poco activo, algo “soso”, canto.	Excitable, impaciente, exigente, hiperactivo, no inhibido
Esta escala parece medir la tendencia a exhibir excitación a una pequeña provocación, o una hiperactivación a diferentes tipos de estímulos. La puntuación baja parece describir al adolescente emocionalmente placido.	
<b>FACTOR E</b>	
Sumiso, obediente, acomodaticio, cede fácilmente.	Dominante, dogmático, agresivo, obstinado.
El sujeto es relativamente activo, dogmático, mientras que en el polo opuesto el adolescente es más dócil, en esta época de la adolescencia, la probable expresión de este factor es más la conducta agresiva que una dominancia que tenga éxito, puesto que los sujetos no han aprendido todavía las técnicas de manipulación social. Un sujeto que tiene a menudo problemas de conducta, pero si su dogmatismo es manejado de modo que desarrolle una expresión más constructiva, la adaptación posterior del adolescente puede tener más éxito.	

<b>FACTOR F</b>	
Sobrio, prudente, serio, taciturno.	Entusiasta, confiado a la buena aventura, incauto.
<p>El sujeto alto en F es bastante entusiasta, optimista y seguro de sí mismo. El bajo en F es más serio y se auto desaprueba, los estudios realizados parecen mostrar que el adolescentes F provienen en mayor proporción de un medio familiar relativamente seguro y cariñoso, mientras que el ambiente familiar del adolescente de surgente F está más caracterizado por la privación de afectos.</p>	
<b>FACTOR G</b>	
Despreocupado, o desatento con las reglas, actúa por conveniencia propia, con poca fuerza del superego	Consciente, perseverante, moralista, sensato, sujeto a las normas, con mucha fuerza del superego.
<p>La escala parece reflejar el grado en el que el sujeto ha incorporado los valores del mundo de los adultos. En esta época de la adolescencia la valoración que da a su rendimiento tiene relación con la situación escolar.</p>	
<b>FACTOR H</b>	
Cohibido, tímido, sensible a la amenaza.	Emprendedor, socialmente atrevido, no inhibido, espontaneo.
<p>Junto con la escala A, este factor H es un componente de la extroversión e introversión, y se expresa en diferentes grados de sociabilidad, mientras que en A es más sociable en el sentido que muestra respuesta emocional positiva a las personas, el H lo es en el sentido de que se relaciona libre y atrevidamente con los demás. El sujeto H es más sensible, se amedrenta fácilmente. Y mediante el alejamiento, intenta evitar la amenaza y excesiva estimulación sociales.</p>	

<b>FACTOR I</b>	
Sensibilidad dura, rechazo a las ilusiones, realista. Confiado solo en sí mismo.	Sensibilidad blanda, impresionable, dependiente, súper protegido.
<p>Los resultados de los estudios señalan que el modelo de personalidad asociado con el palo alto de esta escala es un tipo de sensibilidad fomentada por la súper protección. Consecuentemente, un adolescente I positivo tiende a mostrar una mayor dependencia ( temerosa evitación de la amenaza física simpática, por las necesidades de los demás), que la que muestra el sujeto I negativo que es más independiente y de “piel dura”</p>	
<b>FACTOR J</b>	
Seguro le gusta la actividad en grupo, activo, vigoroso.	Dubitativo, irresoluto, reservado, individualista, no le gusta actuar en grupo.
<p>El adolescente con puntuación alta tiende a ser individualista, motrizmente reprimido, crítico con los demás y despreciativo, mientras que el sujeto J negativo es más libremente expresivo y activo, así como poco crítico.</p>	
<b>FACTOR O</b>	
Sereno, apreciable, poco confiable.	Apreensivo con la sensación de culpabilidad, insegura, preocupada, turbable, con auto reproches.
<p>En esta escala más directamente relacionada con una zozobra de subjetividad manifiesta, entre los adultos es el factor que mejor se diferencia a los neuróticos de los normales. La reacción de expresividad del sujeto O positivo se podría caracterizar de diferentes modos: irritabilidad, ansiedad o depresión, según las situaciones.</p>	

<b>FACTOR Q1</b>	
Sociable, buen compañero y de fácil unión al grupo.	Autosuficiente, prefiere sus propias decisiones, lleno de recursos.
<p>Es uno de los principales componentes del factor secundario introversión o extroversión el Q1 positivo no es necesariamente dominante en sus elaboraciones con los demás, no le disgusta la gente, simplemente no necesita de apoyo del grupo, mientras que el Q1 negativo no es necesariamente gregario por decisión propia, sino que necesita apoyo del grupo.</p>	
<b>FACTOR Q2</b>	
Menos integrado, relajado, sigue sus propias necesidades, descuidado de las reglas sociales.	Más integrado socialmente, escrupuloso, autodisciplinado, compulsivo, control de autoimagen.
<p>En los adultos el Q2 positivos señala los sujetos que tienen mucho control de sus emociones y de su conducta en general. El Q2 negativo indica despreocupación por el control de los deseos y por las demandas sociales. Un adolescente Q2 negativo podría ser, por ejemplo, tener más problemas con las normas escolares, no con una intención delincuencia, sino por preocupación y negligencia.</p>	
<b>FACTOR Q3</b>	
Relajado, tranquilo, pesado, sosegado, no frustrado.	Tenso, frustrado, presionado, sobre excitado, inquieto.
<p>Entre los adultos, estas escalas se relacionan con muy diferentes conductas sintomáticas que generalmente podrán explicarse en términos de “tensión nerviosa” o impulso no descargado. El adolescente Q4 positivo se siente frustrado y demuestra irritabilidad o mal humor; el adolescente Q4 negativo polo relajado de la escala, parece reflejar un tipo de compostura que hace fácil la sociabilidad.</p>	

(Manual HSPQ pg. 5, 6)

#### **4.8.-INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH**

**Autoestima General:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta auto descriptiva.

**Autoestima Social:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta en relación a sus pares.

**Autoestima Familiar:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta en relación a su contexto familiar.

**Autoestima Escolar Académica:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta en relación a su ámbito escolar.

#### **4.9.- DIFICULTADES INTERPERSONALES.**

##### **4.9.1.- Definición de dificultades interpersonales**

El constructo dificultad interpersonal se refiere a la evaluación del propio sujeto sobre el grado de dificultad experimentado al relacionarse con diferentes clases de personas, independientemente del origen de la dificultad (déficit en aserción, emociones como ansiedad o ira, creencias irracionales). Las dificultades interpersonales tienen consecuencias negativas para el adolescente. En primer lugar, repercuten en el rendimiento académico debido a la escasa participación en clase, a la resistencia a presentar trabajos en público y a la tendencia a evitar preguntar al profesor impidiendo la aclaración de dudas (Beidel, 1991; Francis y Radka, 1995; Lawrence y Bennett, 1992)

En segundo lugar, la evitación de las relaciones con los compañeros genera aislamiento y sentimientos de soledad, (Inderbitzen, Clark y Solano, 1992; Inderbitzen et al., 1997; Walters e Inderbitzen, 1998) y la correspondiente baja tasa de reforzamiento social origina depresión (Francis, Last y Strauss, 1992) finalmente, el déficit de habilidades sociales concomitantes conduce a una relación disfuncional con los padres, que impide la comunicación, negociación y resolución de conflictos (Openshaw, Mills, Adams y Durso, 1992) y aumenta el riesgo de consumo de drogas

legales e ilegales (Clark y Kirisci, 1996; Clark y Sayette, 1993) por tanto, la investigación de los factores que inhiben o interfieren las relaciones interpersonales del adolescente es relevante en el ámbito de la psicopatología del desarrollo.

#### **4.10.- Cuestionario de Evaluación de las Dificultades Interpersonales CEDIA**

Descripción: El Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA) está compuesto por 36 ítems distribuidos en cinco factores: Aserción, Relaciones con el otro Sexo, Relaciones con Iguales, Hablar en Público y Relaciones Familiares.

Este instrumento evalúa las dificultades interpersonales en los siguientes niveles:

- 0 = Ninguna dificultad
- 1 = Poca dificultad
- 2 = Mediana dificultad
- 3 = Bastante dificultad
- 4 = Máxima dificultad

## **V. METODOLOGÍA**

### **5.1. Descripción sistematizada de la P.I.**

#### **5.1.1 1ra Fase – Presentación y Elaboración del diagnóstico (pre- prueba)**

La presente fase estuvo enmarcada en la presentación a cada una de las participantes a manera de entrar en confianza con la mismas, para ello se realizó una dinámica con la finalidad de promover la cohesión en el grupo. Posteriormente se procedió a la aplicación de cada instrumento ya preparado para cada una de las áreas mencionadas con anterioridad. Esta aplicación se realizó de manera individual con cada una de las adolescentes que fueron parte de este estudio.

A continuación se presenta el desarrollo de los temas del programa de intervención.

#### **5.1.2. 2da Fase – Desarrollo de las actividades en el área de autoestima.**

En esta fase se aplicaron las sesiones y actividades destinadas a mejorar la autoestima de las adolescentes, mediante actividades que permitieron conocernos mejor. Dichas actividades estaban destinadas a mejorar la autoestima con conceptos claros y precisos; se realizaron actividades tales como: El termómetro de la autoestima, el juego de la autoestima, heridas de la autoestima. Las actividades se realizaron de manera grupal, entre todas las adolescentes. Para la conclusión de esta actividad se finalizó con la aplicación el inventario de la autoestima de Cooperthsmith.

#### **5.1.3. 3ra Fase – Desarrollo de las actividades en el área de relaciones intrafamiliares e interpersonales.**

En la tercera fase, se desarrollaron actividades que permitieron cumplir con el tercer objetivo específico de la práctica destinado a desarrollar espacios de reflexión sobre las relaciones intrafamiliares e interpersonales. Todas las actividades estuvieron destinadas a conocer sobre los valores, virtudes y actitudes dentro de la familia, para luego hacer un análisis sobre la situación de las mismas.

#### **5.1.4. 4ta Fase – Identificar rasgos de personalidad en las adolescentes de la casa hogar.**

La presente fase estuvo enmarcada a la aplicación de test de personalidad H.S.P.Q el mismo que nos ayudó a conocer el tipo de personalidad que tiene cada una de las adolescentes que asiste a la casa hogar.

#### **5.1.5. 5ta Fase –Evaluación**

En esta última fase se realizó la evaluación final, para conocer el impacto de las actividades en cada una de las áreas. Por lo tanto permitió comparar la situación inicial de las adolescentes con el impacto de la fase de tratamiento.

#### **5.1.6.6ma Actividades de apoyo a la institución.**

A solicitud de la casa hogar Virgen de Chaguaya, se entregó un informe psicológico de cada una de las participantes en el área de autoestima, relaciones intrafamiliares e interpersonales para lo cual se contó con la participación de todas las adolescentes.

### **5.2. Características de la población beneficiaria.**

El trabajo de intervención fue dirigido a 13 adolescentes comprendidas entre los 14 a 18 años de edad, que están internas en la casa hogar Virgen de Chaguaya. Las mismas viven en esta casa hogar por diferentes motivos y razones.

La mayoría de las adolescentes provienen de hogares disfuncionales o mono parental. Algunas de ellas viven con la madre o solo con el padre, debido a problemas entre los mismos, o en el peor de los casos con algún familiar y cuando estos no pueden hacerse cargo de las mismas, se refugian dentro de esta casa hogar.

La condición de las adolescentes dentro de la casa hogar Virgen de Chaguaya, permite brindarles apoyo temporal o permanentemente, dependiendo de cada caso. En la casa hogar comparten y conviven todas las adolescentes.

Dentro de la casa hogar ellas realizan trabajos de limpieza, cocinan y cada una tiene obligaciones que debe cumplir, también se les enseña manualidades. Algunas de las

adolescentes son catequistas en la iglesia San Martín de Porres, esto lo hacen de manera voluntaria.

**Cuadro N°1**  
**Población beneficiaria**

<b>EDAD</b>	<b>POBLACIÓN</b>
<b>14-15</b>	<b>8</b>
<b>16-18</b>	<b>5</b>
<b>TOTAL</b>	<b>13</b>

### **5.3. Contraparte Institucional.**

Para la realización del trabajo dirigido, la casa hogar Virgen de Chaguaya brindó todo su apoyo y colaboración; la dirección está a cargo de la Hna. Angélica Quispe Flores con quien se coordinó las actividades en beneficio a las adolescentes.

- Por lo tanto colaboraron con las actividades que se realizaron durante la práctica institucional.
- Brindaron todo el apoyo y la predisposición necesaria durante el transcurso de las actividades, demostrando colaboración y prestando mucha atención al momento de realizar cada actividad.
- Cada una de las actividades se realizó dentro de la casa hogar, en los ambientes del salón de clases, el mismo ofrecía comodidad a la hora de trabajar en cada una de las actividades de cada área; cada actividad estuvo acompañada de refrigerio, a manera de compartir con ellas.

## **5.4. Método, técnicas, materiales e instrumentos**

### **5.4.1 Método**

Por las particularidades propias de la presente práctica institucional, se hizo uso del método **activo- participativo**, que tiene la finalidad de construir conocimientos en base a la participación y dinámica en los procesos de facilitación.

Por otra parte, se hizo uso del **método comparativo**, ya que se aplicaron los instrumentos en dos fases: pre prueba, y post prueba, todo esto para medir el impacto del programa.

Así mismo, se utilizó el **método empírico**, que permiten la recopilación de datos mediante los instrumentos administrados, los mismos que transformaron la realidad en el proceso de información, para posteriormente realizar un análisis e interpretación de la práctica.

También se utilizó el **método cualitativo**, el mismo permitió adquirir información en profundidad para poder comprender el comportamiento humano y las razones que gobiernan tal comportamiento; lo cual permitió medir la variable de autoestima, relaciones intrafamiliares y relaciones interpersonales que presentan las adolescentes que asisten a la casa hogar Virgen de Chaguaya.

### **5.4.2 Técnicas**

Las técnicas que se utilizaron en el presente trabajo son:

**Exposición participativa.-** La exposición interactiva es un instrumento que se utiliza en determinados procesos formativos e informativos. Se aplica para adquirir conocimientos partiendo siempre de la práctica, es decir, de las experiencias vividas y de los sentimientos que muchas situaciones originan, así como de los problemas y dificultades del entorno.

Dentro del proceso y ejecución de la práctica, se utilizó contenidos temáticos sobre diferentes tópicos como habilidades sociales, autoestima, relaciones sociales, empatía, relaciones intrafamiliares, y diversas técnicas de integración y orientación,

lo que permitió generar la reflexión de las adolescentes sobre el aporte de los conocimientos básicos adquiridos.

### **Observación.-**

Es una técnica para reunir información visual, se utilizan los propios ojos, asistido con una cámara fotográfica o instrumento de grabación. Es un registro en forma sistemática, de patrones conductuales de personas, objetos y sucesos a fin de obtener información sobre un fenómeno de interés, sin entrar en contacto con ellos. Dentro de este marco, la observación se utilizó durante todo el proceso de ejecución del programa, permitió realizar algunos ajustes en el mismo y en las actividades de las adolescentes, además permitió reflexionar sobre el proceder y el impacto de cada una de las actividades en las adolescentes.

**Técnicas Activas/participativa.-** Es una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza- aprendizaje y construcción del conocimiento. Es una forma de trabajo que concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción y reconstrucción de conocimientos. En el proceso de ejecución del programa, la técnica se utilizó de manera permanente con las adolescentes, ya que las actividades están destinadas a la participación activa.

### **5.4.3. Instrumentos**

- Para la presente práctica se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith que ayudó a evaluar el nivel de autoestima en las adolescentes.

#### **❖ Inventario de Autoestima de Coopersmith**

**Nombre:** Inventario de Autoestima de Coopersmith

**Autor:** Coopersmith

**Edad:** 14 años en adelante

**Formas de aplicación:** Individual

**Tiempo de Aplicación:** 20-30 minutos aprox.

**Área que evalúa:** Autoestima

**Materiales de Aplicación:**

- Cuadernillo de Aplicación
- Normas de Aplicación
- Protocolos de Registro

**Desarrollo:**

El inventario de autoestima de Coopersmith es un instrumento de auto-reporte de 58 ítems, dentro del mismo el sujeto lee una sentencia declarativa y luego decide si esa afirmación es “igual que yo” o “distinto a mí”. El inventario está referido a la percepción del paciente y/o estudiante en cuatro áreas: autoestima general, social, familiar, escolar académica y una escala de mentira de ocho ítems.

**Autoestima General:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta autodescriptiva.

**Autoestima Social:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta en relación a sus pares.

**Autoestima Familiar:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta en relación a su contexto familiar.

**Autoestima Escolar Académica:** En este apartado se conoce el nivel de aceptación con el que la persona valora su conducta en relación a su ámbito escolar.

**Tipo de análisis:** Cuantitativo

**Calificación:** Cada ítem respondido en sentido positivo, es computado con 2 puntos. Se suman los puntajes correspondientes a cada una de las escalas del instrumento. Si el puntaje total obtenido resulta muy superior al promedio, ( $T = 67$  o más), significaría que las respuestas del sujeto son poco confiables e invalidan la aplicación del inventario.

Por último, se pueden sumar todos los puntajes (menos la escala M) para obtener un indicador de la apreciación global que el sujeto tiene de sí mismo.

- En el área de relaciones intrafamiliares e interpersonales se aplicó el cuestionario “CEDIA” a las adolescentes para poder evaluar el nivel de relaciones sociales.

❖ **Cuestionario de Evaluación de las Dificultades Interpersonales CEDIA**  
**Autor:(Cándido J. Inglés Saura, Francisco Xavier Méndez y María Dolores Hidalgo)**

Descripción: El Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA) está compuesto por 36 ítems distribuidos en cinco factores: Aserción, Relaciones con el otro Sexo, Relaciones con Iguales, Hablar en Público y Relaciones Familiares, que explican el 32.92% de la varianza.

El estudio de la fiabilidad indica que el CEDIA posee una elevada consistencia interna ( $\alpha = .91$ ). Los análisis de varianza revelan que las chicas presentan un mayor nivel de dificultad en las relaciones interpersonales que los chicos, pero no existen diferencias en función de la edad ni de la interacción sexo -edad.

Análisis de ítems y fiabilidad: Las correlaciones ítem - factor fueron elevadas: 52 - 67 (Aserción), 65 - 79 (Relaciones con el otro Sexo), 58-69 (Relaciones con Iguales), 57 - 75 (Hablar en Público) y 66 - 70 (Relaciones Familiares). Se decidió conservar únicamente aquellos ítems cuyas correlaciones ítem-test fueran iguales o mayores de 30. La correlación ítem - test más alta fue 62, de los ítems 22 ¿Tienes dificultad para invitar a alguien del otro sexo a ir al cine? y 35 ¿Tienes dificultad para iniciar una conversación con una persona del otro sexo que te atrae?, y la más baja fue 29, del ítem 34 ¿Tienes dificultad para quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a la excursión que ha organizado tu centro escolar?

Aunque el ítem 34 no alcanzó el criterio (30), se decidió mantenerlo por tres razones: a) para conservar, al menos, cinco ítems por factor, b) por ser el ítem con mayor carga

factorial en su factor, y c) por su elevada correlación con el factor. El 51% de los ítems obtuvo una correlación ítem-test igual o superior a 50 y el 74% igual o superior a 45, mostrando un buen comportamiento de la mayoría de los ítems con respecto al total de la prueba. Los coeficientes de consistencia interna fueron 91 (CEDIA), 86 (Aserción), 82 (Relaciones con el otro Sexo), 75 (Relaciones con Iguales), 78 (Hablar en Público) y 69 (Relaciones Familiares).

Este instrumento evalúa las dificultades interpersonales en los siguientes niveles:

- 0 = Ninguna dificultad
- 1 = Poca dificultad
- 2 = Mediana dificultad
- 3 = Bastante dificultad
- 4 = Máxima dificultad

➤ Otro de los instrumentos utilizados fue el inventario de la personalidad H.S.P.Q el cual ayudó a medir la personalidad de manera personal e individual de cada una de las participantes.

#### ❖ **H.S.P.Q**

El H.S.P.Q se ofrece como una ayuda a profesores, orientadores psicólogos y en general, para uso clínico y de investigación. En el área clínica, junto con la escolar han sido las dos principales esferas de aplicación de los instrumentos adecuados y convenientes para evaluar la personalidad de los adolescentes en edad escolar.

La importancia de los test para el diagnóstico y tratamiento de los problemas emocionales y de conducta, es obvia en una labor clínica, y poco a poco se va reduciendo su labor en situaciones escolares; utilizados por el orientador, los instrumentos pueden tener una finalidad similar a la de labor clínica. Por otra parte permitirán ampliar su comprensión de las necesidades de desarrollo personal de cada adolescente, hacer más fiable esta comprensión con el contacto personal y ayudarle a

interpretar los diferentes aspectos de la adaptación escolar (por ejemplo, las discrepancias entre las actitudes y el rendimiento escolar) y social del alumno (por ejemplo, los problemas que se encuentran en adolescentes en su incorporación al mundo de los adultos).

A pesar de las fundadas virtudes del cuestionario como instrumento de medida, hasta el momento su principal desarrollo se ha centrado en el área del examen de los adultos. El autor y colaboradores han elaborado nuevos instrumentos para otras edades: el ESPQ (6- 8 años), el CPQ (8-12 años), y el presente HSPQ (12- 18 años).

El HSPQ consta de 140 elementos, aplicables a escolares de la etapa final, atendiendo a la personalidad de adolescentes y sus posibles problemas en su actividad escolar y en su entorno social, el test permite apreciar catorce dimensiones de la personalidad, incluyendo el aspecto intelectual, en un tiempo mínimo de aplicación (unos 40 a 50 minutos). El HSPQ puede resultar una evaluación especial en relación con la adaptación de los alumnos adolescentes.

### **Escalas del HSPQ**

Las escalas del HSPQ apuntan dimensiones cuya naturaleza funcional independientemente, ha sido establecida mediante investigación factorial. Sin embargo cada una de ellas es más que una escala factorial; representa un constructo que ha demostrado tener valor general como una estructura psicológicamente significativa dentro de la personalidad; así hay que entender, por ejemplo la fuerza del superego (escala G),

La dominancia (E), la estabilidad emocional o fuerza del yo (C) o la surgencia del temperamento (F).

Las 14 escalas aluden a variables psicológicas que han sido aisladas factorial mente; cada factor representa una dimensión estadística separable en el conjunto de respuestas al cuestionario. Cuando las escalas se construyen así, necesitan mucha investigación posterior para identificar las implicaciones prácticas de cada una de

ellas. Las descripciones que vienen a continuación resumen esas implicaciones; en cada escala o factor existen dos polos, y el que aparece a la izquierda corresponde Siempre a las puntuaciones bajas, en el mismo no se han incluido los nombres técnicos (Afectotimia, dominancia, surgencia, parmia, coastenia, etc.)

## **6.- ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS**

En el presente capítulo se muestran los resultados que se obtuvieron a través de la aplicación de los instrumentos utilizados, de manera individual, con cada una de las participantes, tanto en la evaluación inicial y al final de la práctica en el área de autoestima, relaciones intrafamiliares, relaciones interpersonales a adolescentes, pertenecientes a la casa hogar Virgen de Chaguaya.

Primero se presentan los resultados obtenidos la evaluación diagnóstica (pre prueba), la cual permitió dar respuesta al primer objetivo específico de la práctica.

Seguidamente, se muestra una descripción detallada de las actividades que se trabajaron y desarrollaron, de manera grupal y conjunta, destinadas a desarrollar los temas de las diferentes áreas de la práctica institucional, cumpliendo así, el segundo, tercero y cuarto objetivo específico de la práctica.

Finalmente, se concluye este capítulo con la evaluación final (post-prueba), la cual permitió analizar y comparar el impacto de la fase de tratamiento de la práctica.

## I.-FASE DE EVALUACIÓN INICIAL

### CUADRO N° 2

#### AUTOESTIMA DE NIÑAS Y ADOLESCENTES DE LA CASA HOGAR VIRGEN DE CHAGUAYA.: PRE TEST

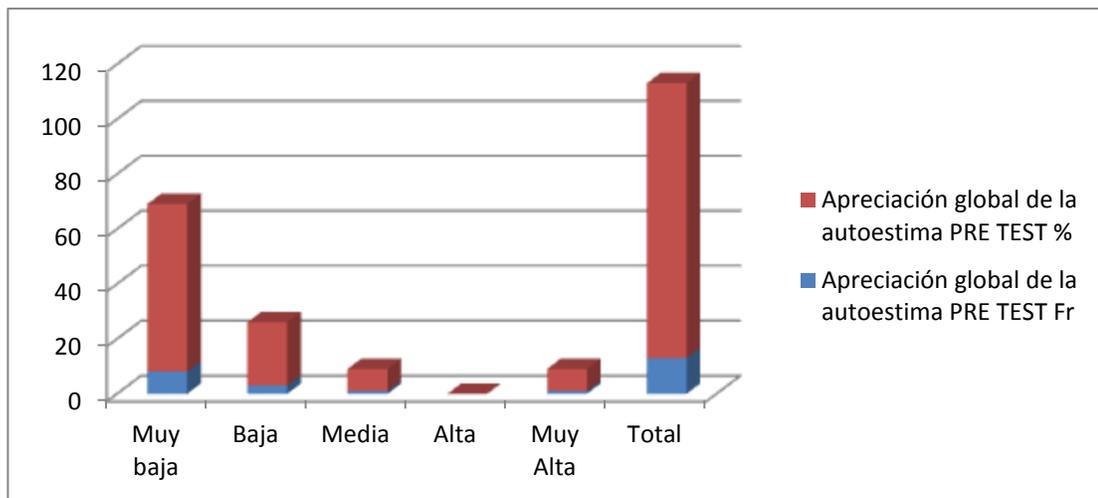
Apreciación global de la autoestima		
	PRE TEST	
Escala	Fr	%
Muy baja	8	61
Baja	3	23
Media	1	8
Alta	0	0
Muy Alta	1	8
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100</b>

## GRÁFICA N°2

### AUTOESTIMA DE ADOLESCENTES DE LA CASA HOGAR VIRGEN DE

### CHAGUAYA.

### PRE -TEST



La autoestima es *"una actitud de aceptación, de uno mismo, es la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse. En ese sentido, el concepto de Autoestima de la persona es una actitud o disposición, una forma de ser. Está constituida por todas las características que el sujeto se atribuye a sí mismo; es decir, lo que siente, piensa y la valoración que atribuye a este concepto de sí mismo"*.

En la gráfica N°2, del **Pre Test**, acerca de la Apreciación Global de la Autoestima se puede evidenciar que 61% de la población presenta una autoestima muy baja, esto indica que más de la mitad de las adolescentes, a las cuales se aplicó el programa, presentaban una imagen muy desvalorizada de sí mismas, pocas relaciones interpersonales, bajas relaciones intrafamiliares y el desconfiar de sus propias aptitudes.

Entonces, se puede deducir que las adolescentes de la Casa-Hogar Virgen de Chaguaya, desconocen lo que es la Autoestima y su valoración personal, lo cual indica que tienen dificultades para relacionarse e interactuar con otras personas, por la propia desconfianza que tienen en ellas mismas, y así también para con las demás

Mientras que 23% de la población tiene una baja autoestima, esto debido a la falta de valor en sí mismas y la desconfianza que tiene consigo mismas. Por lo tanto, se caracterizan por no valorarse adecuadamente. Las adolescentes presentan falta de confianza en sí mismas.

Se puede deducir que no hay buen nivel de compañerismo ni consigo mismas ni con el resto de sus compañeras con las cuales conviven a diario.

Por otro lado, 8% de la población se encuentra en un nivel regular, lo que significa que no tienen confianza en sí mismas, no tienen buena valoración personal en comparación a las demás, ni un buen concepto de sí mismas y una escasa aceptación con respecto a su persona.

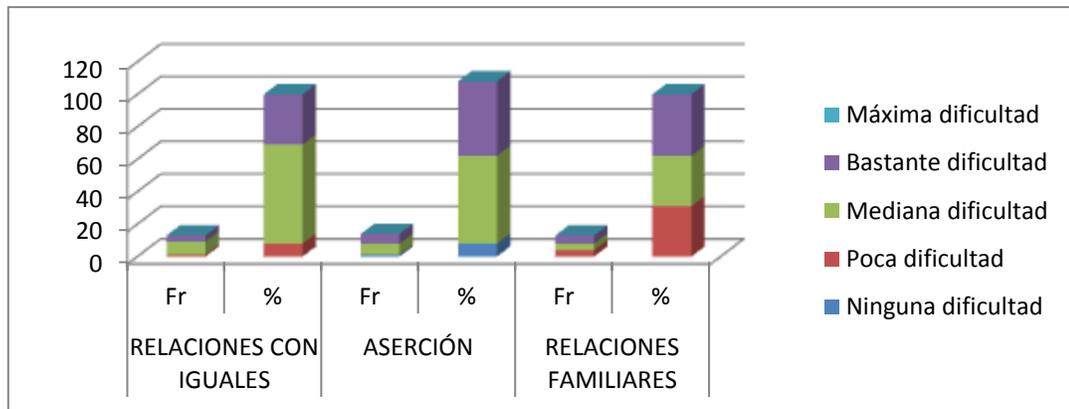
### CUADRO N°3

(RELACIONES INTRAFAMILIARES E INTERPERSONALES EN ADOLESCENTES DE LA CASA HOGAR VIRGEN DE CHAGUAYA (PRE-TEST))

NIVELES DE DIFICULTAD	RELACIONES CON IGUALES		ASERCIÓN		RELACIONES FAMILIARES	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Ninguna dificultad	0	0	1	8	0	0
Poca dificultad	1	8	0	0	4	31
Mediana dificultad	8	61	7	54	4	31
Bastante dificultad	4	31	6	46	5	38
Máxima dificultad	0	0	0	0	0	0
<b>TOTALES</b>	13	100	13	100	13	100

### GRÁFICA N°3

#### RELACIONES INTRAFAMILIARES E INTERPERSONALES DE ADOLESCENTES DE LA CASA HOGAR VIRGEN DE CHAGUAYA (PRE-TEST)



*Las relaciones interpersonales son aquellas interacciones entre seres humanos que suponen una instancia de comunicación, de cualquier tipo, en la cual los individuos que intervienen interactúan en el marco de normas sociales o de conducta y a su vez, lo hacen desde sus respectivos “lugares” dentro del tejido social, respetando su posición social y actuando en consecuencia.*

*Las normas que regulan las relaciones sociales son ni más ni menos todas aquellas leyes y normas que tenemos a nivel local, regional o nacional. Incluso también a nivel internacional. Sin embargo, cada entidad o institución puede, a su vez, poseer normas internas de convivencia o desempeño dentro de la organización, como por ejemplo las escuelas (sobre todo aquellas de propiedad privada), las fábricas, las empresas, los comercios grandes o las grandes cadenas de franquicias que regulan, de esta manera, un comportamiento que respeta la imagen institucional que se pretende comunicar, no sólo mediante el habla y la interacción oral con los clientes o usuarios, sino también mediante el aspecto estético de la persona, uniformes, entre otros.*

Observando los resultados **del Pre test**, el cuadro N°3 hace referencia a las Relaciones entre Semejantes, 61% presenta una mediana dificultad, lo cual indica que las adolescentes de la Casa-Hogar Virgen de Chaguaya tienen poco acercamiento con sus equivalentes, no son de hacer amigos con facilidad, su interacción social se ve afectada al no sentirse perteneciente a un grupo.

Este grupo, que representa más de la mitad de la población fracasará en un futuro en sus relaciones interpersonales y en su vida social. El alejamiento de sus amigos que sirven de apoyo en cualquier situación que se les presente en un futuro, es otra dificultad que presentan por la forma que tienen para relacionarse con sus iguales.

Con referencia al área de la asertividad 54% de las adolescentes respondieron en la categoría *mediana dificultad*, lo cual indica que las adolescentes no han desarrollado la asertividad, son poco empáticas con los demás y consigo mismas, implicando así que muestran dificultades de comunicarse y no tienen la suficiente madurez emocional para manejar situaciones que se les presentan a diario en su entorno social, con incapacidad para expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno.

- **RELACIONES INTRAFAMILIARES (cuestionario CEDIA)**

Por otra parte, 31% de la población en el **Pre Test**, presenta una *mediana dificultad* en sus relaciones intrafamiliares, mientras que el otro 31% denota una *máxima dificultad*, esto permite deducir que la mayoría de la población presenta dificultades en las relaciones internas con su familia, con carencia en la afectividad y el contacto con sus padres o hermanos, lo que delimita la comunicación con su entorno, impidiendo de esta manera que ellas puedan formular bien sus demandas y necesidades en su familia, siendo muy negativo para la adaptación a su entorno familiar. Las relaciones entre sus distintos miembros, llegan en ocasiones a constituirse en un problema bastante serio y preocupante, cuando no se logra establecer los vínculos afectivos

Es importante que estas relaciones se trabajen y se mejoren. Esto indica que el bienestar y el ajuste para una buena adaptación empieza por el contacto en la fraternidad del hogar, así la adolescente pueda comunicar sus problemas y desenvolverse de manera adecuada.

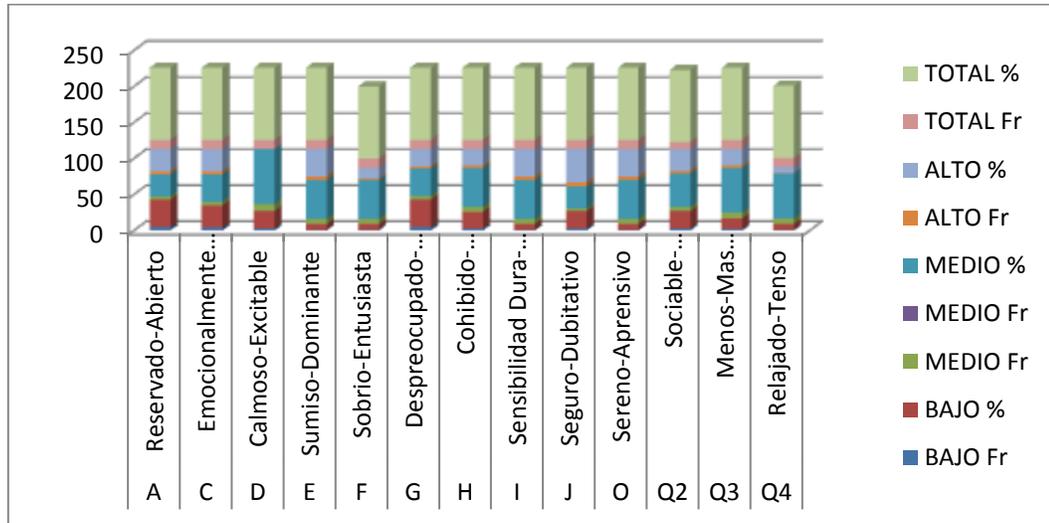
**CUADRO N° 4**

**TEST H.S.P.Q.**

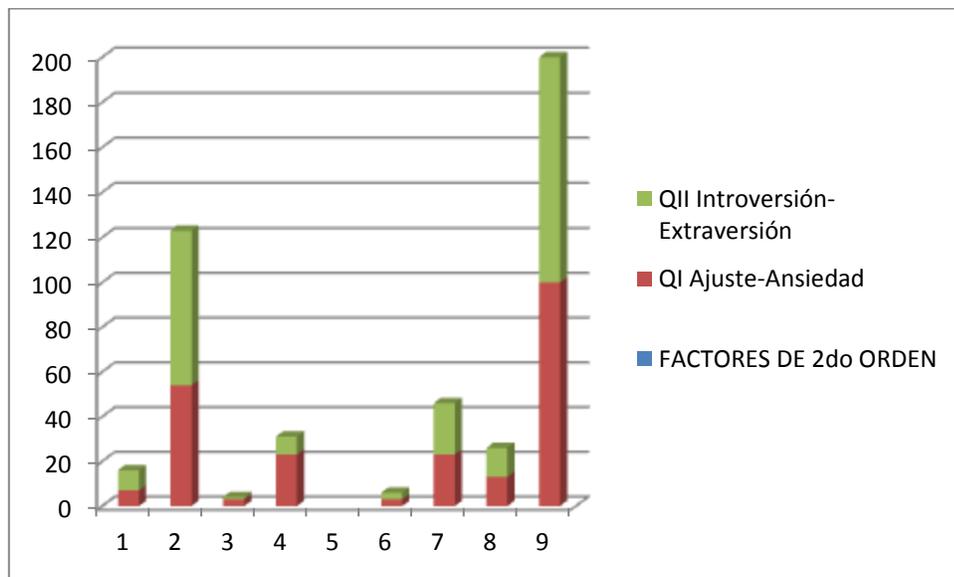
<b>TEST HSPQ</b>									
<b>PRINCIPALES RASGOS DE LA PERSONALIDAD</b>									
<b>FACTOR</b>	<b>DESCRIPCION DE LOS FACTORES</b>	<b>BAJO</b>		<b>MEDIO</b>		<b>ALTO</b>		<b>TOTAL</b>	
		<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>
<b>A</b>	<b>Reservado-Abierto</b>	5	38	4	31	4	31	13	100
<b>C</b>	<b>Emocionalmente afectado- Estable</b>	4	31	5	38	4	31	13	100
<b>D</b>	<b>Calmoso-Excitable</b>	3	24	10	76	0	0	13	100
<b>E</b>	<b>Sumiso-Dominante</b>	1	8	7	54	5	38	13	100
<b>F</b>	<b>Sobrio-Entusiasta</b>	1	8	7	54	2	15	13	100
<b>G</b>	<b>Despreocupado-Consciente</b>	5	38	5	38	3	24	13	100
<b>H</b>	<b>Cohibido-Emprendedor</b>	3	23	7	54	3	23	13	100
<b>I</b>	<b>Sensibilidad Dura- Blanda</b>	1	8	7	54	5	38	13	100
<b>J</b>	<b>Seguro-Dubitativo</b>	3	24	4	30	6	46	13	100
<b>O</b>	<b>Sereno-Apreensivo</b>	1	8	7	54	5	38	13	100
<b>Q2</b>	<b>Sociable-Autosuficiente</b>	3	24	6	46	4	30	10	100
<b>Q3</b>	<b>Menos-Mas integrado</b>	2	15	8	62	3	23	13	100
<b>Q4</b>	<b>Relajado-Tenso</b>	1	8	8	62	1	8	13	100
<b>FACTORES DE 2do ORDEN</b>									
<b>QI</b>	<b>Ajuste-Ansiedad</b>	7	54	3	23	3	23	13	100
<b>QII</b>	<b>Introversión-Extraversión</b>	9	69	1	8	3	23	13	100

## GRÁFICA N°4

### TEST H.S.Q.



### TEST H.S.Q. FACTORES DE SEGUNDO ORDEN



**Fuente: elaboración propia**

Se considera a la personalidad como *"la más característica integración de las estructuras, modos de conducta, intereses, actitudes, habilidades y aptitudes de un*

*individuo, particularmente considerada desde el punto de vista de su adaptación a las condiciones socio-culturales”*. (Di Caprio Nicholas (1987), pág. 333).

Se observa en la gráfica que un 69% de la población presenta como uno de los puntajes más significativos la introversión en el factor negativo de segundo orden, lo cual indica que la población, objeto de estudio, denota poca preocupación, e incapacidad en el control de sus deseos, que puede ser provocado por las demandas sociales y que podría crear problemas académicos relacionados con las normas escolares, lo cual se constató con la observación y con cada una de las prácticas realizadas con ellas, ya que en un principio, alguna de ellas no mostraba el interés necesario y presentaba dificultades a la hora de respetar las reglas y normas que existen dentro de la casa hogar.

Mientras que 54% puntuó el factor Q1 de segundo orden, lo cual indica que existe una necesidad de apoyo grupal para la toma de decisiones, esta incapacidad puede dificultar la confianza y acercamiento entre los miembros de la casa hogar, sobre todo porque no existe unión y cohesión como grupo, debido a que entre ellas no se conocían ni socializaban bien por las limitaciones que puso cada una de ellas.

Un 54% de las encuestadas puntuó el factor “G” dentro de los puntajes bajos, lo cual significa que las adolescentes son *despreocupadas o desatentas con las reglas, actúan por conveniencia propia, con poca fuerza del superego* “presentando conductas de rebeldía” Este comportamiento puede deberse a que no han tenido la oportunidad de convivir con las personas cercanas a su entorno familiar, lo que puede provocar inseguridad, falta de respeto a las normas y reglas, denotando rebeldía en algunas situaciones, como una manera de sobresalir y hacerse notar ante sus demás compañeras de la casa hogar.

Como se observa en la gráfica siguiente, 46% de las encuestadas califican como puntuación alta en el factor “J” *Dubitativo*, lo cual permite interpretar que son adolescentes con tendencias a tener dificultades para resolver problemas, son reservadas, individualistas, no le gusta actuar en grupo, *reprimidas, críticas con los demás y despreciativas*, “esto se evidencio encada una de las practicas donde las

participantes mostraban indiferencia con sus pares y demás compañeras, se encontraban distanciadas a la hora de compartir, mientras que 23% de las adolescentes encuestadas puntuó el factor Q2 que significa, sociabilidad, mayor *integración en el área social* donde resalta la autodisciplina y el control de su autoimagen

Esto se constata con algunas de las participantes que presentaban un trato cordial con respecto a sus compañeras, debido a que ya llevaban más tiempo dentro de la casa hogar, lo que hacía que traten más con las nuevas y las ayuden a adecuarse en su nuevo hogar y se sientan bien dentro de ella.

Por otra parte, 54% de las encuestadas puntuó el factor “F”, lo cual muestra que presentan rasgos de entusiasmo, optimismo, confianza y seguridad en sí mismas, posiblemente estos rasgos sean parte de un aprendizaje en un medio familiar relativamente seguro y cariñoso, esto se pudo otra evidenciar con internas que vivieron por algún tiempo con sus padres, quienes al separarse ya no pudieron hacer cargo de ellas y, por problemas económicos, las mismas fueron remitidas a la casa hogar donde ahora se encuentran refugiadas.

## **II.- FASE: DE INTERVENCIÓN**

Responde al tercer objetivo de la práctica institucional que se refiere “*aplicar un programa de intervención psicológica en el área de autoestima, relaciones intrafamiliares e interpersonales*”.

### **DESARROLLO DEL PROGRAMA EJECUTADO**

#### **❖ ÁREA DE LA AUTOESTIMA**

##### **SESIÓN N° 1.- Presentación.**

###### **TEMA: Conociendo al grupo**

**OBJETIVO:** Establecer rapport con las adolescentes que asisten a la casa hogar.

###### **MATERIALES:**

Tarjetas de cartulina, marcadores gruesos, papelógrafos.

**ACTIVIDAD: N°1.-**Presentación de las participantes y de la facilitadora

**N°2.-**Presentación del programa

###### **DURACIÓN.- 1 HORA**

**ACTIVIDAD: N°1.-** Presentación de las participantes y de la facilitadora.

**Procedimiento.-** Para dar inicio a la actividad, la facilitadora empezó con su presentación, ante las demás participantes para que posteriormente cada una de las adolescentes procediera a la presentación de sí mismas.

En esta actividad, la facilitadora distribuyó tarjetas a las adolescentes, conjuntamente con un trozo de papel masking, donde escribieron su nombre y lo pegaron en un lugar visible de su cuerpo, después cada una se presentó, respondiendo a lo siguiente:

- 1.- Su nombre
- 2.- El sonido del animal que más les gusta.

En esta actividad se mostraban tímidas y con vergüenza, se respeto a aquellas que no quisieron presentarse.

**OBSERVACIONES.**-Esta dinámica sirvió para conocerse mejor ya que tuvo resultados positivos; de esta manera se ayudó a la facilitadora para que pueda memorizar el nombre de cada una de las participantes y conocer un poco más sobre cada una ellas. En el transcurso de la actividad no se observó inconveniente alguno a la hora de ejecutarla, ya que las participantes trabajaron con muchas ganas y disponibilidad suficiente

### **ACTIVIDAD: N°2.- Presentación del programa**

**Procedimiento.-** Se hizo la presentación general del programa, haciendo conocer sus alcances los objetivos, metodología y frecuencia del mismo.

La facilitadora procedió a la explicación del programa que va a desarrollarse y la consistencia del mismo. De esta forma se introdujo la temática para dar respuesta al primer objetivo para dicha actividad.

Para cerrar esta presentación se compartió un refrigerio con las participantes para socializar un poco más y conocerse mejor con la facilitadora entre las participantes.

### **SESIÓN N° 2**

**TEMA:** Conociéndonos a nosotras mismas.

**OBJETIVO.-** Favorecer el conocimiento propio y de las demás.

### **ACTIVIDAD N°1: Un paseo imaginario**

**Duración: 1hora**

**Procedimiento.-** Para dicha actividad la facilitadora pidió a las participantes que formaran un círculo para darles la siguiente consigna: cierren los ojos e imaginen un paseo por el bosque.

Luego se pidió a cada una de ellas que pueda expresar sus ideas, qué hacen en ese lugar, cómo se siente, cómo se ve, y que se imagine con una de sus compañeras, cómo actúan el valor que se da a sí misma y a su acompañante, esta actividad

estuvo acompañada con una música de fondo relajante, de manera que ellas se sintieran cómodas y relajadas.

Cuando cerraron los ojos, ellas demostraron confianza con sus demás compañeras y a la hora de expresar como se sintieron en la realización de la actividad, se notó sinceridad y franqueza, ya que ellas expresaron frases tales como: es muy buena conmigo y se comporta muy bien con las demás, y la quiero mucho. Culminada la actividad, se procedió a dialogar en grupo sobre dicha actividad con el objetivo que estaba destinada a conocernos mejor e interactuar más como grupo, logrando así mejorar las relaciones dentro del mismo, ya que todas participaron e interactuaron entre sí, se valoraron con características positivas, tales como yo me aprecio, me quiero, y me gusta verme feliz.

**Observaciones:** Una vez culminada la actividad, se socializó y retroalimentó dicho trabajo en grupo, exponiendo dudas y preguntas sobre actividad realizada.

### **SESIÓN N°3**

**TEMA:** Yo soy

**OBJETIVO:** Tomar conciencia de nuestra autovaloración.

**ACTIVIDAD N°2: AUTOEVALUACIÓN.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento:** Para la ejecución de esta actividad, la facilitadora pidió a las adolescentes que se sentarán recordaran y las cualidades positivas que posee cada una de ellas, después se les dio hojas con la siguiente consigna: que registren en dicha hoja las cualidades positivas más sobresalientes para luego exponerlas ante las demás compañeras luego de la exposición cada una comparaciones de los aspectos positivos con relación a sus demás compañeras, con el objetivo de hacer una autoevaluación; la facilitadora explicó la importancia de la autoevaluación y de cómo ésta ayuda a mejorar la autoestima.

Al señalar los aspectos positivos y negativos con esta actividad se propuso modificar aquellos aspectos negativos por los positivos.

Se logró cumplir con el objetivo planteado en esta actividad pese a que generó discusión entre las participantes, lo que en cierta forma ayudó a reconocer sus aspectos negativos.

**Observaciones.-**

Esta actividad llevó a la discusión entre dos de ellas ya que se calificaron e hicieron hincapié en sus aspectos negativos más que en sus positivos. Las mismas señalaron que dentro de la casa hogar, en alguna de sus compañeras se observa egoísmo, discusiones, malos tratos, y una de ellas habla con frecuencia malas palabras, lo que produce disgusto en el resto de sus compañeras.

**SESIÓN N°4**

**TEMA:** Autoestima

**OBJETIVO.-**Favorecer el conocimiento y cohesión en el grupo.

**ACTIVIDAD N°3.- Juego del foco**

**MATERIALES:**

Papel periódico, hojas bon y marcadores.

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para dar inicio a esta actividad la facilitadora expuso un tema en común que era la autoestima se habló acerca de que es la autoestima, de cómo está formada la autoestima. Los conceptos y conocimientos que tenemos sobre la misma, de manera tal que todas participaran con una lluvia de ideas y cooperaran para realizar dicha práctica. Con ayuda de las participantes se hizo con papel periódico un foco de gran tamaño donde una vez ejecutada la charla cada una de las participantes deposito dentro de dicho foco los conceptos que las mismas escribieron en un papel, para luego formar un concepto claro y preciso, el mismo que nos ayudara a fortalecer la autoestima de las participantes con ya la explicación previa y el concepto claro se pidió que las participantes hablaran del mismo. En esta actividad se evidenció que la mayoría de las participantes tenía idea lo que se entiende por autoestima pero que ellas carecían de los conceptos de la misma, debido a los problemas que presentaban en su casa y con sus familiares más cercanos

**Observaciones.-**

Se observó tristeza en algunas participantes ya que se vieron afectadas e identificadas con el tema que se trabajó porque ellas carecen de autoestima.

**SESIÓN N°5**

**TEMA:** Conociéndonos a nosotras mismas.

**OBJETIVO:** Contribuir al mejoramiento de nuestra autoestima.

**ACTIVIDAD N°4.- En esto me va bien y en esto no**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento:** Para dicha actividad la facilitadora realizó una charla y dinámica en grupo ejemplificando con la vestimenta de cada una de las participantes, de manera que éstas se dieran cuenta de qué es lo que le va bien y qué no.

Para luego hacer una comparación previa con relación a la autoestima y que éstas se den cuenta de que frases o palabras ayudan a mejorar la autoestima, y qué frases dañan y bajan la autoestima. Haciendo que la misma se vea dañada y nos provoque una falta de seguridad en ellas mismas. Por ello el nombre de dicha actividad; “en esto nos va bien y en esto no”. Con esta actividad se promovió al fortalecimiento de la autoestima, se aprendió a valorar los halagos y a desechar los malos comentarios por parte de personas que solo buscan hacer daños. No hubo objeción alguna, a la hora de trabajar en la actividad todas participaron gustosas de aprender y expresar lo que sienten. Para culminar se realizó la exposición, cada una de ellas aportó con su opinión y con el respeto propio que todas sus compañeras se merecen. Luego la facilitadora agradeció a las participantes y se procedió a compartir entre todas un refrigerio para socializar en grupo.

Para culminar la actividad se retroalimentó el tema expuesto sobre la autoestima haciendo comparación entre el autoestima y la actividad trabajada.

**Observaciones.-**

Algunas de las participantes mostraron resistencia para trabajar con la actividad, pero pasados algunos minutos accedieron con gran satisfacción.

**SESIÓN N°6**

**TEMA:** Nuestros sentimientos

**OBJETIVO:** Expresando nuestros sentimientos.

**ACTIVIDAD N°5.- Esto es un abrazo.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Se dio inicio a la actividad de la siguiente manera: la facilitadora pidió que las participantes que formaran un círculo y que cada una de ellas empezaran dando un abrazo a aquella compañera que quieren más dentro del hogar, para luego expresar con palabras lo que permite quererla tanto.

Esta actividad estuvo destinada a que las participantes mejoraran su autoestima, ayudarlas a fortalecer la misma y a sentirse más seguras. Y de cierta manera a mejorar su relación entre ellas.

Con esta actividad no hubo inconveniente alguno, ya que todas participaron con mucho afecto, expresaron sus sentimientos ante sus compañeras, compartieron el abrazo con aquella a quien estiman mucho, con la que comparten a diario y se identifican de alguna manera. Esta actividad sirvió para la interacción de las participantes, logrando que las mismas compartan e interactúen de manera conjunta y fortalezcan su autoestima un poco más.

Para culminar se preguntó a cada una de las participantes cómo se sintieron y si les gustó esta actividad, la mayoría manifestó su agrado, haciendo también referencia a la autoestima, ya que pasa lo mismo con ella y el sentirse queridas y amadas por las personas que están alrededor ayuda mucho a elevar la autoestima.

**Observaciones.-**

Se observó mayor socialización entre las participantes, así también se las sintió más seguras de sí mismas.

**SESIÓN N°7**

**TEMA.-** Fortaleciendo la autoestima

**OBJETIVO.-** Demostrar cualidades positivas.

**ACTIVIDAD N°6.- La pasarela.**

**DURACIÓN 1 HORA**

**Procedimiento.-** La facilitadora dio la explicación previa de dicha actividad y en qué consiste, para que posteriormente las participantes procedieran a la demostración de sus habilidades positivas.

Todas participaron en la denominada “pasarela”, de manera muy entusiasmada, atenta y con mucho esmero, algunas demostraron bastante talento para la actuación, la danza y la poesía. Algunas simplemente contaron un chiste hicieron un trabalenguas, de manera que todas participaron en la actividad, la cual sirvió para que ellas se dieran cuenta de que esto las ayudó a sentirse más seguras de sí mismas y a aceptarse más, ya que ante sus demás compañeras ellas resaltaron por una cualidad positiva que las diferencia y las hace únicas.

Ej. .M.A.V es muy buena con las dramatizaciones aunque ella no lo sabía, pero ahora lo descubrió. En la demostración de talento, muchas de ellas convivieron y trabajaron en grupo ya que se organizaron para la dramatización, colaborándose en su vestuario, con las danzas o las actuaciones, así también se logró mejorar la comunicación entre ellas.

En esta actividad todas participaron, y trabajaron sin decir “yo no puedo hacerlo no soy buena”.

Para culminar con la actividad, una de las participantes agradeció a sus compañeras por la participación de cada una de ellas en la demostración de su talento sobre la pasarela, haciendo una retroalimentación y dando por cumplido al objetivo que era el fortalecimiento de la autoestima, ya que lo estaba logrando.

**Observaciones.-**

Algunas de las participantes, en un principio, mostraron resistencia por vergüenza, pero posterior a ello no se presentó dificultad alguna.

**SESIÓN N° 8**

**TEMA: Fortaleciendo la autoestima**

**OBJETIVO.-**Identificar frases agradables que puedan ser añadidas a la lista.

**ACTIVIDAD N°7.- El termómetro.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** La actividad estuvo destinada a identificar frases agradables y desagradables que puedan ser añadidas a la lista. Para esta actividad se dibujó un gran termómetro en un papelógrafo donde se fue agregando palabras desagradables y agradables para ver que el termómetro suba o baje con cada frase o palabra que se añadía.

Todas colaboraron, de manera conjunta, de esta manera, se pudo elaborar el termómetro con las frases que anotaron cada una de las participantes.

Para culminar con la actividad se pidió a las participantes que se identificaran en el termómetro para ver si su autoestima estaba alta o baja, de acuerdo a las frases que aportaron.

La actividad fue realizada para fortalecer la autoestima en cada una de las estudiantes, logrando así resultados satisfactorios, ya que al culminar se habló con ellas de este tema, cada adolescente se expresó de manera más segura.

**Observaciones.-**

La actividad se realizó sin inconveniente alguno con la participación de todas, de manera conjunta.

**SESIÓN N° 9**

**TEMA:** Evaluar los logros.

**OBJETIVO.-** Desarrollar actividades claras y precisas que ayuden a mejorar

**ACTIVIDAD N°8.- Ponerlas en marcha y evaluar los logros que se vaya consiguiendo.**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para la realización de esta actividad la facilitadora pidió a cada una de las participantes que elaboren un proyecto personal con el cual se comprometan a ponerlo en práctica; para llegar a conseguirlo es importante ir evaluando los esfuerzos realizados. Puede ser difícil hacerlo uno mismo, por lo que fue necesario pedir a una compañera que ayude a evaluar nuestros progresos, de manera tal, que ella pueda controlar el cumplimiento del programa.

Una vez explicada y ejecutada la actividad, la pusieron en práctica cada una de las participantes elaboró una lista, luego se procedió a una evaluación, la misma estuvo a cargo de alguna de sus compañeras, quien verá si se están cumpliendo paso a paso y se siguen como propusimos hacerlas, de manera que ella evalúe y así no puedan mentir a las demás ni mentir se a sí mismas.

Para el cierre de esta actividad, la facilitadora habló de la importancia que tiene el cumplir con lo que se plantea o propone.

### **Observaciones.-**

Se vio inseguridad en las participantes a la hora de plantearse una meta.

## **SESIÓN N°10**

**TEMA:** Heridas de la autoestima

**OBJETIVO.-** Colaborar a las participantes a que se den cuenta de cómo las expresiones verbales afectan la autoestima.

**ACTIVIDAD N°9.- Heridas de la autoestima.-**

**DURACIÓN: 1HORA**

**Procedimiento.-** Para esta actividad se vendó los ojos a una participante y se hizo pidió a sus compañeras le dijeran palabras desagradables para observar cómo ella se siente, la misma no las podía verlas sino solo escucharlas. Una vez terminada la actividad se les pregunto cómo se sintió cada una de ellas durante el proceso.

Antes de ejecutar la actividad, se realizó una charla, de manera grupal, para que las participantes se dieran cuenta de cómo las expresiones verbales afectan la autoestima. Se hizo notar a cada una de las participantes que palabras tan simples y tan insignificantes pueden dañar la autoestima, como decir: “no sirves para nada”, “inútil”, “eres una tonta” o el hecho de decirlo frente a las demás, y que éstas se hagan la burla; de esta manera ellas vieron cuán importante es saber cómo decir las

cosas cuando algo no está bien y no es de su agrado. Hay que ver y analizar el cómo se debe expresar para no dañar los sentimientos de los demás.

Con dicha actividad las adolescentes se dieron cuenta de que palabras tan simples pueden dañar mucho a una persona, y se logró cumplir con el objetivo planteado, haciendo una retroalimentación del tema hablado al culminar con un refrigerio.

### **Observaciones.-**

Cuando se vendó los ojos, dos participantes mostraron desconfianza en la realización de dicha actividad.

## **SESIÓN N°11**

**TEMA.-** Conociéndonos así mismas

**OBJETIVO.-** Anotar valores positivos.

**MATERIALES.-** cartulina, marcadores.

**ACTIVIDAD N° 10.- El árbol de la autoestima.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** En un pliegue de cartulina, entre todas las participantes dibujaron un árbol con frutos, dentro de los cuales, cada una escribió una frase que le gusta mucho con respecto a su persona o que le gusta leer o escuchar de parte de otra persona.

Una vez concluido y terminado el árbol, se procedió a pegarlo en un lugar donde todas pudieran verlo, de esta manera las ayude a sentirse motivadas con las frases que colocaron en el, frases como” yo me quiero”, “yo sí puedo”, “me acepto tal como soy” para que esto las ayude a mejorar.

Al culminar con la actividad se habló nuevamente de la autoestima y de cómo se sienten ahora en comparación a un tiempo atrás.

## **SESIÓN N°12**

**TEMA:** La autoestima

**OBJETIVO.-**Colaborar a que las participantes aprendan qué es la autoestima y qué cosas afectan.

**ACTIVIDAD N°11.- El juego de la autoestima.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para esta actividad, la facilitadora pidió a las participantes formar un círculo y que cada una de las participantes brinde conceptos sobre que es la autoestima y qué cosas afectan. Una vez aprendido y quedado en claro el concepto de autoestima, después de las anteriores actividades realizadas y habladas en varias ocasiones, se procedió a la realización del juego denominado autoestima, que consiste en conocerse y describirse a uno mismo; para luego dar a conocer a las demás cómo en realidad era antes. La actividad fue realizada conjuntamente con todas las participantes con el objeto de mejorar, esto se consiguió, ya que a la hora de culminar la actividad cada una de ellas demostró confianza y seguridad de sí mismas. De esta manera dicha actividad nos ayudo a fortalecer más aun nuestra autoestima.

**Observaciones.-**

Pese a que alguna de ellas aún seguía manifestando aspectos negativos con respecto a la autoestima, lo que dificultaba un poco, se logró que todas las participantes entendieran de manera clara y precisa el concepto de la autoestima.

**CONCLUSIÓN GENERAL.-**

En base a todas las actividades realizadas en el área de autoestima, se puede decir que el programa ejecutado cobró impacto, ya que se pudo mejorar la confianza y el valor personal en cada una de las participantes, logrando así que ellas mismas se acepten y se quieran, tal cual son, logrando también inculcar en ellas valores positivos con relación hacia su persona y ante sus demás compañeras, valores que se fomentó en cada actividad.

Aunque al principio alguna de ellas mostró resistencia e indiferencia con las actividades, con el transcurrir de los días esto fue mejorando, lo que permitió trabajar

con mayor facilidad y sin obstáculos.

Para verificar que el programa cobró impacto, se aplicó nuevamente el mismo instrumento que aplicamos al principio, de esta manera se pudo constatar que el programa ejecutado tuvo impacto en las participantes.

Aquí cabe resaltar que para la ejecución del programa y el desarrollo de las actividades se ocupó un ambiente amplio dentro de la casa hogar, esto sirvió de mucho, permitió trabajar de manera muy cómoda y las participantes con el pasar de los días y de las actividades fueron desenvolviéndose mejor, robusteciendo la comunicación con el resto de sus compañeras.

Así mismo cabe resaltar que las actividades fueron realizadas en dos grupos uno por la mañana y otro por la tarde, debido a que las adolescentes asisten al colegio en turnos separados, la mitad de ellas por la mañana y la otra mitad por la tarde lo que hacía que repitamos la misma actividad en ambos turnos. En ocasiones, como en días feriados, se trabajó con las 13 participantes.

## ❖ **ÁREA DE RELACIONES INTERPERSONALES**

### **SESIÓN N°13**

**TEMA:** Relaciones interpersonales

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas relaciones sociales.

**MATERIALES.-** una radio y un CD

**ACTIVIDAD N°12.- Concepto de relaciones interpersonales y abrazos musicales.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** Para la iniciación de las actividades en esta área de relaciones interpersonales, se comenzó con el concepto de relaciones interpersonales, de manera que ellas pudieran tener un concepto claro y preciso. Se procedió con la actividad denominada abrazos musicales, juego que consiste en escuchar un tema musical y cada vez que éste para se debe abrazar a la persona más querida para poder socializar entre todas y conocernos un poco mejor, ya que cada vez que para la música se debe

buscar a alguien a quien abrazar y éste tiene que estar cerca. Porque si no de lo contrario, la participante queda sola.

La actividad fue realizada con normalidad y fue del agrado de las participantes, ya que mismas colaboraron lo más atentamente posible y participaron amablemente. Además, se pudo evidenciar el compañerismo entre las mismas, que estuvieron dispuestas a seguir cooperando en la realización de esta actividad.

La actividad cumplió con el objetivo que nos planteado y ayudó a favorecer y mejorar las relaciones sociales entre las participantes.

Al concluir esta actividad se compartió un refrigerio, para dar las gracias a las participantes.

**Observaciones.-**

Alguna de las participantes demostró indiferencia cuando se le hablo del tema, posterior a ello no hubo inconveniente alguno.

**SESIÓN N°14**

**TEMA:** Conversaciones

**OBJETIVO.-**Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales

**ACTIVIDAD N° 13.- Iniciar conversaciones.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para comenzar a hablar de las relaciones sociales la facilitadora dio conceptos tales como: Es normal que romper el hielo del silencio implica un cierto riesgo e incomodidad hasta que no se ve que la relación con el otro es segura. Hacer una pregunta o comentario sobre la situación común. Hacer un cumplido a la otra persona sobre su conducta, apariencia o algún otro atributo

Esta charla fue dada con el objetivo de que ellas conocieran el concepto claro de lo que se pretende lograr al conocer qué son las relaciones sociales, lo cual ayudará a las participantes a mejorar esta área.

Las participantes prestaron mucha atención a la exposición. En esta actividad se habló de expresar lo que cada una siente sin temor a ser sus criticadas, ya que iniciar una

conversación con las demás ayudará a vencer temores y nos aliviara nuestras preocupaciones.

### **SESIÓN N°15**

**TEMA:** Dialogo

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales

**ACTIVIDAD N°14.- Mantener una conversación.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Esta charla fue dada por parte de la facilitadora para mejorar y saber los conceptos y procedimientos que se utilizan a la hora de relacionarse con las demás personas, y el arte de mantener equilibrio entre escuchar y hablar, haciendo que nuestra participación sea agradable, ante las demás siempre respetando su opinión. Las participantes prestaron atención durante la exposición realizada por la facilitadora. Se habló de un tema común, como lo que hicieron el fin de semana, a dónde fueron, cómo la pasaron, cómo se sintieron. Ninguna de las participantes se mostró incomoda, al contrario, todas mostraron predisposición y disponibilidad para de trabajar, socializar un poco más y conocer más acerca de cada una de ellas.

### **Observaciones.-**

Se observó diferencias en alguna de las participantes, por percances y problemas que tuvieron ellas en un principio.

### **SESIÓN N°16**

**TEMA:** Conociéndonos

**OBJETIVO.-** Desarrollar el conocimiento mutuo

**MATERIALES.-** Una pañoleta de colores

**ACTIVIDAD N°15.- Te conozco la voz.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** La actividad se realizó de la siguiente manera: se vendó los ojos a una de las participantes, el resto de sus compañeras se pusieron alrededor, y ella debía de adivinar la voz de cada una de ellas. La actividad fue muy divertida y conto

con la participación de todas. Cada una de las participantes decían frases textuales a la persona que estaba con los ojos vendados, quien en alguno de los casos confundió la voz de sus compañeras.

Esta actividad se trabajó con el objetivo de hacer notar entre ellas, que muchas veces las personas solemos confundir o mal interpretar lo que nos dicen. Como sucedió en la práctica se realizó.

Cabe resaltar que esto sirvió para comprobar que muchas veces no se conoce a las personas con tan solo escucharlas. Al culminar la actividad se realizó una retroalimentación de cómo se sintieron y si la misma les ayudó.

**Observaciones.-**

No se presentó inconveniente alguno a la hora de trabajar.

**SESIÓN N°17**

**TEMA:** Empatía.

**OBJETIVO.-**Desarrollar la empatía en el grupo.

**ACTIVIDAD N°16.-** Conociéndonos

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** La facilitadora pidió a las participantes que se desenvuelvan tal cual son ellas mismas, para ver cómo se comportan e interactúan con sus demás compañeras. Esta actividad se realizó en el patio, a manera de compartir jugaron pelota, luego a las escondidas, para culminar se habló un poco de cómo se sienten ahora y si creen que van mejorando con las actividades realizadas, si las mismas están cobrando impacto. Todas participaron, ya sea jugando o tan solo apoyando a su equipo, a la hora de jugar un partido de futbol. Aquí se notó que ya no había muchas diferencias entre ellas, ya que jugaron, y participaron todas, compartiendo risas.

También se notó empatía durante el juego ya que ellas cambiaban de posiciones durante cada actividad, así ellas se sintieron mejor y compartieron más.

Posterior a esta actividad, para culminar con la misma, se retroalimentó el tema de empatía.

**Observaciones.-**

No hubo inconveniente alguno a la hora de trabajar en dicha actividad.

**SESIÓN N°18**

**TEMA.-** Conociéndonos.

**OBJETIVO.-** Desarrollar ideas positivas eliminando las ideas negativas dentro de los miembros del grupo.

**MATERIALES.-** Papel y lápices.

**ACTIVIDAD N°17.- Entierro el no puedo.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** Esta actividad estuvo destinada a tomar conciencia de los pensamientos negativos que tienen y de las frases negativas que desalientan y no nos ayudan. El objetivo de esta actividad es eliminar todas aquellas palabras que dañan la autoestima, que limitan la relación y comunicación con las demás compañeras, haciendo conciencia de que lo que se dice puede dañar en gran medida a las compañeras y herir su autoestima.

Para esta actividad se escribió en un papel palabras negativas que nos impiden realizar metas, frase como “eres una inútil”, “nunca saldrás adelante”, “no puedes hacerlo” oh “no me hallo capaz”; después se procedió a enterrar los papelitos en el patio de la casa hogar para que así no vuelvan a pronunciarse ni a escucharse aquellas palabras que les causan daño y les hacen sentir mal.

Una vez enterradas las palabras negativas se procedió a escribir palabras positivas tales como: “yo soy capaz, yo sí puedo, sé hacerlo, y lo haré bien, me respeto, me quiero como soy y me acepto así”. Todas participaron de manera conjunta sin discutir

el trabajo, fue cooperativo y de mucha utilidad ya que entre ellas identificaron aquellas palabras que les dañaban y le hacía sentir mal. Cuando se procedió a enterrarlas lo hicimos en lo más profundo ya que la autoestima de cada una de ellas mejoró bastante, lo que se fue notando en el trabajo de cada día.

Cabe resaltar que las participantes van tomando confianza en sí mismas y valorándose más. Al culminar con la actividad se procedió a la retroalimentación del tema a compartir un refrigerio con las participantes.

### **Observaciones.-**

En esta actividad se notó tristeza y lágrimas por algunas de las participantes quienes se notaban muy sensibles.

### **SESIÓN N°19**

**TEMA:** Conociéndose a sí mismas.

**OBJETIVO.-** Transformar pensamientos positivos en negativos.

**ACTIVIDAD N°18: Sol y nubes.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora pido a las participantes transformar pensamientos positivos en negativos. Por ejemplo: Omitir por un día el saludo de la mañana y de las tarde para darse cuenta de la reacción de las demás participantes, si éstas notaban no el cambio, para luego realizar una comparación entre las ideas positivas y las negativas, de tal manera que se puedan dar cuenta de que esto las afecta y son conscientes de lo que dicen o hacen para evitar estas situaciones ante los demás.

También se realizó otra actividad, para la cual se pidió a 5 de las participantes tomara actitudes contrarias a las que mostraron días atrás siendo desagradable su comportamiento, cual percibido por las demás, quienes hicieron una comparación.

Al terminar la actividad, se pidió a las 5 participantes que cambiaran su

comportamiento ante las demás y que volvieran a ser como siempre; este cambio también fue percibido por el resto de las participantes.

**Observaciones.-** En esta actividad la participación cada una de las participantes. Adquirió un comportamiento diferente, se les pidió que actuaran de manera contraria a lo que hacen frecuentemente ante las demás, de manera tal que el resto de sus compañeras lo note. En dicha actividad participaron todas.

Se logró el impactó que esperado ya que las participantes se dieron cuanto de lo importante que es cambiar aquellas actitudes negativas que se tienen ante las demás por actitudes positivas que ayuden a mejorar el comportamiento, no tan solo en la actividad desarrollada, sino poniéndolo en práctica a diario y con el resto de las demás personas y en cada lugar donde se encuentren.

Una vez que ellas se dieron cuenta, se logró cumplir con el objetivo planteado para dicha actividad

## **SESIÓN N° 20**

**TEMA:** Valores

**OBJETIVO.-** Desarrollar valores positivos entre las participantes.

**MATERIALES.-** Hojas, lápices, colores y tijeras.

**ACTIVIDAD N°19.- Hoja de papel.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** El objetivo de esta actividad es fomentar y promover los valores positivos que poseen cada una de las participantes, mediante la actividad denominada “hoja de papel” porque en ella se anota todo lo positivo que uno piensa y siente con respecto a alguna compañera, hacerla sentir mejor ante las demás y consigo misma.

Para esta actividad se vio la creatividad de cada una de las participantes ya que realizaron tarjetas con dedicatorias para cada una de las chicas con las cuales se llevan bien, todas pusieron esmeros, desarrollando dibujos y exponiendo frases inspiradoras dedicadas a sus compañeras.

**Observaciones:** No hubo inconveniente alguno a la hora de trabajar con cada una de las participantes. Ellas elaboraron sus dibujos con muchas ganas y esmeros poniendo en ellos frases textuales que identificaban a la persona que ellas querían.

### **SESIÓN N°21**

**TEMA:** Desarrollo de valores

**OBJETIVO.-** Desarrollar valores positivos y confianza en ellas mismas.

**MATERIALES.-** Papel, marcadores.

**ACTIVIDAD N°20.- Valorarnos así mismas.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Se pidió a las participantes que se asignen un valor personal con el cual se identifiquen, para que cada una sea consciente de sus defectos y virtudes, se lo anotó en una hoja que se la puso en un lugar donde todos los días la podían ver, para recordar que es lo que son. Para esta actividad cada una se dio un valor positivo con el cual identificarse así mismas ante las demás. Los valores consistían en: respeto, generosidad, amor, confianza, responsabilidad, etc.

La actividad se desarrolló con muchas ganas gracias a la participación de las chicas y su cooperación con sus demás compañeras. Se evidenció entusiasmo a la hora de anotar el valor en el cartel ya que éste sería el que la identifique y por el cual sus demás compañeras la reconozcan. Se retroalimentó el tema hablando y dejando muy en claro con una lluvia de ideas que ayudo a solucionar muchas dudas.

**Observaciones:** Para esta actividad no tuvimos percance alguno, ellas ya tenían muy claro el valor con el cual más se identificaban, así que el mismo les resulto muy fácil.

### **SESIÓN N°22**

**TEMA:** Socialización

**OBJETIVO.-** Desarrollar habilidades sociales e Interpersonales

**ACTIVIDAD N°21.- ¿Qué sabes de?**

## **DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Se recordó conceptos básicos acerca de lo que cada una cree saber de sus demás compañeras, como por ejemplo: de dónde proviene, a qué se dedican sus padres, donde vivía, cuántos hermanos tiene etc. Con el objetivo de ver si había relación social entre ellas. Y los resultados fueron satisfactorios ya que si conocen entre ellas. Socializan ahora mucho más que antes, además que sirvió para que cada una de ellas, si no conocían algo sobre las demás, pues era este el momento de conocerse un poco mejor, así generar entre ellas empatía y ayudar a mejorar la comunicación y la interacción. En la realización de dicha actividad trabajaron todas con mucha atención y cooperación, ayudaron en la ejecución de dicha práctica. Brindaron toda la información acerca de sus compañeras y lo que sabían de las mismas, para luego compartir entre todas, y conocerse un poco mejor; en algún caso se sentía identificada entre ellas con respecto a sus vidas, ya que las historias eran parecidas.

Con esta actividad se logró empatía entre el grupo y mejoró la comunicación, ya que escucharon y pusieron bastante atención a la hora de que cada una de ellas exponía. Al concluir se hizo una retroalimentación de la actividad y de lo que se habló en ella.

### **Observación.-**

Al realizar esta actividad no se presentó percance alguno.

## **SESIÓN N° 23**

**TEMA:** conocimiento Mutuo.

**OBJETIVO.-** Favorecer las relaciones sociales

**MATERIALES.-** Pliegues de cartulina, marcadores, tijera, carpicola.

**ACTIVIDAD N°22.- El barco.-**

### **DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** Con ayuda de facilitadora, en una cartulina se dibujó un barco grande tenía muchos camarotes en los cuales solo se podía escribir aspectos positivos de las amistades más cercanas dentro de la casa hogar.

Las participantes colaboraron con mucha predisposición, en cada uno de los camarones escribieron y con frases como: *“eres muy linda persona”* *“nunca cambie, te queremos tal y como eres”*, *“sigue siendo tierna”*, *eres muy buena y comprensiva* *“o tan solo eres especial para nosotras”*; estas frase es iban acompañadas del nombre de la persona a la que describían con ellas. Las participantes que demostraron mucho empeño en la realización de esta actividad, ninguna mostró desagrado, esto permitieron trabajar con mayor facilidad en dicha actividad.

Más al contrario, se logró mejorar el conocimiento mutuo lo que contribuyó al mejoramiento de sus relaciones sociales entre las participantes.

Culminando, se pidió a las participantes que contaran cómo se sintieron y si les agradó la actividad.

#### **SESIÓN N° 24**

**TEMA:** Mejorando nuestra comunicación.

**OBJETIVO.-** Desarrollar el saber poder escuchar a los demás y la importancia de la comunicación.

**MATERIALES.-** Un frasco, papel de colores y lápices.

**ACTIVIDAD N°23.- El mercado.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** Previamente la facilitadora explicó que consistía la actividad. Consistía en introducir en un recipiente unas pequeñas bolitas hechas de papel con las características específicas de una persona en particular. Una de las participantes debía que sacar una de las bolitas y leer las cualidades que ahí estaban escritas y es resto de las participantes debía adivinar de quien se trataba. Esta actividad fue muy divertida ya que tenían que identificar a la persona de la cual se hablaba y de la cual solo teníamos características que la señalaban ej: *“Ella es una buena compañera, levanta muy temprano y hace las cosas muy bien hechas”* o tan solo *“ella es colaboradora, amable, sencilla y muy educada con todas”*.

Para las participantes, esta actividad les resultó fácil ya, que con las participantes anteriores llegaron a conocerse más a sus compañeras, lo que les ayudó a identificarlas con mayor facilidad.

Con esto ellas tomaron conciencia de cuán importante es conocer y saber un poco más de sus compañeras, ya que antes esto no era posible porque entre ellas no se llevaban bien, pero ahora esto va cambiando y todas se sienten entusiasmadas y mucho mejor con los resultados de cada actividad que vamos realizando, ya que las mismas les ayudan a mejorar las relaciones interpersonales con cada una de sus compañeras.

#### **Observaciones.-**

Se mostraron algunas diferencias con las participantes, tales como envidia y un poco de recelo.

#### **SESIÓN N° 25**

**TEMA:** Los sentimientos

**OBJETIVO.-** Mejorar las capacidades de Comunicación interpersonal.

**MATERIALES.-** Una caja de cartón, hojas de colores, lapiceras, colores.

**ACTIVIDAD N° 24.- Valentinas.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Previamente la facilitadora explicó en qué consiste la actividad, para luego ponerla en práctica con las participantes, a quienes se les dio hojas de papel de colores y marcadores, luego en una pequeña caja de cartón las participantes introdujeron cartas realizadas con mucho esmero dirigidas alguna de sus compañeras que admiran.

Ellas escribieran en forma de una estas tarjetas con dibujos y toda clase de adornos. En dicha actividad se trabajó de la mejor manera sin problemas ni inconvenientes.

Se nos permitió cumplió con los objetivos planteados para esta actividad ya que mejoró la relación e interacción entre ellas y de esta manera, con las tarjetas “valentinas” les resultó fácil expresar sus sentimientos, logrando así nuevamente resultados satisfactorios para el programa.

## **SESION N° 26**

**TEMA:** Emociones

**OBJETIVO.-** Reconocer las situaciones emocionales en las que se encuentran las otras personas ser capaz de reconocer el punto de vista de los demás

**MATERIALES.-** Hojas boom, marcadores, colores, papel de colores, cartón, y cordones de zapatos.

**ACTIVIDAD N° 25.- El libro de los sentimientos.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para la actividad cada participante elaboró su libro con materiales reciclables en hojas boom con tapas de cartón, en él relataron todos los momentos felices y difíciles que pasaron dentro de la casa hogar con sus compañeras, así ellas expresaron lo que sienten y piensan y pudieron ver en qué medida va mejorando esta situación y si las actividades este ayudaron, o no a mejorar la relación con el resto de sus compañeras, ya que una vez que terminaron los libros fueron expuestos ante las demás para que estas pudieran ver cómo se siente y de qué manera actúa. Cada una de ellas en esta actividad no hubo inconveniente alguno a trabajar, ya que ellas lo hicieron con predisposición y mucha atención.

Se logró conocerlas mejor y saber más acerca de lo que vivieron y de cómo se sienten ahora, con esto una vez más se pudo cumplir con el objetivo planteado. Con esta actividad también se logró que ellas pudieran expresar sentimientos que llevaban guardados muy dentro y que no podían expresarlos.

Cabe resaltar que dicho libro no solo se lo realizó en una sola clase ya que este libro denominado como libro de los sentimientos ellas lo podían utilizar como un diario personal en el cual podían escribir y dibujar lo que sentían en el momento ya sea cuando estaban felices o tristeza. De esta manera, se les hizo más fácil expresar sentimientos guardados.

**Observaciones.-**

Con esta actividad las participantes demostraron mayor desenvolvimiento sin problemas.

## **SESIÓN N° 27**

**TEMA:** Identificándome

**OBJETIVO.-** Desarrollar habilidades para expresar sentimientos sobre los demás.

**MATERIALES.-** Hojas boom, lápices.

**ACTIVIDAD N°26.- Con quién me identifico.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para la ejecución de esta actividad la facilitadora pidió a las participantes que dibujaran a una de sus compañeras con la cual conviven más y acompañen el dibujo con una frase que la identifique.

Todas lo hicieron gustosas conforme se le indico y con muchas ganas realizaron los dibujos. No hubo objeción alguna de trabajar, lo hicieron manera muy atenta y una vez realizado el dibujo le regalaron a esa persona para la cual iba dirigido, expresándole el afecto que le tenían mediante un abrazo, esto sirvió para que expresaran sus sentimientos más profundos ante las demás. Les resultó fácil, ya que no tuvieron problema alguno con esta actividad.

**Observaciones.-**

Cabe resaltar que la mayoría de las participantes se identifico con su madre ya que es el ser que más admiran.

## **SESIÓN N° 28**

**TEMA:** Expresión de sentimientos

**OBJETIVO.-** Desarrollar habilidades, expresar sentimientos y deseos

**MATERIALES.-** Hojas boom, lápices.

**ACTIVIDAD N° 27.- Dibujo de mi vida.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora explicó que cada participante debería realizar un dibujo en el cual puedan contar a grandes rasgos todo lo que fue su vida, desde su nacimiento, así como los momentos más difíciles. En esta actividad mediante el

dibujo en expresaron sus sentimientos más profundos esto les ayudo a expresar lo que no podían decir con palabras por algún temor alguno.

Luego ellas explicarán qué es lo que esperan ahora y que deseos tienen en cuanto a su futuro. Se logró que ellas expresaran sus sentimientos más profundos lo que permitió cumplir con el objetivo propuesto.

**Observaciones.-**

Mediante esta actividad, la mayoría de ellas manifestó tristeza, pocas expresaron alegrías y momentos felices, la mayoría dibujo el día de la madre o un cumpleaños ya que ese día pudieron compartir más con la persona que quiere mucho.

**SESIÓN N° 29**

**TEMA:** Interacción

**OBJETIVO.-** Fomentar la interacción entre los miembros de la casa hogar.

**ACTIVIDAD N° 28.- Maraña humana.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La dinámica se llevó a cabo de la siguiente manera dos personas salen de la habitación mientras las demás forman un círculo en redado con las manos, pasándolas por debajo y encima, luego las dos personas que estaban fuera entran y tratan de desenredarlo. Esto sirvió para interactuar más como grupo, se divirtieron mucho, y lo importante que fue del agrado de todas, lo que contribuyó a la participación y a la interacción en grupo.

**SESIÓN N° 30**

**TEMA:** Resolución de conflictos.

**OBJETIVO.-** Desarrollar procedimientos pacíficos de resolución de Conflictos.

**ACTIVIDAD N°29.- El rincón de los conflictos.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Esta actividad estuvo destinada para que las adolescentes expresen los problemas que surgieron durante la jornada y tratar de solucionarlos. Entre todas

con ayuda de la facilitadora, y no haya resentimientos ni malos momentos entre las mismas; es una manera de lidiar con estos problemas.

Con el rincón de los conflictos se pudo resolver diferencias entre las mismas que surgieron porque ellas lo manifestaron. Ya sea por malos entendidos o por reproches que ellas mismas se hacían. Culminada la actividad se procedió a compartir un refrigerio con todas las participantes a manera de socializar más.

**Observaciones.-**

Esta actividad dio solución a muchos problemas de diferencia que tenían entre ellas o con relación a alguna de sus compañeras. Con esta actividad se pudo mejorar y solucionar los malos entendidos y las dificultades que existían entre ellas.

**SESIÓN N° 31**

**TEMA:** Comunicación

**OBJETIVO.-** Mejorar la comunicación con los miembros del grupo.

**ACTIVIDAD N° 30.- Disco rayado.-**

**DURACIÓN: 1 HORA**

**Procedimiento.-** Dicha actividad consistía en realizar una comparación entre las participantes entre lo que dicen o repiten con frecuencia, de manera que ellas mismas se den cuenta de cómo actúan y si lo que hacen está bien, y si es bueno para ellas. El objetivo es que tomen conciencia ellas mismas de su actuar ante las demás y si está mal, y que lo corrijan en un futuro, lo cual les ayudara mucho.

Durante esta actividad las participantes demostraron la predisposición necesaria para realizarla y no mostraron alguna dificultad a realizar esta actividad.

Con esto se logró mejorar la comunicación ellas, evitan los errores y podamos tatar de corregirlos.

Culminada la actividad, se procedió a explicar lo que se buscaba conseguir con ella, a manera de retroalimentar con las participantes.

**Observaciones.-**

Se observó disgusto en alguna de las participantes cuando se hacia una comparación entre el antes y el después.

## **SESIÓN N° 32**

**TEMA:** Intercambio de roles.

**OBJETIVO.-**Desarrollar habilidades expresar sentimientos

**ACTIVIDAD N°31.- Intercambio de roles.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para la ejecución de la actividad, la facilitadora explicó en qué consistía y cómo se llevaría a cabo, pidió a las participantes él intercambié en las actividades rutinarias que realizaban para ver cómo actúa su compañera y su comportamiento desde donde ella esta, así se dé cuenta de cómo actúa ante las demás y de su desempeño, así esto le sirva de ejemplo para corregir su errores. La actividad conto con la participación de todas, cada una eligió a la persona que quería imitar para que la misma se dé cuenta de que hacia mal, y de cómo se comportaba, y corrija sus defectos y errores más notorios. Así se contribuyó en el desarrollo de las habilidades sociales, ayudándolas a expresar sus sentimientos con respecto a la persona que quieren imitar. Lo que se busco con actividad fue hacer conciencia en las participantes de la importancia de reconocer sus propios errores y enmendarlos. Para finalizar se procedió a la retroalimentación de la actividad y lo realizado en la misma.

**Observaciones.-**

Cuando se imitó a alguna de sus compañeras hubo quejas entre las demás diciendo: “yo no actuó de esa manera”, mostrando así disgusto.

## **SESIÓN N° 33**

**TEMA:** Información mutua.

**OBJETIVO.-** Prestar atención a lo que nos dicen.

**ACTIVIDAD N°32.- Información mutua.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para la ejecución de esta actividad la facilitadoras pidió a las participantes que se sentaran en un círculo y cada una expresara lo que piensa y las quejas que tienen, las demás escucharon con mucha atención, para luego poder opinar y dar a conocer sus puntos de vista; así poder buscar de manera conjunta la solución al problema para evitar que el mismo se pueda a repetir y, si se repitiera en alguna otra ocasión, sería necesario hablarlo nuevamente, aunque cada una de las participantes se comprometió a que dichos problemas no volverán a ocurrir.

Con esta actividad lo que se pretendió fue sacar los temas de discusión sobre problemas que había dentro de la casa hogar y las diferencias existentes entre las participantes. Lo sorprendente y bueno fue ver que ya no existían muchas diferencias como se pudo observar en la P.I.

Y cada uno de las participantes demostró respeto y atención a lo que decían sus compañeras, logrando ver así que el programa va cobrando impacto.

Concluida la actividad las participantes expusieron sus sentimientos en una lluvia de ideas.

### **SESIÓN N° 34**

**TEMA:** Aserción negativa.

**OBJETIVO.-** Desarrollar una forma de reaccionar ante una crítica justa.

**ACTIVIDAD N°33.- Aserción negativa.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para dar inicio a esta actividad denominada “yo soy muy buena para esto”, cada una de las participantes demostró su talento, el resto hizo críticas constructivas al respecto. Luego la facilitadora expuso acerca de la aserción negativa, ya que es una forma de reaccionar ante una crítica justa sin dar demasiadas excusas y sin hacer demasiadas peticiones.

**Observaciones.-** Alguna de las participantes demostró molestia mientras que las demás tan solo se acomodaron y lo aceptaron de muy buena manera. Lo que se pretendía con esta actividad es que las participantes reaccionen de buena manera a lo

que sus compañeras les decían respecto a determinada actitud; así contribuir a reconocer qué están haciendo mal, y de esta manera cumplir con el objetivo planteado.

### **SESIÓN N° 35**

**TEMA:** Solución de problemas

**OBJETIVO.-** Mejorar la comunicación con los miembros del grupo.

**ACTIVIDAD N°34.- Para frasear.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Para la ejecución de esta actividad la facilitadora pidió a las participantes que lleven una especie de cadena; para empezar una de las chicas dijo una frase al oído de su compañera de alado de manera que esta pase la información así compañera de al lado así sucesivamente al final, la que estaba sentada en el último lugar expresó la frase, que llegó totalmente distorsionada y distinta de la frase inicial. Esto dio pie para explicar que lo mismo sucede cuando alguien expresa una mala opinión de su compañera, la información se distorsionas de persona a persona. La actividad se realizó de manera grupal, contó con la participación de todas, sin problema alguno ni inconvenientes, la actividad estaba destinada a mejorar la comunicación entre las mismas y se lo logró.

### **SESIÓN N° 36**

**TEMA:** Caja de los recuerdos.

**OBJETIVO.-** Desarrollar conocimiento mutuo.

**MATERIALES.-** Hojas y lápices.

**ACTIVIDAD N°35.- Cajón de los recuerdos.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para esta actividad la facilitadora pidió a las participantes que elaboren un diario colectivo en el que, cada una en una hoja que expresen cualquier festividad o fecha del año que les agrade más, la mayoría escogió el día de la madre

para expresar lo que sienten hacia este ser maravilloso, otras dibujaron la primavera haciendo referencia a ese día como el suyo.

La finalidad de esta actividad fue que las participantes socialicen más aun como compañeras de grupo logrando así una cohesión como equipo, facilitando el trato entre ellas.

Al culminar la actividad, hubo comentarios de satisfacción por parte de ellas ya que de esta manera con ayuda de la facilitadora se logró que se conozcan más aun, y se interesen por cada una de las cosas que ellas dibujaron. La actividad tomo un tiempo de 30 minutos, durante el cual las participantes demostraron empeño en la realización. La mayoría de las participantes habló del día de la madre e hicieron una tarjeta conmemorativa a esa fecha, ya que es una de las festividades que más les gusta, mostraron las tarjetas a sus compañeras así se cumplió el objetivo de desarrollar el conocimiento mutuo y la socialización entre las participantes.

#### **Observaciones.-**

Cabe resaltar que la madre es ser que más admira la mayoría de las adolescentes de la casa hogar, ya que la ven como el ser que más sufrió en su casa.

#### **SESIÓN N°37**

**TEMA:** El cuento

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales

**MATERIALES.-** Un pliegue de papel, marcadores.

**ACTIVIDAD N°36.- Cuento de palabras.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La actividad consistió en que cada una de las participantes diga una palabra en una lluvia de ideas, para luego armar un cuento con estas palabras, y después exponerlo ante las demás y ellas vean lo que se puede armar con las palabras que sugirieron, estas fueron positivas y negativas.

El cuento fue armado y escrito por una de las participantes en un papelógrafo; tenía un principio y un final con todas aquellas frases y palabras que sugirieron sus compañeras.

Dicho cuento era muy triste ya que trataba de los problemas con los cuales ellas se identifican. Al finalizar la actividad, el cuento fue expuesto ante todas y leído por uno de ellas; contó con un tiempo aproximado de 30 minutos.

Esta actividad sirvió para que todas participen e interactúen de manera conjunta, compartan sus ideas sin temor ser juzgadas por sus demás compañeras, y que les ayude a favorecer las relaciones de convivencia entre las mismas, lo cual fue notorio ya que no se presentó dificultad alguna.

### **SESIÓN N° 38**

**TEMA:** Ignorancia

**OBJETIVO.-** Ser capaz de reconocer el Punto de vista de los demás.

**ACTIVIDAD N°37.- Admitir ignorancia.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora expuso un tema que ayudará a mejorar la comunicación entre los miembros de la casa hogar. Se habló sobre el trato y de llevarse bien entre todas para ello es importante reconocer que algunas no conocen las reglas y normas que hay dentro de la casa hogar; no es bueno disimular o decir no me acuerdo lo mejor es decir no sé, no me las aprendí y admitirlo de esta manera.

Esta actividad llevó un tiempo aproximado de 30 minutos en el que todas participaron y expusieron las ideas que tenían con respecto a lo que hablado. El tema expuesto fue admitir ignorancia, para lo cual se utilizó como ejemplo las normas y reglas que hay dentro de la casa hogar; la mayoría de las adolescentes no las cumplía pero ahora el recordatorio que se realizó sirvió para reconocerlas y ayudó su relación entre a mejorar en ellas así cumplió objetivo “ser capaz de reconocer el punto de vista de los demás y ante todo respetarlo”.

La actividad se llevó con muchas ganas, esmero y entusiasmo, una vez culminada socializó el tema de manera conjunta.

**Observaciones.-**

Alguna de las adolescentes se molestó por hablar sobre reglas que no se cumplían y el reconocerlo fue dificultad, pero esta situación también sirvió para reflexionar y mejorar.

**SESIÓN N° 39**

**TEMA:** Interrelación.

**OBJETIVO.-** Mejorar capacidades de comunicación interpersonal

**ACTIVIDAD N°38.- Acabar una interrelación.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Las participantes iniciaron la actividad con una lluvia de ideas sobre conceptos básicos de comunicación, cada una expuso lo que sabía para luego elaborar un concepto claro y preciso, culminando con la exposición de la facilitadora sobre el tema “interrelación”, dio el concepto del mismo, elementos que lo forman y lo importante que es, dentro de la comunicación, terminar una conversación que no deseamos continuarla. De manera que expresamos nuestro “derecho a elegir”, diciendo perdone, siento tener que interrumpirle, pero ahora tengo que irme, disculpe, pero no quiero ser malcriada ni descortés espero lo comprendas. Estas son palabras que debemos de usar a la hora de terminar una conversación. La facilitadora explicó al grupo para que ellas lo tomen en cuenta a la hora de comunicarse con sus demás compañeras. Dicha exposición se llevó a cabo en un lapso de 30 minutos con el objetivo principal de mejorar el nivel de comunicación interpersonal entre los miembros de la casa hogar. Se habló con las participantes de la importancia que tiene la comunicación con respecto a lo que queremos compartir, la manera de empezar una conversación y de terminar la misma de manera adecuada.

**Observaciones.-** Se trabajó sin problemas ni inconvenientes, lo más importante, se logró cumplir con el objetivo planteado.

## **SESIÓN N° 40**

**TEMA:** Interrelación

**OBJETIVO.-** Ser capaz de reconocer el Punto de vista de los demás.

**ACTIVIDAD N°39.- Aceptar cumplidos.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora comenzó la actividad pidiendo a las participantes que dieran un cumplido o una palabra de alago a una compañera con quien se lleven más luego procedió a la exposición del tema “aceptación de cumplidos”. Se pueden recibir halagos muy sinceros como no sinceros, todo dependerá de la persona que lo diga y de la manera en como lo hagan. Esta conversación y charla que tuvimos fue para comprender lo que se siente al recibir un alago o un elogio, de los amigos y compañeras.

Una vez culminada la exposición, se llevó la discusión y se ejemplificó para que ellas entendieran el tema a cabalidad. En esta ocasión se habló de la importancia de aceptar un cumplido como también reconocer un error es ayudar a respetar el punto de vista de las compañeras, quienes pretenden ayudar a mejorar porque las mismas sienten mucha estima mucho.

**Observaciones.-**

Una vez concluida la actividad, todas mostraron satisfacción e hicieron comentarios de agrado con respecto a lo realizado.

## **SESIÓN N° 41**

**TEMA:** Favores

**OBJETIVO.-** Desarrollar empatía

**ACTIVIDAD N°40.- Pedir favores.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora puso sobre la mesa un refrigerio, luego pidió a las participantes que sirvan a sus compañeras de manera amable y atenta, una vez recibido el refrigerio, “la empatía” debían dar las gracias. Luego la facilitadora expuso el tema para que las participantes tuvieran un concepto claro de lo que es y la

importancia que a la hora de sustituir o asumir un cargo. Una vez expuesto el tema de la empatía se procedió a hablar acerca de la petición de favores que en ocasiones realizamos. *“No son malos los mismos, si siempre van destinados con buena intención, dicen las mismas “Si ellas en ocasiones nos ayudan a salir de problemas, nos manifiestan las mismas”.*

Los demás no tienen por qué saber en general lo que cada uno desea o necesita en un momento dado, sino que más aconsejable dar señales, indicios claros que orienten a la otra persona sobre las propias necesidades o deseos sinceros.

Una vez terminada la exposición, se realizó un trabajo de labores de casa, de manera que todas contribuyeron en la limpieza y el almuerzo.

Se propuso en esta actividad ponerse en los zapatos de la persona que pide favores para ayudarla y ante todo cooperarla en lo que ella siente y quiere.

#### **Observaciones.-**

Algunas de las participantes manifestaron que sus compañeras, en ocasiones, no suelen decir por favor a la hora de pedir algo prestado o simplemente un favor.

#### **SESIÓN N°42**

**TEMA:** Aprendiendo a dar afecto

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales

**ACTIVIDAD N°41.- Expresión afectiva**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora pidió a las participantes que formaran un círculo y que cada una diera un abrazo a la persona que considere adecuada e indispensable para recibir este abrazo la actividad se hizo de manera rotativa para que todas participaran. Las participantes expresaron sentimientos hacia sus compañeras, los mismos se manifestaron en abrazos o palabras como: *Te quiero mucho”, eres muy buena, tierna y atenta* “ya que esto hace sentir muy bien permitiendo así una vez más el mejoramiento de las relaciones interpersonales con los miembros del grupo.

Para contribuir la anterior exposición se habló también sobre el afecto y de su importancia. Dar afecto a quien nos inspira es un acto fundamental para mantener relaciones sanas. A veces hay que hacer algo más que expresar verbalmente nuestro acuerdo, agrado o cariño. Tenemos que ser capaces de tocar, besar, abrazar o sonreír amorosamente, sin ansiedad ni tensión, mostrando la realidad de nuestros sentimientos recíprocos, esto se pidió a las participantes, que demuestren y expresen su cariño con sus compañeras mediante un abrazo y un alago.

Una vez que culminó la exposición y la actividad se agradeció las adolescentes por la ayuda y se les dio un refrigerio.

#### **Observaciones.-**

En la actividad realizada, la mayoría manifestó palabras de afecto y de sinceridad, lo que trajo satisfacción a la hora de trabajar con el resto de sus compañeras.

#### **SESIÓN N°43**

**TEMA:** Interacción grupal

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales

**MATERIALES.-** Globos de colores y marcadores.

**ACTIVIDAD N°42.- El globo.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora explicó en qué consiste la actividad y dio las instrucciones para su realización. Dio a cada una de las participantes un globo de diferentes colores para que en el escribieran en una sola palabra lo que no les gusta. Luego se lo dejó volar, de manera que se vaya conjuntamente con esa palabra que escribió la participante sobre lo malo que hay en su persona. Escribieran palabras como: *“basura, no sirves, eres una inútil, torpe, no sirves para nada, tonta”* esta actividad permitió alejarlas de aquellas palabras que les generaban problemas a la hora de socializar con sus compañeras.

Para culminar con la actividad se hizo una retroalimentación de lo anteriormente hablado, al mismo tiempo que se repartía un refrigerio.

Una vez culminada la actividad programada se procedió a repartir un pequeño refrigerio con las participantes para así compartir entre todas.

**Observaciones.-**

Con la actividad se dejaron de lado aquellas palabras que las dañan a ellas mismas y a las demás.

**SESIÓN N° 44**

**TEMA:** Interacción grupal

**OBJETIVO.-** Conocer el grado de confianza que tienen hacia el compañero.

**ACTIVIDAD. N°43- La guía.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** Esta actividad consistía en hacer una serie de actividades poniendo a una de las chicas como guía, de manera que las demás participantes la sigan y la respeten. La guía tenía la obligación de dar a las chicas diferentes cargos y encargarles que hagan cosas que beneficien a todas. Por ejemplo que sirva el refrigerio para todas, que lave utilizados para servir dicho refrigerio.

La actividad se llevó a cabo con mucha predisposición, gracias a la cooperación de cada una de las participantes. Esta actividad conto con la participación de todas regidas bajo las normas que impuso una de ellas, que consistan en una serie de actividades que tenían que hacer dentro de la casa hogar destinado a las labores cotidianas. La actividad se pudo llevar a cabo sin ningún problema permitió cumplir con el objetivo planteado y observar que existía un nivel de confianza entre las participantes.

**Observaciones.-**

Se obtuvo mayor confianza con las participantes mejorando así la comunicación y relación entre ellas.

**SESIÓN N° 45**

**TEMA:** Apoyo social

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales

**MATERIALES.-** Un ovillo de lana.

#### **ACTIVIDAD N°44.-Apoyo social.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS**

**Procedimiento.-** La facilitadora explicó la actividad proporcionó un ovillo de lana. El grupo se ubicó en círculo. La persona que tenga el ovillo de lana lo arroja a alguna de sus compañeras, sin soltar el extremo; a su vez, la persona que recibe el ovillo de hilo lo arroja nuevamente a otra persona, manteniendo el hilo agarrado. De esta manera se irá formando y entramado de hilos parecido a una red. El objetivo es que ellas se den cuenta como a veces, una mala conversación produce un enredo y malos entendidos. La actividad se llevó a cabo con todas las participantes, estuvo muy entretenida y fue del agrado de todas, quienes así lo manifestaron cuando terminó.

Esta actividad fue divertida y para la realización de la misma se hizo dos grupos de 5 personas, cada grupo con un ovillo de lana, tirando de un extremo al otro se hacían preguntas de la vida de cada una, por ej: *¿Dónde vives? ¿El número de Hno.? ¿Qué tienes, de donde son tus padres?, etc.*

#### **Observaciones.-**

Esto sirvió para fortalecer la socialización dentro del grupo.

#### **SESIÓN N°46**

**TEMA:** Conversación

**OBJETIVO.-** Desarrollar medio de comunicación.

**ACTIVIDAD N°45.- Herramientas para asegurarte que entiendes lo que otros te dicen.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora expuso el tema para mejorar la comunicación y evitar así los malos entendidos entre los miembros del grupo con quienes se trabaja. Repetir lo que otro/as dijo para cerciorarse de que se entendió bien. Repetir lo que otros/as dijeron con palabras se propias puede preguntar directamente si eso es lo que ellos/as querían decir. Muchas veces la gente discute sobre lo que otros dijeron, sin saber si eso era lo que las otras personas realmente querían decir.

Una vez concluida la exposición de la facilitadora se procedió a aclarar dudas de las participantes.

Se habló de la importación del respeto y el saber escuchar y comprender cuando otras personas hablan y cerciorarse de haber entendido muy bien lo que las demás quieren expresar; esta actividad contribuyo a un acercamiento entre ellas y el saber comprender su vida, lo difícil que fue y como ahora lo están superando.

**Observaciones.-**

Se nos permitió desarrollar medios de comunicación tales como la escucha activa, y el respeto y la participación siempre considerando lo que las demás expresan.

**SESIÓN N° 47**

**TEMA:** Plantearse una meta

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales.

**ACTIVIDAD N°46.- Planificación de una meta clara y concreta.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora explicó el significado y la importancia de una meta ya que esto ayuda a mejorar. Luego comenzó la actividad. Una “meta” puede ser cualquier cosa que se desee hacer o conseguir. Plantearse una meta de forma clara y concreta ayuda a tener éxito porque ayuda a identificar lo que uno quiere conseguir. La meta propuestas ha de reunir una serie de condiciones características:

- SINCERA, algo que realmente se quiera hacer o alcanzar.
- PERSONAL, no algo que venga impuesto por alguien desde fuera.
- REALISTA, posible de conseguir en un plazo relativamente corto de tiempo (unas cuantas semanas).
- DIVISIBLE, que se pueda determinar los pasos o cosas que se han de hacer para conseguirla.
- MEDIBLE, que se pueda comprobar lo ya que ha logrado y lo que falta para alcanzarla.

La actividad se pudo desenvolver y llevar a cabo sin inconveniente alguno, ya que todas mostraron predisposición y disponibilidad para trabajar. Esto ayudo, ya que

ellas se habían planteado metas con anterioridad, y para hacer ahora una evaluación si las mismas se estaban cumpliendo, se trabajó de manera tranquila y se pudo ver que ellas si están cumpliendo con lo propuesto, mejorando y favoreciendo una vez más la comunicación entre ellas.

**Observaciones.-**

Todas demostraron predisposición, disponibilidad y ante todo atención a la hora de hablar sobre este tema.

**SESIÓN N°48**

**TEMA:** Responsabilidad

**OBJETIVO.-** Desarrollo y colaboración de la responsabilidad

**ACTIVIDAD N°47.- Ser responsable.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora dio el concepto de responsabilidad y su importancia luego averiguó si las participantes se consideraban responsables. Cada uno es responsable de su conducta y de sus sentimientos. Algunas veces las demás personas hacen o dicen cosas que no agradan. Quizás esto provoca enfado o frustración. Ser responsable no es lo mismo que ser perfecto. Nadie es perfecto. Nadie puede hacer feliz o infeliz a otra persona, nervioso o enojado, aburrido o curioso. Cada uno es responsable de sus propios sentimientos. Cada uno decide por sí mismos cómo queremos sentirnos.

Una vez que la facilitadora culminó la explicación, se procedió a cerrarla agradeciendo a las participantes.

**Observaciones.-**

Esta actividad estaba dirigida a que las participantes tomen conciencia de la importancia de la responsabilidad y la mejoren tal como lo se lo hizo

## **CONCLUSIÓN GENERAL.-**

En la presente área se mejoró las relaciones interpersonales de las participantes, logrando mayor interacción y comunicación entre ellas, obteniendo de esta manera resultados satisfactorios en la ejecución del programa y para mayor constancia del mismo se volvió a aplicar el instrumento para obtener ratifican los óptimos que ayudaron a corroborar lo que ya se evidenció en cada una de las actividades además, cada una de las participantes ahora tiene menos temor de expresar lo que siente, piensa y cree; de igual manera la integración y la cohesión en el grupo mejoró bastante, fomentando los valores positivos, poniendo normas que se deben respetar dentro y fuera de la casa hogar.

Cabe resaltar que para esta actividad se trabajó en dos grupos, debido a que las participantes asisten a colegios de diferentes turnos, lo que dificultó el trabajar con las 13 participantes; de esta manera se decidió hacer en dos grupos, repitiendo las actividades en forma exacta.

## **❖ ÁREA DE LAS RELACIONES INTRAFAMILIARES.**

### **SESIÓN N° 49**

**TEMA:** Identidad familiar.

**OBJETIVO.-** Desarrollar el mejoramiento de las relaciones familiares

**ACTIVIDAD N°48.- Moldeando su identidad familiar.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora pidió a las participantes que dieran el concepto que tienen entendido de identidad familiar, todas expusieron sus opiniones, la exposición del primer tema denominado: “la identidad familiar” dando un concepto claro y preciso de lo que implica el mismo. La familia es la unidad básica para cultivar el desarrollo físico, social, intelectual, emocional, espiritual y ético de un individuo.

Una vez culminada la exposición se procedió a conocer un poco mas de cada una de las participantes con respecto a sus familias.

Durante esta actividad se habló de la familia y de cómo esta contribuye en la formación, integral de la persona las participantes hablaron de sus padres, señalaron sus nombres de donde provienen y a que se dedican para que el resto de sus compañeras tenga conocimiento sobre ellos.

Con la actividad se propuso un mejoramiento en cuanto a las relaciones familiares, de manera que a la hora de hablar y de conocer un poco acerca de cada uno de los miembros que las componen se realice con respeto y se hable con aspectos positivos de cada uno de ellos.

El objetivo es mejorar las relaciones familiares, ya que no les resultó difícil hablar de aspectos positivos que tiene cada uno de los miembros.

#### **Observaciones.-**

Al comienzo las participantes demostraron inconvenientes y tristeza a la hora de hablar de su familia.

#### **SESIÓN N° 50**

**TEMA:** Empatía

**OBJETIVO.-** Desarrollando empatía dentro de la familia.

**ACTIVIDAD N°49.- Construyendo un equipo familiar.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora preguntó a las participantes líderes dentro de su familia o a quiénes consideraban ellas líderes luego expuso el tema, relacionado a aprender respeto para los líderes y seguidores, ser responsables por uno mismo y por los demás, y adoptar valores apropiados mientras se rechazan comportamientos inapropiados.

La exposición duro unos 30 minutos en esta ocasión se habló de los valores dentro de la familia, los que se forman y se inculca a los pequeños, de los positivos de cómo cada miembro aporta con dichos valores, siempre viendo cómo actúa y se comportan los mismos dentro de sus respectivas familia.

Para realizar la actividad, cada participante por un instante se puso en el lugar de cada uno de los miembros de su familia, para analizar el rol que tiene cada uno de ellos en sus casas poder ver cómo se sienten y, de cierta manera, lograr mejorar el nivel de comunicación, gracias a la empatía. En esta actividad no hubo observación alguna logrando cumplir con el objetivo propuesto. Después de exposición se realizo una retroalimentación.

#### **Observaciones.-**

A la hora de hablar de roles, las participantes dijeron que quien más aporta en su casa y desempeña mayor rol es su madre, reconociendo su papel fundamental e irremplazable.

#### **SESIÓN N° 51**

**TEMA:** Valores

**OBJETIVO.-** Fomentar al Desarrollo de valores dentro de la familia

**MATERIALES.-** Hojas de papel y lápices.

**ACTIVIDAD N°50.- Encontrando valores.-**

**Procedimiento.-** La facilitadora se propuso estimular, a través del juego, el trabajo en equipo de todas las participantes, les pidió que escribieran en una hoja de papel los valores que se les inculcó en el seno de sus familias.

Luego los dieron a conocer al resto de las participantes; fue difícil trabajar en esta actividad las participantes provienen de hogares disfuncionales o mono parentales, por esta razón ala facilitadora le resulto difícil rescatar un valor positivo que más las identifique con familia.

**Observaciones.-**

En esta actividad tuvimos dificultad ya que los valores inculcados en la familia eran escasos debido a que no se impartían. Para ayudarlas en esta actividad se les pidió que pensarán en los valores que desearían que tenga su familia, se logró pensar en valores positivos los cuales fomentamos y compartimos entre todas, pero cabe resaltar que en los hogares de cada una de ellas hay carencia de valores positivos lo que dificultó para poder trabajar la actividad.

**SESIÓN N° 52****TEMA:** Valores**OBJETIVO.-** Fomentar al Desarrollo de valores dentro de la familia**ACTIVIDAD N°51.- Olimpiadas de valores.-****DURACIÓN: 30 MINUTOS.****Procedimiento.-** La actividad tuvo el objetivo de fomentar, a través de juegos el cooperativos el trabajo en equipo, cooperativismo y el sentido de solidaridad.

La facilitadora explicó el concepto de valores, para esto se realizó una actividad denominada la creación de valores que consistía en decir aquellos valores cada una desea que existan dentro su familia.

La actividad tuvo un tiempo aproximado de 30 minutos, durante el cual se explicó e intercambió ideas entre todas.

En esta actividad trabajaron todas en la creación de los valores, tal como: *tolerancia, paciencia, amor, amistad, colaboración y respeto*. Los mismos fueron creados por las participantes e impartido a su compañeras.

**Observaciones.-**

Cabe resaltar que conocen los valores positivos e identifican cuales quisieran que estén dentro su familia, pero también se dan cuenta de que son escasos en el ambiente del cual provienen.

**SESIÓN N°53****TEMA:** Solidaridad**OBJETIVO.-** Cooperación y solidaridad en la familia

**ACTIVIDAD N°52.- Escultura solidaria.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Con esta actividad la facilitadora promovió a la cooperación y el trabajo en familia, que por ahora es la casa hogar. Mediante el diálogo se ayudó a estimular el trabajo en equipo, amor por el medio ambiente, la solidaridad y la acción social. En esta actividad se desarrolló una charla acerca del amor en la familia, de la solidaridad entre sus miembros y de cómo esto ayuda a mejorar. La actividad duró tiempo de 30 minutos, luego ellas volvieron a desempeñar sus labores y actividades diarias dentro de la casa hogar.

**Observaciones.-**

No hubo problemas al hablar del amor dentro de los miembros de la familia, pero reconocieron que entre ellas y sus familiares esto es difícil ya que no existe la comprensión necesaria y suficiente. Pese a ello las participantes trataron de exponer ante sus demás compañeras opiniones positivas que ayudarán a mejorar la relación, comunicación y cooperación en sus familias.

**SESIÓN N° 54**

**TEMA:** La comunidad.

**OBJETIVO.-** Desarrollando y colaboración de la responsabilidad

**MATERIALES.-** Hojas y lápices.

**ACTIVIDAD N°52.- Relacionándose con la comunidad.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La actividad que promovió la facilitadora fue descubrir el propósito que cada uno tiene en la vida. De manera que las participantes le den un sentido y una valoración a sus vidas. La facilitadora pidió a las participantes que escribieran en una hoja quienes quieren ser ellas en un futuro, para que luego terminar la actividad con una exposición ante sus demás compañeras, quienes apoyaron sus ideas y le dieron una valoración personal a cada una. Esta valoración consistía en una pequeña frase que ellas escribieron: *“sigue adelante y cumplirás tus metas”* *“Dios y la virgen te*

*guiarán para alcanzar tus objetivos”, y “con la ayuda de las personas que te queremos lo lograrás”*

Para esta actividad se observó la participación activa de las participantes, quienes cooperaron hasta el final.

**Observaciones.-**

Esta actividad fue muy dinámica y participativa, se trabajó sin ninguna dificultad y sin percance alguno. Las participantes pusieron ganas y mucha disponibilidad para trabajar, logrando que las participantes adquieran responsabilidad, para el mejoramiento de ellas y de sus relaciones intrafamiliares, dando así mismo lugar a cumplir con el objetivo propuesto.

**SESIÓN N°55**

**TEMA:** Retos familiares

**OBJETIVO.-** Cooperando al mejoramiento familiar

**ACTIVIDAD N°54.- Enfrentando retos familiares.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora habló de los retos que muchas veces se presentan en la familia, cómo atravesarlos y de qué manera superarlos, porque cuando ellas cumplan la mayoría de edad volverán a sus hogares.

Las participantes comentaron lo que sufrieron en sus hogares con los diferentes problemas familiares que tenían. Ya no quieren que se repitan estas situaciones desagradables. Por esta razón con la actividad realizada ayudamos al mejoramiento familiar, inculcado por ellas mismas; llevó un tiempo aproximado de 30 minutos, durante los cuales las participantes expusieron sus ideas e opiniones.

**Observaciones.-**

Fue una charla muy emotiva, ya que ellas lloraron y contaron las dificultades que pasaron dentro sus hogares, pese a que ahora se encuentra refugiadas y protegidas, no dejan de pensar en lo que pasaron y esto les produce nostalgia y emoción. Quieren que la situación pasaron mejore o no se repita en el futuro.

**SESIÓN N° 56**

**TEMA:** Cumpleaños.

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones sociales.

**ACTIVIDAD N°55.- Cumpleaños.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora explicó la importancia de recordar fechas significativas para los miembros de la familia, lo cual hará sentir especiales tanto a ellos como a uno mismo. En un almanaque grande se anotó el cumpleaños de cada una de las participantes para no olvidarse de esta manera se decidió celebrar de todas en un mismo día. Así que acordamos celebrarlo el 12 de abril, juntamente con el día del niño para esto realizamos una convivencia a acompañada de un poco de música, llena de alegría divertida, colorida, acompañada de una taza de leche con chocolate, caramelos y una torta para compartir entre todas y socializar así ayudamos una vez más a favorecer el mejoramiento de las relaciones sociales con las participantes.

**Observaciones.-**

La actividad contribuyo a conocernos mejor y socializar más en grupo.

**SESIÓN N°57**

**TEMA:** Los carteles

**OBJETIVO.-** Cooperando al mejoramiento familiar

**MATERIALES.-** Hojas de papel y lápices.

### **ACTIVIDAD N°56.- Hacer un cartel.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para esta actividad la facilitadora pidió a las participantes Identificar un lema que las identifique como miembros de una familia, el cual las distinguía a cada una del resto.

Ellas pensaron en lemas como: “nos queremos a pesar de los problemas”; “compartimos y pese a los problemas nos queremos” “mi familia es luchadora y juntos venceremos”

La actividad fue muy dinámica y de rápida realización, gracias al empeño que le pusieron las participantes.

### **Observaciones.-**

Hubo lemas buenos como malos con los cuales se identifican ellas pero con las charlas y actividades que se realizaron mejoraron la manera de pensar, pese aunque que a ellas aun no pueden olvidar lo que sufrieron.

### **SESIÓN N° 58**

**TEMA:** La fiesta

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones familiares.

### **ACTIVIDAD N°57.- Fiesta.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora explicó la importancia de recordar una fiesta en común que las identifique con sus familias y de la cual tengan es mejor recuerdo. En su mayoría dijeron las fiestas de fin de año, ya que es cuando más comparten y la pasan juntas de ahí rescatan lo mejor.

### **Observaciones.-**

En esta actividad, al igual que en las anteriores, fue muy bonito trabajar ya que no hubo dificultad alguna, excepto las lágrimas que se les salían a algunas de las adolescentes al acordarse a sus familias, pero pese a ello, se trabajó y mejoró bastante con ellas. Dicha actividad contribuyó a mejorar la comunicación con las demás y conocerse un poco mejor.

### **SESIÓN N°59**

**TEMA:** Yo me identifico.

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones familiares.

**ACTIVIDAD N°58.- Hacer dibujos.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para la realización de esta práctica, la facilitadora pidió a las participantes dibujaran a un miembro de su familia con el cual más se identifican y explican por qué, la mayoría de ellas dibujo a su mamá porque la quieren mucho o alguno de sus hermanos con el que se llevan bien.

**Observaciones.-** Se contó con la participación de todas, quienes pusieron mucho esmero y ganas a sus dibujos, con adornos y muchos detalles, alguna de ellas escribió en él y lo transformaron en una hermosa carta para obsequiársela a su mamá a esa la persona a quien admiran y de quien se sienten orgullosas. Así, ayudamos al mejoramiento de las relaciones familiares.

### **SESIÓN N°60**

**TEMA:** Representando

**OBJETIVO.-** Desarrollando habilidades familiares.

**ACTIVIDAD N°59.- Representando.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Para esta actividad ellas dramatizaron e imitaron a un miembro de su familia, con la cual ellas se identifiquen la mayoría decidió imitar a su mamá o a su papá, solo una de las chicas imito a su hermano, ya que ella lo respeta mucho, pese a que él la pegó con una manguera, ella lo quiere mucho y lo respeta.

**Observaciones.-**

La actividad se llevó a cabo gracias a la predisposición de las participantes, las mismas que trabajaron con mucho respeto y atención.

**SESIÓN N°61**

**TEMA:** Comunicación

**OBJETIVO.-** Mejorar capacidades de comunicación familiares.

**ACTIVIDAD N°60.- Comunícate.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora dio una pequeña charla sobre la comunicación intrafamiliar y de lo importante que es la misma dentro las familias, ya que servirá para comunicar lo que se quiere expresar ante los demás.

La comunicación es un elemento crítico en una relación familiar. Sin una comunicación adecuada la relación familiar no puede mejorar y se ve afectada cuando no hay una buena comunicación entre sus miembros. De esta manera se cumplió con el objetivo y se ayudó en el mejoramiento de las relaciones familiares.

**Observaciones.-**

Se logró concientizar sobre la importancia de las relaciones intrafamiliares entre las adolescentes.

**SESIÓN N°62**

**TEMA:** Compromiso

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones familiares.

**ACTIVIDAD N°61.- Comprométanse.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora propuso como técnica de discusión entre las participantes, la importancia de compartir en familia ya que ellas decían que no había manera de manifestar una comunicación. Por ello se sugirió que se tomen todo el tiempo que puedan junto a sus familias. Se llegó a un compromiso entre las participantes de poner en práctica todo lo hablado durante este programa de intervención, el cual les ayudará a que puedan convivir con sus familias y más de mejor manera.

**Observaciones.-**

El compromiso que se realizó con las participantes no tuvo ningún problema ya que las mismas estaban dispuestas a trabajar cooperar y mejorar las relaciones en su familia siendo, estas los pilares fundamentales para que esto se pueda realizar.

**SESIÓN N°63**

**TEMA:** Responsabilidad.

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones familiares.

**ACTIVIDAD N°62.- Responsabilidad.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La importancia de las responsabilidad fue un tema muy importante que se habló con las adolescentes para que ellas Compartan responsabilidades dentro del hogar unas con otras.

En esta actividad tuvo como objetivo asignarle responsabilidades a cada uno de los miembros de la familia para que estos sean conscientes de ello.

**Observaciones.-**

En la elaboración de esto no hubo problemas ya que ellas estaban muy dispuestas, trabajaron con muchas ganas, logrando así asignar una responsabilidad a cada miembro integrante de la familia, las responsabilidades asignadas fueron evaluadas dependiendo del comportamiento de cada uno de los miembros pertenecientes a dicha familia.

**SESIÓN N° 64**

**TEMA:** Respeto

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones familiares.

**ACTIVIDAD N°63.- Respeto.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Hablen y trátense con respeto como quisieran que la traten. El respeto es uno de los temas principales que se trató con las participantes, procurando que esta charla cobre el impacto suficiente en ellas de manera que puedan difundirla entre sus familias. El programa elaborado al respecto ayudó a saber la importancia del mismo, de cómo influye ante los demás y cómo nos ayudara; así mismo sirvió para que ellas se dieran cuenta si es que había este valor dentro sus familias, la mayoría de las participantes notó que en sus familias era el respeto un valor que no se utilizaba mucho. Esta actividad contribuyó así una vez más a mejorar las relaciones familiares.

**Observaciones.-**

La mayoría manifestó tristeza a la hora de hablar de valores puesto que no habían sido inculcados en su familia.

**SESIÓN N°65**

**TEMA:** Relaciones familiares

**OBJETIVO.-** Favorecer el inicio de nuevas Relaciones familiares.

**ACTIVIDAD N°64.-Ejemplo.-**

**Procedimiento.-** La facilitadora expresó a las participantes que es importante para ellas hablar del ejemplo que recibieran en sus casas, para lo cual les pidió que se miren y hablen con cuidado, ya que los malos hábitos se aprenden muy rápidos e influyen a lo largo de la vida, y en ocasiones cuesta borrarlos. Por ejemplo, manifestaban las mismas el levantar cosas de los ajenas, el decir malas palabras delante de los demás, los insultos y golpes que ellas vieron y oyeron continuamente entre los miembros de sus familias. Esta actividad estuvo dirigida por las mismas participantes, todas expusieron alguna idea de lo que sentían y pensaban respecto a estos aspectos.

**Observaciones.-**

Se logró favorecer las relaciones dentro la casa hogar

**SESIÓN N° 66**

**TEMA:** Relaciones familiares

**OBJETIVO.-** Desarrollando habilidades familiares.

**ACTIVIDAD N°65.- Problemas.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** Otro tema fue el de los problemas familiares que surgen dentro del hogar y del los cuales algunas de ellas fueron testigos, tanto de maltratos físicos, como psicológicos, que son difíciles de borrar y se quedaron marcados, y también el porqué aguantan estos maltratos dentro de sus nuestro hogar.

### **Observaciones.-**

Este tema fue muy delicado de tratar con las participantes y muy difícil, ya que el mismo les trae malos recuerdos y les hace sentir mal consigo mismas, pero gracias a esta charla, se las ayudó a sentir mejor, ya que se dieron cuenta de cuán difícil era.

### **SESIÓN N°67**

**TEMA:** Discusiones

**OBJETIVO.-** Desarrollando habilidades familiares.

**ACTIVIDAD N°66.- Discusiones.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora sugirió a las participantes evitar discusiones dentro el hogar las discusiones, para alguna de ellas, eran frecuentes dentro su casa y con sus padres, debido al consumo de bebidas alcohólicas, a los engaños e infidelidad de los padres hacia sus madres, lo que llevaba a las agresiones físicas por parte de ambos.

### **Observaciones.-**

Cuando se habló de este tema, en los ojos de algunas de ellas se observó lágrimas y una tristeza que les era difícil ocultar, pese a lo difícil ellas lo hablaron.

### **SESIÓN N° 68**

**TEMA:** Ayudémonos

**OBJETIVO.-** Desarrollando habilidades familiares.

**ACTIVIDAD N°67.- Ayudémonos.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** La facilitadora sugirió mostrar un apoyo mutuo y positivo, por esta razón llamó a la conciencia de las participantes y les pidió un apoyo mutuo entre

ellas y los miembros de sus familias, que busquen mejorar para que ya no se manifiesten estos malos tratos entre ellos.

**Observaciones.-**

Las participantes manifiestan estar más tranquilas, puesto que, desde que viven en la casa hogar ya no ven esos problemas, por lo tanto se mantienen al margen de los mismos. Pero el temor a regresar a sus hogares y tener que volver a lidiar con los mismos sigue, aunque ahora ya no hay muchas discusiones, y menos las agresiones físicas y psicológicas.

**SESIÓN N°69**

**TEMA:** Tradiciones familiares

**OBJETIVO.-** Desarrollando habilidades familiares.

**ACTIVIDAD N°68.-Tradiciones familiares.-**

**DURACIÓN: 30 MINUTOS.**

**Procedimiento.-** En esta charla se habló de las tradiciones familiares, tales como Semana Santa, Todos Santos, festividades que se elaboran en familia y se comparte más; es importante la participación conjunta de las tradiciones familiares para mejorar la comunicación y que de esta manera haya mayor interacción todos los miembros.

**Observaciones.-**

Esta fue una charla muy bonita y amena, ya que se habló de festividades que comparten todos los miembros de la familia.

**CONCLUSION GENERAL.-**

El programa implementado para esta área cobró impacto, ya que se mejoró las relaciones familiares entre las participantes y sus familias, logrando así mayor comunicación, más confianza, fomentando en ellas valores positivos para que luego

ellas los inculquen en sus hogares mediante visitas y charlas que realizan las mismas a sus familiares.

Ellas manifiestan sentirse mejor y un tanto orgullosas por todo lo que logró superarse a sí mismas, con el apoyo de sus compañeras.

Para mayor corroboración se aplicó nuevamente el instrumento desde el principio; de esta manera se pudo notar que hubo mejora en las relaciones intrafamiliares de una bastante dificultad a una mediana dificultad, razón por la cual ahora les es más fácil expresar lo que piensan y lo que sienten ante los miembros de sus familias, ya no les resultan difícil, como antes.

Cabe resaltar que cada una de las actividades se repitió en dos grupos separados, así se trabajó. Para alcanzar a la totalidad de internas, puesto que ellas estudian en tierras alternas.

### III.- FASE DE EVALUACIÓN

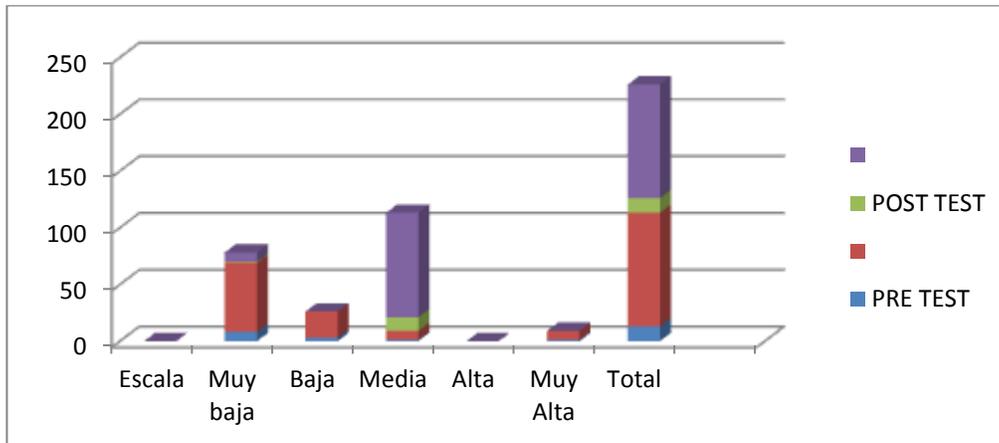
CUADRO N° 5

AREA DE LA AUTOESTIMA (post test)

ESCALA GLOBAL DE LA AUTOESTIMA				
Escala	PRE TEST		POST TEST	
	Fr	%	Fr	%
Muy baja	8	61	1	8
Baja	3	23	0	0
Media	1	8	12	92
Alta	0	0	0	0
Muy Alta	1	8	0	0
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100</b>	<b>13</b>	<b>100</b>

GRÁFICA N° 5

AREA DE LA AUTOESTIMA (post test)



En el **Post Test**, en la gráfica se puede comprobar el cambio que hubo acerca de la valorización personal que se da a la misma, pudiéndose observar que 92% de las adolescentes, en las cuales se aplicó el programa, han subido al nivel medio, lo que en el pre-test indicaba que la mayoría se encontraba en el nivel muy bajo (61%).

De esa manera hubo mejora consigo mismas, en las relaciones sociales, interpersonales, e intrafamiliares, por lo cual se puede decir que el programa logró el impacto concerniente al área de “mejoramiento del autoestima” lo cual corresponde al objetivo planteado en la práctica.

Para la realización de las actividades en esta área, se empezó con el concepto de la autoestima, de manera que las participantes tuvieran de manera clara y precisa el significado y la importancia de la misma en cada una de nosotras y del cómo influye en nuestra vida diaria y el entorno social en el que nos relacionamos día a día.

Posterior a ello se procedió a las prácticas programadas en estas áreas, algunas de ellas acompañadas de actividades o, en el mejor de los casos, charlas con ellas de manera grupal, en las que todas expresaban lo que sentían y pensaban. Qué era lo que más dañaba su autoimagen personal, y de cómo esto influía en ellas; algunas de las participantes manifestaban tristeza y llanto al momento de contar los maltratos psicológicos que recibían y de cómo estos influyeron en su autoestima, otras simplemente decidieron callarse durante las dos primeras semanas del programa, luego entraron en confianza y expresaron lo que pensaban y de cómo se sentían.

### **Post test.**

Se pudo evidenciar que el post test cobró impacto, ya que con la aplicación nuevamente del instrumento que se utilizó al principio, se pudo ver que lo que se decía era lo correcto, ya que hubo una mejora en esta área. Como lo puede demostrar las gráficas anteriores, la mayoría de las participantes mejoró de una autoestima muy baja a una autoestima regular, siendo esto de gran satisfacción, no tan solo para ellas, sino para la facilitadora ya que con la implementación de este programa se pudo ver que hubo mejora en esta área y, lo más importante, se logró ayudar a cada una de las adolescentes con la ejecución de dicho programa mejorando logrando así mejorar en esta área.

**CUADRO N°6**

**(RELACIONES INTRAFAMILIARES E INTERPERSONALES)**

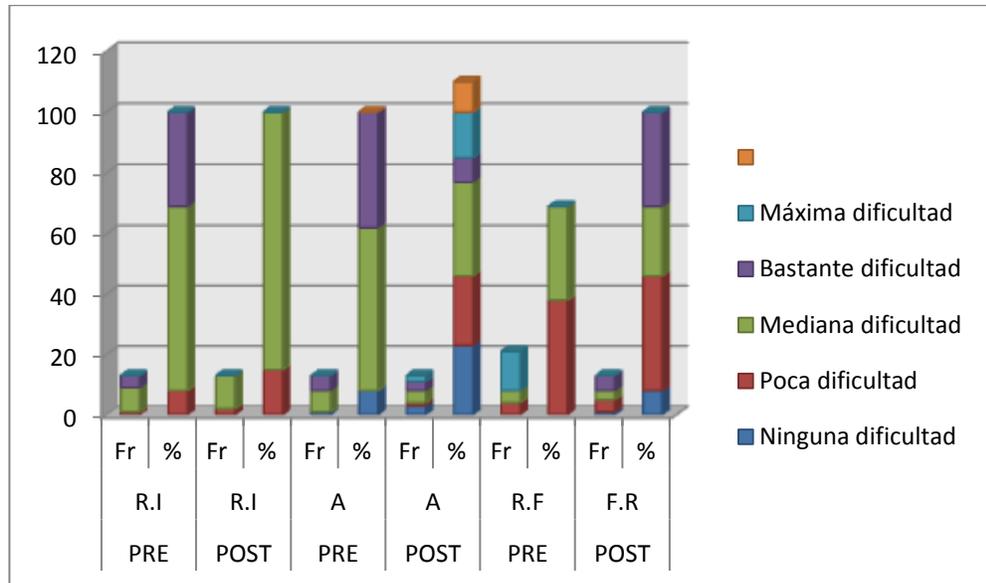
**(pre- test, pos-test)**

NIVELES DE DIFICULTAD	PRE TEST		POST TEST		PRE TEST		POST TEST		PRE TEST		POST TEST	
	RELACIONES CON IGUALES		RELACIONES CON IGUALES		ASERCIÓN		ASERCIÓN		RELACION FLIAR.		RELACIONES FLIAR.	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
<b>Ninguna dificultad</b>	0	0	0	0	1	8	3	23	0	0	1	8
<b>Poca dificultad</b>	1	8	2	15	0	0	1	23	4	31	4	31
<b>Mediana dificultad</b>	8	61	11	85	7	54	4	31	4	31	3	23
<b>Bastante dificultad</b>	4	31	0	0	5	38	3	8	0	0	5	38
<b>Máxima dificultad</b>	0	0	0	0	0	0	2	15	13	0	0	0
<b>TOTALES</b>	13	100	13	100	13	10	13	10	13	0	13	100

## GRÁFICA N° 6

### (RELACIONES INTRAFAMILIARES E INTERPERSONALES)

(pre - test, pos-test)



Fuente: elaboración propia

### RELACIÓN ENTRE IGUALES (CEDIA) área relaciones interpersonales

*Las relaciones interpersonales son aquellas interacciones entre seres humanos que suponen una instancia de comunicación, de cualquier tipo, en la cual los individuos que intervienen interactúan en el marco de normas sociales o de conducta y a su vez, lo hacen desde sus respectivos “lugares” dentro del tejido social, respetando su posición social y actuando en consecuencia.*

*Las normas que regulan las relaciones sociales son ni más ni menos todas aquellas leyes y normas que tenemos a nivel local, regional o nacional. Incluso también a nivel internacional. Sin embargo, cada entidad o institución puede, a su vez, poseer normas internas de convivencia o desempeño dentro de la organización, como por*

*ejemplo, las escuelas (sobre todo aquellas de propiedad privada), las fábricas, las empresas, los comercios grandes o las grandes cadenas de franquicias que regulan de esta manera un comportamiento que respeta la imagen institucional que se pretende comunicar, no sólo mediante el habla y la interacción oral con los clientes o usuarios, si no también mediante el aspecto estético de la persona, uniformes, entre otros.*

En el **Post Test** se observa que hubo una mejora en las relaciones entre iguales, subiendo del 61% al 85%, lo cual indica que la Práctica Institucional permitió cumplir con las expectativas previstas en el área.

Este aumento se logró mediante las actividades del Te conozco la Voz, que consistía en reconocer a sus coetáneas a través de la voz y del tacto; “me identifico contigo”, por esta frase la misma que iba acompañada del dibujo de esa persona con la cual se identifica por la cercanía y la amistad. Estas actividades beneficiaron en la mejora de las relaciones interpersonales dentro del grupo en la casa hogar, las cuales beneficiaron en gran medida a todas ellas en las relaciones consigo mismas.

Las relaciones interpersonales, *“es la habilidad que tienen los seres humanos de interactuar entre los de su especie”*. (Pacheco, Coria, 2005).

Para la ejecución del programa se contó con la participación de las adolescentes de la casa hogar Virgen de Chaguaya, de las cuales, en una primera entrevista se comprueba que no había un buen trato entre ellas como compañeras; dentro de la casa hogar se observa, que no se llevaban bien, esto se notó con los insultos y muestras de egoísmo que algunas manifestaban cuando se pedían favores entre ellas.

Para comprobar si esta situación era evidente, se aplicó el cuestionario de relaciones interpersonales” CEDIA” en el cual se pudo verificar que entre ellas no se llevaban bien. Para esto se implementó el programa en estas áreas que contaba con actividades grupales y de mutua participación, charlas que acompañaban las mismas, donde las participantes expresaban su opinión y punto de vista. En un principio fue difícil

trabajar en grupo, ya que entre ellas existían bastantes diferencias manifiestas y esto dificultaba el trabajo en grupo.

### **Post test**

Con el transcurrir de las semanas y del programa esto fue mejorando ya que ellas podían interactuar más, lo que ayudó a trabajar de mejor manera, había mayor comunicación y mejores tratos, las relaciones se superaron el programa cobro impacto.

Después de varias semanas de transcurrido el programa, para mayor validez, y ya concluidas las actividades, se procedió a la aplicación nuevamente del instrumento aplicado al comienzo, del cuestionario de relaciones interpersonales donde se observó la mejoría en la mayoría de las participantes del programa.

Todas las participantes pusieron mucho empeño y dedicación a cada una de las actividades que realizaron de manera conjunta, aunque siempre había una o dos de ellas que siempre trataban de alejarse. Pero pese a esas dificultades se pudo trabajar en grupo de manera segura y con la confianza respectiva.

- **ASERCIÓN (Área de Relaciones interpersonales)**

En la gráfica, en el **Post Test**, se observa que 31% de las adolescentes presenta una leve mejora en su nivel de Aserción, mediana dificultad.

Se debe resaltar que existen dos grupos dentro de la población que presentan mediana y bastante dificultad en lo que implica la asertividad. Esto demuestra que más de la mitad de las adolescentes aun manifiestan este problema y que solo un porcentaje mínimo está procurando el cambio que el programa le brindó.

Esto puede ser debido a la poca socialización que tienen entre semana, y las diferencias de edad, como también los rencores que se guardan entre las mayores y las menores, los cuales se manifiestan en todas las actividades.

- **RELACIONES INTRAFAMILIARES (cuestionario CEDIA)**

*El hecho de pertenecer a una familia por un largo tiempo, además del grado de intimidad diaria de la que disfrutamos con ella, parecería ser garantía de relaciones armoniosas y estables entre todos sus miembros. Pero la realidad es otra.*

*Las relaciones entre sus distintos miembros, llegan en ocasiones a constituirse en un problema bastante serio y preocupante, cuando no logramos establecer los vínculos afectivos que deseábamos con los demás. El convivir en armonía se ha constituido en todo un arte, que muchos de nosotros no cultivamos, en ocasiones por no considerarlo importante si al fin de cuentas a la familia hay que soportarla y punto; y otras veces porque no estamos dispuestos a destinarle el esfuerzo e interés que demanda una tarea así cuyos resultados quizá no son apreciables ni cuantificables pero que, indudablemente van a enriquecer profundamente nuestra vida personal y emocional.*(Eva Giberti– 2005. Pg.183)

En el **Post Test** se confirmó que el programa cobró el impacto esperado en cuanto a las relaciones intrafamiliares, denotándose que del 34% tiene poca dificultad, cabe resaltar que al momento de aplicarse el post test las entrevistadas atravesaban por dificultades y problemas en su hogar, los cuales consistían en discusiones dentro del entorno familiar, agresiones, deserción y abandono del hogar por parte de los padres.

.En esta área se trabajó de igual manera con el objetivo de mejorar las relaciones en casa con sus familias. Aunque a la distancia, ya que los padres de las participantes solo iban a verlas a comienzo de año, mediados y a fin de año o en días feriados, tal el caso de Semana Santa.

Las participantes comentaban que en sus hogares, algunas con su mamá o su papá, o con su mamá, su padrastro o viceversa, con los cuales no se llevaban bien por los problemas que había entre ellos eran constantes las discusiones, los maltratos físicos y psicológicos en su familia, lo que producía en ellas preocupación y miedo. Manifestaban tristeza a la hora de hablar de los problemas que había en sus casas,

para esto se aplicó el cuestionario “CEDIA” con el cual se evidencia la dificultad que ellas tenían de relacionarse con los miembros de sus familias.

### **Post test**

Con el programa implementado se propuso mejorar esta área con las charlas, actividades grupales y las normas y reglas que se sabe, deben existir en cada familia.

El programa se pudo realizar gracias a la predisposición que pusieron las participantes, de manera conjunta, fue de su agrado y alguna de ellas mostró resistencia, pero luego trabajó de la mejor manera posible.

Para verificar el impacto del programa se aplicó el mismo instrumento del comienzo al final, en el cual se verificó que sí hubo mejoras y con la aplicación del cuestionario que realizó de manera personal, se pudo ver que así fue, una gran satisfacción para la facilitadora y para las participantes ya que les resulta ahora mucho más fácil expresar sus opiniones en familia cuando algo les disgusta.

## 7.1. CONCLUSIONES

A través de todo el programa implementado en la Casa-Hogar Virgen de Chaguaya, durante la ejecución de la presente Practica Institucional, ejecutado en la presente gestión correspondiendo a los meses entre marzo y mediados de julio, se puede llegar a las siguientes conclusiones:

- Con respecto al primer objetivo, el *“realizar la evaluación en las áreas de autoestima, relaciones intrafamiliares y relaciones interpersonales, mediante la aplicación de cuestionarios”*

Se pudo verificar que los resultados en el pre test eran muy negativos y desconocidos por parte de las adolescentes, una vez identificadas estas falencias se pudo reformular estas ideas, dando la información correcta, aclarando dudas y reforzando aquellos conceptos que habían adquirido por medio de otros, de esta manera se cumplió con el primer objetivo propuesto.

- Tales como en el área de autoestima se observó que era muy baja lo que se evidenció con las pruebas aplicadas.
- En el área de relaciones interpersonales de igual manera se observó que no había una buena relación entre ellas, esto fue notorio antes de realizar las actividades y se verifico en el pre test.
- Para el área de relaciones intrafamiliares se observó dificultades ya que ellas tenía escasa comunicación con los miembros de su familia. Para lo cual se nos dio a conocer por parte de la madre encargada de la casa hogar, quien nos dijo que ellas mantienen escaza comunicación con los miembros de su familia debido a que los mismos tenían problemas familiares.
- Para cumplir el tercer objetivo se *“implemento un programa de intervención psicológica en las áreas de autoestima, relaciones intrafamiliares y relaciones interpersonales”*.

La ejecución de dicha programa contó con la participación de todas las internas de la Casa-Hogar Virgen de Chaguaya, las cuales en un principio

mostraron indiferencia y poca comprensión acerca del programa, cuestionando a cada actividad que se realizaba, denotando desconfianza a la hora de realizar las actividades. Pasadas ya varias semanas las mismas demostraban interés y disponibilidad de trabajar, demostrando así entusiasmo y esmero a la hora de realizar cada una de las actividades.

- Para finalizar se hizo la “*evaluación del programa de intervención realizado en la Casa-Hogar Virgen de Chaguaya*”

El cual tuvo el impacto esperado, lográndose el cambio en la autoestima de una autoestima *muy baja* a una autoestima *regular* estos mismos datos se pueden corroborar con las gráficas expuestas con anterioridad.

- El mejoramiento en las relaciones intrafamiliares e interpersonales *de máxima dificultad a mediana dificultad o nada de dificultad en estas aéreas.*

El éxito del programa permitirá que estas adolescentes reafirmadas en su identidad, con autoconfianza, y con la seguridad de contar con alguien que pueda servir de apoyo, puedan ser personas seguras, sociables y adaptadas, capaces de responder al entorno social, como a las circunstancias que se le presente en un futuro de manera firme y segura de sí misma.

## 7.2. RECOMENDACIONES

Partiendo de las conclusiones que logro el programa, y que este siga teniendo sus repercusiones dentro de la Casa-Hogar Virgen de Chaguaya, se recomienda:

### **A la institución.**

- La implementación de un gabinete psicológico dentro de la institución para ayudar a coadyuvar y detectar problemas a tiempo.
- Permitir que las adolescentes puedan expresar sus dudas e inquietudes y estas puedan ser aclaradas en el momento de esta manera ellas podrán tener mayor contacto y confianza con quienes dirigen la casa hogar.
- Fomentar el respeto entre todas las que viven dentro de la Casa-Hogar, practicando la escucha activa, que mejorará la comunicación a la hora expresar lo que piensan.
- Valorar cada aspecto positivo de sí mismas que realicen y descartar aquello que puede ser negativo y destructivo para su identidad. Lo importante no es lograr una gran hazaña para tener grandes resultados, sino pequeñas tareas que tengan un objetivo efectivo en sus vidas.
- Permitir que las adolescentes y las niñas expresen sin temor alguno y de manera cordial las opiniones, demandas y o necesidades que se tenga.
- Implementar actividades donde se dé la socialización mancomunada entre niñas adolescentes y la dirigente de la casa hogar estas actividades deben realizarse de manera amena. Esto contribuirá a que todas tengan una mejor convivencia y conocimientos acerca del otro.
- Mantener la comunicación que se logró a través del programa, con sus demás compañeras, formando grupos de trabajo conjunto, grupos de estudio, grupos de retiros espirituales, que permitirán la convivencia entre las menores y las mayores.
- Optar por actitudes que permitan el acercamiento con la familia como ser sincera, abierta, sociable a la de hora de buscar el contacto con la familia.

- Ayudarlas a reconocer que tanto los defectos como las virtudes son parte de toda persona, y que en la adolescencia es donde más se manifiestan, por lo cual es aceptable que cometan errores, pero deben corregidos y suplantados por actitudes que sean positivas.

**A la universidad:**

- Implementar un programa de apoyo a las distintas instituciones, que asisten a niñas ya adolescentes, pues estas requieren de mucha atención psicológica sobre todo en áreas que conciernen a autoestima, cohesión grupal.
- Realizar ciclos de conferencia donde los temas principales sean la adolescencia y su problemática, frente al autoestima, la búsqueda de la identidad y reforzar las relaciones intrafamiliares, e interpersonales.
- Promover el mejoramiento de la autoestima a través de actividades donde el adolescente pueda ver lo constructivo, y destructivo hacia la autoestima.