

Diseño de una estrategia pedagógica para el reforzamiento de habilidades para la vida en procesos de educación flexible sabatino IERD La Fuente, de Tocancipá.

Proyecto de investigación

Elaborado por:

**Luisa Alexandra Valcárcel Corredor
Rosatelma Cortés Chacón**

Especialización en Educación, Cultura y Política

**Asesora:
Sandra Acevedo**

**Universidad Nacional Abierta Y A Distancia –UNAD
Escuela De Ciencias De La Educación-ECEDU
Especializaciones-ECEDU
2019**

Resumen Analítico del escrito RAE

Tipo de Documento:	Proyecto de investigación como opción de grado de la Especialización en Educación, Cultura y Política.
Autores:	Luisa Alexandra Valcárcel Corredor y Rosatelma Cortes Chacón.
Palabras Clave:	Habilidades para la vida, educación flexible, estrategia pedagógica.
Título de la propuesta:	Diseño de una estrategia pedagógica para el reforzamiento de habilidades para la vida en procesos de educación flexible sabatino IERD La Fuente, de Tocancipá.
Descripción:	<p>La Institución Rural Departamental La Fuente, Sabatino de Tocancipá Cundinamarca, desde el año 2018 ofrece un proyecto educativo para jóvenes y adultos aprobado por el Ministerio de Educación, modelo educativo flexible por ciclos, la cual es una propuesta de educación formal donde se atiende población diversa o en condición de vulnerabilidad, que presentan dificultades para participar en la oferta educativa tradicional.</p> <p>A través de este proyecto se busca aportar a las necesidades de autorregulación y conocimiento del ser para el saber hacer de los estudiantes en edades de 14 a 60 años, desde el reconocimiento de habilidades y fortalezas, partiendo de una estrategia pedagógica.</p>
Fuentes	<p>La revisión bibliográfica ayuda a entender que es fundamental reforzar las habilidades para la vida en un entorno educativo donde convergen diferentes grupos etarios y problemáticas sociales.</p> <p>Fuentes bibliográficas</p> <p>La información consultada abarca temas relacionados con habilidades para la vida y estrategias pedagógicas.</p> <p>Congreso Internacional de Didáctica de las ciencias La Habana, Cuba, 6 al 10 de febrero de 2006 Habilidades para la vida: Contribución desde la educación científica en el marco de la década dela</p>

educación para el desarrollo sostenible, Recuperado de:
<file:///C:/Users/USER/AppData/Local/Temp/Habilidades%20para%20la%20vida%20.%20Macedo%20.%20Cuba.pdf>

Magendzo, A., & Jofré, M. I. T. (2015). Educación en derechos humanos: Estrategia pedagógica-didáctica centrada en la controversia. Revista Electrónica Educare, 19(3), 5. Recuperado de: <file:///C:/Users/Rosa/Downloads/Dialnet-EducacionEnDerechosHumanos-5169743.pdf>

García Rodríguez, G., Givaduan Moreno, M. E., Ramírez Hernández, M., Valdez Arellano, E. I., & Pick Steiner, S. (2017). El cuidado de la salud como semilla para el desarrollo: experiencia de un programa basado en habilidades para la vida y reducción de barreras psicosociales. Acta de Investigación Psicológica, 7(2), 2647–2657. <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.1016/j.aippr.2017.06.002>

Guerreo Cuentas H., & Cepeda M. (2016) Uso de estrategias pedagógicas para el fortalecimiento de la convivencia escolar de jóvenes vulnerables. Revista de Pedagogía, vol. 37, no 101, 2016, pp. 57-79.

González Prada, O. J. (2014) Diseño de estrategias pedagógicas y didácticas motivantes orientadas a la formación integral de estudiantes de Licenciatura en música. UNIMINUTO. Bucaramanga, Santander, Colombia.

Organización Panamericana de la Salud (2001), Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Recuperado de:
<file:///C:/Users/USER/AppData/Local/Temp/Organización Panamericana de la Salud En.pdf>

Rojas Maria Orfa , Garzón Ruth., Del riesgo Lilia., Pinzón Martha Leonor., & Salamanca Alba Lucia. (2009) Estrategias pedagógicas como herramienta educativa: la tutoría y el proceso formativo de los estudiantes. Revista Iberoamericana de Educación. EDITA: Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI). Universidad Nacional de Colombia.

<p>Contenido:</p>	<p>Los alumnos de la I.E.D.R. La Fuente, modalidad educación flexible, hacen parte de una sociedad en constante evolución, propendiendo por la inclusión en todo ámbito donde el autoconocimiento y la empatía, son fundamentales para el relacionamiento asertivo de cada estudiante en lo personal y social. Este proyecto de investigación busca que los alumnos reconozcan sus competencias y habilidades para la vida en pro de un desarrollo integral emocional dentro y fuera de la Institución Educativa.</p>
<p>Metodología</p>	<p>El enfoque de la investigación es cualitativo, estudio focalizado en la población estudiantil I.E.R.D.L.F de Tocancipá, dentro de una práctica en la que se incorpora la participación de los estudiantes, frente al desarrollo y fortalecimiento de habilidades para la vida.</p> <p>Los estudiantes de la I.E.R.D. La Fuente Sabatino para el periodo II-2019 en el municipio de Tocancipá, fueron noventa (90) alumnos.</p> <p><i>Muestra</i></p> <p>La muestra representativa para el análisis son 10 - Alumnos por ciclo – III-IV-V-VI, total de 40 alumnos.</p> <p>Dentro del proceso de formulación se promueven estrategias encaminadas al reforzamiento de habilidades tales como: conocimiento de sí mismo, empatía, comunicación asertiva, toma de decisiones, pensamiento crítico y creativo, relaciones interpersonales entre otras, con una finalidad clara y es incentivar en los estudiantes capacidades relacionales asertivas.</p> <p>Fases exploratoria y analítica.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exploratoria: información recopilada directamente de los sujetos de estudio, estudiantes. • Analítica: análisis de los datos obtenidos en el trabajo de campo, sistematización de la información, obtención de resultados y verificación de conclusiones. <p><i>Instrumentos de recolección de información.</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Observación: análisis de la población, desde la atención y orientación psicológica en la I.E. ○ Encuesta <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cuestionario diagnóstico a los estudiantes para determinar el conocimiento y dominio del tema en relación a las habilidades para la vida y su proceso de formación integral
Conclusiones	<p>Se identifica y reconoce la necesidad en los estudiantes I.E.R.D.L.F del reforzamiento en habilidades para la vida, ellos evidencian la importancia de relacionarse de forma adecuada, en contextos escolares, familiares y sociales, simbiosis que se da mediante el uso de recursos lúdicos pedagógicos, talleres y cartilla.</p>
Recomendaciones	<p>Como resultado del análisis realizado a la población, se genera la necesidad de reforzar las habilidades para la vida por medio de estrategias pedagógicas. Se propone para la implementación de la misma, la palabra generadora, talleres y cartilla de reconocimiento y sensibilización de habilidades que aporta elementos específicos de enseñanza o aprendizaje, ayudando a profundizar la comprensión de sus realidades y las del entorno.</p>

1.	Introducción	1
2.	Justificación.....	3
3.	Planteamiento del problema	6
3.1	Pregunta problema.....	8
4.	Objetivos	9
4.1.	Objetivo general	9
4.2.	Objetivos específicos.....	9
5.	Marco conceptual.	10
5.1.	Antecedentes de la educación para jóvenes y adultos en Colombia.	10
5.2.	Características del sistema educativo en Colombia.	11
6.	Marco teórico.	14
6.1	Estrategia pedagógica.....	14
6.2.	Habilidades para la vida	19
7.	Metodología	28
7.1	Propósito	29
7.1.1	Fases Metodológicas	30
7.1.2	Población.....	30
7.1.3	Criterios de Selección de la población	30
7.1.4	Muestra representativa	31
7.1.5	Instrumentos de recolección de información.....	31
7.1.6	Observación:	31
7.1.7	Encuesta:	34
7.1.8	Aplicación test:.....	34
7.1.9	Análisis resultados de encuesta	36

8. Propuestas Pedagógica	44
8.1 Palabra generadora	44
8.2 Talleres:	46
8.2.1 Cartilla.....	50
9 Resultados y conclusiones.....	54
10 Referencias	55

Tablas de ilustraciones y graficas

Ilustración 1 Antecedentes educativos en Colombia.....	10
Ilustración 2 Niveles educativos Colombia.....	12
Ilustración 3 Estructura Educación formal.....	13
Ilustración 4 Cartilla - portada y tabla de contenido	51
Ilustración 5 Cartilla Introducción y definiciones	51
Ilustración 6 Cartilla – desarrollo.....	52
Ilustración 7 Cartilla - desarrollo	52
Tabla 2 Encuesta	35
Tabla 3 Actividades Taller 1	48
Tabla 4 Actividades taller 2	49
Tabla 5 Actividades taller 3	50
Grafica 1 atención grupal I.E.R.D. La Fuente – Prevención consumo SPA	32
Grafica 2 Atención grupal I.E.R.D. La Fuente – Convivencia escolar	33
Grafica 3 Autoconocimiento	37
Grafica 4 Empatía	37
Grafica 5 Comunicación asertiva	38
Grafica 6 relaciones interpersonales.....	39
Grafica 7 Toma de decisiones	39
Grafica 8 Manejo de problemas y conflictos.....	40
Grafica 9 pensamiento creativo.....	41
Grafica 10 Pensamiento crítico	41
Grafica 11 Manejo de emociones y sentimientos.....	42
Grafica 12 Manejo de tensiones y estrés.....	43

1. Introducción

El presente trabajo consiste en la investigación realizada I.E.R.D.L.F. para jóvenes y adultos en modalidad flexible, donde se evidencia la importancia de desarrollar competencias en habilidades para la vida, teniendo en cuenta que esta, surgió hace muchos años como una estrategia internacional en salud por la Organización Mundial de la Salud, y validada en Colombia por Fe y Alegría, cuyos objetivos principales fueron ahondar en el desarrollo propio del ser dentro del fortalecimiento y cuidado propio y del entorno en el marco de la prevención en dificultades psicosociales y de salud.

La investigación está encaminada al reconocimiento de la percepción de habilidades, como autoconocimiento, empatía, resolución de conflictos, toma de decisiones etc., desde un escenario educativo, este como espacio para la construcción inclusiva, donde se deben reinventar herramientas y estrategias en pro de la inclusión real, partiendo de identificar las principales falencias relacionales y emocionales de los estudiantes de La I.E.R.D.L.F., partiendo del desaprender para aprender en el auto reconocimiento y aceptación del ser para articularse de forma asertiva con el entorno.

Los alumnos de la Institución Educativa presentan dificultades notorias de tipo relacional, haciendo indispensable el refuerzo de competencias y habilidades para la vida, esto evidenciado en el quehacer profesional ejercido durante lo recorrido del año por las psicólogas de La I.E.R.D.L.F., siendo el mayor motivo de remisión o consulta a psicología, dificultades de tipo comportamental y emocional.

Por lo antes expuesto se ratifica la necesidad de implementar una estrategia pedagógica que pueda fortalecer el componente del ser (yo) basado en las habilidades para la vida, las cuales serán utilizadas por los estudiantes de todos los ciclos (III-IV-V-VI). Y así reducir las dificultades relacionales existentes en lo educativo, familiar y social, aportando a la construcción de paz desde las destrezas psicosociales.

2. Justificación

A partir de las demandas de la sociedad por fortalecer la forma asertiva de relacionarse en diferentes contextos como el educativo, familiar y laboral se identifica la necesidad de establecer herramientas para fortalecer estrategias de afrontamiento, adaptabilidad y resiliencia en los alumnos de La I.E.R.D.L.F., teniendo como premisa que la capacidad que tenga un individuo para relacionarse de forma significativa, facilitará el entendimiento del entorno y la calidad de sus relaciones, siendo la potencialización de las habilidades la base para formar individuos con capacidad de regulación y adaptación a las exigencias de una sociedad en constante evolución.

La I.E.R.D.L.F., toma como referente la Constitución Política de Colombia en su artículo 67: “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social.” La institución brinda este derecho a los habitantes de la vereda La Fuente, del municipio de Tocancipá, de los sectores cercanos y municipios aledaños a la institución, como también a toda persona que habite en el territorio nacional. Es de resaltar que de La I.E.R.D.L.F., en procura de mejorar la calidad de vida de su comunidad, genera la propuesta de educación para jóvenes y adultos. Tomando como referencia el trabajo de orientación psicológica desarrollada en La I.E.R.D.L.F., durante el primer ciclo académico correspondientes a los seis primeros meses del año, donde se evidenciaron dificultades comportamentales, adaptativas relaciones y emocionales frente a autopercepción y autoconocimiento del ser y del entorno, lo que lleva a generar este proyecto.

A partir de lo evidenciado anteriormente, los alumnos de la I.E. se encuentran en un rango de edad entre 14 a 60 años, jóvenes, adulto y adultos mayores, pertenecientes a estratos socioeconómicos 1 y 2, y la población objeto de estudio es de noventa (90) alumnos. Concordantes con la diversidad de población y problemáticas evidenciadas, se puede decir que el reconocer y reforzar habilidades de regulación emocional, genera alumnos con mayor empatía, autoconocimiento y autonomía, brindando un desarrollo pleno en cada espacio de interacción, con un enfoque de habilidades para la vida.

Las Habilidades para la Vida son una iniciativa propuesta por la Fundación Fe y Alegría teniendo como base la Organización Mundial de Salud (como se citó en Mantilla 2001) definiéndolas como:

Destrezas para conducirse de cierta manera, de acuerdo con la motivación individual y el campo de acción que tenga la persona, dentro de sus limitaciones sociales y culturales. Son un eslabón entre los factores motivadores del conocimiento, actitudes y valores, y el comportamiento o estilo de vida saludable Fe y Alegría (como se citó en Mantilla 2001, p. 7).

En Colombia el método basado en habilidades para la vida ha tenido resultados positivos, en la formación de estudiantes jóvenes y adultos, como lo afirma Bravo (como se citó en Martínez, 2014):

Bravo (2010), señala en el 2009, OEI-SEGIB-AECID, otorgaron el Premio Iberoamericano a la Alfabetización y Educación Básica de Personas Jóvenes y Adultas a

la experiencia presentada por la Fundación de Educación Superior San José, en Bogotá, titulada: “Escuela Integral para la formación de jóvenes y adultos en la vida y el trabajo”, la cual tiene como eje central de su programa la formación en Habilidades para la vida. Reconocimientos como éstos expresan la proyección internacional de la propuesta y más aún, cómo la misma alcanza distintos niveles educativos: la educación primaria, secundaria y media, no formal, técnica, tecnológica y superior (p.81).

3. Planteamiento del problema

El municipio de Tocancipá en los últimos años ha ampliado su parque industrial generando impactos ambientales, económicos y sociales a la población propia y flotante, como consecuencia se aumentó la demanda educativa en jóvenes y adultos de estratos 1 y 2, con escasos recursos económicos y poco apoyo de sus familias para poder continuar sus estudios. Es por eso que la deserción escolar ha ido creciendo, truncando el proceso de formación, dado que la mayoría debe trabajar a temprana edad, las ofertas de trabajo para esta población sin terminar la educación básica primaria y básica secundaria son en su mayoría cultivos de las flores, trabajos temporales e informales.

De acuerdo con lo anterior la institución implemento el programa de educación para jóvenes y adultos que por diversas circunstancias no han culminado sus estudios de la básica primaria, básica secundaria y media, para que se realiza en una jornada sabatina.

La I.E.R.D.L.F, es una institución de carácter oficial y cumple con una función social, en tal sentido se acoge a los principios emanados en el artículo 67 de la Constitución Política y que mediante el capítulo 2 del Título 3 de la Ley 115 de 1994, se define la educación para adultos como aquella que se ofrece a las personas en edad relativamente mayor a la aceptada regularmente en la educación por niveles y grados del servicio público educativo, que deseen suplir y completar su formación, o validar sus estudios.

Inicialmente, el término de Habilidades para la Vida fue una estrategia orientada a retrasar la edad de inicio de los jóvenes frente a varias problemáticas evidenciadas como fueron: prevenir el uso de sustancias psicoactivas, el embarazo adolescente, el control de la

ira, la empatía entre otros, la mayoría encaminados al área de la salud con buenos resultados, generando que el modelo se replicara en el contexto educativo.

Hoy relacionarse de forma asertiva es una necesidad y un deber de todos, por lo cual se deben desarrollar habilidades, partiendo del autoconocimiento, aceptación y afrontamiento de las circunstancias que se presentan en un entorno de educación flexible, el cual tiene una carga adicional para las estudiantes que escogen esta modalidad, y que va desde, dificultades relacionales, adaptación al entorno educativo, dificultades de aprendizaje en educación regular y desescolarización entre otras, como consecuencia los alumnos en este contexto presentan dificultades comportamentales y académicas, población con alto riesgo de consumo de sustancias psicoactivas.

Todo lo anteriormente expuesto se evidencia, en agresividad, frustración, aprehensión a límites y normas, deficientes relaciones interpersonales, bajo rendimiento académico, uso de lenguaje inadecuado, aumento en la pobreza, falta de oportunidades y baja autoestima.

El Decreto 1490 de 1990, Metodología Escuela Nueva, La Constitución Política de Colombia 1991, la Ley General de Educación, Ley 115 de 1994, Decreto 1860 de 1994 Dirección de Poblaciones y Proyectos Intersectoriales República de Colombia, mayo de 2015, nace el portafolio de servicios de Modelos Flexibles Educativos del Ministerio de Educación Nacional, donde se buscó poder suplir la necesidades de cobertura, equidad y calidad existentes en el territorio nacional, desarrollando habilidades para la vida y buscando herramientas para la eficiencia y el fortalecimiento del sistema, dirigida a la población en condición de vulnerabilidad, rural dispersa, urbano -marginal, grupos étnicos todo lo anterior con la implementación de metodologías flexibles que tienen las siguientes características:

- Estrategias escolarizadas y semiescolarizadas.

- Procesos convencionales y no convencionales de aprendizaje.
- Metodología flexible.
- Articulación de recursos pedagógicos.
- Calificación del recurso docente entre otros.

3.1 Pregunta problema

¿Cómo diseñar una estrategia pedagógica para el reforzamiento de habilidades para la vida en procesos de Educación Flexible del sabatino IERD La Fuente Tocancipá?

4. Objetivos

4.1. Objetivo general

Diseñar una estrategia pedagógica para el reforzamiento de habilidades para la vida en procesos de educación flexible de La I.E.R.D.L.F. de Tocancipá.

4.2. Objetivos específicos

- Identificar las necesidades en habilidades como autoconocimiento, empatía, toma de decisiones, resolución de conflictos etc., de los estudiantes en educación flexible La I.E.R.D.L.F. de Tocancipá.
- Describir el conocimiento de habilidades para la vida que poseen los estudiantes en educación flexible La I.E.R.D.L.F. de Tocancipá.
- Potenciar en los estudiantes La I.E.R.D.L.F. de Tocancipá las habilidades para la vida mediante el uso de recursos lúdico pedagógicos.

5. Marco conceptual.

5.1. Antecedentes de la educación para jóvenes y adultos en Colombia.

La educación en Colombia se ve afectada por diversos factores, como la pobreza dentro de la cual la sociedad se enfrenta a problemáticas como la deserción escolar, el inicio temprano de consumo de sustancias psicoactivas, incorporación a grupos delincuenciales y otros factores como la exclusión, la violencia, etc.

A continuación, se expone un cuadro en donde se describe el proceso que se ha desarrollado en Colombia en relación a la educación, siendo la fuente de esta información el Autor Víctor Augusto Sarmiento (2006) y en los informes de gestión presentados por los ministros de educación de los últimos gobiernos (2010-2014 y 2014- 2018), al finalizar su periodo.¹, citado por el Ministerio de Educación (2017):

Antecedente	Descripción
Campañas de alfabetización	Se propusieron como meta erradicar el analfabetismo en las personas mayores de 15 años. Las campañas nacionales de alfabetización <i>Simón Bolívar</i> 1978 y <i>Camina Aprendamos</i> 1982-1986, siguen siendo emblemáticas. Muchas experiencias similares estuvieron a cargo de las gobernaciones a finales del siglo XX.
El bachillerato por radio	Estuvo dirigido por la Fundación Acción Cultural Popular en la década de los ochenta, a través de Radio Sutatenza, y proseguido por Radio Nacional e Inravisión, para brindar a la población campesina la oportunidad de continuar y culminar los estudios de bachillerato.
Los programas de educación no formal	Estuvieron vigentes hasta la reforma impulsada por las leyes 115 de 1994 y 60 de 1993 (actualmente derogada). Se destacaron los programas que ofrecieron los institutos oficiales, entonces conocidos como educación no formal, así como los propuestos por equipos de educación fundamental con programas de capacitación en artes y oficios, que se alternaban con las clases de lectura, escritura y aritmética.
La universalización de la Educación Básica	La política de universalización de la Educación Básica Primaria constituyó un avance destacable en cumplimiento de una de las recomendaciones que se hicieron en la reunión de Jomtiem, 1990. El llamado a Una Educación para Todos ¹ se tradujo en una mayor financiación para garantizar el acceso de todos los niños y niñas a este nivel educativo.
Plan Cuatrienal	Primera iniciativa del MEN por crear un subsistema de educación popular para jóvenes y adultos, inscrita en el plan sectorial conocido como Acción Educativa Cultural, 1986-1990.
Unesco y el movimiento internacional	Unesco promueve la investigación y evaluación de la política educativa para población adulta en los países, además de brindar recomendaciones para mejorarla. Sobresalen las conferencias mundiales conocidas como la Confintea V (Hamburgo, 1997) y la Confintea VI (Brasilia, 2009), que contemplaron los desafíos para reducir la desigualdad, promover la convivencia, la paz y la supervivencia del planeta.
Un nuevo marco normativo y de política	Se inicia propiamente con la nueva Constitución Política de 1991 y prosigue con sucesivas disposiciones de gran incidencia, como la Ley General de Educación y el Decreto 3011 de 1997 derogado y compilado en el Decreto 1075 de 2015.
El Programa Nacional de Alfabetización y Educación de Jóvenes y Adultos	Inicia en 2002 por iniciativa de algunas administraciones regionales, que posteriormente pasan a ser parte del Plan Sectorial de la Revolución Educativa (2002 - 2010), se emplean modelos educativos flexibles para realizar la alfabetización (ciclo 1), asimismo el Gobierno Nacional a través de sus planes de desarrollo Camino a la Prosperidad (2010 - 2014) y Todos por un Nuevo País (2014 - 2018) establecen metas para dar continuidad al proceso de alfabetización en el país.

Ilustración 1 Antecedentes educativos en Colombia Tomado de Ministerio de Educación (2017)

Ley General de Educación 115 de 1994, expresa en su Artículo 1°. Objeto de la Ley, que:

La Educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes”. Posteriormente, en el Artículo 5º Fines de la Educación, contempla entre otros: “1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos. 2. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad. 11. La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.

5.2. Características del sistema educativo en Colombia.

Para que se preste el servicio de manera equitativa y brindar educación de calidad, se deben cumplir algunos parámetros que expone el Ministerio de Educación Nacional en su Guía No.33 (2009) los cuales son:

1. El acceso, este se debe dar de manera gratuita y de calidad, como lo estipula la constitución la educación es un derecho que debe ser asegurado por el estado, la familia y la sociedad.
2. La permanencia, en donde el objetivo es que el niño, niña o adolescente una vez inicie su proceso formativo pueda solventar las dificultades que

se le presentan y logre culminar su formación. En este proceso el estado y la familia deben brindar las herramientas necesarias para evitar la deserción del estudiante.

3. Y la calidad de la educación, lo cual según Ministerio de Educación Nacional en su Guía No.33 (2009) “supone que todas las personas pueden adquirir y ampliar competencias que les faciliten convivir pacífica y productivamente, indistintamente de su condición social, económica o cultural.”

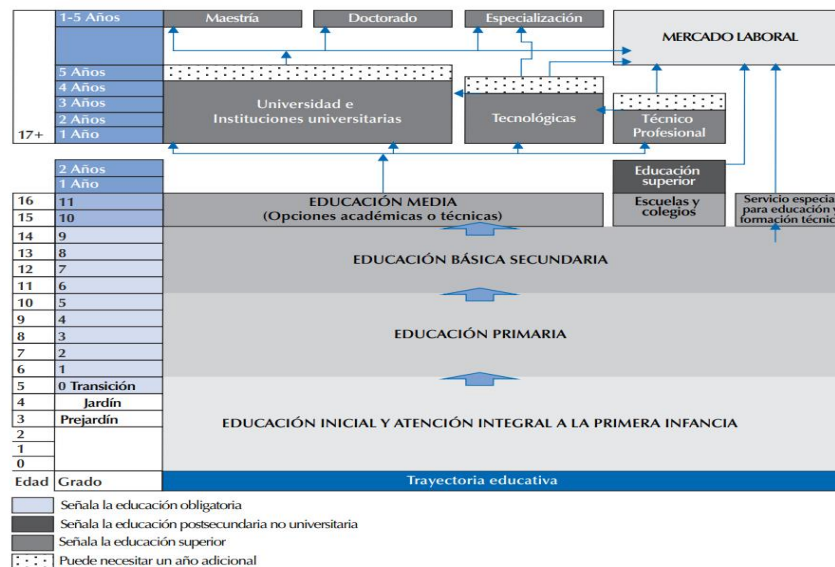


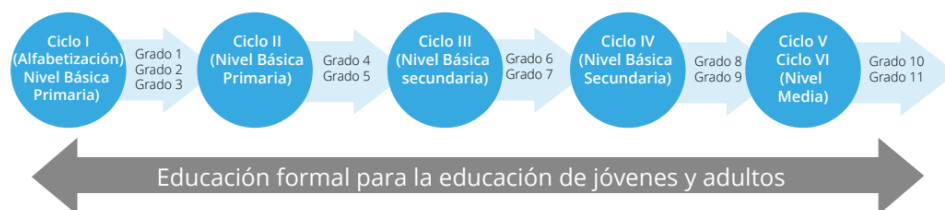
Ilustración 2 Niveles educativos Colombia

En este proyecto de investigación se tendrá en cuenta el Ciclo Lectivo Especial Integrado el cual es definido según el Ministerio de Educación 2017:

Se estructura como un conjunto de procesos y acciones curriculares organizados de modo tal que integren áreas del conocimiento y proyectos pedagógicos, de duración menor a la dispuesta para los ciclos regulares del servicio público educativo que permita alcanzar los fines y objetivos de la Educación Básica y Media de acuerdo con las particulares condiciones de la

población adulta. (Decreto Único Reglamentario del Sector Educación 1075 de 2015, sección 3, art. 2.3.3.5.3.2.7.)

Para ello, los CLEI se estructuran de la siguiente forma:



Gráfica 1. Estructura de la educación formal para jóvenes y adultos

Decreto Único Reglamentario del Sector Educación 1075 de 2015, sección 3, artículo 2.3.3.5.3.4.7.
Organización de los Ciclos Lectivos Especiales Integrados.

Ilustración 3 Estructura Educación formal.

Recuperado de: https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-371724_recurso.pdf

6. Marco teórico.

Se exponen las conceptualizaciones de las categorías y subcategorías para el desarrollo del proyecto investigativo, enfocado en el diseño de una estrategia pedagógica y didáctica con el fin de reforzar habilidades para la vida en los estudiantes.

Se exponen las definiciones de habilidades para la vida desde su inmersión en Colombia y las subcategorías que se desprenden de esta temática y su influencia en el proceso de formación integral de los estudiantes de La I.E.R.D.L.F.

6.1 Estrategia pedagógica.

Para comprender cómo se desarrolla una estrategia pedagógica es necesario aclarar en qué consiste la pedagogía, con el fin de entender su estructura, además de definir lo didáctico y como se entrelaza con la estrategia pedagógica, teniendo en cuenta “toda estrategia pedagógica conjetura un método y toda estrategia didáctica una técnica para la aplicación de dichos métodos” (González, 2014, p.34).

En relación al concepto de pedagogía que se relaciona con la educación y como se debería organizar de acuerdo al objetivo de la educación y de la realidad del individuo se encuentra la definición de Nassif (como se citó en González,2014) : “si la educación es una actividad intencional, la pedagogía debe preocuparse por regularla, dirigirla o conducirla; pero como, al mismo tiempo, se ofrece como un hecho real o como un dato, tendrá que describirla, explicarla o comprenderla” Nassif (como se citó en González,2014, p. 36). Es decir que la comunidad educativa es importante para la construcción de una educación pedagógica.

Así mismo las estrategias pedagógicas, son las herramientas que construye el docente a partir de las necesidades de los alumnos y hacer más cómodo y efectivo el proceso formativo, como lo define Bravo, 2008. El aprendizaje debe estimular la creatividad, el diálogo y la participación activa de los estudiantes, ya que de esta manera se genera interés y motivación, promoviendo hábitos saludables para adquirir y generar conocimientos.

A través de las estrategias pedagógicas se busca realizar una formación integral como lo expone Rojas, Garzón, Del Riesgo, Pinzón, & Salamanca (2009) en su artículo en donde el objetivo es:

(...) No solo solucionar los problemas académicos del estudiante (Rojas, 2007), sino aprovechar su papel de tutores para incentivar el desarrollo de su responsabilidad y el acercamiento recíproco como seres humanos; para ello, han abierto espacios extracurriculares en los cuales se les ha ofrecido la posibilidad de reconocer sus problemas académicos, pero a la vez, buscar los espacios y las soluciones adecuadas utilizando su tiempo libre (Rojas, Garzón, Del Riesgo, Pinzón, & Salamanca, 2009, p.2)

Lo anterior hace parte de la formación en habilidades para desenvolverse adecuadamente en la vida a través de estrategias pedagógicas en donde no solo se adquiere conocimiento, sino se fortalezcan habilidades para la solución de problemas como la recomendación de Guerreiro & Cepeda (2016) “Un buen docente debe promover habilidades, comunicativas, cognitivas, emocionales y sociales entre sus estudiantes para de esta manera abordar los conflictos. De igual modo, la pro actividad debe ser una de sus herramientas fundamentales de manejo de conflictos” (p.76), entre otros aspectos que tienen como fin el

abordaje adecuado de los conflictos, previo a los cuales se debe formar para su manejo y control de emociones.

Así el recurso destinado para la formación, capacitación y actualización de los docentes es fundamental como actores de cambio, en el proceso de formación y en contextos donde las habilidades de los estudiantes son diversas y el rol del docente es afianzar y estimular nuevas destrezas, lo anterior partiendo desde el autoconocimiento, como lo afirma (Acevedo ,2015):

El desafío en la formación de maestros en el marco de la educación inclusiva es esencialmente epistemológico, dado que se requieren profesionales con claridades que le posibiliten el desarrollo de prácticas de reconocimiento y prácticas de libertad en las relaciones pedagógicas que establezca. Es necesario que se logre una formación para que el sujeto maestro se reconozca desde su propia historia como potenciador de la transformación social, en los contextos y condiciones en las que se desenvuelva.

En esta revisión sobre estrategias pedagógicas se encuentra un gran exponente de la pedagogía, Paulo Freire (1970), quien desarrolló una propuesta sobre pedagogía crítica elaborando una propuesta de alfabetización en donde las personas deben tener una participación activa y crítica en el proceso de aprendizaje. Este método se basa en:

(...) El concepto antropológico de cultura y en la distinción entre el mundo de la naturaleza y el de la cultura, es de carácter inductivo, porque parte de la realidad existencial inmediata de los sujetos, aunque la trasciende y amplía; es dialógico, porque se desarrolla con base en la discusión colectiva; y es problematizador de la

realidad que circunda al sujeto (Freire, 1985, 2009), (Magendzo & Jofré, 2015, p.11).

Basándonos en el trabajo realizado, retomamos el pensamiento de Paulo Freire en el transcurrir de su vida y el aporte invaluable a la educación y su modelo de alfabetización, el cual se relaciona de forma directa con la educación flexible, objeto de esta investigación.

En su obra Liberación de los Oprimidos (Despertar su conciencia) es una invitación a ver y criticar su condición y que se vuelvan actores de su destino.

Para Freire la educación debía ser y tener las siguientes características: ser científica y con sustento político, que se desarrollara en una democracia amplia y abierta, centrada en las necesidades de los educandos, despertando conciencia crítica el cual es el motor generador de transformador, donde se refuerzan prácticas liberadoras.

Se analiza el pensamiento de Freire en la siguiente ecuación:

Alfabetización + Conciencia + Expresión Propia

Freire constituyo una ética humana basada en valores como:

- Solidaridad.
- Humildad, No Humillación.
- Tolerancia, No Resignación.
- Diálogo y Capacidad de Escucha.
- Perseverancia.

Lo anterior es un proceso de construcción entre los estudiantes y los docentes, a partir de una pedagogía crítica, la cual permite forjar un pensamiento abierto y con disposición al cambio, logrando ir más allá de la adaptación, consolidando las ideas con el entorno de manera equilibrada, Acevedo (2015).

La postura de Freire (1970), frente a los procesos educativos refuerza el objeto de esta investigación, en habilidades para la vida.

Paulo Freire - Método psicosocial - Alfabetización

Metodología estrategia pedagógica

Palabra generadora

Se fundamenta en el conocimiento, es un proceso dinámico e interactivo, consiste en:

Su conocido método de las palabras generadoras está basado en la técnica de provocar discusiones sobre unas existenciales y críticas situaciones de la vida cotidiana de los miembros de una determinada comunidad “oprimida”, tales como una vivienda asequible, el cuidado de la salud, “los sin techo”, el desempleo, etc. Mientras se discutían las situaciones existenciales de la comunidad, las palabras generadoras se codificaban y presentaban gráficamente, y a través del diálogo entre los estudiantes y los facilitadores, se conseguía una rápida alfabetización. (Feinberg y Torres, 2014, p.35).

Objetivos de la palabra generadora

- Que los estudiantes aprendan.
- Uso de lenguaje propio.

- Superar en los estudiantes la baja autoestima (autopercepción).
- Relacionar lo que se aprende con sus necesidades e intereses de los estudiantes.
- Compartir experiencias.

6.2. Habilidades para la vida

Esta propuesta metodológica se basa en, habilidades para la vida a través de estrategias pedagógicas, la primera es una propuesta o iniciativa de la Organización Mundial de la Salud (1993), enmarcadas en destrezas o habilidades relacionales que facilitan la interacción consigo mismo y con el entorno, enfocado en su momento como estrategia para prevenir enfermedades y la promoción de la salud, en Colombia surge como una alianza con la Red Institucional de Fe y Alegría con el desarrollo e implementación de material para el reforzamiento en manejo de emociones, resolución de conflictos y empatía, una vez finalizado el proyecto, previa autorización del Ministerio de Salud, se articula al área de la educación.

Las habilidades para la vida tienen trayectoria a nivel mundial de treinta años, (Díaz, Rosero, Melo & Aponte 2013). En Colombia este enfoque lo constituye el “Movimiento de Educación Popular Integral y Promoción Social Fe y Alegría”, para los cuales las habilidades se definen “como una estrategia primordial para llegar al logro de una sociedad justa y equitativa que vaya en contra de la marginación e injusticia social y contribuya a la salud mental de la población y a la constitución de hábitos saludables Fe y Alegría (como se citó en Díaz, Rosero, Melo & Aponte, 2013).

Para abordar estos temas es importante ahondar en las definiciones de las habilidades para la vida, según García, Givaduan, Ramírez, Valdez & Pick (2017):

Las habilidades para la vida son aquellas necesarias para una regulación emocional asertiva, capacidad de escucha, empatía, resolución de conflictos, pensamiento crítico y creativo, autoconocimiento y aceptación etc., que permitirá al individuo afrontar adecuadamente las exigencias del entorno el cual está en constante evolución.

La Organización Panamericana de la Salud (2001), identifica las habilidades sociales como habilidades sociales e interpersonales y habilidades cognitivas y habilidades en manejo de emociones, lo anterior recoge empatía, resolución de conflictos, comunicación, pensamiento crítico y, manejo de estrés.

En el contexto educativo, habilidades para la vida contribuye para el desarrollo integral y sostenible del individuo, partiendo de la formación ciudadana, brindando herramientas para tener alumnos que se desenvuelvan asertivamente en un mundo en constante evolución, que puedan adoptar actitudes responsables, tomando decisiones, resolución de conflictos entre otros y se estructura bajo cuatro pilares:

El saber.

El saber hacer.

El saber valorar.

El saber convivir y vivir juntos.

Promoviendo en todos los alumnos, el desarrollo de su personalidad el pensamiento crítico y creativo, como se planteó en el Congreso Internacional de didáctica de las Ciencias La Habana Cuba, febrero de 2006.

Para entender mejor el contexto, educar en emociones desde el aula es la propuesta a necesidades sociales en prevención a (violencias, consumo de SPA, etc.) fundamentada en el concepto de emoción, inteligencias múltiples, neurociencia, inteligencia emocional, la pedagogía, el bienestar del sujeto, cuyo objetivo es desarrollo y fortalecimiento de competencias emocionales y habilidades que aporten al individuo a vivir de forma regulada y consiente.

Lo anterior parte de los fundamentos teóricos de las habilidades para la vida que nacen de diferentes referentes sobre el comportamiento humano, en donde se encuentran:

La teoría del aprendizaje social de Bandura (1986), como lo expone Vélez (2016) “considera que el comportamiento individual es causado por el entorno, pero al mismo tiempo el comportamiento individual causa al entorno” (p.34). Los siguientes son los pasos en el proceso de modelado:

Atención: para el aprendizaje se requiere enfocarse en lo que se aprende, de lo contrario será un proceso difícil.

Retención: la habilidad de tratar de recordar lo que se aprende, funciona como un archivo en el cerebro con toda la información aprendida.

Repetición: la posibilidad de reproducir comportamientos, la imitación de comportamientos mejora con práctica.

Motivación: finalmente, es necesario querer imitar un comportamiento, lo que significa estar interesado. (Vélez, 2016, p.34).

Para realizar un trabajo que perdure a largo plazo en la vida de una persona, es necesario tener en cuenta la cultura, es decir, las costumbres, creencias, pensamientos que se tiene frente a las habilidades, ya que de esta manera su aprendizaje se ajustará a la realidad que vive cada comunidad, lo anterior se argumenta con lo que se expone en el siguiente párrafo:

Vale la pena conciliar una alternativa para la construcción de alternativas formativas en la educación formal que favorezcan, más que el desarrollo de lo que se ha nombrado como habilidades para la vida, una construcción de vida en común que tenga por principio, la relación ética con los otros y la comprensión del «nosotros» como apuesta para una vida digna (Díaz & Mejía 2018, p. 716).

Es entonces donde la educación en cuanto a conocimientos y habilidades se convierten en base para la formación de personas con capacidades adaptativas y fortalezas emocionales para enfrentar los desafíos de la actualidad. Las habilidades para la vida se conforman por una serie de aspectos que estimulan comportamientos en pro de la calidad de vida de una persona, las cuales se dividen en las siguientes subcategorías:

Autoconocimiento, el individuo realiza un proceso de autoevaluación de sus fortalezas y aspectos a mejorar con el fin de afianzar sus habilidades, para esto encontramos la siguiente definición:

Proceso continuo y dinámico que, mediante el esfuerzo, la reflexión y la autoconciencia permite a la persona tener una percepción de sí misma, incluyendo aspectos intelectuales, emociones, valores éticos, capacidad de autonomía y deseos

de autorrealización; a partir de la cual poder definir su identidad personal y desarrollar su personalidad (Báñez & Boixadòs, 2017, p. 3).

Para lograr este proceso de autoevaluación es necesario desarrollar algunas habilidades para identificar y reconocer que conductas se deben modificar y fortalecer, como se describe a continuación:

En definitiva, se pone en manifiesto que el proceso de autoconocimiento, que requiere habilidades de autoobservación y autoevaluación, permite a la persona identificar los rasgos más característicos de su “yo” esencial y de sus propias cualidades y características, ya sean valores, emociones, actitudes, metas, entre otros (Romero, 2017, p. 13).

Algunos autores relacionan el autoconocimiento con el desarrollo de competencias que conllevan aspectos específicos, conformando un conjunto de características básicas para lograr una autoevaluación, como se expone a continuación:

El autoconocimiento como una competencia genérica o transversal, cuyo desarrollo está estrechamente relacionado con diferentes competencias instrumentales (pensamiento analítico, reflexivo), competencias interpersonales (automotivación, comunicación, comunicación interpersonal), y competencias sistémicas (orientación al aprendizaje, comportamiento ético, orientación a objetivos); así como con actitudes importantes como responsabilidad, educación y con valores, como respeto a la dignidad humana, a la libertad, solidaridad, etc. (Báñez & Boixadós, 2017, p. 3).

La habilidad para lograr identificar y reconocer las emociones del otro se desarrolla a través de la empatía, definiéndose como:

Se ha considerado a la empatía sinónimo de contagio emocional, mimetización, simpatía, compasión e interés empático. Si bien son conceptos relacionados y necesarios para el desarrollo de una cognición social adecuada, no representan lo mismo, aunque todos son necesarios para el desarrollo de la empatía o su consecuencia (Ruggieri, 2013, pp. 13-14).

La empatía hace parte de las características de una persona capaz de relacionarse sin agredir al otro, entendiendo la posición u opinión de otro, sin dejar que un conflicto se convierta en un enfrentamiento:

La empatía se entiende como un proceso de regulación cognitiva y emocional que facilita la inhibición de comportamientos disociales, el reconocimiento de las emociones en los otros como factor esencial para establecer procesos empáticos y el aumento de habilidades prosociales, morales y éticas (Tobón, Zapata, Lopera & Duque, 2014, p.91)

La habilidad de entender la comunicación verbal y no verbal de otro de acuerdo al contexto es importante, para entender el mensaje a partir de la perspectiva de ambas partes, y de esta manera tener una interpretación objetiva de una situación , siendo la empatía “la capacidad para comprender, anticipar y reaccionar a los estados mentales de los otros, pero con distinción plena entre lo propio y lo ajeno; es decir, saber que aquello que se está experimentando es producido por un externo”(Clark, 2010; Decety y Michalska, 2010; Oliveira-Silva y Gonçalves, 2011), citados por (Rivera, 2018).

Otra habilidad para la vida como se hace referencia en el párrafo anterior es la comunicación asertiva la “es aquella en la que se transfiere los mensajes con claridad,

precisión, concisa, rápida y sobre todo con pertinencia. Para que lo que se quiere comunicar a la otra persona sea entendido y aceptado” Rodríguez, (como se citó en Rodríguez, Figueredo, Blanco y Campusano, 2019, p. 13).

Siendo la comunicación asertiva la base para lograr interactuar con los demás, dando a entender el mensaje que se desea transmitir y comprender la postura del receptor, logrando que los pensamientos, sentimientos y acciones se vean reflejados en la resolución de conflictos de manera pacífica, alcanzando la solución apropiada, (Corrales, Quijano & Góngora ,2017).

Además de lograr establecer una coherencia entre los pensamientos, sentimientos y acciones que tiene el emisor o receptor sobre el mensaje y cumplir con la adecuada interpretación del otro, la comunicación asertiva debe ser asumida como “una habilidad social que puede desarrollarse con el fin de mejorar la relación consigo mismo y con los otros” Macías & Camargo, 2013), es decir, cada persona debe reconocer sus fortalezas y aspectos a mejorar en cuanto a su comunicación.

Las habilidades antes mencionadas se ven reflejadas en la capacidad que tienen las personas para vincularse con los demás, de interactuar en los diferentes contextos donde se desenvuelven, (Ibargüen, 2014), por lo cual, las relaciones interpersonales hacen parte de la evolución del ser humano, ya que a través de estas su entorno se consolida y afianza otras habilidades a partir de la interacción con lo demás.

También en habilidades para la vida se encuentra la toma de decisiones la cual es definida como el “proceso mental en el cual se identifican las acciones o rutas que se habrán

de tomar o seguir en la solución de un problema o en la consecución de un fin específico”, (Mercado, 2013, p.2).

Siguiendo la descripción de las subcategorías de las habilidades para la vida, se encuentra el Manejo de Problemas y Conflictos, para lo cual es imprescindible saber tomar decisiones, existe un modelo de doble interés que describe dos dimensiones para manejar un conflicto interpersonal propuesto por Thomas y Kilmann (1974) citados por (Luna, 2014) “a) el interés por los propios resultados o asertividad, y b) el interés por la relación o por los resultados de las otras personas o cooperación”. Asimismo, en este modelo se exponen cinco formas de afrontar un conflicto de acuerdo a los intereses, las cuales son: “competir, acomodarse, evitar, comprometerse y colaborar.” (...). Thomas y Kilmann (como se citó en Luna, 2014, p.123).

Continuando con las subcategorías se expone el Pensamiento Creativo, siendo esta una característica que determina la manera de afrontar la vida, ya que interfiere en las demás habilidades, se define el pensamiento creativo como: “El proceso de percibir problemas o lagunas en la información, formular hipótesis o ideas, verificar estas hipótesis, modificarlas, y comunicar los resultados” Torrance (como se citó en Moreno, Rosero & Zambrano, 2013, p.244).

Para entender el pensamiento creativo es conveniente conocer la definición de creatividad, la cual es definida según Bournelli, Makri y Mylonas, 2009; Lim y Smith, 2008; Sternberg y Lubart, 1997).”, citados por (Krumm, Rubilar, Lemos & de Sapia, 2015) como “la creatividad es un sistema complejo en el que interactúan diferentes habilidades personales, estilos de pensamiento, personalidad, auto concepto, inteligencia y variables

relacionadas con el contexto social, escolar y familiar”. Consecuentemente la estimulación de este estilo de pensamiento es significativa para el desarrollo integral del ser humano.

Otro estilo de pensamiento es el estilo crítico, el permite que una persona pueda según Ennis, (como se citó en Zambrano, 2015):

Evaluar la credibilidad de las fuentes, reconocer las conclusiones, razones y suposiciones, valorar la calidad de un argumento, elaborar un punto de vista propio sobre un tema, la formulación de proposiciones claras y pertinentes, manifestar una mente abierta, estar bien informado y formular conclusiones. (p.240).

Es decir, permite que la persona consolide su criterio frente, generando argumentos para exponer su posición frente a una situación o tema determinado con una perspectiva clara y amplia. Ennis y Vargas (como se citó en Moreno & Velázquez 2017) complementan esta definición al exponer que “el pensamiento crítico es propositivo, es un juicio autorregulado resultado de la interpretación, el análisis y del uso de las estrategias que faciliten la estimulación del pensar en la construcción del conocimiento”, por lo cual a través del pensamiento creativo se vislumbran las alternativas de manera despejada.

La habilidad en el Manejo de Emociones y Sentimientos en donde la persona adquiere herramientas para afrontar de manera regulada las problemáticas a las que se ve expuesta, como lo define Martínez, (2014) “aprender a navegar en el mundo afectivo logrando mayor “sintonía” entre el propio mundo emocional y el de las demás personas para enriquecer la vida personal y las relaciones interpersonales” (p.67).

7. Metodología

Se inicia reconociendo la realidad de la investigación, el objeto de estudio, conceptos y estructuras, en pro de soluciones, el paradigma cualitativo se ajusta a esta necesidad, ya que su subjetividad hace parte de las transformaciones de las realidades sociales. Planteando la formación a partir de los intereses y formas de aprendizaje de cada sujeto,

Con este fin, es necesario que se tenga en cuenta la atención a las capacidades de los sujetos y sus formas de aprendizaje e intereses, de manera que se puedan prestar mejores servicios que posibiliten la flexibilidad de la experiencia educativa, a través de una estructura curricular innovadora y estrategia pedagógicas para el aprendizaje profundo. Todo esto se materializa, entre otras alternativas, con estrategias pedagógicas innovadoras, estrategias de evaluación mediada y la implementación de diferentes ciclos en la formación, facilitando las transferencias, movilidades entre programas y universidades; la creación de múltiples rutas de estudio en las cuales el estudiante es protagonista de sus elecciones (Acevedo, 2017, p.52).

El enfoque de esta investigación es cualitativo, estudio focalizado en la población estudiantil I.E.R.D.L.F de Tocancipá, dentro de una práctica en la que se incorpora la participación de los estudiantes, frente al desarrollo y fortalecimiento de habilidades para la vida.

La investigación cualitativa nos permite describir situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos observables. Incorporando lo que los participantes

expresan de sus vivencias y experiencias, tal como son sentidas, y no como lo observa el investigador. (Borda, 2013, p. 45).

Dentro del proceso de formulación se promovieron estrategias encaminadas al reforzamiento de habilidades tales como: conocimiento de sí mismo, empatía, comunicación asertiva, toma de decisiones, pensamiento crítico y creativo, relaciones interpersonales entre otras, con una finalidad clara y es incentivar en los estudiantes capacidades relacionales asertivas. En el contexto educativo, tomamos como base las competencias ciudadanas y sus cuatro pilares:

- El saber.
- El saber hacer.
- El saber valorar.
- El saber convivir y vivir juntos.

Teniendo en cuenta que no se trata de “estandarizar” a cada persona, pues cada cual es diferente, sino de establecer lo que necesitamos saber y saber hacer para que cada cual vaya desarrollando sus propias potencialidades.

Fases exploratoria y analítica.

- Exploratoria: información recopilada directamente de los sujetos de estudio, estudiantes.
- Analítica: análisis de los datos obtenidos en el trabajo de campo, sistematización de la información, obtención de resultados y verificación de conclusiones.

7.1.Propósito

Dentro del proceso de formulación se promueven estrategias encaminadas en el reforzamiento de habilidades como el autoconocimiento, la empatía, resolución de conflictos, pensamiento crítico y creativo etc., con la finalidad de brindar herramientas desde la pedagogía que incentiven a los estudiantes del Sabatino I.E.R.D la fuente de Tocancipá educación flexible frente a las relaciones asertivas consigo mismo, la sociedad y el entorno.

7.1.1 Fases Metodológicas

- **Fase exploratoria:** información recopilada directamente de los sujetos de estudio, se llevan a cabo estrategias para recolectar información, encaminadas al reconocimiento y refuerzo de habilidades como: autoconocimiento, empatía, resolución de conflictos, pensamiento crítico y creativo etc., con el fin de evaluar el conocimiento existente.

Instrumentos de recolección de información.

- Observación
- Encuesta

7.1.2 Población

La población seleccionada para esta investigación son los alumnos de la Institución Educativa Rural Departamental La Fuente Tocancipá, educación flexible (ciclos) sabatino.

Tipo: Público

Dirección: Vereda La Fuente, Tocancipá, Cundinamarca, Colombia

7.1.3 Criterios de Selección de la población

Población General: Todos los alumnos de las instituciones educativas públicos y privadas del municipio de Tocancipá, 2019 - 9385 Alumnos

Población de estudio: Institución Educativa Rural Departamental La Fuente Tocancipá

Sabatino Noventa (90) alumnos

7.1.4 Muestra representativa

Se utilizó, muestreo voluntario, donde los alumnos participaron de forma voluntaria, la muestra se realizaría en diez (10) alumnos por ciclo, III-IV-V-VI para un total de 40 alumnos, pero terminaron respondiendo la encuesta el 100% de los alumnos, noventa (90).

7.1.5 Instrumentos de recolección de información

- Observación: análisis de la población, desde la atención y orientación psicológica en la I.E.
- Encuesta: para determinar el conocimiento y dominio del tema en relación a las habilidades para la vida y su proceso de formación integral.

7.1.6 Observación:

La información que se expone a continuación hace parte del trabajo realizado en campo, por la psicóloga Luisa Alexandra Valcárcel Corredor en el año 2019, orientando y sensibilizando al 100% de la población de la I.E.R.D. La Fuente en los siguientes temas:

Prevención de consumo de sustancias psicoactivas.

En la I.E.R.D. La Fuente, se abordó la problemática de prevención de consumo de sustancias psicoactivas, desde la sensibilización de la persona que consume y la estigmatización del entorno que lo rodea, se plantearon entornos libres de consumo (Colegio) y como medida de prevención, el reconocimiento de logros, habilidades y capacidades de los alumnos con presunto consumo y los que se encontraron en riesgo,

para el resto de la población educativa se reforzaron hábitos saludables y proyecto de vida.

Se identificaron factores de riesgo asociados a consumo en el entorno:

- Disponibilidad de las sustancias psicoactivas en los entornos escolares.
- Privación económica y social
- Falta de apego en la crianza y desorganización comunitaria
- Transición de movilidad de las familias
- Migración de Venezolanos al territorio entre otros
- Se realizó intervención individual a 11 estudiantes
- Talleres en prevención:

Mayo: cuatro (4) talleres, Julio: un (1) taller, Agosto: un (1) taller, Octubre: uno (1)

**POBLACIÓN EDUCATIVA ATENDIDA EN ACTIVIDADES GRUPALES
PREVENCIÓN CONSUMO DE SPA**

	37 44 20 8															
	Pre-escolar	Primero	Segundo	Tercero	Cuarto	Quinto	Sexto	Séptimo	Octavo	Noveno	Decimo	Once	Padres de Familia	Doce nivel	Multi nivel	Estudio de caso
IEDTC-Bachillerato																
San Luis Gonzaga JM																
San Luis Gonzaga JT																
San Luis Gonzaga Sede B																
La Esmeralda																
Alto Manantial																
IEDTI-Bachillerato																
Antonia Santos																
Buenos Aires																
La Diana																
Canavita																
IECTI-Nocturna y Sabatinos																
IEDLF-Bachillerato																
IEDLF-Primaria																
IEDLF-Nocturna y Sabatinos								37	44		20		8			
Colegio_San_Pablo																
Colegio_Divino_Niño																
Colegio_Sol_Naciente																
FOEST																

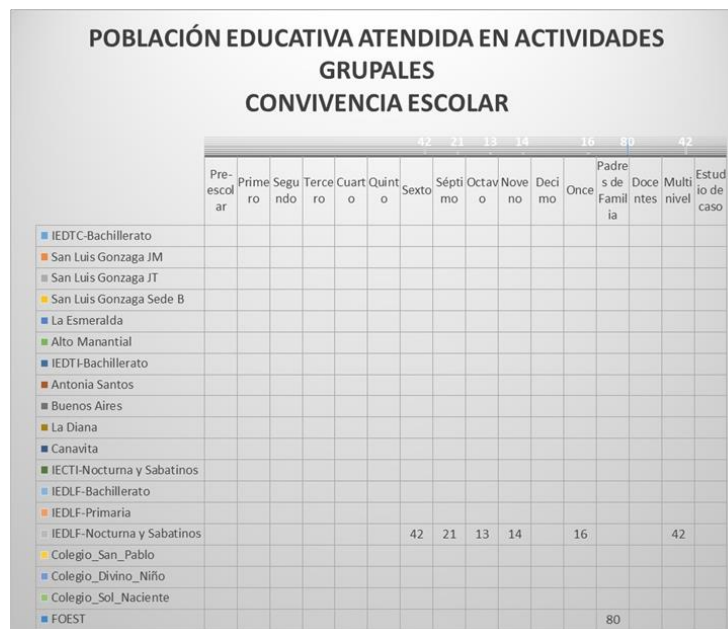
Grafica 1 atención grupal I.E.R.D. La Fuente – Prevención consumo SPA

Convivencia escolar.

Esta entendida como la acción de vivir en compañía de otras personas en el entorno escolar de forma armoniosa y pacífica, en pro de un desarrollo integral del individuo.

Las acciones realizadas fueron:

- Se sensibilizó a la comunidad educativa y demás actores acerca de su responsabilidad en la garantía y el restablecimiento de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes escolarizados en I.E.D.R. La Fuente Tocancipá.
- Se promovió el uso y apropiación de los protocolos para atender situaciones que afectan los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes y la convivencia escolar, recordando que la modalidad prestada en la I.E. es educación flexible en edades desde los 14 a los 60 años.
- Talleres 4.



Grafica 2 Atención grupal I.E.R.D. La Fuente – Convivencia escolar

Todo lo anteriormente expuesto, sustenta la necesidad del reforzamiento de las habilidades propias para la vida en el contexto educación.

7.1.7 Encuesta:

Se aplicó un cuestionario diagnóstico a los estudiantes para determinar el conocimiento y dominio del tema en relación a las habilidades para la vida en relación a su proceso de formación integral.

Aplicación test:

Objetivo: Explorar la problemática, para nuestra investigación el reconocimiento de las habilidades propias y las habilidades de los demás tales como autoconocimiento, empatía, resolución de conflictos, pensamiento crítico y creativo etc.,

TEST DE HABILIDADES ESTUDIANTES I.E.R.D. LA FUENTE TOCANCIPA

I.E.R.D. LA FUENTE.

Edad: _____ Género: _____

Ciclo: _____

El siguiente test tiene como objetivo identificar habilidades para la vida en los alumnos de educación flexible, sabatino en la I.E.R.D. LA FUENTE Tocancipá

Jóvenes y adultos entre 14 y 60 años.

Este test es insumo de un proyecto investigativo y no tiene carácter evaluativo.

Cada uno de los ítems son afirmaciones y usted debe responder señalando una de las siguientes opciones:

S: Siempre; AV: Algunas Veces; N: Nunca.

No	PREGUNTA	S	AV	N
----	----------	---	----	---

1	Identifico y utilizo mis fortalezas en los distintos contextos.			
2	Identifico hacia dónde voy y cuáles son mis metas.			
3	Me conmuevo frente a la situación de otras personas.			
4	Cuando una persona es vulnerable, trato de acercarme y brindar ayuda.			
5	Se me dificulta expresar mi opinión a los demás.			
6	Inicio y mantengo conversaciones con facilidad			
7	Mis relaciones con los compañeros suelen ser conflictivas.			
8	Las relaciones con mis amigos son duraderas			
9	Identifico entre necesidades básicas y secundarias.			
10	En el momento de tomar decisiones evalúo las alternativas considerando las emociones, sentimientos y criterios.			
11	Considero que la conciliación es una herramienta fundamental para encontrar un desenlace a una situación problema.			
12	Participó activamente en actividades grupales brindando alternativas para hallar estrategias.			
13	Suelo caracterizarme por mi recursividad y flexibilidad en el momento de tomar decisiones			
14	Pienso que la creatividad permite abrir puertas y ver las cosas desde una perspectiva diferente.			
15	Me gusta analizar y hacer críticas a la realidad social.			
16	Suelo analizar la información y las experiencias de manera objetiva.			
17	Me cuesta reconocer lo que siento por otras personas			
18	Prefiero evitar mostrar debilidad ante otros.			
19	En momentos difíciles trato de tener pensamientos saludables y positivos			
20	Hago esfuerzos por reducir fuentes de estrés cambiando mi estilo de vida.			

Tabla 1 Encuesta

7.1.8 Fase analítica: análisis de los datos obtenidos en el trabajo de campo, sistematización de la información, obtención de resultados y verificación de conclusiones.

- Análisis resultados de encuesta
- Conclusiones

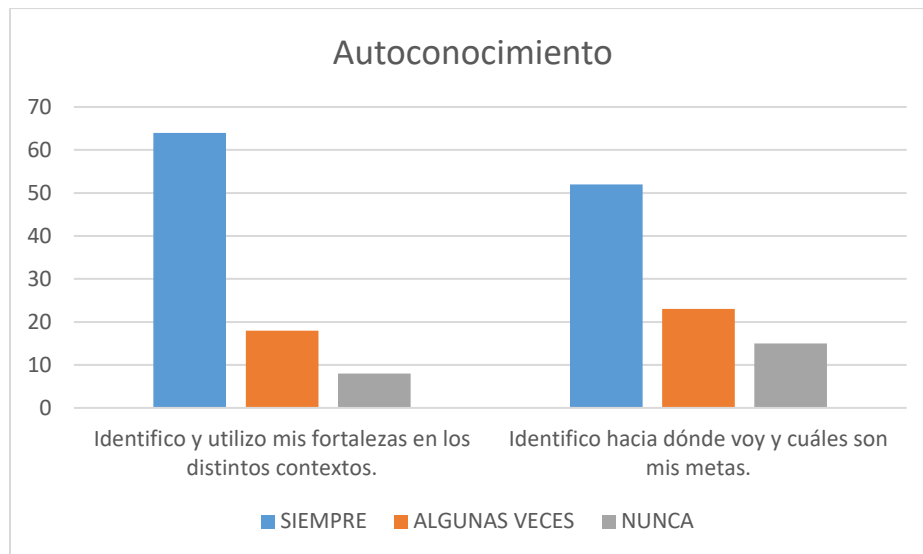
En la fase analítica se evaluará el conocimiento propio y las estrategias generadoras de nuevas acciones, palabras generadoras de nuevos hábitos y habilidades relacionales.

7.1.9 Análisis resultados de encuesta

Preguntas:

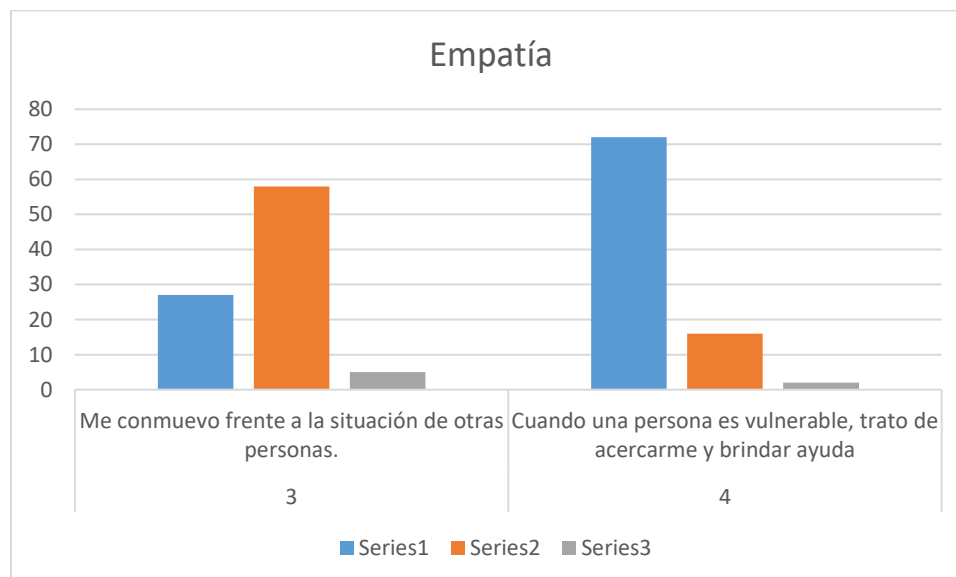
#	Pregunta	S	AV	N
1	Identifico y utilizo mis fortalezas en los distintos contextos.	64	18	8
2	Identifico hacia dónde voy y cuáles son mis metas.	52	23	15
3	Me conmuevo frente a la situación de otras personas.	27	58	5
4	Cuando una persona es vulnerable, trato de acercarme y brindar ayuda.	72	16	2
5	Se me dificulta expresar mi opinión a los demás.	12	17	61
6	Inicio y mantengo conversaciones con facilidad	30	53	7
7	Mis relaciones con los compañeros suelen ser conflictivas.	32	47	11
8	Las relaciones con mis amigos son duraderas	28	55	7
9	Identifico entre necesidades básicas y secundarias.	70	20	0
10	En el momento de tomar decisiones evalúo las alternativas considerando las emociones, sentimientos y criterios.	56	34	0
11	Considero que la conciliación es una herramienta fundamental para encontrar un desenlace a una situación problema.	84	6	0
12	Participó activamente en actividades grupales brindando alternativas para hallar estrategias.	12	68	10
13	Suelo caracterizarme por mi recursividad y flexibilidad en el momento de tomar decisiones	15	67	8
14	Pienso que la creatividad permite abrir puertas y ver las cosas desde una perspectiva diferente.	76	14	0
15	Me gusta analizar y hacer críticas a la realidad social.	80	10	0
16	Suelo analizar la información y las experiencias de manera objetiva.	75	13	2
17	Me cuesta reconocer lo que siento por otras personas	23	67	0
18	Prefiero evitar mostrar debilidad ante otros.	76	14	0
19	En momentos difíciles trato de tener pensamientos saludables y positivos	75	10	5
20	Hago esfuerzos por reducir fuentes de estrés cambiando mi estilo de vida.	10	67	13

Análisis de resultados por pregunta



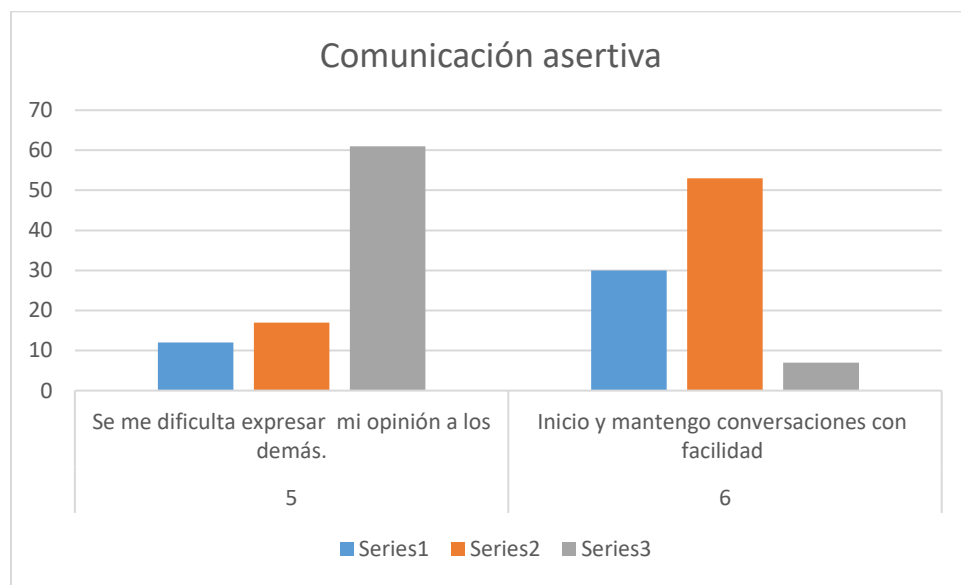
Grafica 3 Autoconocimiento

En la habilidad de autoconocimiento se evidencia el reconocimiento de las habilidades y cualidades con las que cuenta cada individuo, lo cual con lleva a determinar las metas a alcanzar de manera efectiva, consolidado el proyecto de vida.



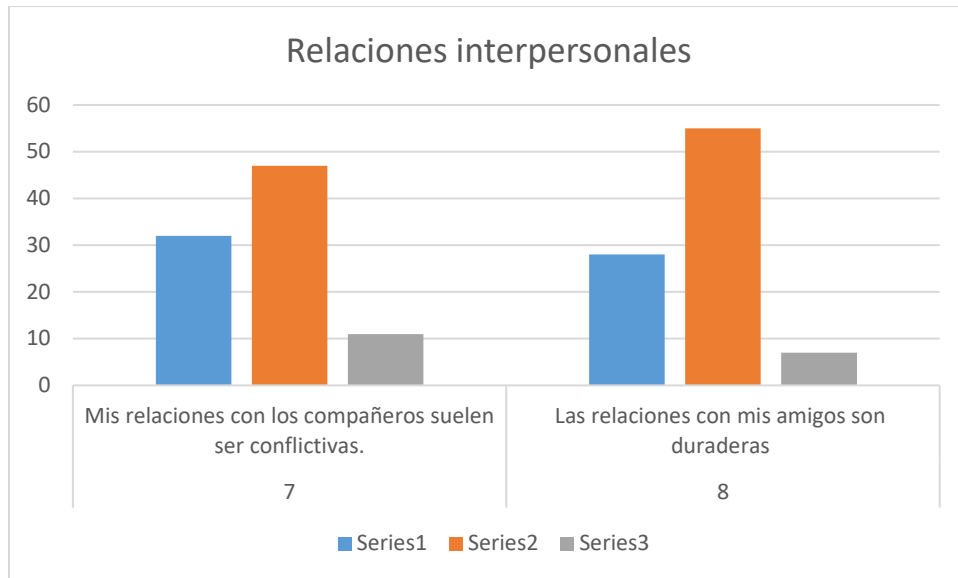
Grafica 4 Empatía

La reacción frente a situaciones de dificultad de otras personas varía de acuerdo al aprendizaje de cada persona y el contexto donde se genere, siendo predominante conmoverse ocasionalmente frente a dichas situaciones. Cuando se evidencia el riesgo en el que se encuentra otra persona, la decisión de ayudarlo es mayor.



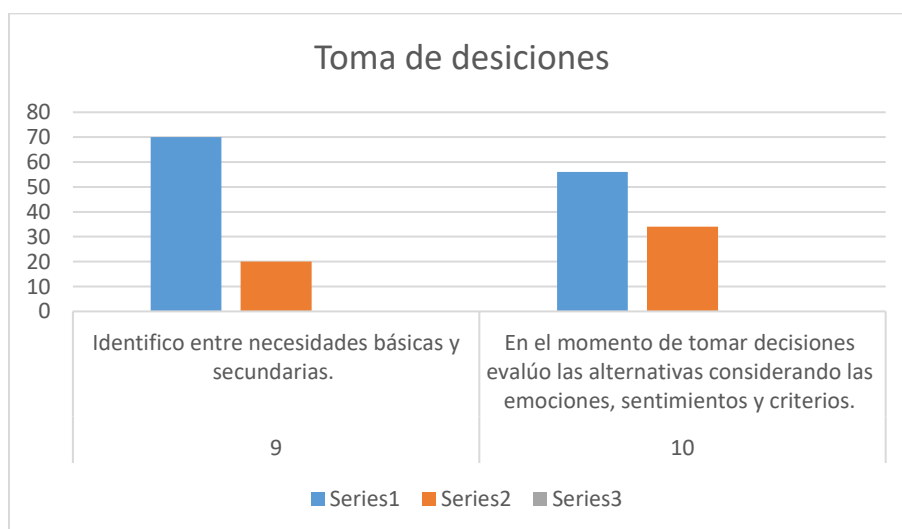
Grafica 5 Comunicación asertiva

Expresar los sentimientos, emociones, pensamientos es fundamental para el desarrollo del ser humano, lo cual es una característica de la población de este proyecto, es importante analizar, que frente a iniciar una conversación algunas veces logran realizarlo con facilidad.



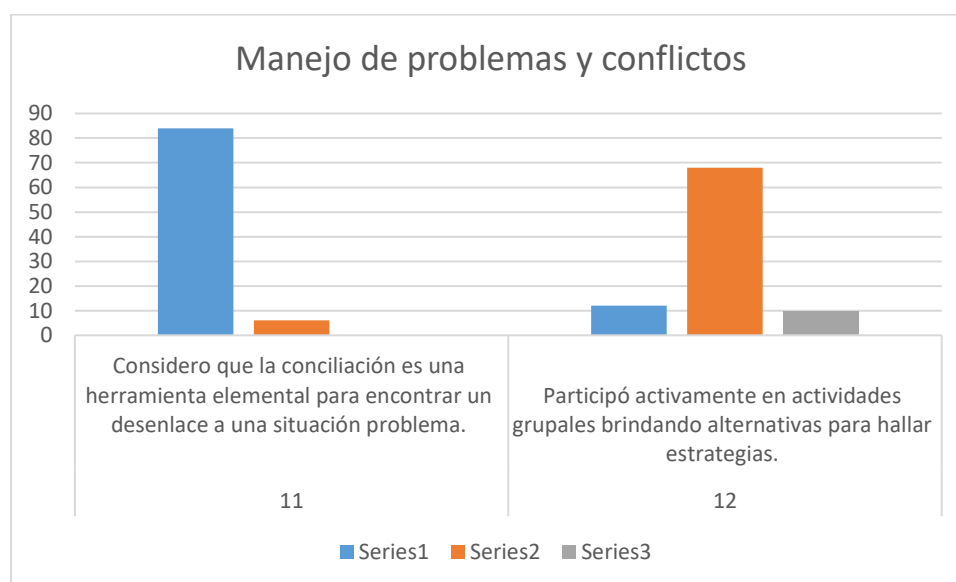
Grafica 6 relaciones interpersonales

La manera en que se relaciona el ser humano en los diferentes contextos donde se desenvuelve influye en la construcción de vínculos apropiados, en donde las relaciones interpersonales suelen ser conflictivas en su mayoría como se evidencia en el gráfico. Poniendo el contexto en positivo, el mantener un vínculo a largo plazo como las amistades es un factor que predomina en los estudiantes.



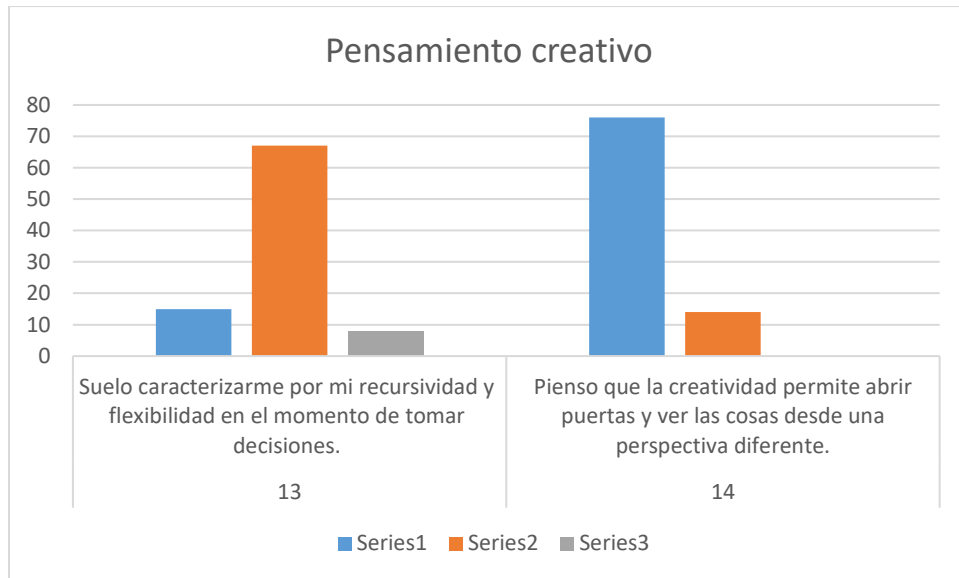
Grafica 7 Toma de decisiones

Identificar las diferentes posibilidades de acuerdo a las necesidades, motivaciones y las consecuencias tanto a corto como a largo plazo es fundamental para lograr las metas impuestas y sobrellevar situaciones de diferente tipo, para lo cual reconocer las necesidades básicas y secundarias a partir de su nivel de importancia es determinante para sobrevivir. Lo anterior es una característica que identifican los estudiantes en su cotidianidad. Además de realizar una elección adecuada a partir de la revisión de diferentes alternativas identificando la más apropiada.



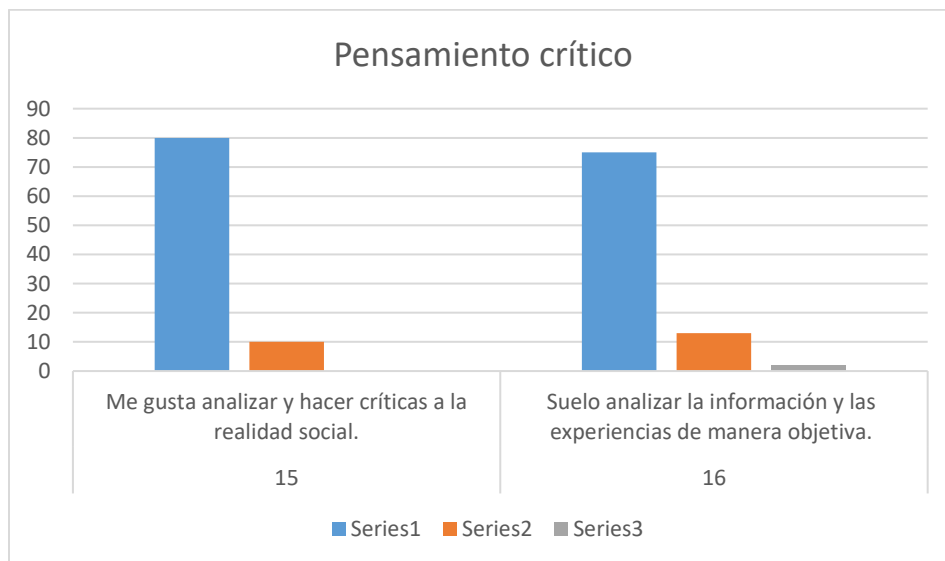
Grafica 8 Manejo de problemas y conflictos

El diálogo es una herramienta a través de la cual se logra concertar acuerdos, siendo un instrumento para la solución de conflictos empleada por los estudiantes en un alto porcentaje. En relación al trabajo en equipo sobresale la participación ocasional para brindar ideas para llegar a una solución.



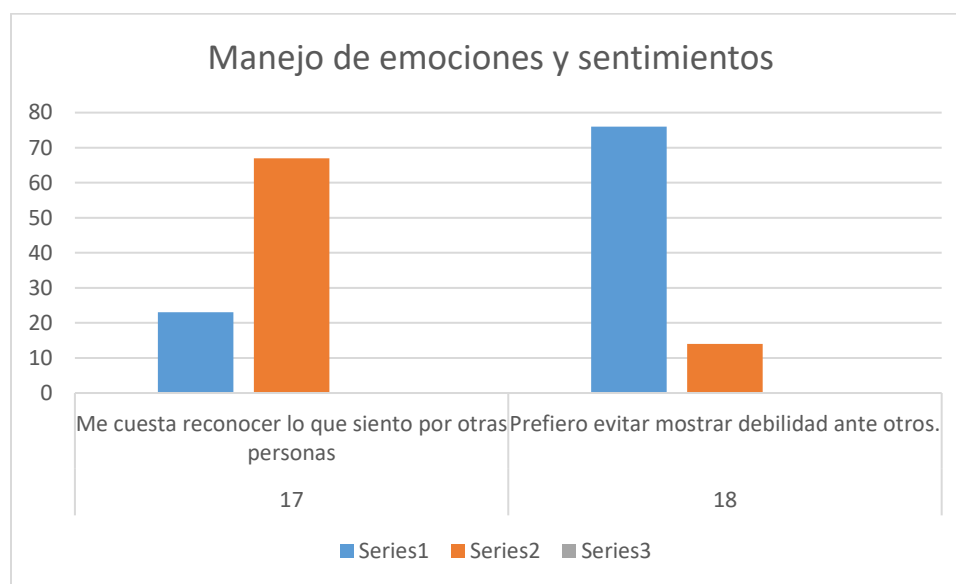
Grafica 9 pensamiento creativo

En relación al pensamiento creativo los estudiantes coinciden en que la flexibilidad y recursividad al tomar decisiones es un aspecto que en ocasiones sobresale en ellos. Se evidencia en un alto porcentaje que la creatividad es una canal para ampliar el panorama frente a diferentes alternativas que se pueden generar.



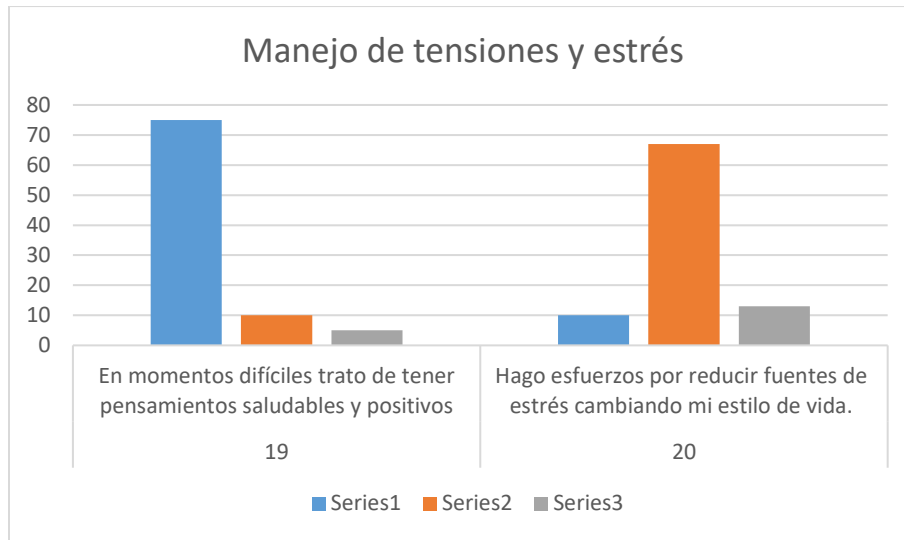
Grafica 10 Pensamiento crítico

En cuanto al pensamiento crítico realizar análisis de las situaciones de la realidad social hace parte de la cotidianidad de los estudiantes en su gran mayoría, generando discusiones frecuentemente. A partir del pensamiento creativo se evidencia en un alto porcentaje que los estudiantes suelen analizar de manera objetiva las circunstancias.



Grafica 11 Manejo de emociones y sentimientos

El manejo de emociones y sentimientos hace parte de la formación que deben recibir los estudiantes, ya que es fundamental para un desarrollo integral, ante lo cual se evidencia la dificultad para reconocer lo que siente por otra persona, en donde preferiblemente evitar mostrar su sensibilidad frente a los demás.



Grafica 12 Manejo de tensiones y estrés

En la actualidad el estrés es un factor que influye en el rendimiento académico, laboral y familiar de las personas, por lo cual su manejo determina el desarrollo o prevención de las consecuencias que conlleva. En los estudiantes predomina la generación de pensamientos positivos frente a situaciones difíciles, además de disminuir y manejar adecuadamente las situaciones que generan estrés cuando el contexto lo permite, lo cual se da ocasionalmente.

8. Propuestas Pedagógica

8.1 Palabra generadora

Retomando a Freire (1970) en la estructura del método psicossocial, orientado a la formación integral del adulto analfabeto, y articulándolo a este proyecto investigativo, se propone utilizar el esquema de la palabra generadora, como refuerzo de habilidades para la vida en los estudiantes de I.E.R.D. La Fuente de Tocancipá por medio de la palabra positiva, después de evidenciar el lenguaje negativo y desempoderante utilizado por la mayoría de los alumnos en la institución, generando baja autoestima y poca tolerancia, se contrarresta con un lenguaje positivo y empático, partiendo de una fase motivadora que conlleva a:

- Motivar a los alumnos y demostrarles que saben más de lo que creen.
- Que son capaces de lograr lo que se proponen.
- Se comparten los saberes y se aprende de los otros.

Todo lo anterior partiendo de las necesidades internas de cada estudiante.

1. Realizamos una presentación y reconocimiento
2. Analizamos como se quería aprender, cambiando el lenguaje desempoderante.
3. Integrando los conocimientos adquiridos en la vida diaria.

La utilización de palabras generadoras de cambio, se realizó, por semana y la dinámica fue la siguiente:

Durante la estancia en la institución, frente a cada salón de clase, se tenía una palabra o frase que tenía que ser utilizada por todos los actores educativos, con las siguientes reglas.

- Nada se tomaría a título personal.
- Las decisiones se tomarán como acuerdos convivenciales.
- Las (sanciones) por incumplimiento serán concertadas por ciclos o cursos, (ellos propusieron, desde la alcancía con un valor de \$100 por incumplimiento, o gastar las onces, etc.)

En la primera semana: se acordó que ningún alumno podía decir groserías, frente a cada salón aparecía así: PROHIBIDO GROSERIAS

La segunda semana: se acordó NO utilizar, la palabra, PERO, y frente a cada salón aparecía:

NO UTILIZAR LA PALABRA, PERO.

Tercera semana: la semana del ELOGIO, se acordó que antes de dirigirse a algún compañero o docente se tenía que decir algo positivo, y frente a cada salón aparecía:

UTILIZA LAS SIGUIENTES PALABRAS:

¡Excelente!	¡Muy bien!	¡Bastante bien!	¡Genial!
¡Súper bien!	¡Buen trabajo!	¡Aplausos!	¡Sobresaliente!
¡Fantástico!	¡Estupendo!	¡Espectacular!	¡Admirable!
¡Magnifico!	¡Maravilloso!	¡Extraordinario!	¡Que listo eres!

Y todas aquella positivas que quieras emplear.

Cuarta semana: se trabajó la palabra EMPATIA, antes del inicio de clase se toman 5 minutos para cambiar de rol, con algún compañero, sin burla y con respeto.

Las semanas: 5, 6, 7, 8,9 y 10, se trabajaron las palabras: quien soy, solidaridad, comprensión, amor, autonomía, respiración.

8.2 Talleres:

Los talleres contarán con tres fases:

- La primera será una sección informativa donde se les explicara a los individuos que es la empatía y el autoconocimiento, esto con el fin de saber si existe un conocimiento existente o características particulares a tratar.
- La segunda irá encaminada a una estrategia didáctica que permita evidenciar el conocimiento adquirido en la primera fase.
- La tercera es la fase de progresión: en ella se evidencian cuáles han sido las habilidades que más reconocen o evidencian según el desarrollo del aprendizaje, en esta fase tanto el psicólogo como el individuo harán un ejercicio de observación y retroalimentación en el cual se evidencien los avances obtenidos en las estrategias de aprendizaje y reforzados con la palabra generadora.

Taller de Autoconocimiento desde el ser

1. Marco teórico

En las habilidades sociales se encuentra el autoconocimiento, el cual es parte fundamental para desarrollar el ser, afianzando las propias habilidades y reconociendo los aspectos a mejorar, logrando fortalecer los valores y autoestima, reforzando de manera positiva la percepción de sí mismo.

Algunos autores relacionan el autoconocimiento con el desarrollo de competencias que conllevan aspectos específicos, conformando un conjunto de características básicas para lograr una autoevaluación, como se expone a continuación:

El autoconocimiento como una competencia genérica o transversal, cuyo desarrollo está estrechamente relacionado con diferentes competencias instrumentales (pensamiento analítico, reflexivo), competencias interpersonales (automotivación, comunicación, comunicación interpersonal), y competencias sistémicas (orientación al aprendizaje, comportamiento ético, orientación a objetivos); así como con actitudes importantes como responsabilidad, educación y con valores, como respeto a la dignidad humana, a la libertad, solidaridad, etc. (Báñez y Boixadós, 2017, p.3).

Objetivo general

Abrir un espacio de análisis para que los estudiantes identifiquen y reflexionen sobre la importancia y los efectos que conlleva el fortalecimiento del autoconocimiento y de esta manera afianzar los conocimientos ya existentes, sensibilizando a los aprendices sobre el valor de trabajar sobre la salud mental.

Objetivos específicos

- Fortalecer los conocimientos frente al autoconocimiento, logrando identificar fortalezas y aspectos a mejorar.
- Reconocer las virtudes y logros obtenidos de manera reflexiva.

- Promover la importancia de realizar ejercicios de autoevaluación con el fin de cumplir las metas del proyecto de vida.

Agenda:

Tabla 2 Actividades Taller 1

Actividad	Duración
1. Bienvenida a los asistentes (estudiantes) y planteamiento de las normas de convivencia.	3 min.
2. Presentación del objetivo de la sesión.	2 min.
3. Definición del autoconocimiento	15 min.
4. Presentación de video	10 min.
5. Reconocimiento de los errores y cómo prevenirlos.	15 min.
6. Autoevaluación.	15 min.
7. Asignación de tarea	5 min.
8. Toma de lista	2. min.
9. Cierre de sesión	2 min.

1. Se da la bienvenida a los estudiantes y se dará a conocer las normas de convivencia como:
 - Apagar o colocar en vibrador los celulares para no distraerse ni distraer a sus compañeros.
 - En el momento de participar por favor levantar la mano para poder escuchar todas las opiniones.
 - Las actividades son un aporte de interés, por este motivo su participación es indispensable para el desarrollo del taller.
2. Se da a conocer a los estudiantes el objetivo de la sesión.

Lograr que los estudiantes identifiquen y reconozcan sus cualidades, valores, gustos y metas a cumplir.

3. Definición de autoconocimiento.

4. Presentación de video.

Después de la presentación del video se hará una reflexión acerca de su contenido con los estudiantes.

5. Reconocimiento de los errores y como aprender a prevenirlos.
6. Autoevaluación.

7. Asignación de tarea.
8. Toma de lista: se harán circular los formatos de asistencia.
9. Cierre de sesión: se agradece por la asistencia y se invita a la próxima.

Segunda sesión

Objetivo: Dar conocer a los estudiantes situaciones cercanas a su realidad para su análisis ya que de esta manera se pueden generar conductas de prevención y promoción de hábitos saludables.

Agenda:

Tabla 3 Actividades taller 2

1. Bienvenida a los asistentes (estudiantes) y planteamiento de las normas de convivencia.	5 min.
2. Presentación del objetivo de la sesión.	5 min.
3. Revisión de la tarea asignada	30 min
4. Factores socio culturales	30 min
5. Consecuencias psicológicas	30 min.
6. Toma de lista	5 min.
7. Cierre de sesión	5 min.

1. Se da la bienvenida a los estudiantes y se dará a conocer las normas de convivencia.
2. Presentación del objetivo de la sesión:

Dar conocer a los estudiantes situaciones cercanas a su realidad para su análisis ya que de esta manera se pueden generar conductas de prevención y promoción de hábitos saludables.

3. Revisión de la tarea asignada:

Esta tarea se hace con el fin de que los estudiantes analicen sus metas e identifiquen las acciones se están realizando para llegar a estas y su relación con los valores de cada individuo.

4. Factores socio culturales.

La cultura occidental determina la epidemiología de la anorexia, para esto se tienen en cuenta los siguientes aspectos.

Tercera sesión

Objetivo: Establecer un plan de acción para mejorar la calidad de vida de los estudiantes a partir de su proyecto de vida teniendo en cuenta su contexto.

Agenda:

Tabla 4 Actividades taller 3

1. Bienvenida a los asistentes (estudiantes) y planteamiento de las normas de convivencia.	5 min.
2. Presentación del objetivo de la sesión.	5 min.
3. Motivación intrínseca y extrínseca	20 min.
4. Videos.	15 min.
5. Proyecto de vida	15 min.
6. Toma de lista	5 min.
7. Aplicación del formato de evaluación de la aplicación del taller.	10 min.
8. Cierre de sesión	5 min.

1. Se da la bienvenida a los estudiantes y se dará a conocer las normas de convivencia.
2. Presentación del objetivo de la sesión:

Establecer un plan de acción para mejorar la calidad de vida de los estudiantes a partir de su proyecto de vida teniendo en cuenta su contexto.

8.2.1 Cartilla

En ella, el individuo encontrará información complementaria, que le servirá para el desarrollo de actividades y ejercicios, encaminados a reforzar las habilidades para la vida; estas actividades tendrán que ser documentadas por el individuo para poder evidenciar su progresión.

Esta propuesta busca brindar herramientas, donde no solo se dependa del uso de las tecnologías si no que a través de palabra los alumnos se conviertan en sujetos históricos y políticos, buscando un relacionamiento con el entorno que sea acordes y positivas (Acevedo, 2018).

Habilidades para la vida desde las palabras generadoras.



Elaborada por:
Luisa Alexandra Valcárcel
Rosatelmá Cortés

Tabla de contenido

Introducción.....	3
¿Qué son las habilidades para la vida?	4
¿Cuáles son las habilidades para la vida?..	5
Para mejorar tu estilo de vida y tener una salud mental saludable puedes implementar los siguientes tips:	6
Ejercicios para fortalecer las habilidades para la vida.....	7

Ilustración 4 Cartilla - portada y tabla de contenido

Introducción.

La formación integral hace referencia al desarrollo de conocimientos y habilidades emocionales para afrontar los desafíos actuales, los cuales exigen una fortaleza a nivel emocional para sobrellevar las afectaciones a nivel de salud mental. Por esta razón en las instituciones educativas y entorno laboral es necesario brindar espacios para el fortalecimiento de las habilidades para la vida y de esta manera mejorar el rendimiento de los estudiantes y la prevención de conductas inadecuadas, al igual en el entorno laboral afianzar las competencias de los empleados desde la adaptación al cambio y el desarrollo de liderazgo.



3

¿Qué son las habilidades para la vida?



4

Ilustración 5 Cartilla Introducción y definiciones

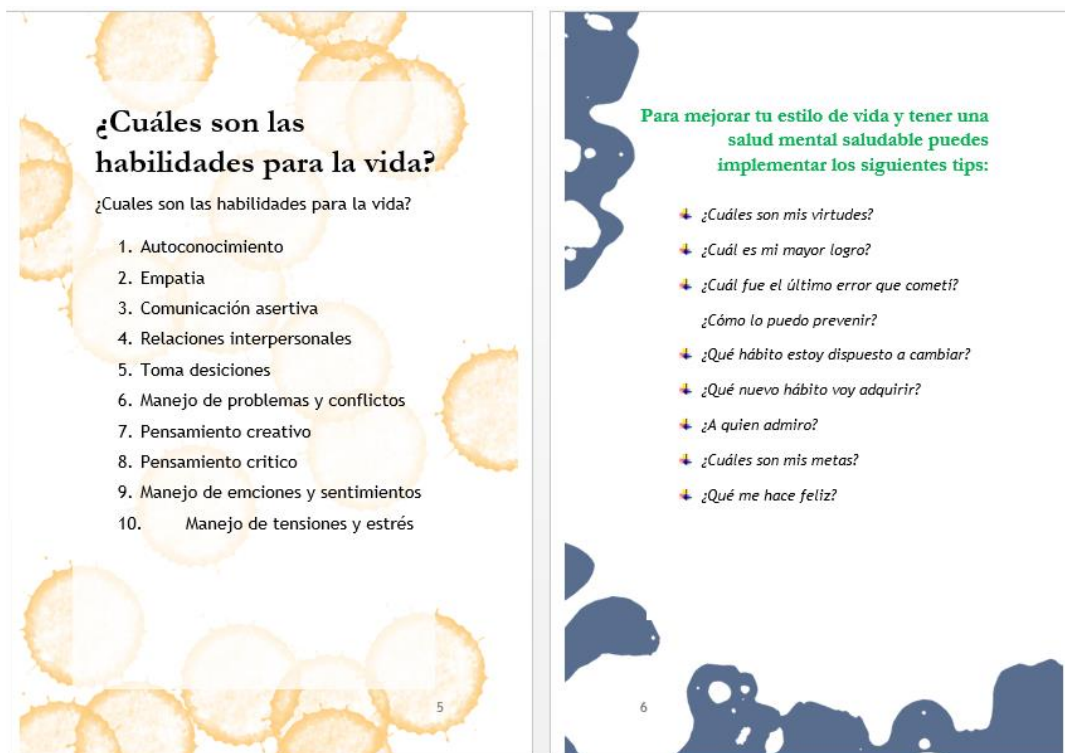


Ilustración 6 Cartilla – desarrollo

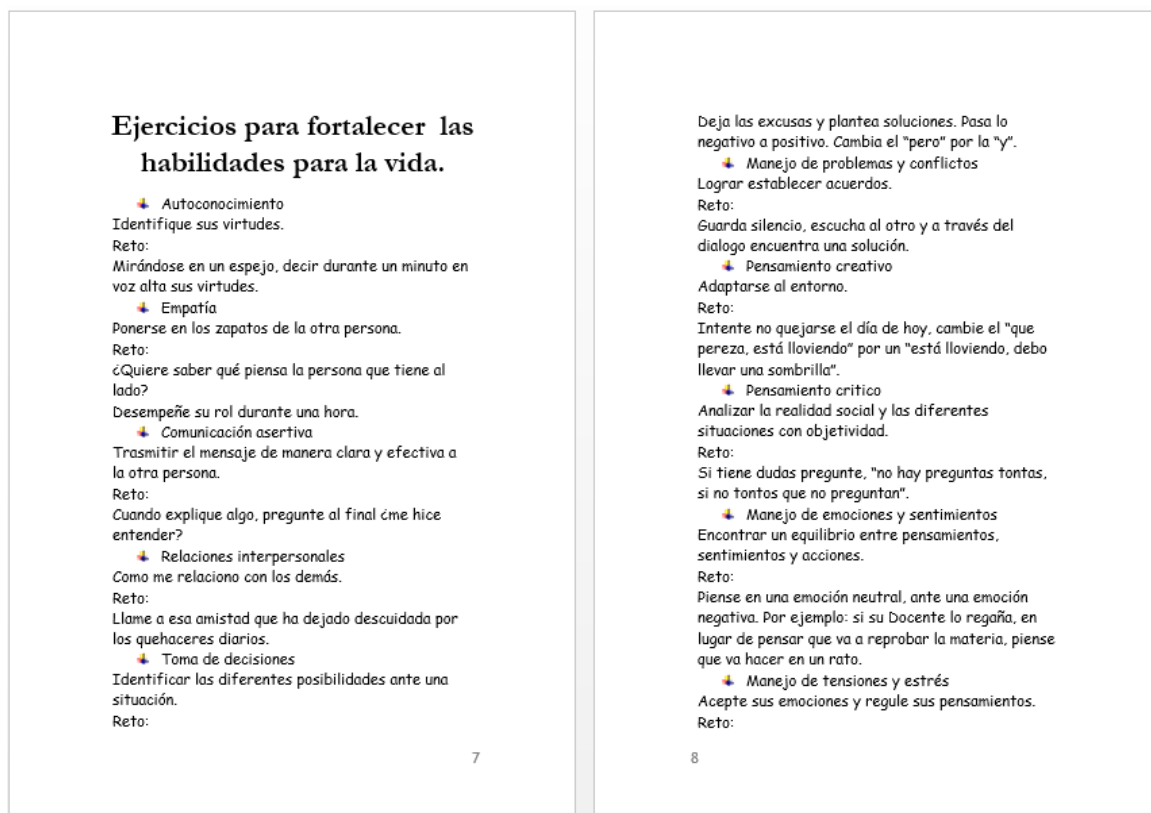
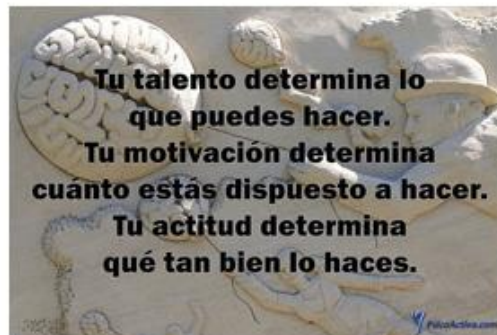


Ilustración 7 Cartilla - desarrollo

Respire, inhale contando mentalmente hasta 10 y exhale lentamente. Aprende a realizar la respiración profunda, como inicio para manejar las tensiones diarias.



9 Resultados y conclusiones

Se realizó el diseño de una estrategia pedagógica para el reforzamiento de habilidades para la vida en procesos de educación flexible sabatino IERD La Fuente, de Tocancipá, se inicia el reconocimiento del entorno, desde la mirada del acompañamiento y la orientación psicológica brindada a la comunidad educativa por las autoras de este proyecto, se continua utilizando varias técnicas de recolección de información, lo que dio como resultado el poder reconocer y evidenciar las necesidades propias de la población de estudio, partiendo de la observación y la encuesta, se reforzaron acciones positivas por medio de la palabra generadora, llevándolas a la practica con los talleres y socializando y sensibilizando a la población aledaña por medio de la cartilla.

Al sensibilizar a los estudiantes sobre el valor de sus palabras, y como estas construyen un entorno de sana convivencia, trascendiendo a su vida personal y laboral, reafirman la importancia de las habilidades para la vida, cuyo resultado es la disminución de dificultades relacionales y mejorando su rendimiento académico, obteniendo como resultado estudiante con flexibilidad cognitiva, adaptación al cambio y tolerancia a la frustración.

Los alumnos identifican las necesidades en habilidades para la vida, en ellos y en sus semejantes tales como: autoconocimiento, empatía, toma de decisiones, resolución de conflictos etc., logrando describir e identificar falencias existentes y el reforzamiento de las que se reconocieron.

La palabra generadora y la cartilla, como agentes de trasformación de hábitos y multiplicadores de información en habilidades propias para la vida, en búsqueda de la realización y la empatía que debe caracterizar al ser humano.

10 Referencias

- Acevedo Zapata, S. (2015). Perspectivas necesarias sobre educación superior inclusiva con tecnologías de la comunicación en la formación de jóvenes. En A. Álvaro y R. Rubio (coords.), Generación 2020. Madrid: Revista del Instituto de la Juventud - INJUVE. Madrid. <http://www.injuve.es/sites/default/files/2015/34/publicaciones/4.%20Perspectivas%20necesarias%20sobre%20educaci%C3%B3n%20superior%20inclusiva%20con%20tecnolog%C3%ADas.pdf>
- Acevedo Zapata, S. (2015). La formación de profesionales desde la reflexión en la acción con elementos fundamentales de la pedagogía crítica. Revista de Investigaciones UNAD, [S.l.], v. 14, n. 1, p. 151 - 169, dec. 2015. ISSN 2539-1887. Disponible en: <<http://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/revista-de-investigaciones-unad/article/view/1350> DOI:<https://doi.org/10.22490/25391887.1350>.
- Acevedo Zapata, S. (2017). Innovación pedagógica y curricular para la inclusión social en la Educación Superior. (2017). En *Revista Pilquen*. Vol. 14, Numero 2. pp.50-60. ISSN 1851-3115. Argentina. <http://revele.uncoma.edu.ar/htdoc/revele/index.php/psico/article/view/1800/pdf>
- Acevedo Zapata, S. (2018). Sujeto, Escuela y tecnología. En *Pedagogía y Saberes* N. 29. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá. Número 29, pp.51-55. DOI: <http://dx.doi.org/10.17227/01212494.29pys51.55>
- Báñez, T. y Boixadós, A. (2017). Conceptualización del autoconocimiento como competencia profesional básica del trabajo social. En Asociación Multidisciplinar de Investigación Educativa AMIE, VI Congreso Internacional Multidisciplinar de Investigación Educativa, Bilbao, 29 y 30 de junio de 2017. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/107925/1/CIMIE2017-Conceptualizaci%C3%B3n%20Del%20Autoconocimiento%20-Final.pdf>
- Borda Pérez, M. (2013). El proceso de investigación: visión general de su desarrollo. Barranquilla, Colombia: Universidad del Norte. Recuperado de: http://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=710213&lang=es&site=edslive&ebv=EB&ppid=pp_a
- Congreso Internacional de Didáctica de las ciencias La Habana, Cuba, 6 al 10 de febrero de 2006 Habilidades para la vida: Contribución desde la educación científica en el marco de la década de la educación para el desarrollo sostenible, Recuperado de: <file:///C:/Users/USER/AppData/Local/Temp/Habilidades%20para%20la%20vida%20.%20Macedo%20.%20Cuba.pdf>

- Corrales Pérez, Alejandra, & Quijano León, Nayely K., & Góngora Coronado, Elías Alfonso (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), undefined-undefined. [fecha de Consulta 29 de Octubre de 2019]. ISSN: 0185-1594. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=292/29251161005>
- Díaz-Alzate, Magda Victoria, & Mejía-Zapata, Sandra Isabel (2018). La mirada de los adolescentes al modelo de habilidades para la vida. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 16(2), undefined-undefined. [fecha de Consulta 10 de Octubre de 2019]. ISSN: 1692-715X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=773/77357097006>
- Díaz Posada, Leidy Evelyn, & Rosero Burbán, Richard Francisco, & Melo Sierra, María Paula, & Aponte López, Daniela (2013). Habilidades para la vida: análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4(2), undefined-undefined. [fecha de Consulta 27 de Octubre de 2019]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4978/497856283003>
- Feinberg, W., & Torres, C. A. (2014). Democracia y educación: John Dewey y Paulo Freire. *Cuestiones Pedagógicas. Revista de Ciencias de la Educación*, (23), 29-42.
- Gamboa Mora, M., García Sandoval, Y., & Beltrán Acosta, M. (2013). Estrategias pedagógicas y didácticas para el desarrollo de las inteligencias múltiples y el aprendizaje autónomo. *Revista de Investigaciones UNAD*, 12(1), 101-128. doi: <https://doi.org/10.22490/25391887.116>
- García Rodríguez, G., Givaduan Moreno, M. E., Ramírez Hernández, M., Valdez Arellano, E. I., & Pick Steiner, S. (2017). El cuidado de la salud como semilla para el desarrollo: experiencia de un programa basado en habilidades para la vida y reducción de barreras psicosociales. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(2), 2647-2657. <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.1016/j.aippr.2017.06.002>
- González Prada, O. J. (2014) Diseño de estrategias pedagógicas y didácticas motivantes orientadas a la formación integral de estudiantes de Licenciatura en música. UNIMINUTO. Bucaramanga, Santander, Colombia.
- Guerreo Cuentas H., & Cepeda M. (2016) Uso de estrategias pedagógicas para el fortalecimiento de la convivencia escolar de jóvenes vulnerables. *Revista de Pedagogía*, vol. 37, no 101, 2016, pp. 57-79.
- Hurtado de Barrera, J. (2000) *Metodología de la investigación Holística*. Editado por Sygal. Tercera edición.
- Hurtado de Barrera, J. (2010) *Metodología de la investigación. Guía para la Comprensión Holística de la Ciencia*. QUIRÓN ediciones. Cuarta edición.

- Ibargüen Zambrano L. S., (2014) Relaciones interpersonales y calidad de vida en la adolescencia (12 a 16 años) un campo de acción para el deporte. Universidad del Valle Instituto de educación y pedagogía profesional en ciencias del deporte Santiago de Cali. Recuperado de: <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/7711/1/3410-0473504.pdf>
- Luna Bernal, A. C. A., & Laca Arocena, F. A. V. (2014). Patrones de toma de decisiones y autoconfianza en adolescentes bachilleres. *Revista de Psicología (PUCP)*, 32(1), 39-66. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v32n1/a02v32n1.pdf>
- Luna Bernal, A. C. (2014). Efecto de la comunicación parentofamiliar sobre los estilos personales de manejo de conflictos en adolescentes bachilleres. *Uaricha. Revista de Psicología*, 11(24), 118. Retrieved from <https://link.gale.com/apps/doc/A381407865/IFME?u=sena&sid=IFME&xid=>
- Macías Rodríguez, E. D. C., & Camargo Reinoso, G. M. (2013). Comunicación asertiva entre docentes y estudiantes en la institución educativa (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).
- Magendzo, A., & Jofré, M. I. T. (2015). Educación en derechos humanos: Estrategia pedagógica-didáctica centrada en la controversia. *Revista Electrónica Educare*, 19(3), 5. Recuperado de: <file:///C:/Users/Rosa/Downloads/Dialnet-EducacionEnDerechosHumanos-5169743.pdf>
- Mantilla, L. (2001). Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. *Habilidades para la vida. Fe y Alegría*. Recuperado de: <file:///C:/Users/Rosa/Downloads/Dialnet-HabilidadesParaLaVida-5123783.pdf>
- Márquez--Cervantes, M.C. & Gaeta--González, M.L. (2017). Desarrollo de competencias emocionales en pre-adolescentes: el papel de padres y docentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(2), 221-235. http://scholar.google.com.co/scholar_url?url=https://revistas.um.es/reifop/articulo/download/232941/211301&hl=es&sa=X&scisig=AAGBfm3lMMv-t0Bi0OhHaFA7-i-AIJhoFg&nossl=1&oi=scholar
- Martínez, V. (2014). *Habilidades para la Vida: una propuesta de formación humana*. Itinerario Educativo, xxviii (63), 61-89.
- Mercedes Vargas Gutiérrez, Rochy, & Milena Muñoz-Martínez, Amanda (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24(2), undefined-undefined. [fecha de Consulta 27 de octubre de 2019]. ISSN: 0103-6564. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3051/305128932003>
- Mercado Pérez, Raúl (2013). *La Responsabilidad Ética en la Toma de Decisiones Dentro de las Organizaciones*. Sincronía, (64), undefined-undefined. [fecha de Consulta 29 de

Octubre de 2019]. ISSN: . Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5138/51385157000>

Michelini, Y., Acuña, I., & Godoy, J. C. (2016). Emociones, toma de decisiones y consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Suma psicológica*, 23(1), 42-50. Recuperado de https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&as_ylo=2013&as_yhi=2019&q=toma+de+decisiones+psicolog%C3%ADa&oq=toma+de+decisiones+#d=gs_cit&u=%2Fscholar%3Fq%3Dinfo%3A1ZX7ME2U4oYJ%3Ascholar.google.com%2F%26output%3Dcite%26scirp%3D3%26hl%3Des

Ministerio de Educación Nacional (2009). Cartilla Organización del Sistema Educativo, conceptos generales de la educación preescolar, básica y media. Guía No.33. Revolución educativa, Colombia aprende. Recuperado de: https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-205294_archivo_pdf.pdf

Ministerio de Educación (2016). Revisión de las políticas nacionales de educación. La educación en Colombia. Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), París. Recuperado de : https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-356787_recurso_1.pdf

Ministerio de Educación 2017. Lineamientos generales y orientaciones para la educación formal de personas jóvenes y adultas en Colombia. Primera versión. Asociación Colombiana de Universidades (Ascun).

Moreno, F. J. B., Rosero, J. M. B., & Zambrano, S. B. (2013). Incidencia del pensamiento creativo en la convivencia escolar. Tesis psicológica: *Revista de la Facultad de Psicología*, 8(1), 144-161.

Moreno-Pinado, Wilfredo Edgardo, & Velázquez Tejeda, Míriam E. (2017). Estrategia Didáctica para Desarrollar el Pensamiento Crítico. REICE. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 15(2), undefined-undefined. [fecha de Consulta 4 de Noviembre de 2019]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551/55150357003>

Osorio, I. M. V. (2016). La gamificación en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. *Rastros Rostros*, 18(33), 27-38.

Organización Panamericana de la Salud (2001), Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Recuperado de: file:///C:/Users/USER/AppData/Local/Temp/Organizacion_Panamericana_de_la_Salud_En.pdf

- Rivera Ortega, Viviana (2018). Empatía en Autismo: concepto y medición. *Revista CS*, (25), undefined-undefined. [fecha de Consulta 29 de Octubre de 2019]. ISSN: 2011-0324. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4763/476358052009>
- Rojas María Orfa, Garzón Ruth., Del riesgo Lilia., Pinzón Martha Leonor., & Salamanca Alba Lucia. (2009) Estrategias pedagógicas como herramienta educativa: la tutoría y el proceso formativo de los estudiantes. *Revista Iberoamericana de Educación*. EDITA: Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI). Universidad Nacional de Colombia.
- Ruggieri, V. (2013). Empatía, cognición social y trastornos del espectro autista. *Rev Neurol*, 56(Supl 1), S13-21.
- Romero, J. (2017). Autoconocimiento y Trabajo Social. Análisis del autoconocimiento en la formación de Grado en Trabajo Social en la Universidad de Barcelona (Trabajo de Fin de Grado no publicado). Universidad de Barcelona, Cataluña.
- Rodríguez Vázquez, C. M. crodriguezv@udg. co. c., Figueredo Vila, E. R. efigueredov@udg. co. c., Blanco Tamayo, V. M. vblancot@udg. co. c., & Campusano Pompa, Y. ycampusanop@udg. co. c. (2019). El desarrollo de la comunicación asertiva en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Logopedia de la Universidad de Granma, Cuba. (Spanish). *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 7(1), 1–24. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/bibliotecavirtual.unad.edu.co/login.aspx?direct=true&db=eue&AN=139026817&lang=es&site=eds-live&scope=site>
- Tobón, O. E. A., Zapata, S. J. C., Lopera, I. C. P., & Duque, J. W. S. (2014). Formación académica, valores, empatía y comportamientos socialmente responsables en estudiantes universitarios. *Revista de la educación superior*, 43(169), 89-105.
- Zambrano, S. B. (2015). Desarrollo del pensamiento crítico en docentes universitarios. Una mirada cualitativa. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (44), 238-252.