

DESARROLLO HUMANO Y FAMILIA
PROFUNDIZACIÓN EN LA CONDICIÓN PROBLÉMICA

DALILA ARZAYUS OSORIO. CÓDIGO: 66.931.53
SANDRA MILENA GARCÍA. CÓDIGO: 29186920
EDIER MONTILLA MEZA. CÓDIGO: 87572764
MARÍA DEL PILAR RODRÍGUEZ. CÓDIGO: 31983759
ANA JULIA LIZARAZO. CÓDIGO: 1.103.712.185

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA – UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CEAD PALMIRA
OCTUBRE 25 DE 2015

¿DE QUÉ MANERA LA BAJA AUTOESTIMA AFECTA LA PARTICIPACIÓN
EN LOS PROCESOS DE AUTOGESTIÓN COMUNITARIA?

DALILA ARZAYUS OSORIO. CÓDIGO: 66.931.53
EDIER MONTILLA MEZA. CÓDIGO: 87572764
SANDRA MILENA GARCÍA. CÓDIGO: 29186920
MARÍA DEL PILAR RODRÍGUEZ. CODIGO: 31983759
ANA JULIA LIZARAZO. CÓDIGO: 1.103.712.185

TUTORA:
NIDIA LUCÍA MORALES
GRUPO: 442001-21

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA – UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CEAD PALMIRA
OCTUBRE 25 DE 2015

TABLA DE CONTENIDO

| | |
|---|----|
| Introducción | 5 |
| 1. El problema de Investigación | 7 |
| 1.1 Descripción | 7 |
| 1.2 Planteamiento | 10 |
| 1.3 Formulación del problema..... | 10 |
| 1.4 Justificación..... | 11 |
| 2. Objetivos..... | 14 |
| 2.1 Objetivo General..... | 14 |
| 2.2 Objetivos Específicos..... | 14 |
| 3. Marco Referencial..... | 15 |
| 3.1 Marco Teórico | 15 |
| 3.2 Marco Histórico Situacional | 21 |
| 3.3 Alcances y Limitaciones de la Investigación | 27 |
| 3.4 Supuestos de Investigación | 26 |
| 3.5 Categorías de Análisis | 29 |
| 4. Diseño metodológico de la investigación | 31 |
| 4.1 Enfoque Metodológico | 31 |
| 4.2 Universo y Muestra | 33 |
| 4.3 Técnica de Recolección de Datos y Técnica de Instrumentos | 34 |
| 4.3.1 Recolección de Datos..... | 35 |
| 4.3.2 Diseño de Instrumentos..... | 35 |

| | |
|---|----|
| 4.4 Fases y Tiempo del Proceso de Investigación | 36 |
| 4.5 Socialización de los resultados | 37 |
| 4.6 Trabajo de campo de la investigación | 36 |
| 5. Conclusiones | 38 |
| 6. Recomendaciones | 39 |
| 7. Anexos | 40 |
| Referencias | 42 |

INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo colaborativo, se encuentra desarrollado un esquema investigativo que da razón de una consulta detallada de temas importantes que se deben tener en cuenta para el análisis y propuestas de solución a las respuestas de las comunidades u organizaciones participantes en este proceso investigativo, y que están relacionadas con su situación de autoestima actual.

Se diseña metodológicamente una tabla de contenido que organiza los pasos necesarios para el logro de la elaboración de un proyecto que aporte a la respuesta que requieren las comunidades consultadas teniendo como base la baja autoestima como elemento común en las cinco comunidades seleccionadas por nosotros, es así como a través de la entrevista, se sustrae información base para el trabajo, la cual arroja importantes insumos para la identificación y ampliación de datos con respecto a los temas de la pregunta central.

Se desarrolla un marco teórico relativamente amplio y sustancial de los conceptos necesarios para plantear académicamente el problema y abordar objetivos alcanzables para plasmar las consultas de autores reconocidos al tiempo que se consignan los criterios y las ideas de cada estudiante frente a los diversos puntos a abordar en el cumplimiento del ejercicio.

Todo el trabajo se basa en las indagaciones realizadas en cada una de las comunidades donde se pudo evidenciar que existen ciertas similitudes en los resultados entre las diferentes situaciones, tales como problemas económicos, bajo nivel de escolarización, carencia afectiva, lo que nos remite a pensar en las consecuencias y efectos que pueden tener estos aspectos sobre la familia y la comunidad en la que se encuentran determinándose un factor en común que retarda los procesos de desarrollo a nivel familiar y comunitario y se identifica como la baja autoestima.

La investigación se desarrolla a través del enfoque cualitativo a través de una entrevista realizada a los principales representantes y miembros de la comunidad, con miras a encontrar los detalles que generan estas emociones y que repercuten en todo el colectivo.

Adicionalmente se encuentran las conclusiones finales de este análisis, dejando un interesante conocimiento frente a cómo lograr la estructura inicial necesaria para abordar los problemas con las comunidades cuando se presenten los casos en la vida profesional y cotidiana.

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción del Problema

La indagación de contexto en las comunidades permitió crear un cuadro de categorías de análisis de donde se deriva el tema y problema de investigación.

El cuadro de categorías de análisis y relación de causalidad evidencia en la parte estructural, las comunidades que fueron indagadas y su principal característica. Así por ejemplo:

Fundación Seres de Dios: Familias con madres cabeza de hogar

Corporación Ecomakuna y Vereda Santo Domingo: Familias con pocas oportunidades educativas y laborales

Grupo Dios y Vida y Hogar del Anciano San Lázaro: Familias con adulto mayor.

Teniendo en cuenta los aspectos comunes en todos los árboles de problemas, se escogió como causas relacionadas con la dinámica o funcionalidad del sistema familiar las siguientes categorías:

- Carencia de afecto y atención
- Comunicación hostil al interior del grupo familiar.
- Poca solidaridad familiar.

Las siguientes son las categorías que hacen alusión a las causas de tipo económico:

- Desempleo
- Inestabilidad Laboral

Este análisis permitió identificar que dentro de cada una de estas categorías la autoestima era el factor común en todas ellas y denotaba una alta incidencia

dentro de los procesos personales familiares y comunitarios de las poblaciones indagadas.

Es importante reconocer que pese a mecanismos de participación ciudadana y programas de apoyo para las familias entre otras medidas creadas por el gobierno, sigue persistiendo una apatía o desmotivación por la autogestión de las comunidades. El problema se agrava cuando esta actitud por la gestión comunitaria puede terminar condenando a toda una sociedad a un estancamiento en su desarrollo.

Es menester entonces, comprender que en el desarrollo integral del individuo se hace necesario trabajar la autoestima como piedra angular para el fortalecimiento de la auto valoración; generando de esta manera en cada una de los integrantes del grupo familiar y comunitario las capacidades emocionales, psicológicas, físicas e integrales para lograr alcanzar no solo sus proyectos de vida con éxito sino también un sentido de pertenencia por las necesidades de su comunidad, y un deseo por participar desde la acción social para el mejoramiento de su entorno social comunitario.

A continuación se presenta un cuadro donde se evidencia claramente las categorías de análisis y la autoestima como factor que se repite en cada una de ellas, así mismo las consecuencias de una baja autoestima en procesos a nivel personal, familiar y comunitario.

| PROBLEMÁTICA: <i>¿De qué manera la baja autoestima afecta la participación en los procesos de autogestión comunitaria?</i> | | |
|--|--|--|
| CAUSAS | CONSECUENCIAS A NIVEL PERSONAL Y FAMILIAR | CONSECUENCIAS A NIVEL COMUNITARIO |
| ESTRUCTURALES <ul style="list-style-type: none"> Familias con madres cabeza de hogar Familias con pocas oportunidades educativas y laborales. | <ul style="list-style-type: none"> Vulnerabilidad psico afectiva (inseguridad, abandono físico, sobrecarga laboral y emocional, <u>afectando su autoestima.</u> Estancamiento intelectual y económico. (<u>Se afecta la autoestima</u> al considerar que | <ul style="list-style-type: none"> Afectación de las relaciones sociales y la productividad. (Empobreciendo la participación en actividades comunitarias). Proyecto de vida frustrado y estancamiento en el aporte de ideas creativas en beneficio |

| | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Familias con adulto mayor. | <p>no es exitoso en lo que emprende)</p> <ul style="list-style-type: none"> Abandono físico y afectivo. <u>(Afecta especialmente la autoestima</u> al no ser aceptado y reconocido dentro del núcleo social primario). | <p>de la familia y la comunidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> Exclusión familiar y social |
| <p>DINÁMICO –FUNCIONALES</p> <ul style="list-style-type: none"> Carencia de afecto y atención Comunicación hostil al interior del grupo familiar. Poca solidaridad familiar. | <ul style="list-style-type: none"> <u>Deterioro de la autoestima</u> (La persona se considera indigna de ser amada y respetada). Distanciamiento familiar. <u>(Resentimiento y baja autoestima</u> en los integrantes de la familia. Desmotivación (La autoestima se afecta seriamente al no tener el apoyo, el reconocimiento y la confianza o credibilidad del entorno familiar. | <ul style="list-style-type: none"> A nivel personal se afecta el nivel de seguridad. A nivel familiar y comunitario se afecta la cohesión y sentido de pertenencia. Interiorización de patrones inadecuados para la interacción social. (Sentimientos y actitudes violentas y/o agresivas) Pérdida de la unidad familiar y del sentido de solidaridad comunitaria. |
| <p>ECONÓMICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Desempleo. Inestabilidad laboral | <ul style="list-style-type: none"> Precariedad económica Necesidades básicas insatisfechas (alimentos, salud, recreación, vivienda y educación) <p>(Como padres, al no poder suplir las necesidades del hogar se afecta gravemente el sentido de suficiencia personal relacionado directamente con la autoestima.).</p> | <ul style="list-style-type: none"> Pobreza Estancamiento del desarrollo económico familiar y comunitario |

1.2 Planteamiento del Problema

Las comunidades indagadas; Fundación Seres de Dios, Hogar del Anciano San Lázaro, Grupo Dios y Vida, Corporación Ecomakuna y Comunidad Vereda Domingo Largo, han manifestado diferentes problemáticas. Sin embargo, al integrarlas y examinar cuales eran las causas estructurales y dinámico funcionales que tenían en común, se evidencia como la baja autoestima aparece como variable transversal a una serie de consecuencias que se dan a nivel familiar y comunitario afectando no solo el proceso de desarrollo humano en estos contextos sino también los procesos de autogestión comunitaria, donde es vital una participación dinámica y proactiva. La baja autoestima hace que a estas comunidades se les dificulte la consecución de metas tanto a nivel personal, familiar y comunitario desmejorando de esta manera su calidad de vida.

1.3 Formulación del problema.

¿De qué manera la baja autoestima afecta la participación en los procesos de autogestión comunitaria?

1.4 Justificación

Teniendo en cuenta que la investigación colaborativa ha identificado como problema central una pobre gestión comunitaria debido a los efectos que la baja autoestima ejerce sobre los integrantes de la comunidad incidiendo en la calidad de vida de las comunidades indagadas; es menester abordar el tema de la autoestima desde su fortalecimiento para que no solo mejore los vínculos al interior de la familia sino también para que se refleje en el desarrollo de mejores competencias sociales que permita alcanzar los objetivos propuestos en la comunidad.

Es importante atender esta problemática identificada porque de esta manera se puede ayudar al desarrollo personal, familiar y comunitario logrando así un impacto positivo a la sociedad en general.

En el ámbito personal, la importancia de abordar el tema del control de la baja autoestima radica en que disminuyen otros sentimientos que pueden atentar contra la salud emocional de las personas. “Cuando no consigues alcanzar el objetivo que te has propuesto y por el que has luchado se siente ansiedad, rabia, depresión, angustia, ira, sentimientos y pensamientos autodestructivos para el sujeto.” (Ibarra, 2000).

Desde el ámbito familiar, la autoestima ayuda a construir relaciones con buenos canales de comunicación, con disponibilidad de tiempo, la autoestima familiar facilita la implementación de óptimas prácticas parentales, impulsa el sano desarrollo de la personalidad de quienes conforman el núcleo familiar y motiva a sus integrantes para el diseño de sus propios proyectos de vida entre muchos otros beneficios que tiene la autoestima dentro de los vínculos familiares.

Y en lo comunitario, es importante recordar primero que todo que una comunidad es un sistema que comparte características y particularidades e intereses de sus miembros y el desarrollo de estas depende de varios factores como localización, interdependencia, interacción psicosocial, lo que le genera un sentido de pertenencia e identidad. Sus miembros desarrollan relaciones, lazos y vínculos interpersonales y de allí se desprende la cohesión y el sentido

de pertenencia. Psicológicamente estas comunidades poseen percepciones de similitud entre miembros, interdependencia, voluntad de pertenecer, mantenerse y generar progreso.

Dentro de las necesidades psicológicas de las comunidades podemos identificar:

- Autorrealización
- Necesidades de seguridad: si hay frustración absoluta o relativa de una o más de las
- Necesidades socioeconómicas, habrá también frustración de las necesidades de seguridad.
- Necesidades de posesión o pertenencia: En el sentido psicológico de comunidad.
- Necesidades de autoestima: La satisfacción de necesidades socioeconómicas como símbolo de Status. La autoestima está muy ligada con el logro y cumplimiento de metas y objetivos.

De acuerdo a estas necesidades psicológicas, la autoestima en la comunidad favorece los procesos de auto gestión dentro de la misma.

Allport, manifestaba que: "Las desventajas materiales son asociadas a limitaciones psicológicas (intelectuales, emocionales y volitivas) y a limitaciones morales"

La autogestión de los miembros de la comunidad, depende directamente de las condiciones psicológicas de los individuos y de ellos depende toda transformación, a su vez, esta repercute sobre los individuos a nivel personal, familiar y comunitaria.

Cuando hablamos de autogestión, nos referimos al término "por sí mismo" y la capacidad de los individuos de administrar sus recursos para conseguir un producto, un bien o un servicio. Esta requiere desarrollar capacidades individuales que se pueden ver truncadas por sentimientos y

emociones personales de valía que se van desarrollando a nivel familiar o por causas externas a los miembros como son las razones laborales, sociales, etc.

Es por esto que si los individuos no presentan una estabilidad emocional con respecto a su auto valor y autoestima, muy difícilmente podrán generar para ellos mismo y sus familias recursos indispensables y necesarios para progresar y generar producción de recursos, pues no puede por sí solo coordinar los intereses y acciones propias ni la de los demás con respecto a planificación y toma de decisiones favorables.

2. OBJETIVOS

2.1. *Objetivo General*

Analizar el nivel de autoestima en las familias para promover la participación en los procesos de autogestión comunitaria.

2.2. *Objetivos Específicos*

- Identificar en los miembros de las comunidades indagadas aspectos positivos y negativos en su estima y como estos afectan la satisfacción de sus necesidades.
- Analizar la disposición de la comunidad para generar cambios significativos en el proceso de sustentabilidad de la comunidad a través del mejoramiento de sus sentimientos y emociones a nivel personal e individual.
- Consolidar posibles propuestas de solución de los miembros de la comunidad y de nosotros como estudiantes para plantear acciones participativas que se reflejen en la creación y sustentabilidad de proyectos en beneficio de su desarrollo individual y colectivo.

3. MARCO REFERENCIAL

3.1. *Marco teórico*

Autoestima:

William James, afirma que nuestro sentimiento del yo en este mundo depende por completo de lo que nos empeñamos en ser y hacer. Está determinado por la relación entre nuestros logros actuales y nuestras expectativas, es decir entre el éxito y lo que pretendemos. (Amador, 1995).

Así la autoestima está relacionada con el logro, si las expectativas de una persona son muy grandes, el éxito también tiene que serlo, para que su autoestima no baje. Si las expectativas son pocas, un logro pequeño aumentaría la autoestima.

Coopersmith introdujo un elemento importante en el concepto de autoestima, la aprobación o rechazo. Para él "Autoestima es la evaluación que una persona hace de sí misma. Esta evaluación expresa una actitud de aprobación ó rechazo e indica hasta que punto una persona se ve capaz, se considera importante y afortunada"(Amador.1995:4).

Señala que la autoestima es el juicio personal de valía que se expresa en las actitudes que la persona mantiene respecto a ella misma. Si una persona hace una evaluación positiva de sí misma, su autoestima es buena; pero si su evaluación es negativa, su autoestima es baja. Una persona con autoestima alta, es capaz de enfrentarse a situaciones problemáticas con un sentimiento de competencia y con la convicción de que puede superar las dificultades que surjan.

La autoestima se considera una necesidad humana profunda y poderosa, básica para la vida sana, con un buen funcionamiento y para la autorrealización. Está relacionada con nuestro bienestar en general. Muchos problemas psicológicos que hoy existen como la depresión, los trastornos de conducta, de aprendizaje, el alcoholismo, la drogadicción, trastornos en la alimentación, bajo rendimiento en el trabajo, malos tratos conyugales, el abuso a los niños, la pasividad, el suicidio están relacionados con una autoestima baja

o defectuosa. “De todos los juicios que formulamos, no hay ninguno tan importante como el que formulamos sobre nosotros mismos” (Branden. 1995. 16).

Actualmente se está tomando conciencia de la importancia de la autoestima en el desarrollo del ser humano, para realizar su potencial y aceptarse como seres valiosos con cualidades y defectos, que conduzcan a mejorar la actitud de respeto, tolerancia, dignidad y amor ante los problemas de la vida cotidiana de la sociedad.

Una buena autoestima tiene gran importancia en el proceso de aprendizaje. Tener confianza en uno mismo nos conduce a aprender con mayor facilidad y a aumentar el interés por la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades.

Procesos de autoestima y su incidencia en el desarrollo humano y la autogestión comunitaria

Necesidades de estima (reconocimiento)

Maslow describió dos tipos de necesidades de estima, una alta y otra baja.

- La estima *alta* concierne a la necesidad del respeto a uno mismo, e incluye sentimientos tales como confianza, competencia, maestría, logros, independencia y libertad.
- La estima *baja* concierne al respeto de las demás personas: la necesidad de atención, aprecio, reconocimiento, reputación, estatus, dignidad, fama, gloria, e incluso dominio.

La merma de estas necesidades se refleja en una baja autoestima e ideas de inferioridad. El tener satisfecha esta necesidad apoya el sentido de vida y la valoración como individuo y profesional, que tranquilamente puede escalar y avanzar hacia la necesidad de la autorrealización.

La necesidad de autoestima es la necesidad del equilibrio en el ser humano, dado que se constituye en el pilar fundamental para que el individuo se convierta en el hombre de éxito que siempre ha soñado, o en un hombre abocado hacia el fracaso, el cual no puede lograr nada por sus propios medios.

Autoestima y Procesos de Auto Realización

La autoestima es un factor importante a considerar en la vida de las personas en general y en particular, en el tema del desempeño y de las actitudes hacia las actividades académicas de los estudiantes y las estudiantes. De acuerdo con Rice (2000), la autoestima de una persona es la consideración que tiene hacia sí misma. Señala este autor que ha sido denominada como el vestigio del alma y que es el ingrediente que proporciona dignidad a la existencia humana.

Según Zenteno (2011), La autoestima se desarrolla a partir de la interacción humana, mediante la cual las personas se consideran importantes una para las otras. El yo evoluciona por medio de pequeños logros, los reconocimientos y el éxito.

En opinión de Maslow, citado por Santrock (2002), la mayoría de las personas que no han desarrollado un alto nivel de estima, nunca llegan a autor realizarse. De Mezerville (2004), menciona que Abraham Maslow ha sido uno de los representantes de la psicología humanista quien más ha difundido el papel que la autoestima desempeña en la vida de la persona, al incluirla dentro de su conocida jerarquía de necesidades. Para Maslow existen dos tipos de necesidades de estima, la propia y aquella que proviene de las otras personas. Ambas necesidades las ubica jerárquicamente por encima de las necesidades fisiológicas, las de seguridad personal y las de amor y pertenencia.

Branden, en de Mézerville (2004, p. 25) manifiesta que: La autoestima está configurada por factores tanto internos como externos. Entiendo por factores internos, los factores que radican o son creados por el individuo-ideas,

creencias, prácticas o conductas. Entiendo por factores externos los factores del entorno: los mensajes transmitidos verbal o no verbalmente, o las experiencias suscitadas por los padres, los educadores, las personas significativas para nosotros, las organizaciones y la cultura.

Según Güell y Muñoz (2000, p. 118), la persona tiene la capacidad de establecer su propia identidad y atribuirse un valor y, a esa valoración se le llama autoestima. Señala que “Si conseguimos mantener un buen nivel de autoestima resistiremos las críticas, nos abriremos mejor a los demás, aprenderemos a pedir ayuda y, en general, nos resultará mucho más gratificante vivir, lo que contribuirá también a prevenir cualquier proceso depresivo”

Dentro de las necesidades psicológicas de las comunidades podemos identificar:

- Autorrealización
- Necesidades de seguridad
- Necesidades socioeconómicas, habrá también frustración de las necesidades de seguridad.
- Necesidades de posesión o pertenencia: En el sentido psicológico de comunidad.
- Necesidades de autoestima: La satisfacción de necesidades socioeconómicas como símbolo de Status. La autoestima está muy ligada con el logro y cumplimiento de metas y objetivos.

La baja autoestima tiene 4 condicionantes:

- Rol - status bajo: valoración de la función social, rol ocupacional.
- Percepción y actitud de gente de otras clases: símbolos de status negativo;
- Discriminación y paternalismo.
- Frustración socioeconómica.
- Autopercepción de símbolos de status negativo.

La Autogestión Comunitaria

La terminología “Auto” es un prefijo que significa “uno mismo”, o “por sí mismo” y Gestión se define como administrar o también como hacer diligencias para conseguir algo, como puede ser un producto, bien o servicio. Pero autogestionario no significa autosuficiente. La idea de autogestión persigue el poder para decidir por sí mismo sobre las decisiones que le afectan.

Con lo expuesto, Autogestión es un proceso mediante el cual se desarrolla la capacidad individual o de un grupo para identificar los intereses o necesidades básicas que lo son propios y que a través de una organización permita defenderlos expresándolos con efectividad en la práctica cotidiana, basándose en una conducción autónoma y en una coordinación con los intereses y acciones de otros grupos, este concepto por supuesto que lleva implícito de planificación, democracia participativa y desarrollo sustentable .

La autogestión comunitaria es un enfoque integral de la vida en sociedad, que no solo se refiere a organizar democrática o participativamente el lugar de trabajo o la empresa productora de bienes o servicios que se extiende a todas las dimensiones de la vida económica y social en comunidad. La base de la autogestión está en el concepto mismo de la persona (o del ser humano) y sus derechos fundamentales, como el derecho a la autodeterminación y a la participación, en las esferas personales, familiares y comunitarias.

Según Brivio (2001), la autogestión comunitaria es un proceso mediante el cual se desarrolla la capacidad individual o de un grupo para identificar los intereses o las necesidades básicas. Es una herramienta eficaz probada, que exalta la utilización de los mejores valores del individuo y de los grupos, situándolos en mejor posición para enfrentar y resolver sus problemas comunes, donde la auto organización social y comunitaria toma en sus propias manos la tarea de resolver sus necesidades.

La autogestión comunitaria debe incluir los siguientes factores:

- La acción participativa de los ciudadanos en las esferas personales, familiares y comunitarios para la toma de decisiones en el proceso de desarrollo.
- La acción para disminuir la dependencia de ayudas gubernamentales para sobrevivir.
- El esfuerzo comunitario para responder y buscar soluciones a las necesidades o intereses de la población.
- La auto responsabilidad, colaboración, contribución y trabajo voluntario para búsqueda de soluciones.
- La participación en las estructuras de poder, acceso al derecho y a las formas de prevención de los males sociales.

La autogestión comunitaria comienza, se desarrolla y culmina transformando la actitud, disposición de los miembros de la comunidad hacia sí mismos y hacia los demás.

Proceso de iniciativa y movilización para resolver problemas que por acuerdo interno son prioridad para la comunidad. Es un proceso donde se desarrolla la capacidad del individuo y luego se trabaja con el grupo, para identificar los intereses o las necesidades básicas.

Principios fundamentales del modelo de autogestión

- Democracia Participativa
- Arkhé (Justo Medio, Equilibrio)
- Libertad
- Solidaridad
- Trabajo

Herramientas para el proceso de desarrollo de la autogestión comunitaria

- Planificación alternativa
- Herramienta educativa
- Herramienta comunitaria
- Herramienta organizativa

Componentes que son claves para el éxito de la autogestión

- Los problemas se originan en la comunidad y son definidos, analizados y resueltos por ésta.
- El fin es la transformación de la realidad social y el mejoramiento de la calidad de vida de las personas envueltas ya que éstas son las que se benefician directamente.
- El proceso puede crear conciencia en las personas sobre sus propios recursos y utilizarlos para su propio desarrollo.

Allport, manifestaba que: "Las desventajas materiales son asociadas a limitaciones psicológicas (intelectuales, emocionales y volitivas) y a limitaciones morales"

La autogestión de los miembros de la comunidad, depende directamente de las condiciones psicológicas de los individuos y de ellos depende toda transformación, a su vez, esta repercute sobre los individuos a nivel personal, familiar y comunitaria.

Esta requiere desarrollar capacidades individuales que se pueden ver truncadas por sentimientos y emociones personales de valía que se van desarrollando a nivel familiar o por causas externas a los miembros como son las razones laborales, sociales, etc. Es por esto que si los individuos no presentan una estabilidad emocional con respecto a su auto valor y autoestima, muy difícilmente podrán generar para ellos mismo y sus familias recursos indispensables y necesarios para progresar y generar producción de recursos, pues no puede por sí solo coordinar los intereses y acciones propias ni la de los demás con respecto a planificación y toma de decisiones favorables.

3.2. Marco Histórico Situacional

En la vida cotidiana, las personas requieren desplegar habilidades para comunicarse, expresar sentimientos, pedir ayuda, colaborar, defender sus

derechos, responder a las críticas, denunciar una injusticia, resolver conflictos, tomar decisiones, establecer metas, convivir y hacer frente a las adversidades. Estas habilidades son necesarias e indispensables a la hora de desarrollar procesos de autogestión.

La autogestión ha sido poco tratada por los estudiosos de las ciencias sociales y son contados los que han desarrollado su teoría, a pesar de que es un concepto de uso frecuente y actual en la administración pública, en la economía, la sociología y la política, hasta en la religión católica se habla de grupos eclesiales de base.

A lo largo de la historia, la autogestión, tanto como la autonomía, se inscribe como una problemática, cuando hablamos de problemática no referimos, siguiendo la proposición de Alberto Ascolani (1996), a las condiciones conceptuales y a las condiciones reales que permiten formular problemas en un determinado momento de una práctica. No se podrían formular problemas si no es a partir de que una problemática se instala en un campo determinado. La autogestión, por tanto, adquiere su sentido en diferentes periodos de la historia y de nuestro presente en la medida que se inscribe como una problemática que impulsa interrogantes profundas que únicamente la experiencia concreta, material, de quienes protagonizan procesos de esta índole puede ir resignificando, retomando, regenerando, pero nunca cerrando a partir de consignas ni respuestas definitivas.

La autogestión como concepto se desarrolla en Europa después de la Segunda Guerra mundial, aunque existen antecedentes en documentos de Carlos Marx y Federico Engels, cuando se refieren a la Comuna de París, como una forma de dictadura del proletariado para transitar hacia la desaparición del estado gobernado por una clase social. Marx también era partidario de la participación autogestionaria de los obreros por medio de empresas cooperativas. Es decir, buscaba la colectivización de los medios de producción y la administración comunal de los mismos, en un contexto de cambio social amplio, como se puede observar en sus expresiones:

En cuanto a la participación de los obreros en las empresas también Ernest Mandel hace referencia al término de la Autogestión hace referencia a

los Consejos Obreros. Por lo que el concepto de autogestión se identificó mucho con la economía socialista.

Según Boourdet, "la autogestión es una transformación radical, no sólo económica sino también política, en el sentido de que destruye la noción común de política (como gestión reservada a una casta de políticos) para crear otro sentido de esta palabra: a saber, la toma en sus manos, sin intermediarios y a todos los niveles, de todos "sus asuntos" por todos los hombres" citado por Arvon Henri.

Los anarquistas consideraban a la autogestión como una de las metas que se proponían desarrollar, en esencia, la autogestión según esta corriente, se reduce a un movimiento social que tiene como método y objetivo que la empresa, la economía y la sociedad entera estén dirigidas por los trabajadores de todos los sectores, vinculados a todas las ramas de la producción y distribución de los servicios necesarios para la vida social bajo una participación y democracia directa. A nivel social amplio, el anarquismo, busca una sociedad sin gobierno estructurado por unos cuantos.

La autogestión es una orientación democrática en la que una organización con un grado de conciencia social lucha por las necesidades de todos y para todos, la sociedad tiene que decir su propia forma de desarrollo de acuerdo al medio a su alcance y a su ideología sin ninguna imposición, involucra la toma de decisiones de todos de manera libre y soberana.

Actualmente también se destaca la importancia de los procesos organizativos autogestivos en las empresas cooperativas y en la llamada economía solidaria y popular.

La autogestión en las municipalidades según Denis de Rougemont, es: "la gestión por parte de las comunidades de base de las municipalidades, empresas y luego de la región de las tareas de naturaleza estatal que a su nivel son propias. Pero es también ejercicio permanente de los poderes de decisión política y de control de aquellos que los ejecutan" citado por Arvon Henri.

Al hablar de autogestión se viene inmediatamente la idea: “la propia persona contribuye y se organiza para su efecto”, esta es una orientación que, más menos, todos manejan, al referirse a la palabra genérica, pero para entender su significado hay que remontarse indiscutiblemente a la historia social del término, donde su nacimiento y su posterior popularidad, surge a partir de procesos sociales guiados por movimientos de emancipación (obreros de Europa que a mediados del siglo XIX) buscaban una transformación del modo de producción económica capitalista, generadora de alienación y de grandes desigualdades sociales. Desde la oposición al Estado y al capital, se fue popularizando el término hacia esferas que no venían de procesos sociales de redención social, sino más bien, desde instituciones gubernamentales y privadas (empresas).

En Chile, el comienzo fue a fines del siglo XIX y principios del siglo XX, con una fuerte producción de propaganda (diarios, panfletos, ediciones de libros), que ayudó a ser más conocido el pensamiento, que venía del continente Europeo. Al calor de estas producciones embrionarias, como lo denomina Grez (2007)¹²⁰, se empezó a gestar una autogestión de la mano de obreros Chilenos que empiezan a cuestionar al Estado, de ahí proponían la autoinstrucción y el libre pensamiento, para que el pueblo se concientizara. Vestigios de esa época (a mediados de 1900), fue el “Areópago del Pensamiento Libre”, donde obreros chilenos como Enrique Concha, José Tomas Díaz y Magno

Espinoza, impulsaron, este espacio social de encuentro, con fines organizativos, educativos y de resistencia. Otros espacios similares a este, fueron el ateneo obrero, el ateneo de la juventud, escuelas libres, y muchas otras instancias, que fueron floreciendo al calor de los nuevos encuentros organizativos de los obreros.

Esta autogestión, es social, por que busca que cada sujeto ejerza la autodeterminación en su comunidad, de allí recae que su carácter no solo vendría ser económico-productivo, también su fin es una nueva conformación social, basada en la configuración de un tejido social que se guie por elementos solidarios y de apoyo mutuo, entre una comunidad y otra. Siendo necesario el

establecimiento de las bases y nociones para la generación del denominado “cambio social”, es por este motivo que al trabajar con este concepto es importante tener claro su nacimiento, dado que permite tener una orientación-brújula-, que ayude a determinar si es autogestión o heterogestión.

La autogestión social es un nuevo concepto alternativo de trabajo comunitario, donde la particular metodología permite la inclusión y participación de actores sociales, generadores de articulación a partir del encuentro, coordinación, metas y avances junto a sus pares, dejando atrás la idea que un grupo y/o institución tiene que tener un director o jerarquización para que pueda funcionar, lo que no se dice es que es indiscutible que un sujeto se maneje por conocimientos técnicos como populares. Un cambio en el sentido sobre movimientos sociales, donde la lapidaria reflexión de Fukuyama, no vendría a materializarse, y a lo que dice Cristian Sotomayor sobre el devenir de la autogestión; “El triunfo del No en el plebiscito de 1988 y el desmoronamiento de los socialismos reales de Europa.

Oriental. Se hablo del fin de las ideologías y de la historia; parecía que la gente ya no quería saber más de experimentos sociales”, pero la historia nos demuestra que los procesos sociales son dialécticos y entregan nuevas oportunidades para el desarrollo de nuevos movimientos sociales, o la continuación buscando corregir errores del pasado, para así intervenir la cambiante realidad Como se puede ver la autogestión es un proyecto a mediano - largo plazo, quedando claro que los medios tienen que estar de acuerdo con los fines, por ello ninguna lucha puede tener éxito si no es consecuente y si no se persigue con un fin correcto. Los valores de autonomía, auto-organización, cooperación, solidaridad y apoyo mutuo fueron históricamente valores opuestos a los del capitalismo, se manifestaron en el movimiento socialista principalmente en la corriente Anarquista.

Autoestima y participación en la comunidad

En los últimos años se ha producido un nuevo acercamiento al estudio de la autoestima. Tradicionalmente se ha considerado como la evaluación positiva o negativa del yo. Desde esta orientación, Rosenberg (1965, 1979) definió la autoestima personal como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo. Sin embargo, más recientemente se ha desarrollado una nueva línea de pensamiento que incorpora como fuentes de la autoestima la pertenencia a grupos o categorías sociales; a este segundo tipo de autoestima se ha denominado autoestima colectiva.

La vida del individuo transcurre íntimamente ligada a la pertenencia a grupos, que en gran medida contribuyen a su socialización (familia, grupo de iguales, escuela, trabajo...). Aunque la comunidad local suele influir menos en la socialización en las sociedades modernas que en otros tipos de órdenes sociales, no por ello llega a ser irrelevante. Incluso en las grandes ciudades existen grupos y organizaciones (de vecinos, asociaciones voluntarias, clubes de distinto tipo, grupos de carácter religioso o asistencial) más o menos organizados que influyen en las ideas y en las actividades de sus miembros.

El presente trabajo trata de relacionar ambos tipos de autoestima (personal y colectiva) con la pertenencia a asociaciones, grupos y organizaciones en el ámbito de la vida del individuo en la comunidad. Con este fin, hemos seleccionado un grupo de alumnos que cursan estudios universitarios en ciencias sociales, concretamente de Psicología y de Trabajo Social, a los que se les administraron las escalas de auto-estima personal (Warr y Jackson, 1983), autoestima colectiva (Luhtanen y Crocker, 1992) y un cuestionario de pertenencia y participación en grupos y asociaciones dentro de su comunidad.

Principalmente desde la década de los sesenta se desarrollaron instrumentos de medida de la autoestima personal, bien en general o bien específica para ciertas áreas o capacidades.

En esta línea, la escala de Warr y Jackson (1983) se basa en ítems de la escala de Rosenberg (1965) y en otros de Bachman y O'Malley (1977) y O'Malley y Bachman (1979). Esta medida tiene la peculiaridad de evaluar de forma separada la autoestima positiva (p.ej. 'Soy tan bueno como persona como cualquier otro') y la autoestima negativa (p.ej. 'Creo que no puedo hacer nada bien'). Más recientemente, se han elaborado medidas de la autoestima colectiva.

Entre estas últimas destaca la escala de autoestima colectiva de Luhtanen y Crocker (1992), que incluye los siguientes aspectos: privado (que mide el modo en que la persona evalúa por sí misma sus grupos sociales); público (el modo en que las personas creen que otros evalúan sus grupos sociales); identidad (que evalúa el papel de la pertenencia a grupos en el auto-concepto) y pertenencia (el sentimiento de hasta qué punto actúan adecuadamente como miembros de sus grupos sociales).

Desde la Teoría de la Identidad Social -TIS-(Tajfel y Turner, 1986) se sugiere que existe una relación entre la autoestima personal y la auto-estima colectiva en la medida en que ambas forman parte de un concepto más amplio y general que es el auto concepto. Luhtanen y Crocker (1992) lo constataron empíricamente al obtener una correlación positiva entre ambas variables ($r=0.36$), así como con las dimensiones de la autoestima colectiva cuyo rango es de 0.12 en la sub escala de Identidad a 0.42 en la de Pertenencia.

3.3. Alcances y Limitaciones de la Investigación

El alcance de esta investigación, permitió la identificación el grado de importancia de las problemáticas y desarrollar una escala de interés.

De igual forma la investigación realizada presenta una metodología basada en la teoría y la práctica, teniendo en cuenta las acciones realizadas en campo con las comunidades participantes, se logra la identificación de las causas y las consecuencias de los problemas como base para la obtención de un diagnóstico, evaluación y análisis detallado de los problemas comunes y los

particulares de las comunidades y también permite plasmar diversas ideas y propuestas de solución de acuerdo con las condiciones surgidas del análisis realizado.

La problemática identificada se enmarca dentro del campo de investigación que nos compete y es pertinente para el tema central de este diplomado como es el desarrollo humano y la familia.

Dentro de las limitaciones encontradas, se puede determinar como principal, el poco tiempo con que se cuenta para la realización de un proyecto que logre de manera integral recoger y profundizar en las diferentes alternativas de solución, debido justamente a dicha limitación se aplicó el instrumento únicamente a un representante de cada comunidad, por supuesto teniendo en cuenta que este tuviera el conocimiento necesario de la información requerida y la pudiera aportar de manera objetiva y precisa, pero reconociendo que con más tiempo se hubiera podido trabajar posiblemente con una muestra mayor de población.

En algunos casos de investigación como este se presentan dificultades en la elaboración y el desarrollo de la metodología propuesta, ya que en algunas ocasiones el grupo se muestra muy heterogéneo en su concepción y en los criterios personales y académicos, a esto se suma la interpretación diferente que se da por parte de cada estudiante a las guías presentadas.

3.4. SUPUESTOS DE INVESTIGACIÓN

- La autoestima en las comunidades, es un aspecto importante por la incidencia que este puede generar en una comunidad hasta el punto de definir su posible avance o decadencia.
- Una comunidad que no se encuentra suficientemente incentivada emocionalmente con dificultad logra salir adelante con los problemas que se presentan cotidianamente en su accionar.

ETAPA 4: PROPUESTA DE ACOMPAÑAMIENTO A LAS COMUNIDADES

- La familia es un elemento fundamental en el desarrollo social y humano de un grupo organizacional, en esta se fundamentan los valores o las falencias del desarrollo humano.
- La calidad de vida de una comunidad, depende en gran medida de la capacidad que esta tenga para forjarse metas que contribuyan a un bienestar particular y colectivo.
- La autogestión es una herramienta que permite a las comunidades suplir en ocasiones las carencias y el abandono institucional que la sociedad brinda y rodea a una comunidad, la autogestión es un camino de avance en el desarrollo humano de los colectivos.
- La participación activa de profesionales en psicología frente a las comunidades y su problemática se convierten en un aporte esencial cuando hay compromiso de las partes en el surgimiento y puesta en marcha de las propuestas de solución.

3.5. CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

| CATEGORIAS DE ANALISIS | Fundación Seres de Dios (Dalila) | Corporación Ambiental Ecomakuna (Edier) | Hogar del anciano San Lázaro (Sandra) | Caserío Domingo largo (María del Pilar) | Grupo Dios y vida (Ana Julia) |
|---|---|---|--|---|---|
| AUTORECONOCIMIENTO (CUALIDADES Y DEBILIDADES) | Se reconocen a sí mismas como mujeres emprendedoras, dinámicas, participativas. Bajos recursos económicos por no tener estudios completos. | Se reconocen a sí mismas como personas responsables. Bajo nivel académico, que genera bajos ingresos económicos. | Se reconoce como persona paciente con vocación y empuje. Constante agotamiento físico por no contar con apoyo en el cuidado de los abuelos. | Se reconoce como una persona positiva y honesta, con entusiasmo para trabajar y progresar. Se reflejan sentimientos de impaciencia, estrés y frustración por el conformismo de la comunidad. | Se reconoce como una persona responsable y solidaria. Se considera psicórida y Perfeccionista. |
| BIENESTAR DE LA COMUNIDAD | La responsabilidad del bienestar la tiene la | La responsabilidad del bienestar lo tiene cada | La responsabilidad del bienestar la tienen las | Cada miembro de la comunidad es responsable de ella, aunque | Cada miembro de la comunidad es responsable del bienestar, |

| | | | | | |
|--|---|---|---|---|--|
| | fundación. El bienestar psicosocial es suplido por personal universitario, el económico por medio del trabajo de ellas mismas. | integrante de la fundación. Trabajan por y para ellos. | dueñas del hogar en el aspecto económico. Solo hay una persona que suple las necesidades físicas de los adultos mayores. | hay poca preocupación. Hay sentido de colaboración y ayuda ante dificultades particulares. | especialmente las Jac. |
| CALIDAD DE VIDA | Consideran no tener una buena calidad de vida. Tienen muchos aspectos que afectan los procesos familiares, falta apoyo a nivel educativo y económico. | Consideran no tener una buena calidad de vida, tienen muchos aspectos que suplir a nivel educativo y económico. | Consideran tener una buena calidad de vida. Cuentan con recursos económicos para suplir necesidades básicas, pero con dificultades emocionales. | Consideran tener una buena calidad de vida por lo que sienten que no deben trabajar por la comunidad, hay un ambiente de conformismo. | Consideran no tener buena calidad de vida, pues tienen bajos recursos económicos. |
| AUTOESTIMA | Se sienten desmotivadas por su situación de abandono y falta de oportunidades labores. Sentimiento de soledad y abandono que genera baja autoestima. | Aunque no se siente familiarizado con el concepto de autoestima, se puede evidenciar sentimientos de desánimo, desmotivación y sentimientos de incapacidad. | Aunque no lo manifiestan, ellos se ven tristes y sin esperanzas. Constantemente manifiestan ideas de soledad y de poco valor hacia su familia. | Se sienten incapaces, desmotivados, no tienen un concepto positivos de sí mismos. | Considera que tienen baja autoestima por muchos factores siendo adultos mayores. |
| CAPACIDAD DE RESOLUCION DE PROBLEMAS EN LA COMUNIDAD | Consideran tener las capacidades para resolver los problemas de la comunidad, aunque requieren de ayuda gubernamental. | Sienten que no tienen capacidad de resolución, pues casi todos son económicos y consideran necesitar ayuda gubernamental. | Los abuelos por si solos no tienen la capacidad para resolver sus dificultades, pero las personas encargadas del hogar han hecho y hacen lo posible para solventar sus necesidades. Requieren ayuda gubernamental | La comunidad si tiene la capacidad pero no tiene la motivación. Muchas veces prefieren buscar soluciones con personas externas y con poco interés por ellos, falta interés. | Si tienen la capacidad pero les cuesta por ser adultos mayores, a veces dependen de otras personas externas. |

4. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. *Enfoque Metodológico*

Esta investigación pretende conocer como los sentimientos de baja autoestima pueden afectar, además de muchos aspectos de nuestra vida personal, aquellos que están directamente relacionados con las prácticas sociales y comunitarias, de las cuales, se desprende el desarrollo de nuevos proyectos y acciones participativas tendientes al mejoramiento de condiciones y resolución de problemas comunitarios.

Lo que trataremos de analizar son los siguientes aspectos:

- La capacidad de la comunidad de reconocer sus cualidades y debilidades que posibilitan o retrasan la ejecución de nuevos proyectos.
- Qué tan a gusto se siente la comunidad con los recursos actuales y quiénes son los responsables de ello.
- Qué tan familiarizado se encuentra la comunidad con el concepto de calidad de vida.
- Que capacidades ha desarrollado la comunidad para resolver sus propios problemas y dificultades.

Para ello se trabajara con el enfoque Cualitativo el cual se define como “la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable” Taylor y Bogdan (1987), o “una categoría de diseños de investigación que extraen descripciones a partir de observaciones que adoptan la forma de entrevistas, narraciones, notas de campo, grabaciones, transcripciones de audio y vídeo casetes, registros escritos de todo tipo, fotografías o películas y artefactos” LeCompte (1995).

Se ha escogido este enfoque pues es una metodología que ayuda a comprender la perspectiva de los participantes, especialmente de grupos pequeños, con respecto a un fenómeno específico, profundizando en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados de forma subjetiva.

Hernández, Fernández y Baptista (2010). Y en el caso de las comunidades estudiadas se ha pretendido abordar desde cada contexto sus percepciones de una manera más descriptiva y realista, al ser contextos distintos de trabajo, donde las ideas y las necesidades y expectativas no son las mismas y se busca identificar en qué medida las comunidades seleccionadas se han limitado o bloqueado en su objetivo de progreso y desarrollo, aspectos que aún no habían sido estudiados ni analizados en cada uno de los grupos.

Instrumento de Investigación

Para desarrollar el trabajo se ha escogido el instrumento cualitativo de la entrevista, semiestructurada, con preguntas abiertas.

Esta técnica se define como la conversación de dos o más personas en un lugar determinado para tratar un asunto. Técnicamente es un método de investigación científica que utiliza la comunicación verbal para recoger informaciones en relación con una determinada finalidad (Grawitz, 1984), por medio de una serie de preguntas abiertas, en este caso, que permitan a los miembros de las comunidades expresar de manera libre sus pensamientos y puntos de vista con respecto a su situación.

Se ha realizado una serie de preguntas que serán respondidas por el representante de cada comunidad como vocero y con conocimiento de causa de las características y problemáticas dentro cada grupo por medio de un cuestionario elaborado que identifica los aspectos relevantes y significativos para el estudio, con un lenguaje sencillo y familiar.

El análisis de la entrevista se realizará por medio de la categorización de los temas que pretendemos indagar y que se encuentran agrupados en temas como el auto reconocimiento, el bienestar comunitario, la calidad de vida y la capacidad de autogestión de los miembros, para su mejor comprensión.

4.2. Universo y Muestra

En las actividades de investigación es muy útil el empleo de muestras. El análisis de una muestra permite inferir conclusiones susceptibles de generalización a la población de estudio con cierto grado de certeza (Holguín y Hayashi, 1993).

Al desarrollar un proyecto de investigación “el total de observaciones en las cuales se está interesado, sea su número finito constituye lo que se llama una “población”, (Walpole y Myers, 1996, p. 203).

Universo es el conjunto de personas, cosas o fenómenos sujetos a investigación, que tienen algunas características definitivas. Ante la posibilidad de investigar el conjunto en su totalidad, se seleccionara un subconjunto al cual se denomina muestra

Universo

El universo del presente proyecto de investigación corresponde a los integrantes de las siguientes comunidades: Fundación Seres de Dios, Hogar del Anciano San Lázaro, Grupo Dios y Vida, de la ciudad de Palmira, Corporación Ecomakuna de la ciudad de Bogotá, Vereda Domingo Largo del corregimiento de Candelaria Valle del Cauca, en las cuáles se pretende indagar de qué manera, en el marco del Desarrollo Humano, la baja autoestima afecta los procesos de auto gestión comunitaria.

| COMUNIDADES | # DE INTEGRANTES POR COMUNIDAD |
|------------------------------|---------------------------------------|
| Fundación Seres de Dios | 70 |
| Hogar del Anciano San Lázaro | 30 |
| Grupo Dios y Vida | 40 |

| | |
|--------------------------------|------------|
| Corporación Ecomakuna | 10 |
| Comunidad Vereda Domingo Largo | 500 |
| Total | 650 |

Muestra

Como muestra para la investigación se tomó a un actor clave por cada comunidad, es decir que la totalidad de la muestra representativa es de 4 personas. El tipo de muestreo que se empleo es el no probabilístico caracterizándose por ser un procedimiento de selección informal, donde el investigador selecciona la muestra por características especiales.

4.3. Técnica de Recolección de Datos y Técnica de Instrumentos

Con el fin de enfatizar en el desarrollo de la investigación, se toma como base para indagar la entrevista, siendo esta un instrumento seleccionado en el enfoque cualitativo. Se optó por este método, por ser el más representativo y útil el cual permite indagar el entrevistado para obtener información precisa, veraz y confiable del individuo o grupo. En este caso, está enfocada a las comunidades Fundación Seres de Dios, Hogar del Anciano San Lázaro, grupo Dios y Vida, corporación Ecomakuna y vereda Domingo Largo, con el objetivo de Identificar los sentimientos de autoestima en los miembros de las comunidades estudiadas y de qué maneras estas limitan las acciones participativas y de autogestión comunitaria.

Entrevista: Es una técnica muy utilizada como estrategia para la recolección de información. Se define como la reunión concertada entre dos o más personas que ocurre al establecer un dialogo, a través del cual se identifica y reconoce de la opinión, postura o conocimiento sobre cierto fenómeno. Es el método que sirve para obtener información mediante el dialogo en un encuentro formal y planeado entre una o más personas entrevistadoras y entrevistadas en el cual se transforma y sistematiza la

información conocida por éstas, como elemento útil para desarrollar una investigación.

Se utiliza ésta técnica debido a que es una de las más conocidas, es de fácil aplicación y permite obtener información concreta y directa de las personas involucradas.

4.3.1. Recolección de datos

En un primer momento se realiza un acercamiento a la comunidad, para que a través de los diferentes líderes o representantes se pueda obtener información mucho más precisa acerca de las problemáticas o necesidades más significativas de la comunidad. Luego de este primer encuentro se realiza con el grupo de investigadores la respectiva sistematización y análisis de la información recolectada a través de una primera entrevista, la cual nos permitirá identificar cual es la problemática más común dentro de las diferentes comunidad.

Se realiza una segunda entrevista en consenso con los investigadores, la cual nuevamente se le realizará al respectivo líder o representante de cada comunidad en un lugar estratégico que tenga como encuentro cada comunidad. El interés de esta segunda entrevista consiste en identificar de qué manera, en el marco del Desarrollo Humano, la baja autoestima afecta los procesos de auto gestión comunitaria.

4.3.2. Diseño de instrumentos

Para desarrollar el trabajo se ha escogido el instrumento cualitativo de la entrevista, semiestructurada, con preguntas abiertas.

Esta técnica se define como la conversación de dos o más personas en un lugar determinado para tratar un asunto. Técnicamente es un método de investigación científica que utiliza la comunicación verbal para recoger informaciones en relación con una determinada finalidad (Grawitz, 1984), por medio de una serie de preguntas abiertas, en este caso, que permitan a los

miembros de las comunidades expresar de manera libre sus pensamientos y puntos de vista con respecto a su situación.

Se ha realizado una serie de preguntas que serán respondidas por el representante de cada comunidad como vocero y con conocimiento de causa de las características y problemáticas dentro cada grupo por medio de un cuestionario elaborado que identifica los aspectos relevantes y significativos para el estudio, con un lenguaje sencillo y familiar.

Para el diseño de las preguntas se consideraron las problemáticas identificadas en las comunidades y el problema central que coincidía en ellas.

El análisis de la entrevista se realizará por medio de la categorización de los temas que pretendemos indagar y que se encuentran agrupados en temas como el auto reconocimiento, el bienestar comunitario, la calidad de vida y la capacidad de autogestión de los miembros, para su mejor comprensión.

4.4. FASES Y TIEMPO DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN

Fases:

1. Indagación en el contexto

1. Inmersión comunitaria
2. Recolección de información.
3. Sistematización de la información.
4. Diseño de la metodología
5. Aplicación de instrumento
6. Análisis de resultados
7. conclusiones
8. Socialización de resultados

Las actividades se realizan entre el 27 de Julio y el 17 de Septiembre de 2015

4.5. SOCIALIZACIÓN DE LOS RESULTADOS

Durante el trabajo se hacen entregas parciales inicialmente al grupo colaborativo y posteriormente a la comunidad.

En una primera fase a través del árbol de problemas algunos miembros de la comunidad identifican las problemáticas, sus causas y consecuencias se socializa a todos los miembros de la comunidad.

Se socializa al grupo colaborativo para el análisis y selección de las problemáticas comunes.

Previa aplicación del instrumento, se socializa a los líderes de las comunidades los primeros resultados de análisis.

Se socializa en el grupo colaborativo la aplicación de la entrevista para su análisis y contrastación de supuestos.

4.6. TRABAJO DE CAMPO DE LA INVESTIGACIÓN

Cada participante del proyecto realizó las etapas de inmersión, recolección y aplicación de instrumentos en las comunidades de forma directa, este trabajo que corresponde a un tipo de investigación cualitativa, involucro la participación de los líderes en estas etapas y de varios miembros de la comunidad en la indagación del contexto y la construcción del árbol de problemas que permitió la identificación de las principales problemáticas por parte de los miembros de estas comunidades.

5. CONCLUSIONES

- Por medio de esta investigación se ha identificado la presencia de sentimientos de baja autoestima en algunos miembros de la comunidad, los cuales son consecuencia de varios factores, principalmente la calidad de vida generada por los bajos recursos económicos, la poca oportunidad laboral, el bajo nivel escolar y por dificultades a nivel familiar.
- Se ha identificado que la baja autoestima también es un factor generador de dificultades y limitaciones en la comunidad, por lo que existe una relación bilateral de efecto entre ambas.
- Se ha evidenciado la relación existente entre estas emociones y la incapacidad de realizar acciones de mejoramiento por el bloqueo que esto genera a nivel de acción participativa tanto a nivel individual como comunitario.
- Se ha identificado las grandes capacidades y aptitudes de los miembros de la comunidad, las cuales pueden ser potencializadas para restablecer la iniciativa en favor de realizar nuevos proyectos de mejoramiento y transformación de sus condiciones de vida.

6. RECOMENDACIONES

Realizar procesos de intervención psicosocial que permitan y promuevan el empoderamiento personal, familiar y comunitario.

Promover la capacitación de líderes en veeduría ciudadana y control social.

Incentivar el desarrollo de planes de vida y proyecto de vida comunitario.

ANEXOS**INSTRUMENTO PARA APLICACIÓN EN LAS COMUNIDADES INDAGADAS**

Fecha:

Ciudad:

Barrio:

Nombre de la comunidad:

Vocero o representante:

| |
|---|
| 1. ¿Cuáles son sus principales cualidades y debilidades? (de la comunidad) |
| 2. ¿En qué aportan sus cualidades a su familia y a la comunidad? |
| 3. ¿Cómo afectan sus debilidades a su familia y a la comunidad? |
| 4. ¿Quién o quiénes son responsables del bienestar de la comunidad? |
| 5. ¿De qué manera la comunidad ofrece su apoyo a alguno de sus miembros que se encuentre pasando por alguna dificultad? |
| 6. ¿Considera que los miembros de la comunidad se sienten conformes con su calidad de vida? Si ____ NO ¿Por qué? |
| 7. ¿De qué manera considera que afecta a los miembros de la comunidad el tener bajos ingresos económicos, y no poder suplir algunas necesidades básicas? |
| 8. ¿Cómo considera Ud. que se encuentra el nivel de autoestima en los miembros de |

su comunidad?

9. ¿Qué concepto tiene usted de calidad de vida?

10. ¿Cree que su comunidad tiene buena calidad de vida? ¿Por qué?

11. ¿Usted considera que tiene capacidad para aportar al mejoramiento de sus condiciones de vida y la de su familia?

12. ¿Usted cree que su comunidad u organización puede solucionar sus propios problemas?

13. ¿Usted considera que su comunidad es capaz de salir adelante con los problemas que actualmente tiene?

14. ¿Participa usted activamente en la búsqueda de soluciones a los problemas que se presentan dentro de la comunidad?

15. ¿Qué considera necesario para asumir un papel importante en la solución del problema central de su comunidad?

REFERENCIAS

Alonso, L. M., Murcia, G., Gándara, J., Herrera, P., Gómez, D., Ariza, T.(2007). *Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes de primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte, Barranquilla*. Vol. 23. Universidad del Norte - Barranquilla, Colombia.

Amartya, S, (1990), "*Development as capacidad Expansion*", en Keith Griffin y John Knight, eds., *Human Development and the International Development Strategy for the 1990s*. Londres, Mac Millan, 1990

Andolfi, M. (1993). *Terapia Familiar. Un enfoque Interaccional*, Barcelona, Paidós.

Angarita, J. R. Q. *Teoría de las Necesidades de Maslow*.

Ardila, R. (2003). *Calidad de vida: una definición integradora*. Revista Latinoamericana de Psicología, Fundación Universitaria Konrad Lorenz - Bogotá, Colombia.

Brivio Borja Adriano. (2001, Febrero 27). *La autogestión comunitaria*. Recuperado de <http://www.gestiopolis.com/la-autogestion-comunitaria/>

Colón, L. (2003). *El país posible: Modelo de apoderamiento y autogestión para las comunidades especiales de Puerto Rico*. Capítulo V y VI.

García, S. V., & González, G. G. (2006). *Autogestión indígena en Tlahuitoltepec Mixe, Oaxaca, México*. *Ra Ximhai*, 2(1), 151-169.

Grawitz, M. (1984). *Métodos y técnicas de las ciencias sociales*. México, Editia mexicana.

Hernández Sampieri Roberto, Fernández Collado Carlos, Baptista Lucio Pilar. (2010). Metodología de la Investigación. Tercera Edición. México Edit. McGraw Hill.

Hudson, J. P. (2010). Formulaciones teórico-conceptuales de la autogestión. *Revista mexicana de sociología*, 72(4), 571-597

LeCompte, M.D. (1995). Un matrimonio conveniente: diseño de investigación cualitativa y estándares para la evaluación de programas. RELIEVE, vol. 1, n. 1.

Max-Neef, M., Elizalde, A., & Hopenhayn, M. (2010). Desarrollo a escala humana: una opción para el futuro--Segunda Parte. Desarrollo y necesidades humanas.

Minuchín, S. (1986). Familias y Terapia Familiar, Barcelona, Gedisa.

Montero, M. (2004). Introducción a la Psicología Comunitaria. Desarrollo, Conceptos y Procesos. Buenos Aires: Editorial Paidós. Primera Edición.

Naranjo, M. L. (2007). *La Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", vol. 7, 3. Universidad de Costa Rica

Ortiz, A. (1986). La apertura y el enfoque cualitativo o estructural: la entrevista abierta semidirectiva y la discusión de grupo. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación. Madrid: Alianza Editorial, 176.

Programa de los informes nacionales de desarrollo humano y objetivos del milenio – PNUD – sustraído

de <http://www.desarrollohumano.org.gt/content/%C2%BFque-es-desarrollo-humano>

S. J. Taylor y R. Bogdan. Introducción a los métodos cualitativos. Segunda edición. Editorial Paidós, 1987.

Zenteno. E. (2011). Factores que intervienen en la vida de una persona. Tomado de <http://emmanuelz-r.blogspot.com.co/2011/09/factores-que-intervienen-en-la-vida-de.html>

PROPUESTA DE ACOMPAÑAMIENTO A LAS COMUNIDADES
DIPLOMADO DESARROLLO HUMANO Y FAMILIA

DALILA ARZAYUS OSORIO. CÓDIGO: 6693153

SANDRA MILENA ARIAS. CODIGO: 29186920

EDIER MONTILLA MEZA. CODIGO: 87572764

ANA JULIA LIZARAZO G. CODIGO: 1.103.712.185

MARIA DEL PILAR RODRIGUEZ. CÓDIGO: 31983759

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA – UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

CEAD PALMIRA

OCTUBRE 25 DE 2015

“FORTALECIENDO MI ESTIMA”

PROYECTO DE FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA POR MEDIO DEL
MEJORAMIENTO DE LOS VÍNCULOS FAMILIARES Y COMPETENCIAS
SOCIALES EN LAS DIFERENTES COMUNIDAD INDAGADAS.

DALILA ARZAYUS OSORIO. CÓDIGO: 6693153

SANDRA MILENA ARIAS. CODIGO: 29186920

EDIER MONTILLA MEZA. CODIGO: 87572764

ANA JULIA LIZARAZO G. CODIGO: 1.103.712.185

MARIA DEL PILAR RODRIGUEZ. CÓDIGO: 31983759

TUTORA: NIDIA LUCÍA MORALES

GRUPO: 442001-21

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA – UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

CEAD PALMIRA

OCTUBRE 25 DE 2015

INTRODUCCION

El presente trabajo, presenta el desarrollo de una propuesta de acompañamiento colectiva, la cual se sustenta en la aplicación de un formato de acompañamiento para la elaboración de propuestas a las comunidades participantes.

Se logra que el grupo de estudiantes identifiquen las problemáticas comunes y centrales de las organizaciones o comunidades y elaboran una propuesta que apunta a plantear alternativas de solución que sirvan a los diferentes grupos y que para este caso se relaciona con la autoestima.

Se elabora una descripción del proyecto colectivo teniendo en cuenta un diagnóstico de las condiciones de cada organización, realizándose un análisis que conduce a consolidar diversas propuestas que de manera integral intentan garantizar en su desarrollo o implementación un mejor nivel de autoestima que tenga como fin contribuir en diferente medida en el avance de crecimiento en el desarrollo humano de los grupos, y que estos logren una mejor percepción de las condiciones y de las oportunidades que tienen para desarrollar proyectos colectivos que beneficien sus intereses comunes así como los individuales.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar un programa de acompañamiento colectivo, que convierta las debilidades de autoestima de las diferentes comunidades participantes del proceso académico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Aplicar estrategias que fortalezcan el manejo de los factores desencadenantes de la baja autoestima.

Desarrollar actividades de sensibilización, formación y capacitación que contribuyan a mejorar la integración familiar y así elevar la autoestima de los miembros del grupo.

Desarrollar actividades que ayuden a generar procesos de organización y mecanismos de participación y creación de proyectos de autogestión en la comunidad.

1. Nombre del proyecto

“Fortaleciendo mi estima” Proyecto de fortalecimiento de la autoestima por medio del mejoramiento de los vínculos familiares y competencias sociales en las diferentes comunidad indagadas.

2. Antecedentes: Mencione si anteriormente se han desarrollado actividades relacionadas con el proyecto o si se enmarca en los planes de alguna organización o entidad (Ver como posibles alianzas estratégicas

Hasta el momento no se han desarrollado propuestas o acciones efectivas por parte de entidades o personas externas a las comunidades, que impulsen

el desarrollo humano requerido para alcanzar los niveles de bienestar integral que se necesita en estas comunidades.

3. Descripción del proyecto

El proyecto promueve la transformación de las debilidades identificadas en el tema de Auto estima (identificado dentro de las categorías de análisis) de los integrantes de las comunidades, en fortalezas, con el fin de generar mejores condiciones físicas y psicológicas que faciliten el desarrollo de la autogestión comunitaria de las Comunidades.

Dentro de estas debilidades se reconocen las siguientes:

- Bajos recursos económicos.
- Bajo nivel académico
- Agotamiento físico
- Sentimientos de impaciencia o ansiedad
- Estrés
- Frustración
- Conformismo de la comunidad
- Abandono familiar

En este proyecto se articulará un plan de trabajo que consiste en el acompañamiento familiar especialmente en el tema del manejo de los factores desencadenantes de la baja autoestima que afecta a los integrantes de las familias de las diferentes comunidades que ha obstaculizado el desarrollo de las funciones adaptativas y de desarrollo, tanto a nivel de realización de metas personales como comunitarias.

Se pretende a través de la articulación de diferentes actividades, crear programas de intervención por medio de sesiones individuales y familiares, capacitaciones y programas educativos, generar procesos de organización y mecanismos de interacción e inclusión de las familias, creando mayores lazos afectivos, lo que permitirá favorecer la autoestima de esta población, al igual

que facilitará el desarrollo de procesos de autogestión comunitaria en pro de mejorar y dignificar una mejor calidad de vida en la comunidad.

Esto permitirá a mediano plazo, la incorporación de las comunidades en nuevas oportunidades de gestión que minimice los estados de depresión y de minusvalía, y que potencialice todas las capacidades participativas y de autogestión a favor de cada integrante de la comunidad y del crecimiento y desarrollo psicosocial y económico de la comunidad como sistema integrado.

4. Diagnóstico

De acuerdo a los resultados que arrojaron los instrumentos utilizados como el árbol de problemas, las entrevistas y los antecedentes de cada comunidad, identificamos diferentes problemáticas a nivel individual como vulnerabilidad psico afectiva (inseguridad, abandono físico, sobrecarga laboral y emocional, afectando su autoestima, estancamiento intelectual y económico,(se afecta la autoestima al considerar que no es exitoso en lo que emprende), afectación de las relaciones sociales y la productividad (empobreciendo la participación en actividades comunitarias), y a nivel comunitario , identificamos problemáticas como proyectos de vida frustrados y estancamiento en el aporte de ideas creativas en beneficio de la familia y la comunidad, exclusión familiar y social, afectación de la cohesión y sentido de pertenencia y estancamiento del desarrollo económico familiar y comunitario.

De acuerdo a estos puntos, se pudo establecer como causa en común del estancamiento en el desarrollo de los grupos familiares y comunitarios, un factor coincidente que es la baja autoestima como factor principal de atraso en los avances de las comunidades indagadas. Estos avances están asociados a pobres esquemas de autogestión. **Allport**, manifestaba que: "Las desventajas materiales son asociadas a limitaciones psicológicas (intelectuales, emocionales y volitivas) y a limitaciones morales".

El trabajo realizado por las diferentes comunidades para mejorar dichas problemáticas ha sido escaso o nulo, partiendo del hecho de que no existe una

consciencia en los integrantes de las comunidades, del factor que genera dichas actitudes de desmotivación hacia el desarrollo de las mismas. Ha sido a través de la realización de la investigación que se pretende crear una conciencia colectiva de los beneficios del trabajo y la participación comunitaria tendiente a mejorar sus percepciones sobre la vida, sus condiciones y calidad de vida.

5. Descripción del problema a resolver mediante la ejecución del proyecto

En las comunidades a nivel individual se han identificado diferentes problemáticas que surgen tanto a nivel de núcleo familiar y afectan directamente el desempeño de cada individuo frente a las gestiones comunitarias como son:

- Familias con pocas oportunidades educativas y laborales.
- Familias con adulto mayor en estado de abandono.
- Carencia de afecto y atención.
- Comunicación hostil al interior del grupo familiar.
- Desempleo.
- Inestabilidad laboral.

Esto se manifiesta en la falta de interés y reconocimiento que tiene cada integrante de las comunidades frente a las acciones participativas y además no alcanzan a identificar la importancia de la gestión de los proyectos de gestión para ellos y su comunidad.

A nivel comunitario existen necesidades básicas insatisfechas (alimentos, salud, recreación, vivienda y educación, que como padres, al no poder suplir las necesidades del hogar se afecta gravemente el sentido de suficiencia personal relacionado directamente con la autoestima), donde se da una afectación de las relaciones sociales y la productividad (empobreciendo la participación en actividades comunitarias).

En cuanto a causas Dinámico-funcionales, existe carencia de afecto y atención, donde los efectos a nivel personal y familiar son el deterioro de la autoestima (la persona se considera indigna de ser amada y respetada), se

afecta el nivel de seguridad y a nivel comunitario se afecta la cohesión y sentido de pertenencia.

Estos aspectos no son claramente visualizados por las comunidades y sus integrantes, por lo que es necesario generar en ellos claridad en la magnitud de sus acciones sobre el desarrollo de la comunidad y las afectaciones que en ella se da la prolongación de ciertas actitudes y comportamientos que impactan negativamente el desarrollo y al mismo tiempo generar una conciencia de transformación y adaptación positiva ante cada dificultad o necesidad que en ellos se presente.

6. Descripción de las posibles alternativas de solución

Generar programas que incluya actividades que propendan el mejoramiento del autoestima y el bienestar integral de los miembros de la comunidad, así como también de la asistencia en el ámbito social, educativo, salud, promoción, prevención, capacitación y formación. Estos programas incluyen actividades de reconocimiento y de restablecimiento de identidades, roles y funciones dentro de la familia y la comunidad, desarrollar talleres integrales lúdico - pedagógicos mediante los cuales los participantes evalúan sus funciones dentro de la comunidad y las proposición de nuevas acciones de mejoramiento.

Concienciar a la comunidad del impacto positivo que pueden generar con el fin de que se motiven y avancen en el crecimiento de la organización en medio de las dificultades que se presentan.

Socializar la propuesta de intervención ante agentes estatales locales que quieran apoyar el proyecto de mejoramiento de condiciones de vida de las comunidades.

7. Descripción de la mejor alternativa de solución: Detalle de entre las tres soluciones antes planteadas, la que le parezca más adecuada; explique por qué cree que es la mejor solución para resolver el

problema.

Generar programas que incluya actividades que propendan el mejoramiento del autoestima y el bienestar integral de los miembros de la comunidad, así como también de la asistencia en el ámbito social, educativo, salud, promoción, prevención, capacitación y formación. Estos programas incluyen actividades de reconocimiento y de restablecimiento de identidades, roles y funciones dentro de la familia y la comunidad, desarrollar talleres integrales lúdico - pedagógicos mediante los cuales los participantes evalúan sus funciones dentro de la comunidad y las proposición de nuevas acciones de mejoramiento.

El programa incluye diversas actividades que contempla intervenciones tanto individuales como comunitarias y abarca los aspectos básicos que se deben reestructurar como los factores de salud, psicológicos, sociales y de desarrollo económico.

8. Justificación (¿Por qué lo vamos a hacer?):

Existe una gran importancia en abordar el aspecto del control de la baja autoestima. Esta radica en la afectación de otras emociones y sentimientos que pueden atentar contra la salud emocional y física de las personas. “Cuando no consigues alcanzar el objetivo que te has propuesto y por el que has luchado se siente ansiedad, rabia, depresión, angustia, ira, sentimientos y pensamientos autodestructivos para el sujeto.” (Ibarra, 2000).

Al convertir las emociones negativas provenientes de un deficiente auto reconocimiento de los integrantes de la comunidad en fortalezas, se generan mejores condiciones físicas y psicológicas que facilita el desarrollo de la autoestima y la autogestión comunitaria de la Comunidad.

Se pretende por medio del acompañamiento psicosocial generar factores protectores que permitan desarrollar la motivación y demás potencialidades a

través de la asistencia permanente de sus familias, y fomentando así el bienestar de los miembros de la comunidad.

Cuando las personas entienden o se concientizan de lo valiosas que son para la comunidad, se genera un impacto en sí mismas y el valor que cada persona tiene. Así se incentivan a continuar en el proceso de crecimiento integral que vienen desarrollando.

9. Localización (¿Dónde lo vamos a hacer?)

El proyecto se desarrollará Corporación Ecomakuna en la Ciudad Capital Bogotá, en la localidad de Puente Aranda, en la Fundación Seres de Dios en el municipio de Palmira Valle, en el parque Guayacanes, del barrio Ciudad del Campo, lugar de encuentro del grupo “Dios y Vida”, y en el Hogar San Lázaro, en el Barrio Guavinero del municipio de Bolívar Valle en la vereda Domingo largo del municipio de Palmira.

10. Beneficiarios del proyecto (¿A quiénes va dirigido?): Especifique el número de los beneficiarios directos incluyendo una información de sus características sociales, económicas, sexo, edad, etc. Incluya también los beneficiarios indirectos y por último señale la población total de la zona a atender.

- Corporación Ecomakuna: Con el proyecto se busca cobijar a 12 personas de manera directa y aproximadamente a 100 de manera indirecta y que hacen parte de los núcleos familiares y vecinos del sector.
- Fundación Seres de Dios: El proyecto va dirigido a madres cabeza de hogar del eje de Emprendimiento de la Fundación Seres de Dios, actualmente están siendo capacitadas en manejo de maquinaria textil industrial. Este eje tiene 70 mujeres entre los 17 y 50 años de edad. Todas pertenecen a estratos sociales 1 y 2.
- Grupo Dios y Vida: Los beneficiarios directos del proyecto son los

integrantes del grupo Dios y Vida, el cual cuenta con 40 integrantes, conformado por 39 mujeres y 1 hombre con rangos de edades entre los 52 a 88 años, la comunidad pertenece al estrato 2, dentro del grupo hay libertad de culto, prevaleciendo la religión católica. La población indirectamente beneficiada en primera instancia serían las 40 familias correspondientes a cada uno de los integrantes del grupo, al igual que los 30.000 habitantes del barrio Ciudad del Campo.

- Hogar San Lázaro: El proyecto pretende beneficiar a 27 ancianos de forma directa, 14 hombres y 13 mujeres que oscilan entre los 57 y 109 años. Muchos de ellos sufren de alguna discapacidad y otros son adultos no funcionales en su totalidad ni cognitiva ni físicamente. La población indirectamente beneficiada es la población del municipio de Bolívar, el cual cuenta con una población urbana de 3892 habitantes.
- Vereda Domingo Largo. El proyecto beneficiará aproximadamente a 500 habitantes que se agrupan en 130 familias de los cuales 90 son niños, de los cuales cerca de 100, están clasificados como población de tercera edad.
200 adultos entre 25 y 50 años, 60 adolescentes entre 12 y 17 años y 50 jóvenes entre 18 y 24 años de edad

11. Objetivo general (¿Qué se pretende lograr con el proyecto?)

Disminuir el impacto de emociones negativas (debilidad identificada en el auto reconocimiento) en la vida personal, familiar y comunitaria de los miembros de las diferentes comunidades que garanticen mejores condiciones físicas y psicológicas en el desarrollo de la autoestima y la autogestión comunitaria.

12. Metas: ¿Qué vamos a hacer para lograr el objetivo?

- Se pretende crear una (1) estrategia que contribuya a la minimización de los factores de generación de baja autoestima en los miembros de la comunidad basada en el desarrollo de talleres de educación en resolución de conflictos intrafamiliares.
- Se desarrollarán diez (10) actividades de sensibilización, formación y capacitación con temáticas integrales para mejorar las relaciones de convivencia familiar y comunitaria y así elevar la autoestima de los miembros del grupo.
- Desarrollar un (1) plan de actividades que fomenten procesos de organización y mecanismos de participación y la creación de proyectos de autogestión en la comunidad.
- Diseñar tres (3) propuestas comunitarias con objetivos a corto, mediano y largo plazo.

13.Indicadores: ¿Cómo vamos a saber si estamos cumpliendo las metas?
¿Cuánto y hasta dónde vamos a llegar con cada objetivo específico?

| META | INDICADOR |
|---|--|
| 1. Se pretende crear una (1) estrategia que contribuya a la minimización de los factores de generación de baja autoestima en los miembros de la comunidad basada en el desarrollo de talleres de educación en resolución de conflictos intrafamiliares. | Una (1) estrategia creada/ una estrategia desarrollada |
| 2. Se desarrollarán diez (10) actividades de sensibilización, formación y capacitación con temáticas integrales para mejorar las relaciones de convivencia familiar y comunitaria y así elevar la autoestima de los miembros del grupo. | Diez (10) actividades programadas/ 10 actividades ejecutadas |
| 3. Desarrollar un (1) plan de actividades que fomenten procesos de organización y mecanismos de participación y la creación de proyectos de autogestión en la comunidad. | Un (1) plan de actividades programado / 1 plan de actividades implementado |
| 4. Diseñar tres (3) propuestas comunitarias con objetivos a corto, mediano y largo plazo. | Tres (3) diseños de propuestas planteados/ 3 |

| | |
|--|-----------------------------------|
| | diseños de propuestas elaborados. |
|--|-----------------------------------|

14. Fuentes de verificación: ¿A qué registros nos vamos a remitir?

M1: Formatos de asistencia a los respectivos talleres, # de talleres realizados por la comunidad

M2: Fichas de autoevaluación por actividad, formatos de evaluación a la comunidad

M3: Ficha de Observación de actitudes, participación, organización y autogestión en la comunidad.

M4. Fichas de observación, de participación, y apoderamiento de la comunidad frente al desarrollo y ejecución de cada una de las propuestas.

PARA LOS NUMERALES 11, 12 Y 14, APARTE DE SU DESCRIPCIÓN PUNTUAL EN SU RESPECTIVO ÍTEM, TAMBIÉN UTILIZAMOS LA MATRIZ DE PLANIFICACIÓN ADICIONANDO LOS SUPUESTOS

| Descripción | Indicador | Fuentes de Verificación | Supuestos |
|---|--|---|--|
| Meta 1 Crear una (1) estrategia que contribuya a la minimización de los factores de generación de baja autoestima en los miembros de la comunidad basada en el desarrollo de talleres de educación | Una (1) estrategia creada/ una estrategia desarrollada | Formatos de asistencia a los respectivos talleres, # de talleres realizados por la comunidad. | Uno de los supuestos que puede afectar el cumplimiento de esta meta, puede ser que la comunidad no brinde la información necesaria para la elaboración de la estrategia que se pretende elaborar |

| | | | |
|---|---|---|---|
| en resolución de conflictos intrafamiliares. | | | |
| <p>Meta 2</p> <p>Se desarrollarán diez (10) actividades de sensibilización, formación y capacitación con temáticas integrales para mejorar las relaciones de convivencia familiar y comunitaria y así elevar la autoestima de los miembros del grupo.</p> | <p>Diez (10) actividades programadas/ 10 actividades ejecutadas</p> | <p>Fichas de autoevaluación por actividad, formatos de evaluación a la comunidad.</p> | <p>1. Incidencia de condiciones climáticas.</p> <p>2. Eventos catastróficos</p> <p>3. que no asista la población a las actividades</p> |
| <p>Meta 3</p> <p>Desarrollar un (1) plan de actividades que fomenten procesos de organización y mecanismos de participación y la creación de proyectos de autogestión en la comunidad.</p> | <p>Un (1) plan de actividades programado / 1 plan de actividades implementado</p> | <p>Ficha de Observación de actitudes, participación, organización y autogestión en la comunidad.</p> | <p>Que la comunidad no brinde la información necesaria para la elaboración del plan de actividades.</p> |
| <p>Meta 4</p> <p>Diseñar tres (3) propuestas comunitarias con objetivos a corto, mediano y largo plazo.</p> | <p>Tres (3) diseños de propuestas planteados/ 3 diseños de propuestas elaborados.</p> | <p>Fichas de observación, de participación, y apoderamiento de la comunidad frente al desarrollo y ejecución de cada una de las propuestas.</p> | <p>Que la comunidad no brinde la información necesaria para la elaboración de las propuestas comunitarias, teniendo en cuenta que las propuestas para una comunidad deben ser concertadas con la misma.</p> |

| | | |
|----------------|--|--|
| | | |
| Actividades M1 | Grupos focales para la planeación y socialización de metas personales, familiares y comunitarias con las familias de la comunidad. | Al organizar un plan de acción personal, familiar y comunitario se concretan metas realistas y alcanzables. Y al socializarlas se genera un sentimiento de unidad y cohesión al interior de las familias y la comunidad. |
| Actividades M2 | Talleres familiares donde se desarrollen actividades que ayuden a disminuir los niveles de auto exigencia. | Al desarrollar la flexibilidad y creatividad se logrando mejores procesos de adaptación y cambio, lo que disminuye el estrés y la ansiedad. |
| Actividades M3 | Sesiones terapéuticas y lúdicas familiares y comunitarias que ayuden a identificar las actitudes que salen a flote en situaciones tensionantes con el fin de evitar repetir situaciones frustrantes o emociones negativas. | Avanzar en el autoconocimiento es adquirir habilidades que permiten mejores procesos de desarrollo a nivel personal, familiar y comunitario. |

15.Factibilidad: Analice las razones que demuestren que el proyecto puede ejecutarse con éxito en los siguientes aspectos

15.1. Administrativa: Explique quienes serán los responsables de la ejecución del proyecto, cuáles serán sus funciones y cómo se distribuirán el trabajo.

- Psicóloga en formación: realizará las sesiones y actividades lúdicas.

- Representante: Ejecutará algunas actividades bajo la orientación de la psicóloga en formación, al igual que será la encargada de convocar las familias y la comunidad en general. Realizará el seguimiento y la supervisión de las visitas al no poder contar con la asistencia constante de la estudiante. Apoyo a los talleres

15.2. Técnica: Defina las herramientas y conocimientos que sean necesarios para la ejecución del proyecto y concrete con cuáles de ellos cuenta. En caso de no disponer de todos los recursos técnicos, explique cómo ha pensado adquirirlos para la oportuna ejecución del proyecto

Materiales: Computador, alquiler video Beam, marcadores, cartulinas, lápices, marcadores. Se realizará un aporte voluntario y los responsables gestionaran el préstamo de los equipos necesarios.

Conocimientos: Técnica de grupos focales. Talleres de familia y sesiones lúdicas familiares y comunitarias.

15.3. Económica: Explique con qué recursos es posible contar para la ejecución del proyecto y cuáles pueden ser gestionados

Recursos personales y de la comunidad. En caso de necesitar más recursos se gestionaría por parte de los entes gubernamentales encargados de velar por el bienestar de la comunidad.

15.4. Social y de género: Señale en qué sentido el proyecto será benéfico para la comunidad y de qué manera participarán tanto hombres como mujeres, jóvenes, niños y adultos mayores

En las diferentes comunidades así:

- Corporación Ecomakuna: El proyecto va dirigido a todo el grupo perteneciente a la organización, sin discriminación de sexo, raza,

religión. Los núcleos familiares y vecinos se beneficiaran de manera indirecta.

- Fundación Seres de Dios: El proyecto beneficia la comunidad de mujeres cabeza de hogar de la fundación Seres de Dios.
- Grupo Dios y Vida: El proyecto beneficiaría a hombres y mujeres por igual, aunque cabe hacer la aclaración que dentro del grupo el número de mujeres es mayor. Al hacer partícipe de las familias y de la comunidad en general dentro de cada actividad que se realizara.
- Hogar San Lázaro: El proyecto pretende beneficiar a mujeres y hombres por igual. Y se espera la participación de la familia as no se tiene un dato preciso de asistencia de jóvenes y niños.
- Vereda Domingo Largo: La comunidad con el éxito alcanzado a través del proyecto podrá contar con una comunidad comprometida y empoderada de su realidad , desarrollando un poder de gestión que permita ejecutar en la comunidad proyectos de desarrollo humano que incluyan los diferentes grupos poblacionales.

16. Cuadro resumen de actividades, resultados e indicadores:

En el siguiente cuadro relacione:

- Actividades: enumere las acciones que se llevarán a a cabo para alcanzar los objetivos del proyecto.
- Resultados esperados de las actividades: qué se espera lograr de cada una de las actividades anteriormente relacionadas (Explique número y calidad de los resultados).
- Indicadores de evaluación y fuentes de verificación: mencione los datos que demostrarán el grado y la calidad de ejecución de cada una de las actividades del proyecto, especificando las fuentes de verificación; es decir, de dónde y cómo se obtendrán esos datos.

| Actividades | Medios | Competencia | Indicador de logro |
|-------------|--------|-------------|--------------------|
|-------------|--------|-------------|--------------------|

| | | | |
|--|--------------------------------------|---|---|
| 1. Grupos Focales | Dinámicas grupales | La familia y la comunidad logran desarrollar un sentimiento de unidad y cohesión importantes para la autoestima y autogestión comunitaria. | Evaluar si la exigencia de la meta es coherente con el plazo propuesta para lograrla. |
| 2. Talleres Familiares | Talleres | Se logra disminuir los niveles de estrés y de ansiedad. Mejorando las condiciones físicas y psicológicas de los integrantes de las familias y la comunidad. | Aumentar la flexibilidad y la capacidad creativa antes situaciones tensionantes. |
| 3. Sesiones Lúdicas familiares y comunitarias. | Juegos y actividades de integración. | Avanzar en procesos de autoconocimiento personal, familiar y comunitario contribuye a la autoestima y la autogestión comunitaria. | Identificar actitudes y sentimientos en situaciones frustrantes. |

15. Cronograma de actividades:

| Actividades | Tiempo | | | | | | | | | | | | | | | | Responsables |
|---|--------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|---|---|---|--------------------------|
| | MES 1 | | | | MES 2 | | | | MES 3 | | | | MES 4 | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| Grupos Focales | x | | | | x | | | | x | | | | x | | | | Estudiante de psicología |
| Talleres familiares | x | | | | x | | | | x | | | | x | | | | Estudiante de psicología |
| Sesiones Lúdicas familiares y comunitarias. | | x | | | | x | | | | x | | | | x | | | Estudiante de psicología |

16. Tabla de presupuesto (anexo)

CONCLUSIONES

El presente ejercicio académico, brinda un aporte importante como estudiantes de psicología al reto que significa dar respuesta a través de un proyecto a diferentes problemáticas en las comunidades, con diversas características etarias, sociales, culturales y económicas.

La autoestima es un factor determinante en el desarrollo humano de las comunidades por lo que se requiere de la elaboración e implementación de proyectos que propendan por elevar el nivel de autoestima de los líderes comunitarios y su población.

Las actividades y/o sesiones individuales y colectivas que fortalecen la autoestima, son elementos fundamentales para tener en cuenta en grupos en los cuales se identifique este aspecto en común.

El conocimiento práctico adquirido a través de esta actividad, nos permite reconocer la relevancia y la necesidad de los psicólogos sociales de adquirir competencias que permitan relacionar las problemáticas sociales de la comunidad tanto con habilidades emocionales y sociales del individuo como con las políticas públicas diseñadas y ejecutadas por los entes gubernamentales ,ya que en ambos casos deben priorizar el desarrollo humano integral y de no ser así se repercute de manera progresiva en un estado de bienestar ,afectando no solo al individuo, la familia y la comunidad sino al funcionamiento social en general.

BIBLIOGRAFIA

Diagnóstico Contextual Social Participativo: Diseño y formulación de propuestas para el acompañamiento a la familia. Fundación Cree-ser, Educación en valores (2015).

Descargado desde:
<http://campus09.unad.edu.co/ecsah01/mod/book/view.php?id=12577&chapterid=1>
411

La Familia Como Comunidad: La Familia como Constructo Social. Fundación Cree-ser, Educación en valores (2015). Descargado desde:
<http://campus09.unad.edu.co/ecsah01/mod/book/view.php?id=12578&chapterid=1>
413

La Familia Como Comunidad. Fundación Cree-ser, Educación en valores (2015).

Descargado desde:
<http://campus09.unad.edu.co/ecsah01/mod/book/view.php?id=12579&chapterid=1>
415