

INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL
Y LA CONVIVENCIA, EN LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS, HABILIDADES
DE RELACION INTERPERSONAL Y CONVIVENCIA ESCOLAR DE JÓVENES
DE GRADO OCTAVO Y NOVENO DE UN COLEGIO PÚBLICO EN PEREIRA

JAIME ANDRES NAVARRO GUEVARA
VICTOR ALFONSO OSPINA ESPINOSA

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
2011

INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL
Y LA CONVIVENCIA, EN LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS, HABILIDADES
DE RELACION INTERPERSONAL Y CONVIVENCIA ESCOLAR DE JÓVENES
DE GRADO OCTAVO Y NOVENO DE UN COLEGIO PÚBLICO EN PEREIRA

JAIME ANDRES NAVARRO GUEVARA
VICTOR ALFONSO OSPINA ESPINOSA

Trabajo de Grado para optar al título de
Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación

Directora de Trabajo de Grado
Magister Margarita María Cano Echeverri

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
2011

NOTA DE ACEPTACION

Presidente del jurado

Jurado

Jurado

Pereira, Mayo de 2011

AGRADECIMIENTOS

A Dios Todo Poderoso por permitirnos realizar esta investigación; a nuestra familia, que ha sido nuestro faro; a nuestra Directora y a todas aquellas personas que nos colaboraron de una u otra forma a la realización de la misma.

Jaime Andrés Navarro
Víctor Alfonso Ospina

DEDICATORIA

A nuestra familia, que nos brindó apoyo incondicional y por sus enseñanzas.

A la Directora de Trabajo de grado, Margarita María Cano, por la oportunidad y el tiempo, la paciencia y la dedicación.

A todos y cada uno de las personas que han colaborado para que nuestro paso por la vida deje sus frutos; a las que están dispuestas a apoyarnos y compartir los momentos de alegrías y tristezas.

A nuestros profesores, que con amor han dejado huellas en nuestro corazón y han logrado construir un mundo de conocimiento.

A Dios, por darnos la inmensa alegría de triunfar junto a nuestros sobrinos e hijos, luz de nuestro camino y felicidad.

A todos Mil y Mil Gracias.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	13
INTRODUCCIÓN	15
1. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	16
2. JUSTIFICACIÓN	18
2.1 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS	19
2.1.1 De generación de conocimiento o desarrollo tecnológico.....	19
2.1.2 De fortalecimiento de la capacidad científica nacional:	19
2.1.3 De apropiación social del conocimiento:.....	19
2.1.4 Impactos esperados	20
3. OBJETIVOS	21
3.1 OBJETIVO GENERAL.....	21
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	21
4. MARCO REFERENCIAL	22
4.1 MARCO CONTEXTUAL	22
4.1.1 Marco legal de Recreación	22
4.1.2 Marco institucional.....	25
4.1 MARCO TEÓRICO	25
4.1.2 La intimidación escolar (Bullying)	25
4.1.3 Ludotecas	26
4.1.4 Ludoteca para la convivencia	29
4.1.5 Salud Mental Positiva	29
4.1.6 Desarrollo Evolutivo (Adolescencia)	34
4.1.7 Convivencia	36
4.2 ESTADO CIENTIFICO ACTUAL	37
5. METODOLOGIA.....	39
5.1 DISEÑO (E HIPÓTESIS).....	39
5.1.1 Hipótesis de Investigación	39
5.1.2 Hipótesis Nula	40
5.2 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	40
5.2.1. Criterios de inclusión	40
5.2.2. Criterios de exclusión	40
5.3 VARIABLES.....	40
5.3.1 Variable Independiente.....	40
5.3.2 Variable Dependiente	41
5.3.3 Variable Independiente.....	41
5.3.4 Variables intervinientes:.....	44
5.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	44
5.4.1 Instrumento.....	45
5.4.2 Validación del instrumento.....	45
5.5 EVALUACIÓN BIOÉTICA.....	45
6 ANÁLISIS DE INFORMACIÓN	46
6.1 DATOS DEMOGRÁFICOS.....	46
6.2 RESULTADOS GENERALES DEL GRUPO EXPERIMENTAL EN EL PRETEST SALUD MENTAL POSITIVA.....	48
6.2.1 Factores Total.....	48
6.2.2 Factores Resolución de Problemas y Relaciones Interpersonales	50

6.2.3 Factores Resolución De Problemas Y Relaciones Interpersonales Por Grupos	50
6.3 RESULTADOS GENERALES DEL GRUPO EXPERIMENTAL POSTEST EN SALUD MENTAL.....	53
6.3.1 Factores Total.....	53
6.3.2 Factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal Grupos de Trabajo.....	54
6.4 ANÁLISIS MULTIVARIADO PRETEST POSTEST GRUPO EXPERIMENTAL – GRUPO CONTROL SALUD MENTAL POSITIVA GENERAL	55
6.5 ANÁLISIS CONVIVENCIA ESCOLAR GRUPO EXPERIMENTAL	56
6.5.1 GRUPO 8 MAÑANA	56
6.5.2 GRUPO 8 TARDE	57
6.5.3 GRUPO 9 TARDE	58
6.5.4 GRUPO CONTROL.....	59
6.6 ANÁLISIS MULTIVARIADO CONVIVENCIA ESCOLAR GRUPO EXPERIMENTAL – GRUPO CONTROL	60
7 DISCUSIÓN.....	61
8 CONCLUSIONES.....	67
9 RECOMENDACIONES	69
10 BIBLIOGRAFIA.....	71
ANEXOS	75
ANEXO A	75
ANEXO B	78
ANEXO C	80
ANEXO D	81
ANEXO E	83
ANEXO F.....	85
ANEXO G.....	87
ANEXO H.....	94
ANEXO I.....	100

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Salud Mental Positiva (Prueba Mann Whitney Grupo de Trabajo Pretest - Postest).....	54
Tabla 2. Salud Mental Positiva (Prueba Wilcoxon).....	54
Tabla 3. Salud Mental Positiva, factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal.....	54
Tabla 4. Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás, intimidación (Prueba Mann Whitney).....	59
Tabla 5. Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás, intimidación (Prueba Wilcoxon).....	59

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Genero de los estudiantes encuestados.....	45
Figura 2. Edad de los estudiantes encuestados.....	46
Figura 3. Grado de los estudiantes encuestados.....	46
Figura 4. Jornada en la que asisten a clase los participantes de la investigación.....	46
Figura 5. Resultados promedio de todos los factores de Salud mental positiva.....	47
Figura 6. Promedio de los factores Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal.....	47
Figura 7. Escala para evaluar la salud mental positiva Pretest, factores Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal.....	48
Figura 8. Resolución de problemas Trabajo Pretest.....	49
Figura 9. Habilidades de relación interpersonal Trabajo Pretest.....	49
Figura 10. Resolución de Problemas 8 Mañana Pretest.....	49
Figura 11. Habilidades de Relación Interpersonal 8 Mañana Pretest.....	49
Figura 12. Resolución de Problemas 9 Mañana Pretest.....	50
Figura 13. Habilidades de Relación Interpersonal 9 Mañana Pretest.....	50
Figura 14. Resolución de Problemas 8 Tarde Pretest.....	50
Figura 15. Habilidades de Relación Interpersonal 8 Tarde Pretest.....	50
Figura 16. Resolución de Problemas 9 Tarde Pretest.....	51
Figura 17. Habilidades de Relación Interpersonal 9 Tarde Pretest.....	51
Figura 18. Resolución de Problemas Grupo Control Pretest.....	51
Figura 19. Habilidades de Relación Interpersonal Grupo Control Pretest.....	51
Figura 20. Resultados promedio de todos los factores de Salud mental positiva.....	52

Figura 21. Promedio de los factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal.....	52
Figura 23. Resolución de Problemas Trabajo Postest.....	53
Figura 24. Habilidades de Relación Interpersonal Trabajo Postest.....	53
Figura 25. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Mañana Pretest.....	55
Figura 26. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Mañana Postest.....	55
Figura 27. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Mañana.....	55
Figura 28. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Tarde Pretest.....	56
Figura 29. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Tarde Postest.....	56
Figura 30. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Tarde.....	56
Figura 31. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 9 Tarde Pretest.....	57
Figura 32. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 9 Tarde Postest.....	57
Figura 33. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 9 Tarde.....	57
Figura 33. Convivencia Escolar Grupo Control Pretest.....	58
Figura 34. Convivencia Escolar Grupo Control Postest.....	58
Figura 35. Convivencia Escolar Grupo Control.....	58

TABLA DE ANEXOS

ANEXO A	75
ANEXO B	78
ANEXO C	80
ANEXO D	81
ANEXO E	83
ANEXO F	85
ANEXO G	87
ANEXO H	94
ANEXO I	100

GLOSARIO

SALUD MENTAL: Trasciende la ausencia de enfermedad e implica un concepto positivo que incluye tanto la vivencia intrapersonal como la experiencia interpersonal, intrafamiliar y comunitaria que se da en las relaciones efectivas y armónicas del individuo con los otros y con su ambiente.

RESOLUCION DE PROBLEMAS: Capacidad de resolver una situación adversa con las demás personas.

HABILIDADES DE RELACIÓN INTERPERSONAL: Repertorio de comportamientos que adquiere una persona para interactuar y relacionarse con sus iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

CONVIVENCIA: Capacidad de vivir juntos respetándonos y consensuando las normas básicas.

INTIMIDACION (BULLYING): Maltrato entre iguales que incluye comportamientos de acoso, de burlas y ridiculizaciones, amenazas, insultos, robo de propiedades y agresiones físicas de diferente gravedad

LUDOTECAS: Las ludotecas son espacios lúdicos intencionados, que permiten el desarrollo de habilidades físicas y sociales; pueden ser hospitalarias, educativas o comunitarias.

LUDOTECA PARA LA CONVIVENCIA: Es un espacio en el cual se propicia el juego libre con juegos y juguetes, y luego se pasa a juegos intencionados teniendo en cuenta la teoría de habilidades para la vida, con el fin de facilitar el estar con el otro, con el fin de generar en las personas diferentes situaciones que le permitan un mejor desarrollo social

RESUMEN

La presente investigación hace parte de una macro-investigación en Salud mental positiva, coordinada por el grupo de investigación en Cultura de la Salud, semillero de investigación en Recreación FACIES; la financiación de la misma la asignó la Vicerrectoría de Investigación y Extensión de la Universidad Tecnológica de Pereira en la convocatoria 2009 y desarrollada en el año 2010.

El diseño fue corte cuasi experimental y buscó identificar los efectos de un programa de Ludotecas para la Salud Mental y la Convivencia en la Salud Mental Positiva y La Intimidación Escolar; en este trabajo de grado se analizó la Salud Mental Positiva en general y los factores de Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal así mismo como los indicadores de Convivencia Escolar.

La población participante de la investigación fue de 141 estudiantes de grados octavo y noveno de dos colegios públicos de la ciudad de Pereira, (uno de trabajo y otro de control), el 58% de los estudiantes fueron de género masculino y un 42% femenino; las edades oscilaban entre los 12 y los 18 años; para la evaluación se aplicó la Escala para evaluar la Salud mental Positiva validada por María Teresa Lluch Canut en su tesis Doctoral y el Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás de Jordi Collell y Carmen Escudé,2003; adaptado por Cano, 2010.

Los grupos fueron seleccionados intencionalmente de acuerdo a las dificultades de convivencia escolar percibidas por los Directivos de las Instituciones. Para desarrollar la intervención, se tuvieron en cuenta 4 grupos de 8 y 9, 2 de la jornada de la mañana y 2 de la tarde. Con estos grupos se implementó el Programa de ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia Escolar que constaba de 12 sesiones de 2 horas cada una, 2 veces en la semana; para la realización de las intervenciones se contaba con un protocolo definido a partir de la teoría de salud mental positiva y habilidades para la convivencia, las cuales fueron adaptadas a las necesidades observadas en cada grupo.

Los principales hallazgos encontrados fueron diferencias significativas en Salud mental positiva entre grupo de trabajo 9 tarde con una $p=0.010$, grupo de trabajo 8 mañana con una $p=0.002$ - grupo 9 mañana con una $p= 0.033$; para el test de Convivencia Escolar se observaron diferencias significativas comparando cada grupo consigo mismo, total grupo trabajo con una $p=0.044$; grupo 8 mañana pretest - posttest con una $p=0.034$; grupo 8 tarde con una $p=0.006$; además se observaron diferencias en la comparación del grupo de trabajo 9 tarde pretest - posttest con una $p=0.003$. Las diferencias significativas se presentan cuando los resultados (p) son por debajo de 0,05 estadísticamente.

De acuerdo a los resultados, se puede definir que para el grupo total la Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia tuvo una influencia significativa ($p = 0.044$; según la prueba Wilcoxon) y para los grupos específicos de 8m y 9t.

Dada la extrema necesidad social y las pocas investigaciones sobre el tema, esta investigación constituye un aporte importante para la sociedad y comunidad educativa en general.

INTRODUCCIÓN

De acuerdo al macro proyecto se quiso determinar la influencia de un programa de Ludoteca para La Salud Mental y la Convivencia, en la salud mental positiva y la convivencia escolar en jóvenes de grados octavo y noveno de un colegio público de Pereira; en él se desarrollaron 6 factores en salud mental positiva tomando como referente la teoría de María Teresa Lluch y además se analizaron datos sobre la convivencia desde la Teoría de Jordi Collell y Carmen Escudé, haciendo énfasis en el tema sobre intimidación escolar, conocida también como Bullying o acoso escolar.

En el presente trabajo de grado se presenta el análisis de información sobre los factores de Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal (en Salud Mental Positiva) y los indicadores de conocimiento de uno mismo y las relaciones con los demás. Para llegar a este punto se seleccionaron los grupos de octavo (8) y noveno (9) de dos colegios públicos del núcleo # 3 (uno grupo trabajo y otro grupo control) de acuerdo al interés del colegio y de los investigadores, ya que presentaban altos índices de conflictos en la convivencia escolar.

Esta investigación buscó determinar los efectos de un Programa de ludoteca para la Salud Mental Positiva y la Convivencia Escolar, en la Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal de jóvenes de grado octavo y noveno de un colegio público de Pereira, mediante un diseño cuasi experimental con pre y posprueba, y grupos experimental y control elegidos bajo las mismas características demográficas. En la preprueba se encontró que los grupos eran homogéneos e idóneos para aplicar el Programa de ludotecas, y en la posprueba no se encontraron diferencias significativas en el total de los datos obtenidos, mientras que sí se hallaron diferencias significativas entre grupos, pero éstos no afectaron la síntesis global de los factores de resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal en Salud mental positiva ni en el cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás, (intimidación).

Para este propósito se utilizó un protocolo de ludoteca con actividades libres e intencionadas en 12 sesiones de 4 horas por semana 2 horas cada sesión de trabajo

Los principales hallazgos encontrados fueron diferencias significativas en los grupos octavo mañana, noveno tarde trabajo en Salud Mental Positiva, octavo mañana, octavo y noveno tarde trabajo en Convivencia Escolar.

1. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Hoy en día uno de los temas y fenómenos prioritarios en las escuelas, colegios y en la sociedad es el de la convivencia y las relaciones interpersonales, y en los cuales aparece un fenómeno conocido como violencia o acoso escolar (bullying), situación que se ha venido presentando desde hace varios años y que en la actualidad cobra mucha vigencia por los diferentes casos que los medios de comunicación reflejan de nuestra sociedad violenta (Japón, Gran Bretaña, Holanda, Canadá, Estados Unidos y España). Ante esta problemática social, el psicólogo noruego Dan Olweus se ha interesado por investigar y tratar este fenómeno. En el año de 1993 Olweus plantea la siguiente definición de intimidación escolar (Bullying) como: “Un comportamiento prolongado de insulto verbal, rechazo social, intimidación psicológica y agresividad física de unos niños hacia otros que se convierten, de esta forma, en víctimas de sus compañeros. Un alumno se convierte en víctima cuando está expuesto de forma repetida y durante un tiempo a acciones negativas que lleva a cabo otro alumno o varios de ellos. La victimización entre iguales es una conducta de persecución física o psicológica que realiza el alumno o alumna contra otro u otra al que elige como víctima de ataques repetidos. Esta acción negativa e intencionada sitúa a las víctimas en posiciones de las que difícilmente pueden salir por sus propios medios”. (Olweus, 1993)

En Colombia, para analizar esta situación social, se han llevado a cabo estudios los cuales han tratado esta problemática en diferentes instituciones de educación, tanto en el sector público como en el sector privado, haciendo referencia en las investigaciones realizadas en la ciudad de Barranquilla, con la investigación: “La realidad del maltrato entre iguales en estudiantes de universitarios de una muestra de Universidades privadas de la ciudad de Barranquilla”¹ y en la ciudad de Cali con la investigación: “Estudio exploratorio sobre el fenómeno del “Bullying” en la ciudad de Cali, Colombia”² y en la ciudad de Bogotá con “Prevalencia del acoso escolar en niños y niñas de 12 a 16 años que asisten a un colegio privado de la ciudad de Bogotá”³

Una situación clara de esta problemática es la que se vive en una de las instituciones del núcleo educativo número 3 de la ciudad de Pereira, en la cual dentro de las aulas de clase, en los patios, los corredores y en los alrededores se presentan golpes, peleas, empujones, vocabulario soez, burlas y ofensas entre los estudiantes generando esto grandes conflictos en el entorno escolar,

¹ Pensamiento Psicológico, Vol. 6, N°13, 2009, pp. 109-126

http://portales.puj.edu.co/psicorevista/components/com_joomlib/ebooks/PS13-8.pdf

² Rev.latioam.cienc.soc.niñez juv 6(1): 295-317, 2008
<http://www.umanizales.edu.co/revistacinde/index.html>

³ PARRA NIETO, Ana Carolina. Prevalencia del acoso escolar en niños y niñas de 12 a 16 años que asisten a un colegio privado de la ciudad de Bogotá. Bogotá 2009, 104 h. Trabajo de grado (Psicóloga). Universidad de San Buenaventura. Facultad de Psicología. Disponible en <http://www.usbbog.edu.co:8080/websaib/DocDig/archivos/BDigital/44519.pdf>.

de acuerdo a los hallazgos evidenciados por las directivas de la institución con respecto al manual de convivencia de la misma.

En los niños (as), adolescentes y adultos la falta de saber escuchar y comunicar lo que pensamos y sentimos puede ser la causal de conflictos que llevan a comportamientos violentos.

María Paula Chaparro Sabogal, psicóloga y coordinadora del Programa evaluación del impacto del programa Aulas en Paz para la prevención de la agresividad y la promoción de las competencias ciudadanas en Colombia, después del estudio realizado en el año 2005, explicó: “el análisis determinó que en el país el 22% de los estudiantes habían sido intimidados, el 21% ha intimidado a otros niños y el 53% ha presenciado casos de intimidación”.⁴

La Ludoteca para la convivencia se presenta como una estrategia de expresión lúdica, en donde quienes participan en ella se divierten con espontaneidad, libertad y alegría, además promueve la socialización de las personas y la forma cómo actúan, sienten y piensan a partir de las diversas situaciones que allí se presentan.

La presente investigación busca demostrar la influencia de un Programa de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia en la Resolución de Problemas y las Habilidades de Relación Interpersonal de jóvenes de grado octavo y noveno de un colegio público de la ciudad de Pereira, ya que este fenómeno social se ha convertido a través de los años en un causante de violencia afectando todos los ámbitos de desarrollo del ser humano, en especial del adolescente víctima de las agresiones físicas, mentales y emocionales.

Pregunta Problema:

¿Cuál es la influencia de un Programa de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia en la Resolución de Problemas y las Habilidades de Relación Interpersonal de jóvenes de grado octavo y noveno de un colegio público en Pereira?

⁴ SALAZAR GOMEZ, Sania. Metropolitana Local: Pereira con el nivel medio de 'matoneo'. En: La Tarde, Pereira: (25 de agosto de 2008);p 5^a.

2. JUSTIFICACIÓN

El juego debe ser visto como una herramienta pedagógica que logra cambios de pensamientos y espacios de reflexión frente a situaciones de la vida cotidiana. Se hace indispensable una mirada más profunda por parte de los actores directos de la sociedad, debido a que es el juego el que logra hacer evidente los problemas que puede tener un niño o niña con los actores que conforman su entorno y que generan dicha conducta de intolerancia, apatía, inestabilidad emocional, etc., convirtiendo a la ludoteca en un instrumento de intervención influyente de forma positiva en la consecución de un ambiente adecuado y propicio para el desarrollo de capacidades emocionales y sociales.

Las ludotecas en la actualidad se justifican debido a la pérdida de espacios de juego en la calle, la falta de compañeros de juego, la disminución del número de hijos en el núcleo familiar, la imposibilidad de disponer de materiales de juego, el desarrollo de la tecnología y por supuesto el reconocimiento del juego como elemento indispensable en el desarrollo infantil, juvenil y social.

Este espacio de conocimiento, lúdica y disfrute es de vital importancia para el desarrollo y aprendizaje del ser humano para así poder alcanzar un adecuado desarrollo humano, físico, cognitivo y social. Por tanto es importante ofrecer la posibilidad de crear para las personas estos escenarios y herramientas que faciliten el desarrollo integral de los participantes.

A través de los métodos didácticos y más precisamente mediante el juego se pueden abordar diferentes problemáticas sociales como lo es el acoso escolar (Bullying), siendo este fenómeno una situación problema para el buen desarrollo evolutivo de la persona en todas sus esferas (física, psicológica, sentimental, emocional y social); siendo la ludoteca una herramienta de vital importancia para el abordaje de dichos factores, en pro de un desarrollo y fortalecimiento de los mismos.

No obstante, por la gran importancia que tienen las relaciones sociales en la vida del hombre y más en los jóvenes de los centros educativos, surge la ludoteca como una herramienta de la recreación, con la intención de mejorar la salud mental y la convivencia, en las habilidades de resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal de jóvenes de grado 8 y 9 de un colegio público en la ciudad de Pereira.

2.1 PRODUCTOS E IMPACTOS ESPERADOS

2.1.1 De generación de conocimiento o desarrollo tecnológico

PRODUCTO ESPERADO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Documento sobre la influencia de un programa de ludoteca para la salud mental y la convivencia, en la resolución de problemas y las habilidades de relación interpersonal de jóvenes de grado 8 y 9 de un colegio público en Pereira.	Investigación realizada y socializada. Documento en Biblioteca.	Comunidades científicas en Recreación. Grupo "Cultura de la Salud" FACIES UTP. Profesionales en ciencias sociales y humanas, ciencias de la salud.

2.1.2 De fortalecimiento de la capacidad científica nacional:

PRODUCTO ESPERADO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Formación de estudiantes de pregrado en investigación.	Estudiantes participantes.	Estudiantes y profesionales afines al deporte y la recreación. Comunidad académica de la UTP
Consolidación de la línea de investigación en Recreación, semillero de investigación FACIES.	Nueva investigación realizada en la línea.	La línea y la UTP

2.1.3 De apropiación social del conocimiento:

PRODUCTO ESPERADO	INDICADOR	BENEFICIARIO
Publicación de la investigación en revista científica.	Artículo enviado a revista científica.	Estudiantes y profesionales afines al deporte y la recreación. Comunidades científicas interesadas.
Ponencia en evento académico nacional.	Ponencia en memorias.	Comunidad académica

		interesadas. Estudiantes y profesionales afines al deporte y la recreación.
--	--	--

2.1.4 Impactos esperados

IMPACTO ESPERADO	PLAZO	INDICADOR	SUPUESTOS
Inclusión de estrategias de ludotecas para la convivencia en el currículo del programa Ciencias del Deporte y La Recreación.	Corto	Temática incluida en las asignaturas de recreación.	La inclusión de la temática en la formación de profesionales, dará nuevas herramientas teórico-prácticas para la implementación de ludotecas en el departamento.
Inclusión de programas de ludotecas para la convivencia como alternativa complementaria en los programas académicos de las instituciones públicas del departamento.	Mediano	Implementación de ludotecas en los colegios del Departamento.	La UTP continuará apoyando la Línea de Investigación.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la influencia de un Programa de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia en la Resolución de Problemas y las Habilidades de Relación Interpersonal de jóvenes de grado octavo y noveno de un colegio público de la ciudad de Pereira.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los niveles de resolución de problemas y las habilidades de relación interpersonal de estudiantes de grado octavo y noveno en un colegio público de la ciudad de Pereira.
- Aplicar una estrategia de ludoteca para la convivencia al grupo experimental.
- Valorar el efecto de dicha estrategia en la resolución de problemas y las habilidades de relación interpersonal.

4. MARCO REFERENCIAL

4.1 MARCO CONTEXTUAL

La presente investigación se enmarca dentro de un contexto legal, conformado por un aspecto social, psicológico, deportivo y recreativo, el cual para la intervención se deben tener en cuenta un sin número de leyes las cuales respaldan dicho proceso y dentro de las cuales se tienen:

4.1.1 Marco legal de Recreación

A nivel nacional tenemos una serie normas y políticas, las cuales son:

La Constitución Política de Colombia de 1991, en algunos de sus artículos expone a la Recreación como o un derecho fundamental de los colombianos en cualquier etapa de su vida:

4.1.1.1 Derechos de los niños a la Recreación:

“Son derechos fundamentales de los niños: La vida, la integridad física, la salud y seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener familia y no ser separado de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la Recreación y la libre expresión de opinión.” “...Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás (Art. 44).

4.1.1.2 Derecho de todas las personas a la Recreación:

“El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.” (Art.52)⁵.

4.1.1.3 La Recreación y la Educación como un derecho fundamental:

“La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica y a los demás bienes y valores de la cultura.

⁵ Constitución política de Colombia de 1991

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica. La educación será gratuita en las instituciones del Estado, sin perjuicio del cobro de derechos académicos a quienes puedan sufragarlos.

Corresponde al Estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los educandos; garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo.

La nación y las entidades territoriales participarán en la dirección, financiación y administración de los servicios educativos estatales, en los términos que señalen la Constitución y la ley." (Art. 67)

4.1.1.4 La Ley 181 de 1995 “Ley General del Deporte”, hace referencia frente a la recreación como un derecho social de las personas:

“El Deporte, la Recreación y el aprovechamiento del Tiempo Libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona... (Art.4)”, “Se entiende que: La Recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento. El aprovechamiento del Tiempo Libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la libertad en el trabajo y la recuperación psicobiológica. (Art.5)”

“Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar dirigir y controlar actividades de Recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulos de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la Recreación le corresponde al Estado... (Art.6)”, “Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en

asocio en entidades públicas o privadas que adelanten esta clase de programas en su respectivo jurisdicción. (Art.7)⁶

4.1.1.5 Ley 1098 de 8 noviembre de 2006: Ley de infancia y adolescencia

Esta ley garantiza a los niños, niñas y adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.

4.1.1.5.1 Artículo 18. Derecho a la integridad personal. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a ser protegidos contra todas las acciones o conductas que causen muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico. En especial, tienen derecho a la protección contra el maltrato y los abusos de toda índole por parte de sus padres, de sus representantes legales, de las personas responsables de su cuidado y de los miembros de su grupo familiar, escolar y comunitario.

Para los efectos de este Código, se entiende por maltrato infantil toda forma de perjuicio, castigo, humillación o abuso físico o psicológico, descuido, omisión o trato negligente, malos tratos o explotación sexual, incluidos los actos sexuales abusivos y la violación y en general toda forma de violencia o agresión sobre el niño, la niña o el adolescente por parte de sus padres, representantes legales o cualquier otra persona.

4.1.1.5.2 Artículo 19. Derecho a la rehabilitación y la resocialización. Los niños, las niñas y los adolescentes que hayan cometido una infracción a la ley tienen derecho a la rehabilitación y resocialización, mediante planes y programas garantizados por el Estado e implementados por las instituciones y organizaciones que este determine en desarrollo de las correspondientes políticas públicas.

4.1.1.5.3 Artículo 21. Derecho a la libertad y seguridad personal. Los niños, las niñas y los adolescentes no podrán ser detenidos ni privados de su libertad, salvo por las causas y con arreglo a los procedimientos previamente definidos en el presente Código.

4.1.1.5.4 Artículo 28. Derecho a la educación. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Esta será obligatoria por parte del Estado en un año de preescolar y nueve de educación básica. La educación será gratuita en las instituciones estatales de acuerdo con los términos establecidos en la Constitución Política. Incurrirá en multa hasta de 20 salarios mínimos quienes se abstengan de recibir a un niño en lo establecimientos públicos de educación.

⁶ La Ley 181 de 1995 Ley General del Deporte.

4.1.1.5.5 Artículo 30. Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes.⁷

4.1.2 Marco institucional

4.1.2.1 Misión

La Institución Educativa INEM "Felipe Pérez". Desarrolla la investigación y la pedagogía para la formación de personas con sentido Ético, Crítico, Creativo y Propositivo; ciudadanos con conciencia Nacional y Universal; recreadores de cultura, sociabilidad, equidad y trabajo, libres de dogmatismos hacia el desarrollo sustentable de Pereira, Risaralda y Colombia.

4.1.2.2 Visión

La Institución Educativa INEM "Felipe Pérez", es una organización posicionada por su alta calidad académica, técnica y pedagógica, participa en la formación de personas Éticas, que intervengan en los procesos recreadores y renovadores de su entorno Social, Cultural y Ambiental.

4.1.2.3 Filosofía

Nos pensamos como seres humanos en el Universo y en la Historia, entendida como proceso Económico, Social, Político y Cultural, en permanente cambio; como problemas, interdependientes y con capacidades crítico creativas de Superación Personal, Social, Científica y Ambiental.

4.1 MARCO TEÓRICO

El marco teórico que fundamenta esta investigación proporcionará una idea más clara acerca del fenómeno del bullying que se presenta dentro de las instituciones educativas. Se encontraran conceptos básicos acerca de salud mental, intimidación escolar y ludoteca.

Las instituciones hoy en día buscan herramientas que les ayuden a mejorar el desempeño, la excelencia y la calidad de vida. El conocimiento en sí merece ser tomado en cuenta porque indica a las instituciones cómo hacer las cosas y cómo mejorar lo que se ha hecho hasta ahora.

4.1.2 La intimidación escolar (Bullying)

⁷ Ley N° 1098, 8 noviembre de 2006, Ley de infancia y adolescencia

“Un estudiante es acosado o victimizado cuando está expuesto de manera repetitiva a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes.”

Hablamos de acción negativa cuando alguien infringe, de manera intencionada, o intenta infligir mal o malestar a otra persona. Básicamente, es lo que está implícito en la definición de comportamiento agresivo (Olweus, 1973b; Berkowitz, 1993). Las acciones negativas se pueden llevar a cabo mediante contacto físico, verbalmente o de otras maneras como hacer muecas o gestos insultantes e implican la exclusión intencionada del grupo. Para emplear correctamente el término “bullying” (acoso escolar) ha de haber un desequilibrio de poder o de fuerza (una relación asimétrica): El escolar que está expuesto a las acciones negativas tiene mucha dificultad para defenderse.

Hablando de manera más general, el comportamiento acosador puede definirse como “comportamiento negativo repetitivo e intencional (desagradable o hiriente) de una o más personas dirigido contra una persona que tiene dificultad en defenderse”. De acuerdo con esta definición, que parece haber ganado una aceptación considerable entre los investigadores y profesionales, el fenómeno de acoso escolar (bullying) se puede describir cómo:

- Comportamiento agresivo o querer “hacer daño” intencionadamente llevado a término de forma repetitiva e incluso fuera del horario escolar
- Es una relación interpersonal que se caracteriza por un desequilibrio real o superficial de poder o fuerza.

Se puede añadir que mucho del acoso escolar parece darse sin una provocación aparente por parte de la persona víctima. Esta definición deja claro que el acoso escolar puede ser considerado una forma de abuso, y algunas veces yo utilicé el término abuso entre iguales como denominación del fenómeno. El que lo separa de otras formas de abuso como los fenómenos de violencia doméstica es el contexto en el que sucede y las características de la relación de las partes implicadas⁸.

4.1.3 Ludotecas

4.1.3.1 Definición: Según la etimología, la palabra ludoteca viene del latín “ludos” que significa juego, fiesta, la cual fue unida a la palabra “Theca” que significa caja o local para guardar algo⁹. Las ludotecas son espacios intencionalmente diseñados para posibilitar vivencias lúdicas con resultados positivos para los niños, la familia y la comunidad, que por lo tanto deben estructurarse previa especificación del marco ético y los objetivos desde las

⁸ <http://acosomoral.org/pdf/Olweus.pdf>

⁹ RUBIO, María, ¿Qué es una ludoteca? Itg. Ed. (Colombia): Citado el 18 agosto 2006. Disponible en Internet. <<http://www.correodelmaestro.com/antiores/2002/abril/2anteaula71.htm>>. Correo del Maestro Núm. 71,2002. Citado por RODRIGUEZ VILLALVA, Luisa Fernanda. Actitudes de convivencia con personas en situación de desplazamiento forzado identificadas en la ludoteca UAO de Pereira. Pereira, 2008, p36. Trabajo de grado (Ciencias del deporte y la recreación). Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad ciencias de la salud.

políticas y los programas y aprender a actuar con justicia y ecuanimidad respecto a otras personas, razas, sexos, etc., de forma concreta, sin dejarlo al azar.

Si bien su objetivo principal es crear un espacio para el desarrollo del niño a través del juego y la participación en las actividades lúdico formativas, surgen para el encuentro grupal e intergeneracional y el juego de los niños y las niñas que serán acompañados por los ludotecarios, adultos y jóvenes que asesoran y desarrollan actividades con un objetivo claro: el desarrollo integral de los niños y las niñas.

Así, las Ludotecas deberían:

- Rescatar el juego tradicional y contrarrestar los efectos negativos de la cultura de la imagen impuesta con alternativas donde se formen imágenes autogeneradas / juego creativo y simbólico.
- Ser un espacio para el uso del juego libre y como método de aprendizaje y desarrollo de competencias, habilidades y conductas.
- Ser una alternativa que yendo más allá del espacio, es una filosofía y una institución que promueve el desarrollo de niños críticos y creativos.

Estructurar Ludotecas con esas características equivale a hablar de la Ludoteca como proyecto, lo cual supone comprometerse en su generación siguiendo un plan cuya formulación debería surgir de un proceso genuino de construcción colectiva, que ideal y factiblemente debe seguir criterios como:

- Que la comunidad y particularmente los niños y las niñas en interacción con el ludotecario y las instituciones realicen el diagnóstico de base.

- Organizar grupos de trabajo desde el inicio con la participación de los niños.
- Dejar claras las reglas de funcionamiento, acordarlas y concertarlas. Particularmente el manejo de las estructuras de poder y la toma de decisiones.
- Generar una dinámica de gestión del conocimiento que posibilite a la comunidad organizar sus saberes, ampliarlos con el conocimiento formal y traducirlos en herramientas y técnicas, y que principalmente alimenten los procesos de reflexión, toma de conciencia, capacidad de toma de decisiones para cualificar la acción.
- Todo el proceso de construcción de la ludoteca ha de estar mediado en esencia por un enfoque pedagógico basado en la comunidad y en la construcción de espacios democráticos.

Seguir estos criterios nos permitirá trascender la tradición seguida -no únicamente en recreación- que nos ha llevado a ser muy creativos como adultos en la oferta de espacios de recreación para los niños, en la que hacemos ludotecas pero el niño no interviene en su diseño ni en el mínimo de contribuir a la selección de los juguetes o la propuesta conjunta de actividades; ofrecemos programas con metodologías que se ponen de “moda” o responden a encuestas o tendencias del mercado; queremos recuperar los juegos tradicionales pero ni siquiera involucramos al niño en su recuperación o lo indagamos sobre sus innovaciones. Son muchos los ejemplos de esa infausta

tendencia, y más que asumir una posición peyorativa frente a ello, la sugerencia de FUNLIBRE es que miremos críticamente esos procesos cuando se trata de un análisis desde la participación infantil.

Por ello, se propone seguir 3 Momentos Metodológicos en la gestión conducente a sacar adelante un proyecto de Ludotecas, no solo para poder inaugurarlas sino para garantizar su sostenibilidad y el logro de esos resultados de apoyar el desarrollo integral.¹⁰

4.1.3.2 Propósitos De La Ludoteca

Rescatar el tiempo de juego

Resaltar la importancia de la lúdica en el desarrollo humano

Rescatar las costumbres, juegos y cultura de las comunidades

Crear las oportunidades para que las personas tengan acceso a los juegos y los juguetes.

Propiciar nuevos espacios de interacción y experiencias prácticas, entre los adultos y los niños.

Suplir las necesidades e intereses lúdicos y recreativos de la población.

4.1.3.3 Funciones Ludoteca¹¹

Algunas funciones de la Ludoteca para la convivencia son:

4.1.3.3.1 Pedagógica: Se reconoce la importancia del juego en el desarrollo de procesos, cognitivos, sociales, psicológicos, motrices. Se fundamentan en modelos pedagógicos cuyos principios son: lo lúdico, las diferencias individuales, la participación activa de los sujetos, la construcción de conocimiento. A partir del planteamiento de ELIONOR SHULMAN, acerca de que el juego es el método de aprendizaje por excelencia de los niños. Por tal motivo se puede decir que las ludotecas son espacios educativos donde los niños consolidan conocimientos y desarrollan habilidades que les permitirán solucionar problemas y llegar a la integración social, laboral, educativa, etc.

4.1.3.3.2 Socioculturales: Las ludotecas responden a dos aspectos: Desarrollo de la cultura y cambio social; en la primera es generar espacio de socialización y el aprendizaje cultural; allí se incluye las costumbres, las tradiciones, los valores que pueden transmitir a través de los diferentes juegos y juguetes autóctonos de la región, el cambio social se pretende a través del juego transformación en comunidades que presentan una problemática social muy marcada y donde la población infantil se encuentra muy desprotegida.

¹⁰ <http://www.funlibre.org/documentos/ludotecas/ludotecas.html>

¹¹ JIMENEZ, Carlos Alberto, Juego, inteligencia y ciudad. Universidad libre seccional Pereira

4.1.3.3.3 Comunitaria: Lugar donde se promueve la socialización de las personas de un comunidad y se trabaja por mejorar las condiciones de la calidad de vida de sus integrantes. Además, se capacita a los padres con el fin de responder a las necesidades de sus hijos expresarles amor, confianza, ayuda... a través de actividades lúdicas.

4.1.3.4 Las ludotecas según su forma pueden ser abiertas, fijas o itinerantes

4.1.3.4.1 Abiertas es en un lugar amplio sin limitación de paredes aprovechando espacios como calles, parques, centros culturales, escuelas, etc.

4.1.3.4.2 Fijas: Un espacio con instalaciones adecuadas, grandes salones, baño, patio, parque, sala para guardar los juguetes, implementos necesarios para jugar.

4.1.3.4.3 Itinerantes: instalada en vehículos como ómnibus, automóviles, etc. como una biblioteca móvil, que recorrerá los barrios de la ciudad.

La ludoteca será un lugar donde se promoverá los derechos de los niños y adolescentes, se posibilitará herramientas para mejorar las habilidades para la vida y para la convivencia. Al igual será un espacio donde se detectará posibles maltratos a esta población; con ayuda de un grupo interdisciplinario.

4.1.4 Ludoteca para la convivencia

Ludoteca para la convivencia, “es un espacio en el cual se propicia el juego libre y se realizan diferentes actividades a partir de la teoría de las habilidades para la convivencia, facilitando estar con el otro, esto con el fin de generar en las personas diferentes situaciones donde se confronten lo que piensan sobre la convivencia y la analicen en relación con la forma cómo actúan”¹².

Este tipo de ludoteca se ha venido implementando en diferentes tipos de personas, desde niños hasta adultos mayores, y la cual puede ser adaptable a cualquier tipo de población, siempre y cuando se tengan claros los objetivos de la intervención y con un diagnóstico previo para el desarrollo de las diferentes actividades que en la ludoteca se realizan, para así poder tener resultados positivos.

4.1.5 Salud Mental Positiva

En primer lugar La salud mental puede considerarse como un constructo que no tiene una definición directa. Desde esta óptica, para darle contenido, es necesario recurrir a conceptos más concretos. Esta opción resuelve algunos problemas pero genera otros de nuevos; para intentar definir la salud mental se

¹² CANO, Margarita María; TAMAYO, Gerardo; RODRÍGUEZ, Luisa Fernanda. Ludoteca para la convivencia con personas en situación de desplazamiento forzado. Pereira (Colombia): Universidad Tecnológica de Pereira. ISBN 978-958-8272-81-8, 2008

utilizan términos como "bienestar/malestar psíquico" "felicidad" o "satisfacción", que son, igualmente, abstractos o difíciles de operativizar.

“La salud mental no es algo estático y definitivo sino un estado dinámico y cambiante. La salud nunca es permanente sino que tiene que ir “reciclandose” continuamente, cada vez que las circunstancias internas y/o externas de las personas cambian. Es un proceso constante de adaptación y equilibrio que genera un movimiento progresivo de crecimiento personal”¹³

Muchos autores tienen diferentes conceptos sobre lo que para ellos pueden ser considerados salud mental:

Organización Mundial de la Salud (1951, citado en Organización Mundial de la Salud, 1961, pág. 15)	La salud mental “implica la capacidad de un individuo para establecer relaciones armoniosas con otros y para participar en modificaciones de su ambiente físico y social o de contribuir en ello de modo constructivo. Implica también su capacidad de obtener una satisfacción armoniosa y equilibrada de sus propios impulsos instintivos,... Implica, además que un individuo ha logrado desarrollar su personalidad de modo que le permita hallar para sus impulsos instintivos, susceptibles de hallarse en conflicto, expresión armoniosa en la plena realización de sus potencialidades”.
Martí Tusquets y Murcia Grau (1987, pág. 173)	"Un proceso en el que el individuo pueda:
	Interrelacionarse satisfactoriamente con sus semejantes.
	Conocer bien su ambiente (ventajas e inconvenientes) con el propósito de contribuir a su mejora jugando un papel activo y productivo.
	Identificar y asumir un rol social específico con objeto de potenciar su personalidad.
	Solventar satisfactoriamente los conflictos y tensiones que vayan surgiendo.
Belloch e Ibañez, E. (1992) (citado en Belloch, Sandin y Ramos, 1995, pág. 55)	Señalan que para diagnosticar o calificar el grado de salud mental de una persona hay que considerar parámetros tales como:
	Autonomía funcional.
	Percepción correcta de la realidad.

¹³ LLUCH CANUT, María T. Construcción De Una Escala Para Evaluar La Salud Mental Positiva Tesis doctoral (Programa de Doctorado: Evaluación en Ciencias del Comportamiento: Metodología y Aplicaciones). Universidad De Barcelona. Facultad de Psicología.

	Adaptación eficaz y respuesta competente a las demandas del entorno.
	Relaciones interpersonales adecuadas.
	Percepción de autoeficacia.
	Buen autoconcepto.
	Estrategias adecuadas para afrontar el estrés.
	etc.
Font (1983, pág. 98)	"La Salud es aquella manera de vivir que se da cuando la persona va alcanzando la propia realización -un "buen ser" individual y social- mediante un proceso dinámico que parte de unas capacidades genéticas en constante interacción con el medio.
	Contamos como elementos de este "buen ser":
	La reacción ante las dificultades y los cambios del medio interno o externo, ya sea en orden a adaptarse a él, ya sea en orden a transformarlo.
	Un progresivo proceso de desarrollo: crecimiento madurativo que conduce al hombre a la capacidad de compenetrarse con otros y de establecer con ellos buenas relaciones (de buena estima).
	Capacidad de creatividad: nuevas formas constructivas pensar o de vivir en cualquier dimensión humana.
	Autonomía de realización propia; capacidad del hombre poder establecer por si mismo la propia norma a seguir; es decir de "normalizar" o mejor aun "tipificar" las informaciones que él recibe, conservando la propia función asimilativa y normativa dentro de las fluctuaciones del ambiente.
	Identidad o unidad mental, de manera que la persona pueda hacerse cargo de todo el proceso vital y de la propia vida y de la propia muerte (situación final de la limitación de la propia vida, anticipada en cada enfermedad) o pérdida de posibilidades.
	Relaciones interpersonales que sean integradoras no solo para el propio yo, sino para la sociedad donde se vive.
	Gozar de las satisfacciones que comporta la búsqueda de los objetos que se ha propuesto.

	Además, para alcanzar "un buen ser" se precisa que la misma sociedad presente unas estructuras y sistemas de valores que permitan fomentar la salud. Y en cuanto al entorno, que sea viable ecológicamente".
Handlarz, M.C. (1989, pág.398)	Propone definir la salud como:
	La adaptación al amor
	La adaptación al trabajo
	El poder defenderse de las agresiones externas e internas
	Poseer un núcleo de pertenencia, status y un rol en la sociedad conseguidos por medios lícitos
	Que el trabajo que realice sea de acuerdo a su aptitud y vocación
	En resumen, capacidad de funcionamiento.

Según María Teresa Lluch, en su tesis doctoral Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva se refiere a esta como "La salud mental no es algo estático y definitivo sino un estado dinámico y cambiante. La salud nunca es permanente sino que tiene que ir "reciclandose" continuamente, cada vez que las circunstancias internas y/o externas de las personas cambian. Es un proceso constante de adaptación y equilibrio que genera un movimiento progresivo de crecimiento personal" ¹⁴ (Seva, 1983; Ugalde y Lluch, 1991).

En la investigación de Salud mental positiva, la cual es la investigación que se toma de referente principal para el instrumento, se hace una detallada depuración por diferentes factores pasando por diversas definiciones hasta concluir en los siguientes:

- Satisfacción personal
- Actitud prosocial
- autocontrol
- Autonomía
- Resolución de problemas
- Habilidades de relación interpersonal

Para el desarrollo de esta investigación se tomaran 2 de estos factores como referente teórico principal, Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal.

4.1.5.1 Resolución de problemas

¹⁴ Lluch Canut, María Teresa. Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. Barcelona, 1999, 22p. Trabajo de grado (Doctorado Evaluación en Ciencias del Comportamiento). Universidad de Barcelona. Facultad de Psicología. Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento.

En la vida cotidiana nos vemos obligados a afrontar continuamente múltiples situaciones conflictivas y a tomar decisiones. Todas las personas tienen problemas en las diferentes facetas de su vida: laboral, social, sentimental, etc. y las estrategias que utilizan para afrontarlos determinarán, en gran medida, su nivel de salud mental. Como indica D’Zurilla (1993):

“A lo largo de la historia, filósofos, educadores y psicólogos han reconocido que los humanos son “resolvedores de problemas” y que existen diferencias individuales en la habilidad para resolver conflictos en la población general” (D’Zurilla, 1993, pág. 17).

La habilidad para solucionar problemas promueve la competencia social, la autoeficacia, la autoestima y, por tanto, permite optimizar el funcionamiento personal (D’Zurilla, 1993; Lluch, 1997b). Como sucede con las habilidades sociales existen varios programas, proyectos y publicaciones, dentro del ámbito de la promoción, que utilizan o proponen utilizar el entrenamiento en resolución de problemas a diferentes poblaciones: niños en edad preescolar, adolescentes, policías, trabajadores de empresas estatales, profesionales de la atención primaria de salud, maestros, etc. (Costa,1996; Fábregas y García-Grau, 1995; Fernández, 1998; Flórez, 1997; Méndez, Olivares y Abásolo, 1998; OMS, 1997).

4.1.5.2 Habilidades de relación interpersonal

La comunicación interpersonal es una parte esencial de la actividad humana. A lo largo del día pasamos muchas horas interactuando con otras personas; de hecho el ser humano es un “ser social”. Por tanto, las habilidades sociales, es decir, saber transmitir lo que se quiere decir, decirlo correctamente, saber si se ha entendido el mensaje, adaptar la interacción en función de la respuesta del interlocutor, etc., son fundamentales para relacionarnos y crecer como personas.

La adolescencia es un periodo difícil, para algunos se trata de una época dolorosa, ya que son conscientes del cambio físico que están "sufriendo" y pueden reaccionar de muy diferentes maneras.

Hay quien se vuelve irritable, susceptible e incluso atravesar periodos depresivos, más o menos largos y más o menos graves. Otros, pueden sentirse invulnerables y comportarse de forma arriesgada.

Dentro de los problemas de convivencia más comunes que se presentan en los jóvenes de la Institución Educativa del núcleo #3 de los grados octavo y noveno encontramos las agresiones verbales, físicas, las palabras fuertes, la aplicación de apodosos o sobrenombres, el irrespeto entre iguales, el consumo de drogas, la envidia y el enfrentamiento con los profesores.

4.1.6 Desarrollo Evolutivo (Adolescencia)

La pubertad es el tiempo en el cual las características físicas y sexuales de un niño maduran y se presenta debido a cambios hormonales, La adolescencia se refiere al tiempo entre el comienzo de la maduración sexual (pubertad) y la edad adulta. Es un tiempo de maduración psicológica, en el cual la persona se comienza a comportar "como un adulto".

La edad exacta en la cual un niño ingresa a la pubertad depende de muchos factores diferentes, como los genes, la nutrición y el sexo de la persona. Durante la pubertad se producen unos cambios en todos los aspectos del hombre y la mujer tales como:

4.1.6.1 Cambios Fisiológicos

Las glándulas endocrinas producen hormonas que causan cambios corporales y el desarrollo de las características sexuales secundarias.

En las niñas, los ovarios comienzan a incrementar la producción de estrógeno y otras hormonas femeninas.

En los niños, los testículos aumentan la producción de testosterona.

Las glándulas suprarrenales producen hormonas que provocan un aumento en la sudoración de las axilas, olor del cuerpo, el acné, al igual que en el vello axilar y púbico. Este proceso se denomina adrenarquia. El niño a menudo necesitará un desodorante o un antitranspirante para las axilas durante este tiempo.

El desarrollo de las mamas es el signo principal de que una niña está entrando a la pubertad y a esto le sigue el primer período menstrual (menarquía).

Antes de la llegada de la primera menstruación, una niña normalmente tendrá:

Un aumento en la estatura.

Ensanchamiento de las caderas.

Secreciones vaginales claras o blanquecinas.

Crecimiento de vello en el pubis, las axilas y las piernas.

Los ciclos menstruales ocurren aproximadamente en un período de un mes (28 a 32 días) y al principio pueden ser irregulares. Una niña puede pasar dos meses entre períodos o tener dos períodos en un mes, pero con el tiempo éstos se vuelven más regulares. Hacer un seguimiento de cuándo ocurre el período y de cuánto tiempo dura puede ayudarle a predecir cuándo debe tener su próximo período menstrual.

Durante o justo antes de cada período, la niña puede sentirse de mal humor o emotiva y su cuerpo se puede sentir inflado o hinchado (distendido). El síndrome premenstrual (SPM) puede comenzar a desarrollarse, sobre todo a medida que la niña crece.

En las niñas, la pubertad generalmente termina a los 17 años, por lo que cualquier aumento de estatura después de esta edad es poco común. Aunque una niña haya alcanzado la madurez física completa en ese momento, la maduración educativa y emocional continúa.

El primer signo de pubertad en los niños es el agrandamiento de ambos testículos. Después de esto, los niños normalmente experimentarán:

Crecimiento acelerado, sobre todo de estatura.

Crecimiento de vello en el área de los brazos, la cara y el pubis.

Aumento del ancho de los hombros.

Crecimiento del pene, del escroto (con enrojecimiento y pliegue de la piel) y los testículos.

Eyaculaciones durante la noche (emisiones nocturnas o "poluciones nocturnas").

Cambios en la voz.

Los testículos constantemente producen espermatozoides. Algunos espermatozoides se pueden almacenar en una estructura llamada epidídimo. Algunas veces, los espermatozoides almacenados son liberados como parte de un proceso normal para dar cabida a los espermatozoides nuevos. Esto puede ocurrir de forma automática durante el sueño (poluciones nocturnas) o después de una masturbación o una relación sexual. Las poluciones nocturnas son una parte normal de la pubertad.

La adolescencia se considera como el período entre los 13 y los 19 años de edad. El adolescente experimenta no sólo el cambio y crecimiento físico, sino también los cambios y el crecimiento emocional, psicológico, social y mental.¹⁵

4.1.6.2 Cambios Psicológicos

Los cambios son lo suficientemente importantes como para que los reconozcamos sin problemas:

- Crisis de oposición: en cuanto a la necesidad que tienen de autoafirmarse, de formar un yo diferente al de sus padres a los que han estado estrechamente unidos hasta ahora, con necesidad de autonomía, de independencia intelectual y emocional. Por eso nuestro niño, deja de ser nuestro, para ser de los demás, especialmente de los amigos.

- Desarreglo emotivo: a veces con la sensibilidad a flor de piel y otras en las que parece carecer de sentimientos. Es por eso que un día nuestra hija nos sorprende con un abrazo y otro día rechaza cualquier muestra de cariño. Un día sin motivo aparente se despierta dando gruñidos, simplemente porque sus hormonas posiblemente le estén jugando una mala pasada.

¹⁵ Marcell AV. Adolescence. In: Kliegman RM, Behrman RE, Jenson HB, Stanton BF, eds. *Nelson Textbook of Pediatrics*. 18th ed. Philadelphia, Pa: Saunders Elsevier; 2007. cap 12.

- Imaginación desbordada: Sueñan, y esto no es más que un mecanismo de defensa ante un mundo para el que no están preparados. Es un medio de transformar la realidad, pueden imaginar un porvenir, como modelos, o futbolistas de elite, o campeones de surf, actores, etc. Ellos pueden cambiar el mundo, hacerlo mejor.

- Narcisismo: Se reconoce al adolescente cuando comienza a serlo, simplemente por las horas que le dedica al espejo. Le concede una importancia extrema a su físico: puede lamentarse por un grano en la nariz, obsesionarse por la ropa, por estar gordos o delgados quieren estar constantemente perfectos aunque su visión de la estética no tenga nada que ver con la nuestra.

- Crisis de originalidad: que presenta dos aspectos:

Individual: como afirmación del yo, con gusto por la soledad, el secreto, las excentricidades en el vestir, o en su forma de hablar o de pensar. Necesita reformar, transformar el mundo, ser distinto y especial.

Social: aquí está la rebelión juvenil: Rebelión en cuanto a los sistemas de valores de los adultos y las ideas recibidas. Achacan al adulto sobretodo su falta de comprensión y el hecho de que atenta contra su independencia. Hay una necesidad clara de participación, la uniformidad en lenguaje y en vestimenta de los adolescentes, no es más que la necesidad de afecto, de ser considerado, aprobado por el propio grupo, y que a veces lo viven de una forma obsesiva.¹⁶

4.1.7 Convivencia

Según el ministerio de educación, convivencia es la capacidad de vivir juntos respetándonos y consensuando las normas básicas¹⁷. Se da por entendido entonces la convivencia como la forma de relacionarnos con nuestro mundo, en especial con las personas que nos rodean.

En la vida cotidiana los individuos nos relacionamos unos con otros de manera distinta. Al paso del tiempo las formas de socialización han ido tomando formas y protocolos distintos debido a la evolución en las formas de producción, en los medios de comunicación y a la tecnología; así como a la decadencia de valores que sufrimos como sociedad global.

Cuando se habla de convivencia es tocar una de las cuestiones más álgidas que hoy en día los seres humanos vivimos. Las diferencias políticas, religiosas y económicas, principalmente, nos han llevado a mostrar los puntos más elevados de la intolerancia de la humanidad.

¹⁶ <http://www.psicosolucion.com/solucion/psicologo-de-adolescentes.aspx>

¹⁷ Ministerio de educación. En: RODRIGUEZ VILLALVA, Luisa Fernanda. Actitudes de convivencia con personas en situación de desplazamiento forzado en Pereira identificadas en la ludoteca itinerante. Pereira, 2007, 12p. Trabajo de grado (Ciencias del deporte y la recreación). Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad ciencias de la salud.

Sin embargo, dentro de la sociedad, el ser humano ha sido capaz de organizar, compartir y coadyuvar de manera recíproca y así muchos grupos y organizaciones han visto su evolución partiendo de los puntos más importantes que se requieren para el mejor entendimiento entre las personas: La comunicación y la identidad.

4.2 ESTADO CIENTIFICO ACTUAL

- Influencia de un programa recreativo psicoterapéutico en las actitudes hacia la convivencia pacífica en barrios estrato 1 y 2 de la Virginia¹⁸, en la cual se concluyó que el Programa Recreativo Psicoterapéutico aumentó significativamente la actitud hacia la convivencia pacífica en el grupo experimental, en comparación con el grupo control y con la pre prueba, especialmente a expensas de los indicadores autoestima y negociación, lo cual concuerda con el énfasis dado a las mismas durante este programa.
- Impacto de un programa recreativo psicoterapéutico sobre la actitud hacia la convivencia armónica organizacional en una facultad de salud¹⁹, se concluyó que se debe continuar validando la escala de actitud hacia la convivencia armónica organizacional, con una población suficiente y un test-re test cercano; realizar nuevas investigaciones con programas similares, pero de unas pocas horas durante meses e idealmente en una población con una actitud baja hacia la convivencia armónica.
- Habilidades para la convivencia de estudiantes de tercero y cuarto de básica primaria de un colegio público de Pereira al participar de un programa de ludoteca para la convivencia,²⁰ Con el soporte de los diarios de campo se observó mayor saturación en algunas de las categorías presentadas en el análisis y discusión, estas fueron : Aprender a interactuar, aprender a comunicarse, y aprender a no agredir al congénere, donde predominaron comportamientos ni asertivos en los estudiantes, comportamientos que afectaran la convivencia dentro del aula, además fueron un impedimento para mantener una participación y una comunicación apropiada en las actividades. Por otra parte, los juegos y técnicas grupales e individuales implementados en la investigación fueron los más convenientes, ya que permitieron observar en los estudiantes comportamientos asertivos y no asertivos influenciados por los contextos familiares y sociales, además de los

¹⁸ SALDARRIAGA H, Yamileth; AMAYA C. José Noel. Influencia de un programa recreativo psicoterapéutico en las actitudes hacia la convivencia pacífica en barrios estrato 1 y 2 de la Virginia. Universidad Tecnológica de Pereira. 2003.

¹⁹ ESPINOSA A.; Luz Stella. Impacto de un programa recreativo psicoterapéutico sobre la actitud hacia la convivencia armónica organizacional en una facultad de salud. Universidad Tecnológica de Pereira. 2006.

²⁰ JARAMILLO, Helena, GAVIRIA R, Daycy Andrea, LADINO D, María Gilari. Habilidades para la convivencia de estudiantes de tercero y cuarto de básica primaria de un colegio público de Pereira al participar de un programa de ludoteca para la convivencia. Universidad Tecnológica de Pereira. 2010.

generados en el contexto escolar por la falta de cooperación entre docentes y estudiantes.

- Un estudio de las percepciones sobre el hostigamiento (bullying) entre escolares en colegios de estrato alto de Medellín²¹, donde se encontraron diferencias en la victimización entre los géneros, siendo más elevado el que corresponde al género masculino. Igualmente se encontró que hay un grupo de niños que está siendo afectado de manera extrema que corresponde a “casi todos los días”. Un alto porcentaje de víctimas, manifiesta que prefiere comunicarse con sus compañeros y otros con sus padres y no con sus profesores.
- Prevalencia del acoso escolar en hombres y mujeres de 12 a 16 años que asisten a un colegio público de la ciudad de Bogotá²².
- Estudio exploratorio sobre el fenómeno del bullying en la ciudad de Cali²³, en el cual se concluyó que no hay relación entre ser agredido y la edad (p-valor=0.506), no hay relación entre ser agredido y el grado (p-valor=0.56), sí hay relación entre ser agredido y género (p-valor=0.000). La situación varía en cuanto al agresor o agresora, ya que se encontró que hay relación entre ser agresor o agresora y la edad (p-valor=0.000), hay relación entre ser agresor o agresora y el género (p-valor=0.000), y no hay relación entre ser agresor o agresora y el grado escolar (p-valor=0.069)

²¹ SARMIENTO, Tony, FONTALVO, Luis. Un estudio de las percepciones sobre hostigamiento (bullying) entre escolares en colegios de estrato alto de Medellín, Colombia. Universidad CES, Facultad de Psicología. 2009.

²² HEWITT, Nohelia, PRADILLA, Luis. Prevalencia del acoso escolar en hombres y mujeres de 12 a 16 años que asisten a un colegio público de la ciudad de Bogotá, Colombia. Universidad Católica de Colombia. 2007.

²³ PAREDES, Maria T, ALVAREZ, Martha C, LEGA, Leonor L, VERNON, Ann. Estudio exploratorio sobre el fenómeno del bullying en la ciudad de Cali, Colombia. 2008.

5. METODOLOGIA

5.1 DISEÑO (E HIPÓTESIS)

La presente es una investigación de corte cuantitativo, el diseño es cuasi-experimental, ya que se tomaron dos grupos de acuerdo a criterios de convivencia escolar, uno de ellos era grupo de trabajo y otro de control en espera.

A los dos grupos se les realizará una valoración a través de los instrumentos de Salud Mental Positiva y Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás.

Al grupo de trabajo se le realizará una intervención denominada Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia y finalmente, haciendo énfasis en este caso en la resolución de problemas y las habilidades de relación interpersonal: se realizará la valoración a través de los instrumentos para determinar la influencia de la intervención en el mejoramiento de la Salud Mental y la Convivencia de los jóvenes de grado octavo y noveno de un colegio público de la ciudad de Pereira. Finalmente, si la intervención arroja resultados positivos, se realizará la aplicación de la estrategia al grupo en espera.

Diseño: Cuasi experimental.

G1	X1	Y	X2	
G2	X1	Y	X2	
G3	X1	-	X2	Y1

Dónde:

G1= grupo experimental 9 grado Tarde

G2= grupo experimental 9 grado Tarde

G3= grupo control en espera

X1= preprueba

Y = estímulo experimental

- = ausencia de estímulo experimental

X2 = posprueba

Y1 = intervención al grupo control, si los efectos son positivos

5.1.1 Hipótesis de Investigación

Una estrategia de ludoteca para la Salud mental y la Convivencia mejora la salud mental y la convivencia de estudiantes de grado octavo y noveno de un colegio público de la ciudad de Pereira.

5.1.2 Hipótesis Nula

Una estrategia de ludoteca para la Salud mental y la Convivencia, NO mejora la salud mental y la convivencia de estudiantes de grado octavo y noveno de un colegio público de la ciudad de Pereira.

5.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

Población objeto del estudio: Estudiantes de grado octavo (8) y noveno (9) de un colegio público de la ciudad de Pereira.

Descripción demográfica:

Edades: entre los 12 y 19 años

Sexo: Femenino y masculino

Ocupación: Estudiantes

Escolaridad: 7 y 8 grado

Técnicas de muestreo:

Todos los integrantes de un grupo de grado octavo (8) y noveno (9) de un colegio público de la ciudad de Pereira.

5.2.1. Criterios de inclusión

Aceptar participar en el programa: Que padres e hijos hayan firmado los consentimientos informados.

Que cumplan con el grado de escolaridad: que se encuentren en grado octavo y noveno respectivamente.

Participar en el 80% de las actividades en la Ludoteca para La Salud mental y la convivencia, en la resolución de problemas y las habilidades de relación interpersonal.

5.2.2. Criterios de exclusión

Que hayan faltado a la pre-prueba o la post prueba.

Que haya ocurrido una crisis inesperada familiar o social que afecte seriamente su estado emocional.

5.3 VARIABLES

5.3.1 Variable Independiente

Programa de ludoteca para la Salud mental positiva y la convivencia. (Anexo G)

En la ludoteca se desarrolló una metodología participativa, donde los estudiantes iniciaron un proceso de sensibilización frente al espacio de la ludoteca, cada sesión de trabajo se desarrolló con la rotación por diferentes actividades que fortalecieron derechos y deberes de los jóvenes, las actitudes de convivencia y los factores de la salud mental positiva.

Las sesiones se desarrollaron durante 1 hora y 55 minutos, donde se

incluyeron actividades de bienvenida, juego libre, actividades intencionadas y evaluación del proceso y/o retroalimentación.

Esta ludoteca, es un sistema de organización y clasificación de los juegos, que permite disponerlos de acuerdo a las posibilidades y preferencias de los adolescentes, teniendo en cuenta las características de su estado de desarrollo, basado en los planteamientos realizados por el grupo de investigación y teniendo como herramientas lúdico – recreativas las adquiridas en el transcurso de cada uno de los semestres cursados, entre las cuales se desarrollaron juegos de cooperación, de roles, actividades de educación experiencial y juegos de confianza; donde los facilitadores asumen un rol de líder de un grupo de personas en la cual generalmente se encarga de definir el temario principal, contribuir al desarrollo fluido de la reunión y alentar la comunicación entre los miembros del equipo según sea necesario. Además de ser el responsable de motivar al equipo para que lleve a cabo su tarea, de asegurarse que el proyecto mantenga su curso y de generar una confianza para el buen desarrollo de cada una de las actividades a realizar.

5.3.2 Variable Dependiente

Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal.

Para hablar de resolver un problema se debe entender que primero debe existir una situación problema, la cual se definen como aquellas situaciones en las cuales las preocupaciones e intereses de dos personas parecen ser incompatibles.

La resolución de problemas se refiere a la necesidad y capacidad de las personas de entender cómo el conflicto empieza y termina, y busca una convergencia de los intereses de los actores.

Las habilidades de relación interpersonal, según Carmen Cifuentes, “Es la capacidad que tenemos para trabajar juntos con una meta definida, haciendo del trabajo diario una oportunidad de vida para uno mismo y los seres que nos rodean”.

5.3.3 Variable Independiente

DIMENSIONES	ÍTEMS	OPCIONES DE RESPUESTA
Satisfacción Personal	...me gusto como soy ...me siento a punto de explotar Para mí, la vida es... aburrida y monótona ...veo mi futuro con pesimismo ...me considero una persona menos importante que el resto de personas que me rodean	Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Nunca o Casi nunca.

<p>Actitud Prosocial</p>	<p>A mí... me resulta especialmente difícil aceptar a los otros cuando tienen actitudes distintas a las mías ...pienso que soy una persona digna de confianza ...pienso en las necesidades de los demás ...me gusta ayudar a los demás</p>	<p>Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Nunca o Casi nunca.</p>
<p>Auto Control</p>	<p>...soy capaz de controlarme cuando experimento emociones negativas ...soy capaz de controlarme cuando tengo pensamientos negativos ...soy capaz de mantener un buen nivel de autocontrol en las situaciones conflictivas de mi vida Si estoy viviendo presiones exteriores desfavorables... soy capaz de continuar manteniendo mi equilibrio personal</p>	<p>Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Nunca o Casi nunca.</p>
<p>Autonomía</p>	<p>...me preocupa mucho lo que los demás piensan de mí Las opiniones de los demás... me influyen mucho a la hora de tomar mis decisiones ...me preocupa que la gente me critique ...me resulta difícil tener opiniones personales Cuando tengo que tomar decisiones importantes... me siento muy insegura/o</p>	<p>Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Nunca o Casi nunca.</p>

<p>Resolución de Problemas</p>	<p>...soy capaz de tomar decisiones por mí misma/o ...intento sacar los aspectos positivos de las cosas malas que me suceden ...intento mejorar como persona Cuando hay cambios en mi entorno... intento adaptarme Delante de un problema... soy capaz de solicitar información Los cambios que ocurren en mi rutina habitual... me estimulan ...trato de desarrollar y potenciar mis buenas aptitudes ...soy capaz de decir no cuando quiero decir no Cuando se me plantea un problema... intento buscar posibles soluciones</p>	<p>Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Nunca o Casi nunca.</p>
<p>Habilidades de Relación Interpersonal</p>	<p>A mí, ...me resulta especialmente difícil dar apoyo emocional ...tengo dificultades para establecer relaciones interpersonales profundas y satisfactorias con algunas personas Creo que... tengo mucha capacidad para ponerme en el lugar de los demás y comprender sus respuestas ...me considero "un/a buen/a psicólogo/a" ...creo que soy una persona sociable A mí... me resulta especialmente difícil entender los sentimientos de los demás ...tengo dificultades para relacionarme abiertamente con mis profesores/jefes ...creo que soy un/a inútil y no sirvo para nada ...me siento insatisfecha/o conmigo misma/o ...me siento insatisfecha/o de mi aspecto físico</p>	<p>Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Nunca o Casi nunca.</p>

Sensación de intimidación	Te sientes seguro/a Te sientes solo/a Te gusta salir al patio de recreo Piensas que algunos/as de tus compañeros/as te detesta Piensas que se están haciendo cosas para mejorar la convivencia	Siempre, A menudo, Algunas veces, Nunca.
Agrede	¿Has insultado o te has burlado de un compañero/a? ¿Has hablado mal o has dicho mentiras sobre un compañero/a? ¿Has cogido sin permiso, escondido o roto algún objeto de un compañero/a? ¿Has pegado, empujado o amenazado a un compañero/a? ¿Has ignorado a un compañero/a en alguna actividad o no le has puesto ninguna atención? ¿Has excluido o impedido que un compañero/a participe en una actividad?	Siempre, A menudo, Algunas veces, Nunca.
Recibe Agresión	¿Te han insultado o se han burlado de ti? ¿Han hablado mal o han dicho mentiras sobre ti? ¿Han cogido sin permiso, escondido o roto algún objeto tuyo? ¿Te han pegado, empujado o amenazado? ¿Te han ignorado en alguna actividad o no te han puesto ninguna atención? ¿Te han excluido o impedido participar en una actividad?	Siempre, A menudo, Algunas veces, Nunca.

5.3.4 Variables intervinientes:

Otros programas que se desarrollan en el colegio. Actitudes favorables o desfavorables de los alumnos, temporada escolar en etapa de finalización del año lectivo.

5.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

El instrumento será auto diligenciado en forma grupal con la presencia de los investigadores para explicar cómo se contesta y las dudas que surjan.

5.4.1 Instrumento

Los instrumentos fueron: Salud Mental Positiva y Convivencia (Cuestionario Para Mejorar El Conocimiento Sobre Uno Mismo Y Sobre Las Relaciones Con Los Demás; (Collell y Escudé, 2003; adaptado por Cano, 2010)).

5.4.2 Validación del instrumento

Se usará el instrumento de evaluación denominado, salud mental positiva validado por M^a Teresa Lluch Canut en su tesis doctoral en el doctorado: Evaluación en Ciencias del Comportamiento en Barcelona España (Ver anexo A)

Se utilizara una escala de Likert sobre Cuestionario Para Mejorar El Conocimiento Sobre Uno Mismo Y Sobre Las Relaciones Con Los Demás, fue elaborada con base en los principios propuestos por (Collell y Escudé, 2003; adaptado por Cano, 2010), Para adaptar al lenguaje de los estudiantes, se someterá a juicio de expertos en el tema y se realizará una prueba piloto con estudiantes que cumplen las mismas características de la población objeto con el fin de dar validez. (Ver anexo B)

El instrumento fue analizado por los docentes del Programa Ciencias del Deporte y la Recreación: Norman Jairo Pachón Villamil, Jhon Jairo Trejos Parra.

5.5 EVALUACIÓN BIOÉTICA

Nivel de riesgo mínimo.

Justificación de la investigación:

Desde el punto de vista científico, ésta investigación proporcionara herramientas de evaluación y detección del Bullying en los colegios públicos de la ciudad de Pereira con las cuales no se contaba.

Desde el punto de vista ético, la investigación presenta un nivel mínimo de riesgo, debido a que no se pone en evidencia al agresor ni al agredido; por el contrario, se les brindara herramientas a ambos, para disminuir el problema, sin arriesgarse a que este crezca.

6 ANÁLISIS DE INFORMACIÓN

Para el análisis de la investigación se tuvieron en cuenta dos (2) instrumentos para su respectiva aplicación, el primero “Escala para evaluar la Salud Metal Positiva” (por María Teresa Lluch Canut, presentada en su tesis doctoral); y el segundo instrumento es el “Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás. (Collell y Escudé, 2003; adaptado por Cano, 2010).

Inicialmente se tomaron 141 datos entre el grupo control y el grupo de trabajo en el pretest; sin embargo en el post test se tuvieron en cuenta solo 116 datos debido a que muchos de los estudiantes principalmente del grupo de control habían desertado del colegio o algunos que estaban presentes en el postes no habían realizado el pretest.

Después de obtener la información de cada uno de los estudiantes, se ingresó en una base de datos de Excel; esto permitió identificar variables estadísticas de cada uno de los grupos y del grupo en general por cada factor.

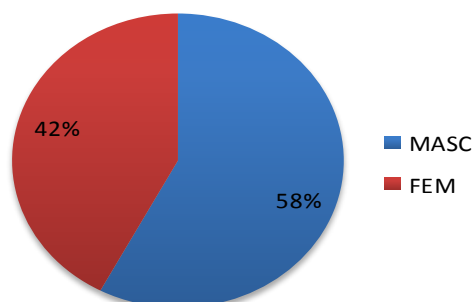
Luego en el paquete SPSS se realizaron análisis multivariados con las pruebas Mann Whitney (comparar el grupo trabajo con el grupo control) en el pretest para identificar si los grupos eran homogéneos y en el postest para conocer diferencias y Wilcoxon en el postest (comparar el grupo consigo mismo) para determinar las diferencias.

En esta investigación se analizaron las variables en Salud Mental Positiva de Resolución de Conflictos y Habilidades de Relaciones Interpersonales, pues este proyecto hacía parte de un macro proyecto y cada investigación era responsable de factores específicos.

Se realizaron las gráficas de la información recolectada y fueron las siguientes:

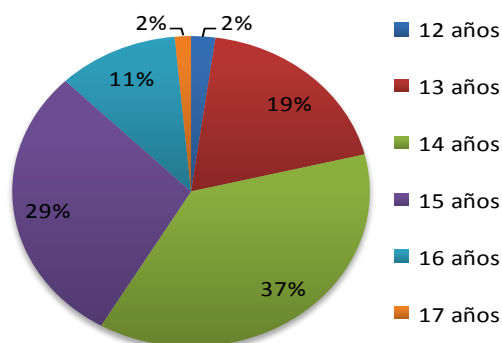
6.1 DATOS DEMOGRÁFICOS

Figura 1. Género de los estudiantes encuestados



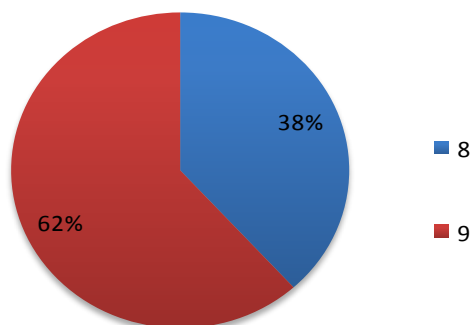
El 58% de los encuestados son de género masculino

Figura 2. Edad de los estudiantes encuestados



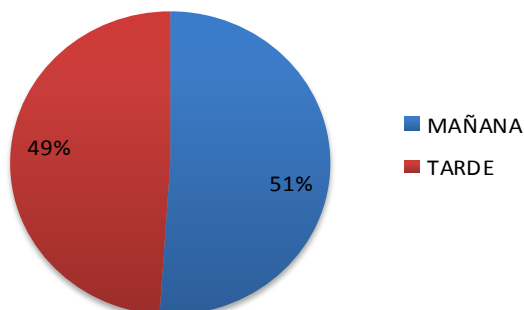
El 37% de los encuestados se encuentran en la edad de los 14 años, seguidos de un 29% con 15 años y hay un 2% con 17 años y de igual porcentaje con 12 años.

Figura 3. Grado de los estudiantes encuestados



El 62% de los encuestados cursaban el grado noveno.

Figura 4. Jornada en la que asisten a clase los participantes de la investigación

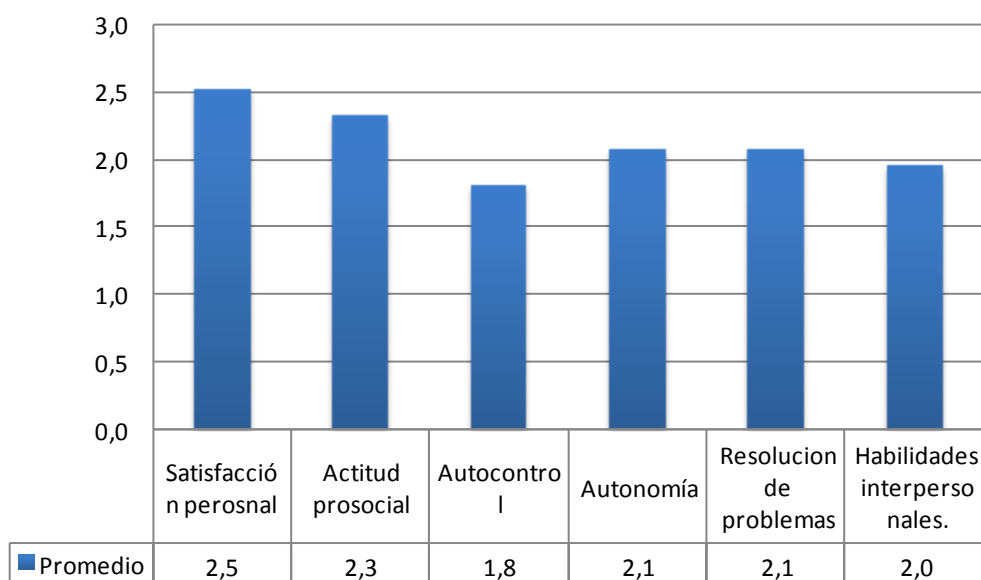


El 51% de los encuestados asisten al colegio en la jornada de la mañana.

6.2 RESULTADOS GENERALES DEL GRUPO EXPERIMENTAL EN EL PRETEST SALUD MENTAL POSITIVA

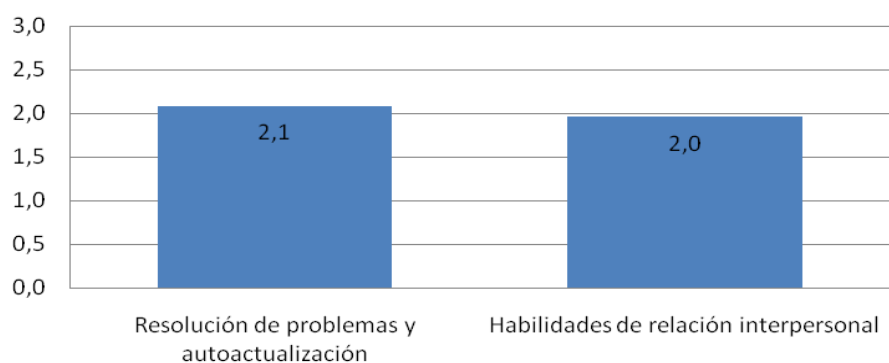
6.2.1 Factores Total

Figura 5. Resultados promedio de todos los factores de Salud mental positiva



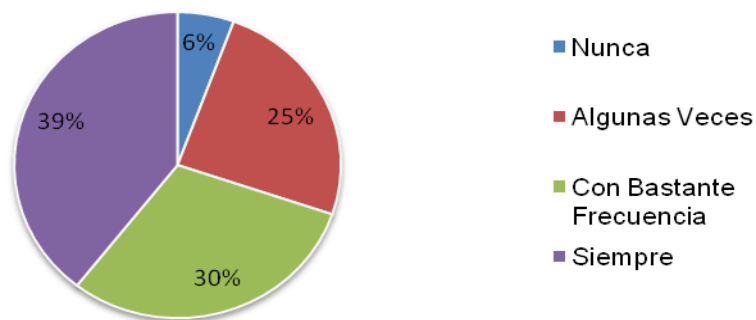
Teniendo como referencia que 3 es la máxima calificación para la escala de la Salud mental positiva, el factor con la calificación más alta es satisfacción personal con un 2,5 y el factor con la calificación más baja es autocontrol con un 1,8.

Figura 6. Promedio de los factores Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal



El promedio del factor resolución de problemas es bueno con un 2,1 teniendo en cuenta que el máximo puntaje es de 3, y el de habilidades de relación interpersonal es de 2,0.

Figura 7. Escala para evaluar la salud mental positiva pre test, factores Resolución de problemas y Habilidades de relación interpersonal.



El 69% de los encuestados siempre o con bastante frecuencia identifican una buena resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal positiva y un 6% nunca las tienen.

6.2.2 Factores Resolución de Problemas y Relaciones Interpersonales

Figura 8. Resolución de problemas Trabajo Pretest

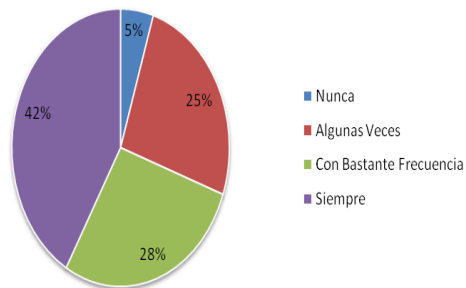
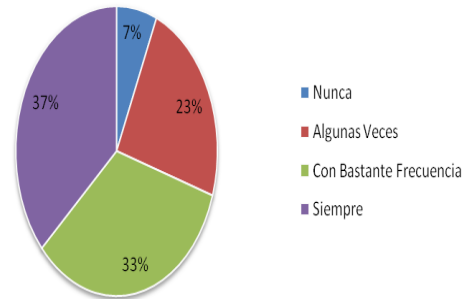


Figura 9. Habilidades de relación interpersonal Trabajo Pretest



De acuerdo con las graficas se evidencia que el grupo de trabajo se identifica con mayor habilidad para la resolución de problemas con un 42% frente a un 37% para relacionarse con sus compañeros.

6.2.3 Factores Resolución De Problemas Y Relaciones Interpersonales Por Grupos

6.2.3.1 GRUPO 8 MAÑANA

Figura 10. Resolución de Problemas 8 Mañana Pretest

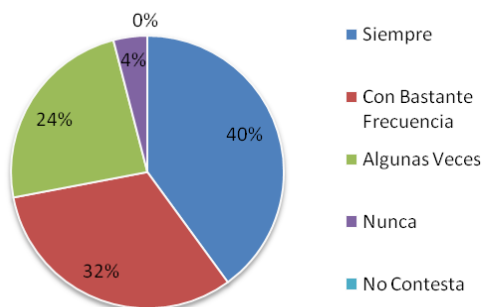
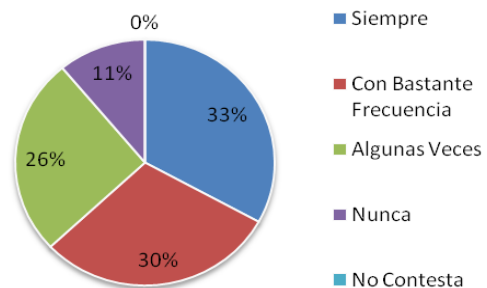


Figura 11. Habilidades de Relación Interpersonal 8 Mañana Pretest



6.2.3.2 GRUPO 9 MAÑANA

Figura 12. Resolución de Problemas 9 Mañana Pretest

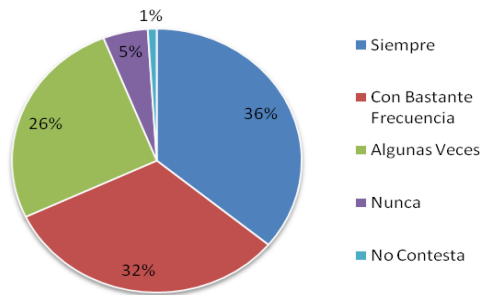
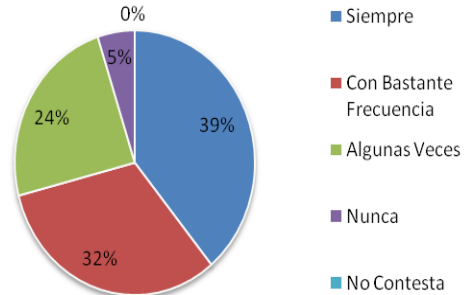


Figura 13. Habilidades de Relación Interpersonal 9 Mañana Pretest



En general se puede notar que los estudiantes de grado 8 y 9 de la jornada de la mañana siempre tienen una buena respuesta para la resolución de problemas y una buena relación interpersonal; excepto el grupo de grado 8 que identifican en un 11% que “nunca” tienen una buena relación interpersonal.

6.2.3.3 GRUPO 8 TARDE

Figura 14. Resolución de Problemas 8 Tarde Pretest

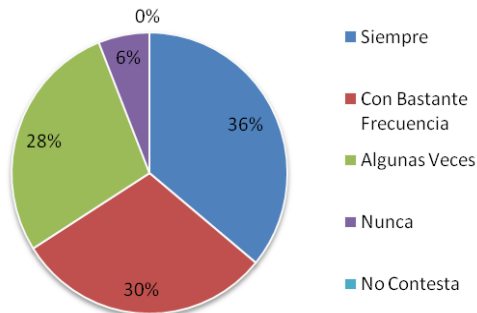
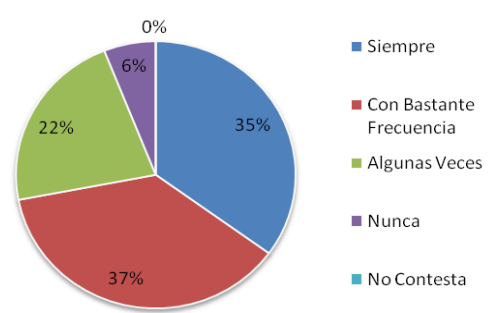


Figura 15. Habilidades de Relación Interpersonal 8 Tarde Pretest



6.2.3.4 GRUPO 9 TARDE

Figura 16. Resolución de Problemas 9 Tarde Pretest

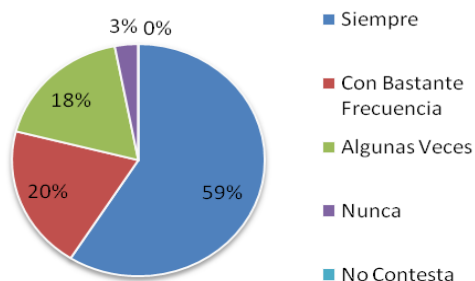
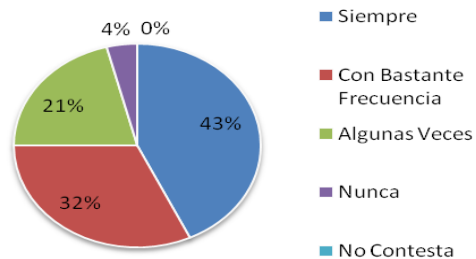


Figura 17. Habilidades de Relación Interpersonal 9 Tarde Pretest



Se puede observar que la mayoría de los estudiantes de grado 8 y 9 de la jornada de la tarde tienen una respuesta positiva hacia la resolución de problemas y las relaciones interpersonales. Sin embargo el grupo de 9 tiene mayor respuesta positiva siempre con respecto al grupo de 8 con un 59% frente a un 36% en el factor de resolución de problemas.

Mientras que en el factor de habilidades de relación interpersonal el grupo de 9 identifica en un 43% frente a un 35% del grupo de 8 que siempre tienen una respuesta positiva para relacionarse con las demás personas.

6.2.3.5 GRUPO DE CONTROL

Figura 18. Resolución de Problemas Grupo Control Pretest

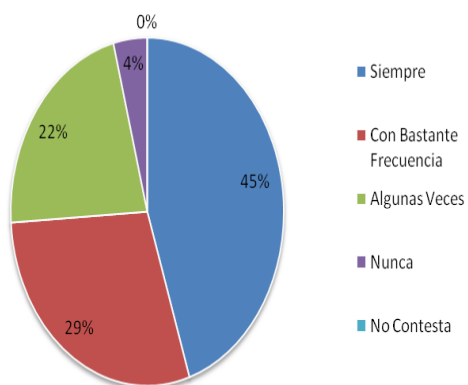
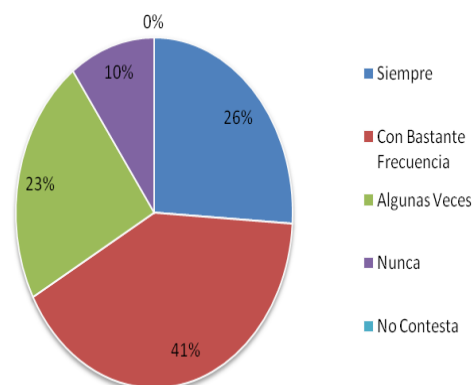


Figura 19. Habilidades de Relación Interpersonal Grupo Control Pretest

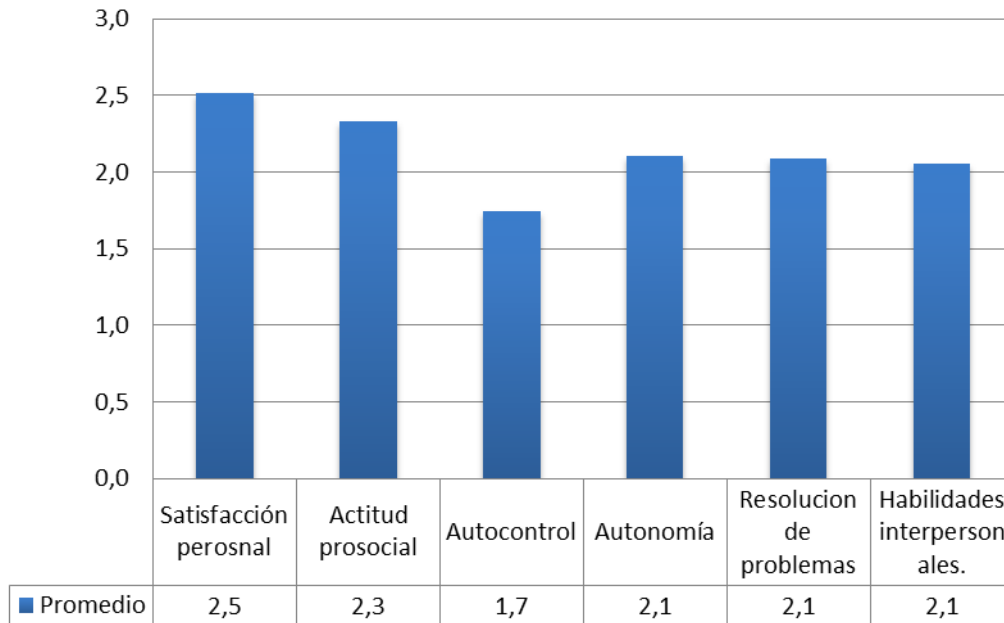


Se puede observar que el grupo control presenta siempre o con bastante frecuencia una buena respuesta hacia la resolución de problemas y las relaciones interpersonales con un 74% y 67% respectivamente; en la calificación de nunca llama la atención un 10% que manifiestan no tener una buena relación interpersonal.

6.3 RESULTADOS GENERALES DEL GRUPO EXPERIMENTAL POSTEST EN SALUD MENTAL

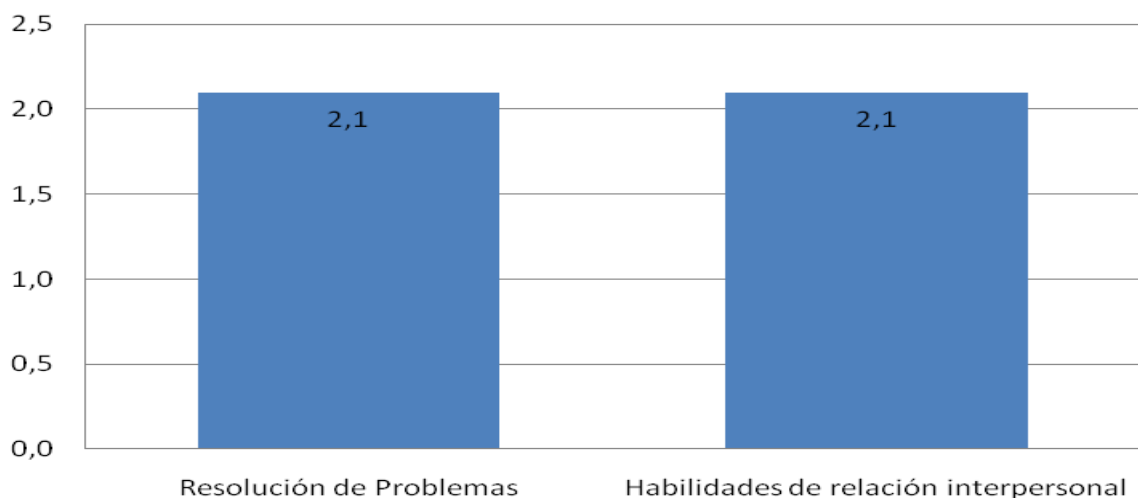
6.3.1 Factores Total

Figura 20. Resultados promedio de todos los factores de Salud mental positiva.



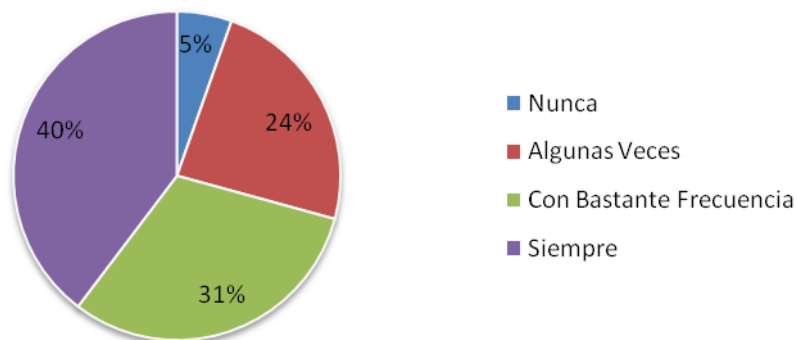
En esta grafica se observa que no hubo cambios en la mayoría de los factores, manteniéndose en igual calificación que en el pre test, solo el factor de autocontrol tuvo un cambio de un punto siendo este negativo y el factor de Habilidades interpersonales solo subió un punto.

Figura 21. Promedio de los factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal



En esta grafica se observa como la calificación de resolución de problemas es igual en el pretest - postest; sin embargo el factor de habilidades de relación interpersonal subió un punto en el postest con respecto al pretest.

Figura 22. Escala para evaluar la salud mental positiva, factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal.



El 40% de los encuestados siempre tienen una buena Salud Mental positiva y un 5% nunca tienen una buena Salud Mental positiva.

6.3.2 Factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal Grupos de Trabajo

Figura 23. Resolución de Problemas Trabajo Postest

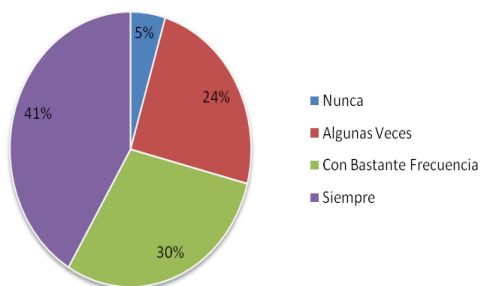
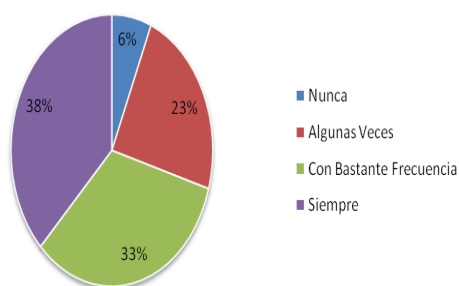


Figura 24. Habilidades de Relación Interpersonal Trabajo Postest



De acuerdo con las graficas se evidencia que el grupo de trabajo se encuentra con mayor habilidad para la resolución de problemas con un 41% frente a un 38% para relacionarse con sus compañeros.

Sin embargo el factor de resolución de problemas disminuyo un punto en el pos test en relación con el pre test, mientras que el factor de habilidades de relación interpersonal aumentó un punto en el pos test.

6.4 ANÁLISIS MULTIVARIADO PRETEST POSTEST GRUPO EXPERIMENTAL – GRUPO CONTROL SALUD MENTAL POSITIVA GENERAL

En el pretest – posttest se verificó mediante la prueba Mann Whitney que todos los grupos fueran comparables y se obtuvieron los siguientes resultados:

Tabla 1. Salud Mental Positiva (Prueba Mann Whitney Grupo de Trabajo Pretest – Posttest)

PRUEBA MANN WHITNEY		
GRUPO	PRETEST	POSTEST
TRABAJO	0,669	0.631
8 TARDE	0.897	0,456
9 TARDE	0,184	0,010
8 MAÑANA	0,838	0,802
9 MAÑANA	0,985	0,877

De acuerdo con la tabla 1 se evidencia que los grupos de trabajo fueron comparables ($p=0.669$) y ($p=0.631$) en el pretest y el posttest, y el grupo 9 tarde presenta cambios significativos ($p=0.010$) según la prueba Mann Whitney en Salud mental positiva.

Tabla 2. Salud Mental Positiva (Prueba Wilcoxon)

GRUPO TRABAJO PRETEST – POSTEST	POSTEST
8 MAÑANA	0.002
9 MAÑANA	0.033
8 TARDE	0.068
9 TARDE	0.337
GRUPO CONTROL	0.171

De acuerdo con la tabla 2 se evidencia que se presentan cambios significativos, según la prueba Wilcoxon, en Salud mental positiva en los grupos de 8 ($p=0.002$) y 9 ($p=0.033$) en la mañana.

Tabla 3. Salud Mental Positiva, factores Resolución de Problemas y Habilidades de Relación Interpersonal

	MANN WHITNEY	WILCOXON
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	0.690	0.506
HABILIDADES DE RELACIÓN INTERPERSONAL	0.337	0.499

Al comparar las post pruebas mediante el test de Mann Whitney no se encontraron diferencias significativas entre ambos grupos en los factores de resolución de problemas ($p=0.690$) y habilidades de relación interpersonal ($p=0.337$).

De igual manera en la prueba mediante el test de Wilcoxon tampoco se presentaron diferencias significativas en los factores de Resolución de Problemas ($p=0.506$) y Habilidades de Relación Interpersonal ($p=0.499$).

6.5 ANÁLISIS CONVIVENCIA ESCOLAR GRUPO EXPERIMENTAL

6.5.1 GRUPO 8 MAÑANA

Figura 25. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Mañana Pretest

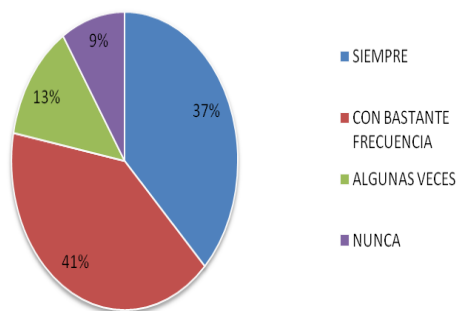
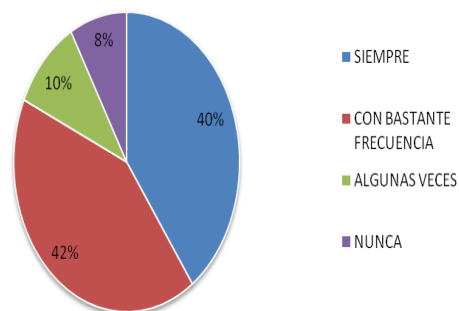
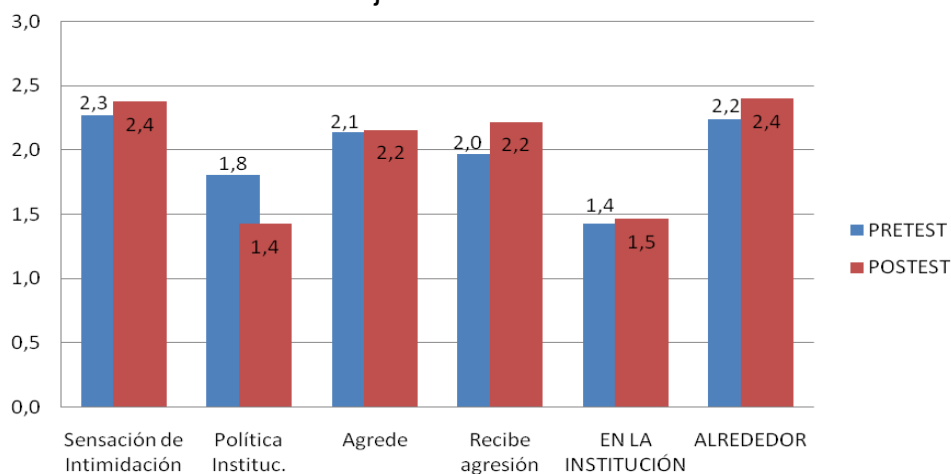


Figura 26. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Mañana Postest



De acuerdo con las graficas se evidenció como los estudiantes perciben siempre y con bastante frecuencia una mejora en la convivencia escolar en un 82% en el postest frente a un 78% en el pretest.

Figura 27. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Mañana



Teniendo como referencia que 3 es la máxima calificación para la escala de convivencia escolar, se evidenció un incremento positivo en la percepción de intimidación en el postest con relación al pretest en los factores: sensación de intimidación (2.4%), agrede (2.2%), recibe agresión (2.2%).

Sin embargo los estudiantes perciben un incremento negativo en un 1.4% en el postest frente a un 1.8% en el pretest en las políticas institucionales para abordar esta problemática; y perciben que estas intimidaciones se dan en la institución (1.5%) y en los alrededores (2.4%).

6.5.2 GRUPO 8 TARDE

Figura 28. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Tarde Pretest

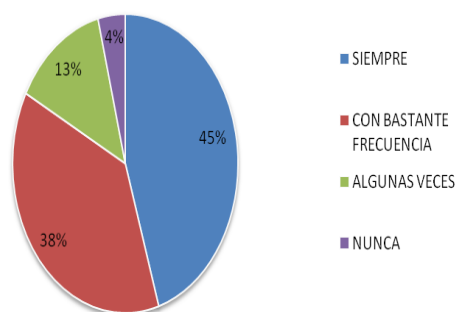
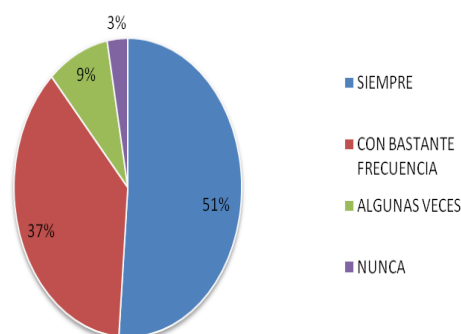
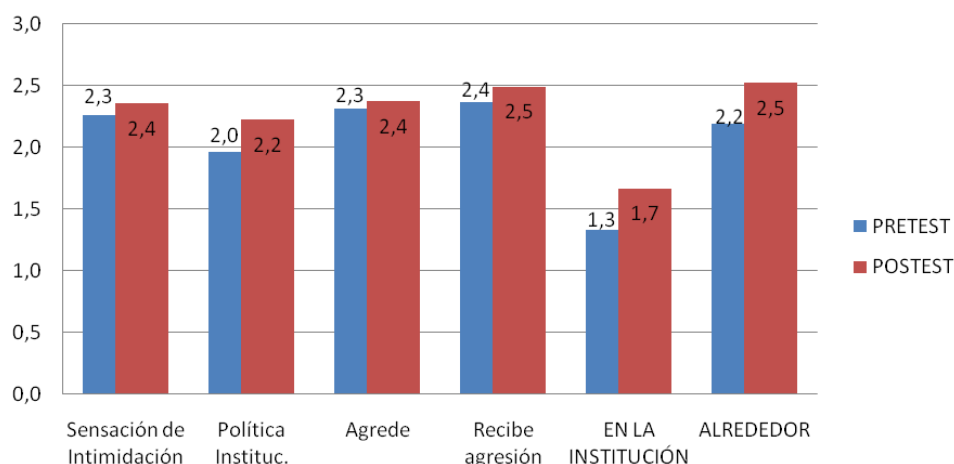


Figura 29. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Tarde Postest



De acuerdo con las gráficas se evidenció cómo los estudiantes perciben siempre una mejora en la convivencia escolar en un 51% en el postest frente a un 45% en el pretest.

Figura 30. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 8 Tarde



Teniendo como referencia que 3 es la máxima calificación para la escala de convivencia escolar, se evidenció un incremento positivo en la percepción de intimidación en el postest con relación al pretest en los factores: sensación de intimidación (2.4%), política institucional (2.2%), agrede (2.4%), recibe agresión (2.5%).

Sin embargo los estudiantes perciben que estas intimidaciones se dan en la institución (1.7%) y en los alrededores (2.5%), siendo este un incremento negativo en el postest con respecto al pretest.

6.5.3 GRUPO 9 TARDE

Figura 31. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 9 Tarde Pretest

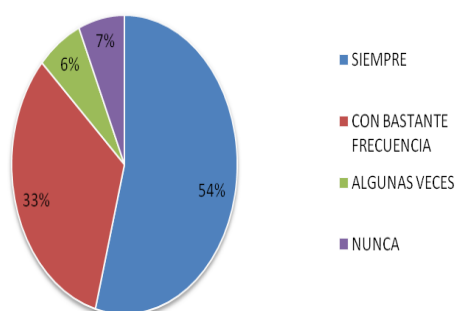
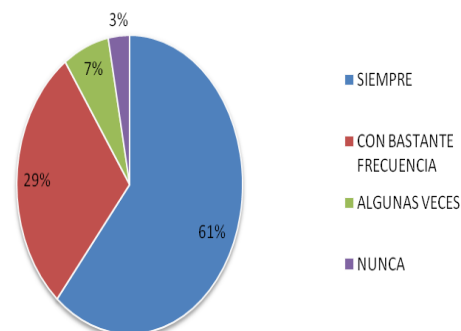
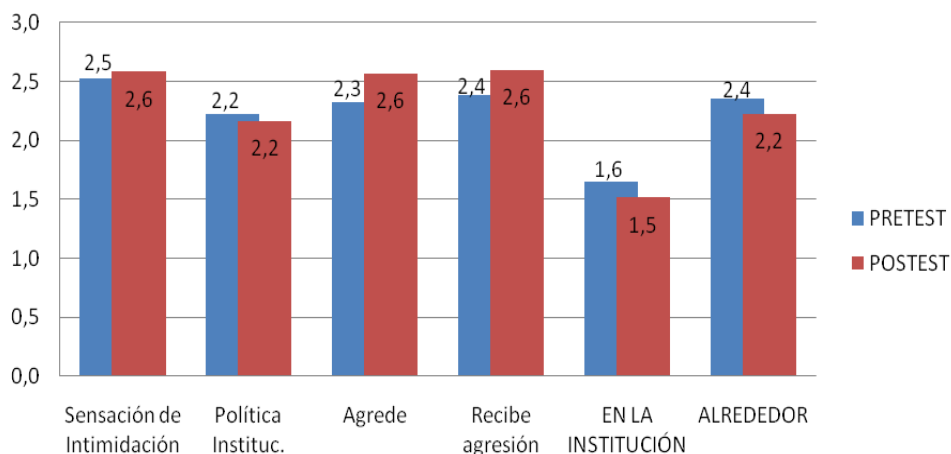


Figura 32. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 9 Tarde Postest



De acuerdo con las graficas se evidenció como los estudiantes perciben siempre y con bastante frecuencia una mejora en la convivencia escolar en un 90% en el postest frente a un 87% en el pretest.

Figura 33. Convivencia Escolar Grupo Trabajo 9 Tarde



Teniendo como referencia que 3 es la máxima calificación para la escala de convivencia escolar, se evidenció un incremento positivo en la percepción de intimidación en el postest con relación al pretest en los factores: sensación de intimidación (2.6%), agrede (2.6%), recibe agresión (2.6%); el factor de política institucional se mantuvo igual (2.2%).

Sin embargo los estudiantes perciben en un incremento positivo que estas intimidaciones se dan en la institución (1.5%) y en los alrededores (2.2%), en el postest con respecto al pretest.

6.5.4 GRUPO CONTROL

Figura 33. Convivencia Escolar Grupo Control Pretest

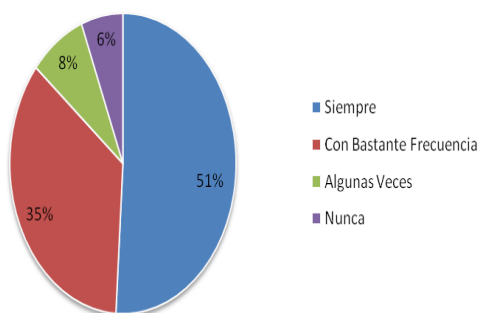
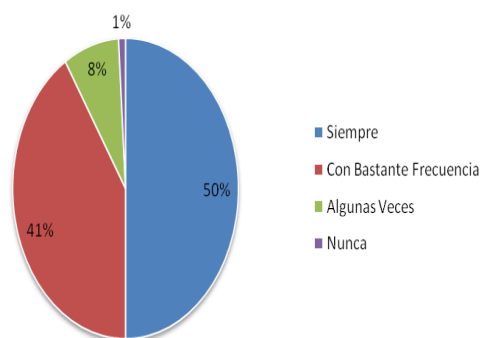
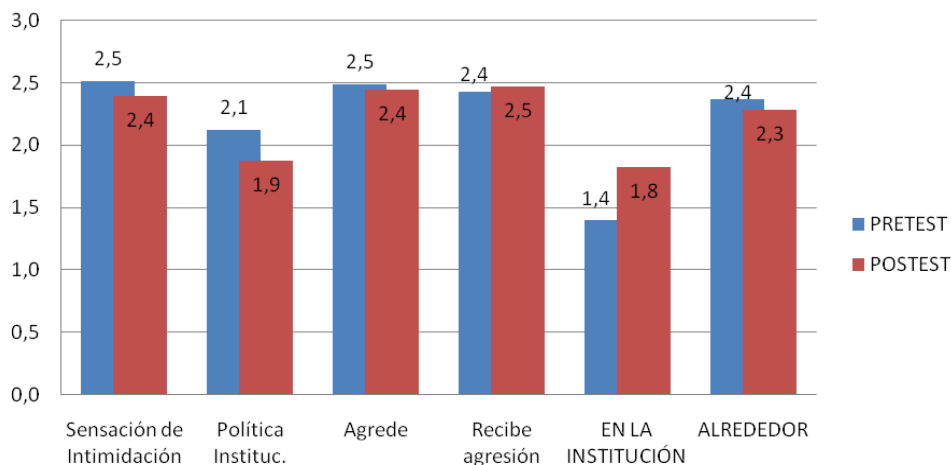


Figura 34. Convivencia Escolar Grupo Control Postest



De acuerdo con las gráficas se evidenció cómo los estudiantes perciben siempre y con bastante frecuencia una mejora en la convivencia escolar en un 91% en el postest frente a un 86% en el pretest.

Figura 35. Convivencia Escolar Grupo Control



Teniendo como referencia que 3 es la máxima calificación para la escala de convivencia escolar, se evidenció un incremento negativo en la percepción de intimidación en el postest con relación al pretest en los factores: sensación de intimidación (2.4%), política institucional (1.9%), agrade (2.4%), en la institución (1.8%) y en los alrededores (2.3%).

Sin embargo los estudiantes perciben en un incremento positivo en el factor recibe agresión (2.5%) aumentando un punto en el postest con respecto al pretest.

6.6 ANÁLISIS MULTIVARIADO CONVIVENCIA ESCOLAR GRUPO EXPERIMENTAL – GRUPO CONTROL

Tabla 4. Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás, intimidación (Prueba Mann Whitney).

GRUPO TRABAJO	POSTEST
TOTAL	0.931
8 MAÑANA	0.123
9 MAÑANA	0.908
8 TARDE	1.000
9 TARDE	0.172

De acuerdo con la tabla 4 se evidenció mediante la prueba Mann Whitney que no se encontraron diferencias significativas entre el grupo de trabajo contra el grupo control en el postest.

Tabla 5. Cuestionario para mejorar el conocimiento sobre uno mismo y sobre las relaciones con los demás, intimidación (Prueba Wilcoxon).

PRE-POTEST POR GRUPOS	INTIMIDACION
TOTAL GRUPO TRABAJO	0.044
GRUPO CONTROL	0.697
PREINTI 8 MAÑANA + POSTINTI 8 MAÑANA	0,034
PREINTI 9 MAÑANA + POSTINTI 9 MAÑANA	0,984
PREINTI 8 TARDE + POSTINTI 8 TARDE	0,006
PREINTI 9 TARDE + POSTINTI 9 TARDE	0.003

De acuerdo con la tabla 6, se evidenciaron mediante la prueba Wilcoxon diferencias significativas en los grupos: grupo de trabajo ($p=0.044$), grupo 8 mañana ($p=0.034$), grupo 8 tarde ($p=0,006$) y grupo 9 tarde ($p=0.003$).

7 DISCUSIÓN

En el presente trabajo de grado se investigó la influencia de un programa de Ludoteca para la Salud mental positiva y la Convivencia, en la Salud Mental Positiva, haciendo énfasis en los factores de resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal, y la Convivencia escolar, de jóvenes de octavo y noveno de dos colegios públicos de Pereira (uno de trabajo y otro de control).

Se planteó como hipótesis que existe una influencia de la Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia, en la Salud Mental Positiva, especialmente resolución de problemas y las habilidades de relación interpersonal, y en la Convivencia escolar.

Para escoger los grupos de trabajo y control, se realizó una selección intencionada, de acuerdo a las dificultades de convivencia percibidas por rectores o coordinadores de convivencia,

En la variable Salud Mental Positiva se evidenció cómo en noveno tarde hubo cambios en las respuestas de Salud mental positiva en general, según la prueba Mann Whitney con una $p= 0,010$; según la prueba Wilcoxon, hubo diferencias en octavo mañana ($p=0,002$) y noveno mañana ($p=0.033$); de acuerdo con los resultados encontrados en esta investigación se puede decir que existen cambios significativos en la Salud Mental Positiva en general en el grupo noveno en la tarde, lo que muestra que estos estudiantes pudieron identificar y mejorar los índices de Salud Mental Positiva

En los factores específicos de resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal no hubo cambios significativos. Este resultado pudo presentarse, debido a que estos factores se encontraban en niveles superiores desde el principio de la investigación y en este sentido para observar cambios significativos sería necesaria una mayor intervención, así como lo plantea María Clara Cuevas en las memorias del simposio internacional de Bullying “La incidencia de los programas e investigaciones sobre intimidación escolar deben ser al menos 2 años, y en grados de primaria más de 6 meses para que tenga un efecto”²⁴; sin embargo se presentaron diferencias estadísticas, ya que en el pretest se observó que el 69% de los encuestados respondieron que siempre o con bastante frecuencia tenían una buena resolución de problemas y buenas habilidades de relación interpersonal y el postest hubo un mejoramiento en el promedio del 3%.

²⁴ Citado el 29 de mayo en http://simposiobullying.ces.edu.co/index.php/memorias/cat_view/35-memorias-1-de-octubre-de-2010.

De acuerdo a María José Díaz Aguado, el conflicto forma parte de la vida, es el motor de nuestro progreso; para mejorar la convivencia educativa y prevenir la violencia es preciso enseñar a resolver conflictos de forma constructiva, lo cual indica que es pertinente desarrollar permanentemente habilidades básicas de comunicación y así solucionar los conflictos de una manera adecuada.²⁵

Esta teoría concuerda con los cambios positivos que se obtuvieron en salud mental, ya que el proceso de ludoteca permitió que los estudiantes intervenidos aprendieran e identificaran sus problemas y dificultades para relacionarse con sus compañeros y proyectaran para sí y para los demás, las potencialidades, buenas conductas y valores para mejorar los niveles de resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal.

En la convivencia escolar, se presentaron cambios significativos en la prueba Wilcoxon en el grupo total de trabajo con una $p=0.044$ y en tres de los grupos intervenidos, octavo mañana con una $p=0,034$, octavo tarde ($p=0.006$) y noveno tarde ($p= 0,003$), afirmando que existe una relación entre la influencia del programa de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia, en la convivencia escolar. Sin embargo se identifica como en la prueba Mann Whitney general y por grupos no se presentaron cambios significativos.

Frente a los datos estadísticos, en noveno tarde hubo un incremento positivo en la convivencia escolar donde identificaron que siempre tenían una buena convivencia en un 7%, y generalmente tenían una buena convivencia en un 4%. Observando que en los ítems evaluados, el que contó con mayores cambios positivos, fue agrade, lo que indica que disminuyó la sensación de agresión hacia los demás.

En octavo tarde se presentó un incremento positivo de un 6% en la percepción de que siempre cuentan con una buena convivencia escolar y en el grupo de octavo de la mañana se presentó un incremento positivo en este mismo ítem en un 3%.

Como lo dice Enrique Pérez Oliveras²⁶ (1998) “El ser humano puede asumir distintos comportamientos: tiene la posibilidad de enriquecer o de destruir, no sólo a si mismo sino también al ambiente en el que se encuentra; puede ser agresivo o no, puede ser competitivo o solidario, sin dejar de ser competente. El comportamiento es producto de los valores que socialmente recibimos desde los inicios de la vida, de los modelos que vemos y de los

²⁵ DIAZ-AGUADO, María José. Convivencia escolar y Prevención de la violencia. Ministerio de educación, cultura y deporte. Centro Nacional de Educación y Comunicación educativa. España. http://w3.cnice.mec.es/recursos2/convivencia_escolar/archivos/c4.doc

²⁶ <http://www.efdeportes.com/efd9/jue9.htm>

refuerzos o estímulos que recibimos por hacer o no ciertas cosas, somos producto de un proceso de socialización en el cual se nos enseña a valorar comportamientos constructivos o destructivos”.

Se observa que en la mayoría de los ítems evaluados hay cambios positivos en todos los grupos; sin embargo en el grupo de octavo mañana se considera un cambio negativo en la política institucional para prevenir la agresión, noveno mañana aumentó la sensación de ser intimidados dentro de la institución y en noveno tarde negativo frente a la agresión alrededor de la institución, lo que indica que en algunos grupos aumentó la percepción de que hay intimidación dentro del colegio o en algunos lugares cercanos a la institución; de igual modo perciben que la institución no está realizando programas para prevenir este fenómeno, inclusive se observó por parte de los investigadores que generalmente los métodos utilizados para controlar la disciplina dentro y fuera del aula, por parte de los docentes, eran en su mayoría intimidatorios y represivos, lo que influye en gran medida en la intimidación entre estudiantes, pues los docentes se convierten en modelos de acción, según Viviana Ospina Otavo, “El comportamiento del adulto educador es leído por los estudiantes como falta de interés y débil control, donde las prescripciones, las normas y los castigos son portadores de fallas e inconsistencias, que llevan a perder la confianza en la mediación del adulto y a desarrollar criterios y estrategias para hacer justicia por mano propia o, a dejar las cosas con un bajo perfil, para que pocos sepan del conflicto; por ello es que el agresor sigue gozando de protección e impunidad”²⁷.

Un ejemplo de esto, son los resultados encontrados en el trabajo de grado de Saldarriaga, Yamilet. Donde concluye que:

“El Programa Recreativo Psicoterapéutico aumentó significativamente la actitud hacia la convivencia pacífica en el grupo experimental, en comparación con el grupo control y con la pre prueba, especialmente a expensas de los indicadores autoestima y negociación, lo cual concuerda con el énfasis dado a las mismas durante este programa. El éxito se debió al énfasis en convivencia pacífica en todos y cada uno de los diferentes aspectos que lo componían, especialmente en el perfil del equipo de trabajo, la insistencia en esto en todos los espacios recreativos, psicoterapéuticos y por fuera del programa, y la premiación colectiva de ganadores y perdedores”²⁸.

²⁷ http://simposiobullying.ces.edu.co/index.php/memorias/cat_view/35-memorias-1-de-octubre-de-2010

²⁸ SALDARRIAGA, Yamilet; CARDENAS, Amaya José Noel. Influencia de un programa recreativo psicoterapéutico en las actitudes hacia la convivencia pacífica de jóvenes de barrios de estratos 1 y 2 de la Virginia. 2003.

Según Monjas. “Las relaciones interpersonales también constituyen, un aspecto básico en nuestras vidas, funcionando no sólo como un medio para alcanzar determinados objetivos sino como un fin en sí mismo”²⁹.

Con base en la actitud de convivencia observada en la fase final de la intervención en donde se pudo apreciar de manera vivencial que los estudiantes aumentaron en gran medida el nivel de aceptación en el aula, se puede afirmar que la ludoteca, tuvo un efecto positivo sobre dicha actitud sin pretender menospreciar factores externos a la ludoteca como lo son el hecho de estar terminando el periodo de clases y la posible mejoría de las relaciones familiares, esta se observación se hace basados en el hecho de que al empezar las intervenciones una estudiante del grado 8-10 manifestaba tener dificultades en su entorno familiar, lo cual la indisponía para desenvolverse plenamente en el entorno escolar, pero después de recibir el estímulo (programa de ludoteca para la convivencia) y de aprender a utilizar herramientas para la convivencia las cuales aplico de manera asertiva en su entorno familiar, manifestó y reflejo una notable mejoría en la convivencia escolar tomando esto como un efecto positivo de la mejoría en la convivencia presentada en su hogar.

La Salud mental positiva (resolución de problemas y habilidades de relación interpersonal) y la convivencia escolar (intimidación) son dos temáticas de gran importancia en la sociedad actual, demostrando que existe una relación entre ambas, siendo una herramienta para las instituciones educativas ya que, al identificar las falencias en la Salud mental positiva y convivencia de sus estudiantes, se contribuirá con el compromiso de mejorar y crear procesos para el desarrollo de la convivencia escolar desde la integridad del ser humano potenciando sus capacidades y su personalidad; ya que un educando con herramientas positivas y adecuadas, será un gestor de una persona, una familia y una comunidad sana.

Este proceso de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia Escolar, es una oportunidad y un reto para las instituciones seguir implementando este tipo de estrategia, para el tratamiento de las diversas dificultades que se dan en los diferentes momentos del ser humano y en las esferas del desarrollo del mismo.

La estrategia de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia se basa en la teoría del juego, donde se asume el juego como medio socializador e integro que brinda la posibilidad de crear y satisfacer necesidades individuales. Esto sumado con las distintas formas de interpretar los resultados, conduce a afirmar que aunque los cambios estadísticos no se presentaron en todos los

²⁹ http://www.down21.org/act_social/relaciones/main.htm

grupos, se debe seguir trabajando dentro de esta población en futuras investigaciones, para así poder tener unos cambios más representativos.

El hacer parte de una investigación macro es una experiencia interesante, sobre todo para los estudiantes en proceso de formación, ya que, enriquece y afianza los conocimientos adquiridos en el transcurso de cada semestre, potenciando cada una de sus competencias en beneficio de la comunidad que lo rodea y lo necesita.

El formar parte de un semillero de investigación, facilita el proceso investigativo debido al respaldo institucional, tanto académico como económico para la ejecución de los programas y/o proyectos de desarrollo que se presentan. El contar con apoyo de la vicerrectoría de investigación y con profesionales de apoyo hace que la investigación sea más veraz y de mayor significancia para la comunidad científica, aportándole validez y confiabilidad a los elementos que en ella se presentan.

Los aspectos positivos que se presentaron con esta metodología de ludoteca, permitió a los estudiantes liberarse de tensiones, disfrutar del juego, volver a ser niños (ya que se creen demasiado “grandes” para estar jugando como en la etapa de la primera infancia); también se facilitó trabajar en esta faceta lúdico-recreativa del Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación ya que por medio de esta puede contribuir en la construcción del adulto del mañana y a la vez un futuro más sano para la comunidad en general.

Dentro de las limitaciones que presentaron en esta investigación fueron, el tiempo, ya que, en algunas ocasiones no se podían realizar las actividades en las fechas establecidas, debido a otras actividades que estaban programadas dentro de la institución, por otro lado no se pudo llevar a cabo en su totalidad el postest, en el grupo control, con la cantidad de estudiantes que realizaron el pretest, ya que mientras el pretest se hizo en un día de clase normal, con las obligaciones académicas que ello implicaba, el postest se hizo en la última semana del calendario académico de ese colegio, donde los estudiantes ya no tenían obligaciones académicas y muchos de ellos al saber que habían perdido el año desertaron de la institución y los que aún estaban en el colegio podían dedicar su tiempo a actividades de recuperación de asignaturas o actividades de tiempo libre, lo cual facilitaba la percepción de relaciones interpersonales adecuadas.

En esta investigación se pudo evidenciar que las diferencias significativas, son el reflejo del impacto del programa de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia en la Salud Mental y la Convivencia escolar de esta población, lo cual también se ha demostrado en otras investigaciones, por ejemplo, Beatriz Helena Jaramillo y otras, realizaron un trabajo donde pretendía determinar las habilidades para la convivencia de estudiantes de tercero y cuarto de básica primaria de un colegio público de Pereira al participar de un programa de Ludoteca para la Convivencia, donde se concluyó que dicho programa tuvo un

impacto positivo en las conductas sociales de los escolares, ya que permitieron observar en los estudiantes comportamientos asertivos y no asertivos influenciados por los contextos familiares y sociales, además de los generados en el contexto escolar por la falta de cooperación entre docentes y estudiantes³⁰.

No obstante, es de vital importancia que dentro de la institución se implementen estas estrategias y se mantenga un control permanente sobre los diferentes problemas que atraviesan los jóvenes para hacer mas eficientes este tipo de investigaciones.

³⁰ JARAMILLO, Helena, GAVIRIA R, Daycy Andrea, LADINO D, María Gilari. Habilidades para la convivencia de estudiantes de tercero y cuarto de básica primaria de un colegio publico de Pereira al participar de un programa de ludoteca para la convivencia. Universidad Tecnológica de Pereira. 2010.

8 CONCLUSIONES

- Al iniciar la investigación y de acuerdo a los métodos no paramétricos se evidenció que los grupos eran comparables, ya que se encontraban por debajo del valor estándar $p=0,05$ con una $(p=0,311)$ de acuerdo a la prueba Mann Whitney el cual compara el grupo de trabajo con el grupo de control.
- Se observaron cambios significativos de Salud Mental Positiva (SMP) en los grupos de noveno tarde ($p=0,010$), octavo ($p=0,002$) y noveno mañana ($p=0,033$), lo que indica que el programa tuvo influencia sobre los grupos.
- El grupo octavo tarde no tuvo cambios significativos ($p=0,456$) en SMP, y en general los grupos no tuvieron cambios en los factores de Resolución de problemas ($p=0,690$) y Habilidades de relación interpersonal ($p=0,337$), ya que se encontraban por debajo de $p=0,05$; esto se presentó porque el grupo octavo era el que presentaba los datos más positivos en SMP en el pretest y en los factores mencionados, todos los grupos contaban con valores altos.
- Frente a la Convivencia escolar (CE), comparado cada grupo con ellos mismos, hubo un mejoramiento en el grupo de trabajo en general ($p=0,044$), los grupos octavo mañana ($p=0,034$), y octavo ($p=0,006$) y noveno tarde ($p=0,003$).
- No se presentaron cambios significativos en noveno mañana ($p=0,984$), ni en cada grupo comparado con el grupo control ($p=0,697$) en CE.
- En los ítems evaluados noveno tarde y octavos mañana y tarde identificaron cambios positivos en CE en general.
- La mayoría de los grupos identificaron cambios en la sensación de intimidación, la política institucional, la agresión hacia los demás, la recepción de la agresión y los lugares donde reciben agresión.
- La minoría identificaron cambios negativos en la agresión en la institución o alrededor de ésta, así mismo perciben un aumento en la percepción de que en el colegio no realizan actividades para prevenir la agresión.
- La realización de este tipo de metodología es de vital importancia y sobre todo una herramienta para la formación integral de los jóvenes como parte activa de una sociedad.
- Estos espacios de encuentro fomentan en los jóvenes una cultura de paz, donde ellos son conscientes de la importancia de convivir en un ambiente sano.
- Trabajar la resolución de conflictos y las habilidades de relación interpersonal permite a los jóvenes crear un ambiente adecuado dentro de la institución, lo cual se puede proyectar en la familia y en la sociedad.
- La Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia (LSMC), logra generar un ambiente de confianza entre los estudiantes y los investigadores.

- La promoción de la resolución de problemas y de las relaciones interpersonales no es una tarea opcional, que pueda dejarse al azar, sino algo permanente para generar cambios de actitud.
- En general se puede decir que, al aplicar el programa de LSMC, favoreció la buena salud mental y la convivencia escolar de los jóvenes de grado octavo y noveno de un colegio público en la ciudad de Pereira.

9 RECOMENDACIONES

- Realizar otras investigaciones o proyectos de desarrollo, integrando a profesores, directivos, padres y familia.
- Implementar esta metodología en otros ámbitos además del educativo (lugares sociales que frecuentan los jóvenes).
- Trabajar de manera continua las habilidades sociales, resolución de conflictos y habilidades de relación interpersonal, en el salón de clase para favorecer el desarrollo de las mismas.
- Los docentes deben promover actividades en las cuales los jóvenes puedan expresar sus opiniones, convirtiendo el salón de clase en un espacio de socialización influyente en el desarrollo integral del estudiante.
- Las instituciones deben aprovechar estos proyectos y hacerlos parte fundamental del aprendizaje escolar y social de los estudiantes.
- Para próximas investigaciones en donde se trabaje con estudiantes es conveniente hacer el post test antes de que terminen las clases.
- Implementación de una Ludoteca para la salud mental y la convivencia, que este de manera permanente (fija) en el colegio en donde los estudiantes puedan asistir sin ningún tipo restricción.
- Capacitación de los docentes de los colegios en ludotecas brindándoles de esta manera la posibilidad de coordinar procesos dentro de ellas.
- Se recomienda la utilización de un lenguaje más asertivo con los estudiantes y no utilizar el lenguaje y/o la comunicación a base de intimidación.
- Mayor investigación e implementación de herramientas pedagógicas que sirvan en el momento de dictar las cátedras correspondientes.
- Es importante que los docentes se comprometan a indagar sobre las diferentes estrategias que posibilitan mejores condiciones de aprendizaje a sus estudiantes.
- Es importante que el proceso educativo se efectúe sin tanta normatividad académica sino permitiendo a los niños y niñas expresarse libremente por medio del juego, ya que con ello dan a conocer sus opiniones y se interesan por el punto de vista de los demás.

- Los padres de familia deben estar más atentos a la problemática que atraviesan sus hijos, como lo son el abuso y maltrato infantil, la disfuncionalidad dentro de su propio ambiente familiar, pues es en estos ambientes donde se propicia el aprendizaje de conductas agresivas que ponen en práctica con sus compañeros de clase.
- La participación de los padres de familia enriquecería mucho más estos procesos, debido a que se fortalecen los lazos familiares y se mejoran los vínculos comunicativos.
- La intimidación desencadena violencia, por lo tanto es necesario que padres de familia y educadores, comprendan la magnitud de este fenómeno.

10 BIBLIOGRAFIA

BELLOCH e Ibáñez, E. (1992) (citado en Belloch, Sandin y Ramos, 1995, pág. 55)

CABEZAS, Diana. Relaciones Interpersonales. Disponible en Internet. http://www.down21.org/act_social/relaciones/main.htm. [Citado 23 de mayo a las 09:00 am].

CANO, Margarita María; TAMAYO, Gerardo; RODRÍGUEZ, Luisa Fernanda. Ludoteca para la convivencia con personas en situación de desplazamiento forzado. Pereira (Colombia): Universidad Tecnológica de Pereira. ISBN 978-958-8272-81-8, 2008. Citado el 29 de mayo en http://simposiobullying.ces.edu.co/index.php/memorias/cat_view/35-memorias-1-de-octubre-de-2010.

CONSTITUCION POLÍTICA DE COLOMBIA, Disponible en Internet. <http://www.encolombia.com/derecho/Constitucion_Colombia/TITULO_II_CAP2.htm> [Citado 12 de noviembre a la 4:00 pm].

CRUZ ROJA COLOMBIANA. Guía del programa paz, acción y convivencia PACO, paginas 8-11

DIAZ-AGUADO, María José. Convivencia escolar y Prevención de la violencia. Ministerio de educación, cultura y deporte. Centro Nacional de Educación y Comunicación educativa. España. http://w3.cnice.mec.es/recursos2/convivencia_escolar/archivos/c4.doc

ESPINOSA A, Luz Stella. Impacto de un programa recreativo psicoterapéutico sobre la actitud hacia la convivencia armónica organizacional en una facultad de salud. Universidad Tecnológica de Pereira. 2006

FUNLIBRE. Disponible en Internet. <http://www.funlibre.org/documentos/ludotecas/ludotecas.html>. [Citado 15 de noviembre a las 07:30 am].

HEWITT, Nohelia, PRADILLA, Luis. Prevalencia del acoso escolar en hombres y mujeres de 12 a 16 años que asisten a un colegio público de la ciudad de Bogotá, Colombia. Universidad Católica de Colombia. 2007.

Hoyos de los Ríos, Olga Lucía. El maltrato entre iguales por abuso de poder y exclusión social en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Barranquilla disponible en Internet. http://portales.puj.edu.co/psicorevista/components/com_joomlib/ebooks/PS13-8.pdf. [Citado 27 de enero a las 06:00 pm].

JARAMILLO, Helena, GAVIRIA R, Daycy Andrea, LADINO D, María Gilari. Habilidades para la convivencia de estudiantes de tercero y cuarto de básica

primaria de un colegio público de Pereira al participar de un programa de ludoteca para la convivencia. Universidad Tecnológica de Pereira. 2010.

JIMENEZ, Carlos Alberto, Juego, inteligencia y ciudad. Universidad libre seccional Pereira. Disponible en internet. <<http://webview.javerianacali.edu.co/cgiolib/?infile=details.glu&luid=497092&rs=174766&hitno=4>> [Citado 12 de febrero a las 11:00 am].

LEY 181 DE 1995, Disponible en Internet. <http://www.deporterisaraldense.com/contenidos.php?Id_Categoria=617> [Citado 24 de noviembre a las 3:00 pm].

LEY DE INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA (Ley No. 1098 - 8 de Noviembre de 2006), Disponible en Internet. <<http://www.unicef.org.co/Ley/ley.pdf>> [Citado 29 de noviembre a las 10:00 am].

LLUCH Canut, María Teresa. Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. Trabajo de grado (Doctorado Evaluación en Ciencias del Comportamiento). Universidad de Barcelona. Facultad de Psicología. Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. Barcelona, 1999, p241.

Marcell AV. Adolescence. In: Kliegman RM, Behrman RE, Jenson HB, Stanton BF, eds. *Nelson Textbook of Pediatrics*. 18th ed. Philadelphia, Pa: Saunders Elsevier; 2007. cap 12.

MARTÍ, Tusquets, MURCIA Grau (1987, pág. 173)

MINISTERIO DE EDUCACIÓN. En: RODRIGUEZ VILLALVA, Luisa Fernanda. Actitudes de convivencia con personas en situación de desplazamiento forzado en Pereira identificadas en la ludoteca itinerante. Pereira, 2007, 12p. Trabajo de grado (Ciencias del deporte y la recreación). Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad ciencias de la salud.

MORALES, Tony, RHÉNALS, Luis Enrique. El hostigamiento entre escolares "Bullying". Un problema que requiere intervención, Medellín 2009.

NIETO, Anacp. Disponible en internet. <http://www.usbbog.edu.co:8080/websaib/DocDig/archivos/BDigital/44519.pdf>. [Citado 20 de abril a las 05:00 pm].

OLWEUS, Dan, Acoso Escolar, "Bullying", En Las Escuelas: Hechos E Intervenciones, Universidad de Bergen, Noruega. 1996, 2002.

OLWEUS, Dan. Acoso Escolar, "Bullying", En Las Escuelas : Hechos E Intervenciones. Disponible en Internet. <http://acosomoral.org/pdf/Olweus.pdf>. [Citado 20 de octubre a las 09:00 am].

Organización Mundial de la Salud (1951, citado en Organización Mundial de la Salud, 1961, pág. 15)

OSPINA, Viviana. Lineamientos para una propuesta pedagógica que desnaturalice la intimidación entre escolares. Disponible en Internet. http://simposiobullying.ces.edu.co/index.php/memorias/cat_view/35-memorias-1-de-octubre-de-2010. [Citado 29 de mayo a las 09:00 pm].

PAPALIA E. Diane, Wendkos O. Sally, Duskin F. Sally. Psicología del Desarrollo de la Infancia a la Adolescencia. 9° ed. Mc Graw Hill, México 2007, cap 15, 16, 17.

PAREDES, María Teresa; Álvarez, Martha Cecilia, Et al. Estudio Exploratorio Sobre El Fenómeno Del "Bullying" En La Ciudad De Cali, Colombia., Universidad Javeriana, Cali (Colombia): Código 020100069, 2004. [En línea] Rev.latinoam.cienc.soc.niñez juv 6(1): 295-317, 2008 <http://www.umanizales.edu.co/revistacinde/index.html>

PARRA NIETO, Ana Carolina. Prevalencia del acoso escolar en niños y niñas de 12 a 16 años que asisten a un colegio privado de la ciudad de Bogotá. Bogotá 2009, 104 h. Trabajo de grado (Psicóloga). Universidad de San Buenaventura. Facultad de Psicología. Disponible en Pensamiento Psicológico, Vol. 6, N°13, 2009, pp. 109-126

PÉREZ, Enrique. Juegos Cooperativos. Disponible en Internet. <http://www.efdeportes.com/efd9/jue9.htm>. [Citado 23 de mayo a las 09:00 am].

PSICOLOGO, de adolescentes. Disponible en Internet. <http://www.psicolucion.com/solucion/psicologo-de-adolescentes.aspx>. [Citado 10 de abril a las 11:00 am].
Rev.latinoam.cienc.soc.niñez juv 6(1): 295-317, 2008. Disponible en internet <http://www.umanizales.edu.co/revistacinde/index.html>. Citado 05 de marzo a las 04:00 pm].

RUBIO, María, ¿Qué es una ludoteca? Itg. Ed. (Colombia): Citado el 18 agosto 2006. Disponible en Internet. <<http://www.correodelmaestro.com/anteriores/2002/abril/2anteaula71.htm>>. Correo del Maestro Núm. 71,2002. Citado por RODRIGUEZ VILLALVA, Luisa Fernanda. Actitudes de convivencia con personas en situación de desplazamiento forzado identificas en la ludoteca UAO de Pereira. Pereira, 2008, p36. Trabajo de grado (Ciencias del deporte y la recreación). Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad ciencias de la salud.

SALAZAR GOMEZ, Sania. Metropolitana Local: Pereira con el nivel medio de 'matoneo'. En: La Tarde, Pereira: (25 de agosto de 2008); p 5ª.

SALDARRIAGA H, Yamileth; AMAYA C. José Noel. Influencia de un programa recreativo psicoterapéutico en las actitudes hacia la convivencia pacífica en barrios estrato 1 y 2 de la virginia. Universidad Tecnológica de Pereira. 2003.

SARMIENTO, Tony, FONTALVO, Luis. Un estudio de las percepciones sobre hostigamiento (bullying) entre escolares en colegios de estrato alto de Medellín, Colombia. Universidad CES, Facultad de Psicología. 2009.

UGALDE, M. y Lluch, M.T. (1991). Salud Mental. Conceptos básicos. En A. Rigol y M. Ugalde (Eds.), Enfermería de Salud Mental y Psiquiátrica (p. 47-56). Barcelona: Salvat. Citado por Lluch Canut, María Teresa. Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. Barcelona, 1999, 22p. Trabajo de grado (Doctorado Evaluación en Ciencias del Comportamiento). Universidad de Barcelona. Facultad de Psicología. Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento.

ANEXOS

ANEXO A

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
 INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA
 CONVIVENCIA, EN LA SALUD MENTAL POSITIVA Y LAS ACTITUDES DE CONVIVENCIA
 DE JOVENES DE MEDIA VOCACIONAL DE UN COLEGIO PUBLICO EN PEREIRA
 Cuestionario de Salud Mental Positiva

Con la presente se desea determinar si el programa de Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia mejorara o no la Salud Mental Positiva y las actitudes de convivencia. Se asegura completa confidencialidad en la información y se le agradece la honestidad con que responda a las preguntas.

Nombre _____ Edad ____ Sexo ____ Grado ____

	SIEMPRE O CASI	SIEMPRE CON BASTANTE FRECUENCIA	ALGUNAS VECES	NUNCA O CASI NUNCA
1 A mi me resulta especialmente difícil aceptar a los otros cuando tienen actitudes distintas a las mías				
2 Los problemas me bloquean fácilmente				
3 A mi me resulta especialmente difícil escuchar a las personas que me cuentan sus problemas				
4 Me gusto como soy				
5 Soy capaz de controlarme cuando experimento emociones negativas				
6 Me siento a punto de explotar				
7 Para mi, la vida es aburrida y monótona				
8 A mi me resulta especialmente difícil dar apoyo emocional				
9 Tengo dificultades para establecer relaciones interpersonales profundas y satisfactorias con algunas personas				
10 Me preocupa mucho lo que los demás piensan de mi				
11 Creo que Tengo mucha capacidad para ponerme en el lugar de los demás y comprender sus respuestas				
12 Veo mi futuro con pesimismo				
13 Las opiniones de los demás me influyen mucho a la hora de tomar mis decisiones				
14 Me considero una persona menos importante que el resto				

de personas que me rodean				
15 Soy capaz de tomar decisiones por mi misma/o				
16 Intento sacar los aspectos positivos de las cosas malas que me suceden				
17 Intento mejorar como persona				
18 Me considero "un/a buen/a psicólogo/a"				

19 Me preocupa que la gente me critique				
20 Creo que soy una persona sociable				
21 Soy capaz de controlarme cuando tengo pensamientos negativos				
22 Soy capaz de mantener un buen nivel de autocontrol en las situaciones conflictivas de mi vida				
23. Pienso que soy una persona digna de confianza				
24 A mi me resulta especialmente difícil entender los sentimientos de los demás				
25 Pienso en las necesidades de los demás				
26 Si estoy viviendo presiones exteriores desfavorables Soy capaz de continuar manteniendo mi equilibrio personal				
27 Cuando hay cambios en mi entorno intento adaptarme				
28 Delante de un problema soy capaz de solicitar información				
29 Los cambios que ocurren en mi rutina habitual me estimulan				
30 Tengo dificultades para relacionarme abiertamente con mis profesores/jefes				
31 Creo que soy un/a inútil y no sirvo para nada				
32 Trato de desarrollar y potenciar mis buenas aptitudes				
33 Me resulta difícil tener opiniones personales				
34 Cuando tengo que tomar decisiones importantes me siento muy insegura/o				
35 Soy capaz de decir no cuando quiero decir no				
36 Cuando se me plantea un problema intento buscar				

posibles soluciones				
37 Me gusta ayudar a los demás				
38 Me siento insatisfecha/o conmigo misma/o				
39 Me siento insatisfecha/o de mi aspecto físico				

ANEXO B

INSTRUMENTO

CUESTIONARIO PARA MEJORAR EL CONOCIMIENTO SOBRE UNO MISMO Y SOBRE LAS RELACIONES CON LOS DEMÁS (Collell y Escudé, 2003; adaptado por Cano, 2010)

Con este cuestionario tratamos de ayudarles a mejorar el conocimiento sobre sus acciones y reacciones con los demás. También queremos saber cómo van las cosas y qué podemos hacer entre todos para mejorar. Por esto les pedimos que contesten con sinceridad. Este cuestionario es anónimo, pero nos gustaría poder ayudarte a ti y a los demás. Si sufres alguna de estas situaciones de abuso, no dudes en poner tu nombre o decirlo.

Institución _____ Grado
 _____ Sexo _____ Edad _____ Fecha _____

DENTRO DE LA INSTITUCIÓN ESCOLAR	Siem pre	A menu do	Algunas veces	Nu nca
Te sientes seguro/a				
Te sientes solo/a				
Te gusta salir al patio de recreo				
Piensas que algunos/as de tus compañeros/as te detesta				
Piensas que se está haciendo cosas para mejorar la convivencia				
EN EL ÚLTIMO MES DENTRO DE LA INSTITUCIÓN ESCOLAR	Siem pre	A menu do	Algunas veces	Nu nca
¿Has insultado o te has burlado de un compañero/a?				
¿Has hablado mal o has dicho mentiras sobre un compañero/a?				
¿Has cogido sin permiso, escondido o roto algún objeto de un compañero/a?				
¿Has pegado, empujado o amenazado a un compañero/a?				
¿Has ignorado a un compañero/a en alguna actividad o no le has puesto atención?				
¿Has excluido o impedido que un compañero/a participe en una actividad?				
EN EL ÚLTIMO MES DENTRO DE LA INSTITUCIÓN ESCOLAR	Siem pre	A menu do	Algunas veces	Nu nca
¿Te han insultado o se han burlado de ti?				
¿Han hablado mal o han dicho mentiras sobre ti?				
¿Han cogido sin permiso, escondido o roto algún objeto tuyo?				

¿Te han pegado, empujado o amenazado?				
¿Te han ignorado en alguna actividad o no te han puesto atención?				
¿Te han excluido o impedido participar en una actividad?				
DÓNDE PASA ESTO DENTRO DE LA INSTITUCIÓN ESCOLAR	Siempre	A menudo	Algunas veces	Nunca
En clase				
En los pasillos				
En el patio de recreo				
En otros lugares. Di cuales:				
SI SUFRISTE O VISTE SUFRIR ESTO, ¿A QUIÉN SE LO DIJISTE?	Siempre	A menudo	Algunas veces	Nunca
A mi padres				
A los profesores				
A un/a compañero/a				
A otros. Di a quiénes:				

Si quieres decir algo sobre el tema, escríbelo:

Si quieres, puedes poner tu nombre:

ANEXO C

FORMATO DIARIO DE CAMPO



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

DIARIO DE CAMPO



INVESTIGACIÓN: Influencia de un programa de ludoteca para la salud mental y la convivencia, en las actitudes de convivencia pacífica de jóvenes de media vocacional de un colegio publico en Pereira

FECHA:	LUGAR:	No.
INVESTIGADOR:	Sesión:	
ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS:		
ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS:		
ACTIVIDADES REALIZADAS NO PLANEADAS:		
OBSERVACIONES:		

ANEXO D

Formato consentimiento informado de participación en investigación de la institución educativa.



Universidad
Tecnológica
de Pereira.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN



El consentimiento informado institucional, de esta investigación, es la aceptación que la institución educativa _____, proporciona de forma escrita el permiso y posibilita la recolección de la información, sobre la salud mental Positiva y la convivencia de estudiantes de octavo y noveno grado, que participan en la Ludoteca para la salud mental y la convivencia, para determinar la influencia o no del programa de Ludoteca.

Esta investigación se considera sin riesgo, ya que no se manipularán variables sensibles a la conducta del ser humano, sino que se posibilitará la expresión libre de la salud mental y la convivencia a partir de juegos libres e intencionados.

La información se recogerá a través de técnicas como el cuestionario Escala de Salud Mental y convivencia, se considera que la investigación será beneficiosa en la medida que se convierta en un punto de referencia para otras investigaciones o proyectos de intervención social, que prevengan la amenaza o vulnerabilidad de derechos y deberes de los jóvenes.

La institución o los participantes recibirán respuesta a cualquier pregunta que les surja acerca de la investigación.

Los participantes podrán retirarse de la investigación en el momento que lo deseen, sin ningún tipo de represalia.

Los nombres y toda información personal serán manejados en forma privada, sólo se divulgará datos globales de la investigación, donde se identifican como jóvenes grado 8 y 9 que asistieron a la ludoteca para la salud mental y la convivencia.

En caso que existan gastos adicionales durante el desarrollo de la investigación, serán costeados con el presupuesto de la misma.

Nombre completo del Rector Cédula	Firma
MARGARITA MARÍA CANO ECHEVERRI Nombre completo del Investigador principal Cédula	Firma
Nombre completo del testigo 1 Cédula	Firma
Nombre completo del testigo 2 Cédula	Firma

La institución recibirá informe sobre los hallazgos encontrados en la investigación.

ANEXO E

FORMATO CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LOS ACUDIENTES



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN



El consentimiento informado de esta investigación, es la aceptación que usted da en forma escrita, de su libre voluntad para permitir que su acudido(a) participe en la investigación INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA, EN LA SALUD MENTAL positiva y la CONVIVENCIA DE JOVENES DE GRADOS 8 Y 9 DE UN COLEGIO PUBLICO EN PEREIRA luego de explicarle en qué consiste.

Se recogerá información sobre la Salud mental Positiva y la convivencia de Jóvenes de grados 8 y 9, que participan en la Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia; con el fin de establecer la influencia del programa ludoteca, en la Salud Mental y la convivencia de jóvenes que participan en la Ludoteca.

Esta investigación se considera sin riesgo, ya que no se manipularán variables sensibles a la conducta del ser humano, sino que se posibilitará la expresión libre de la Salud mental y la convivencia a partir de juegos libres e intencionados.

La información se recogerá a través de técnicas como el cuestionario Escala de Salud Mental y convivencia, se considera que la investigación será beneficiosa en la medida que se convierta en un punto de referencia para otras investigaciones o proyectos de intervención social, que prevengan la amenaza o vulnerabilidad de derechos y deberes de los jóvenes.

Usted y su acudido (a) recibirán respuesta a cualquier pregunta que les surja acerca de la investigación.

Su acudido podrá retirarse de la investigación en el momento que lo desee, sin ningún tipo de represalia.

Los nombres y toda información personal serán manejados en forma privada, sólo se divulgará datos globales de la investigación, donde se identifican como jóvenes de grados 8 y 9 de un colegio público de Pereira, que asistieron a un programa de ludoteca para la salud mental y la convivencia.

En caso que existan gastos adicionales durante el desarrollo de la investigación, serán costeados con el presupuesto de la misma.

Certifico que he leído la anterior información, que entiendo su contenido y que estoy de acuerdo en que mi acudido participe en la investigación. Se firma a los ____ días, del mes _____, del año 2010.

Nombre completo del estudiante Cédula o tarjeta de identidad	Firma
Nombre completo del acudiente Cédula	Firma
Nombre completo del investigador principal Cédula	Firma

ANEXO F

FORMATO CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LOS PARTICIPANTES



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN



El consentimiento informado de esta investigación, es la aceptación que usted da en forma escrita, de su libre voluntad de participar en la investigación INFLUENCIA DE UN PROGRAMA DE LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA, EN LA SALUD MENTAL POSITIVA Y LA CONVIVENCIA DE JOVENES DE GRADO 8 Y 9 DE UN COLEGIO PUBLICO EN PEREIRA luego de explicarle en qué consiste.

Se recogerá información sobre la Salud mental Positiva y la convivencia de Jóvenes de grados 8 y 9, que participan en la Ludoteca para la Salud Mental y la Convivencia; con el fin de establecer la influencia del programa ludoteca, en la Salud Mental y la convivencia de jóvenes que participan en la Ludoteca.

Esta investigación se considera sin riesgo, ya que no se manipularán variables sensibles a la conducta del ser humano, sino que se posibilitará la expresión libre de la Salud mental y la convivencia a partir de juegos libres e intencionados.

La información se recogerá a través de técnicas como el cuestionario Escala de Salud Mental y convivencia, se considera que la investigación será beneficiosa en la medida que se convierta en un punto de referencia para otras investigaciones o proyectos de intervención social, que prevengan la amenaza o vulnerabilidad de derechos y deberes de los jóvenes.

Usted recibirá respuesta a cualquier pregunta que le surja acerca de la investigación.

Podrá retirarse de la investigación en el momento que lo desee, sin ningún tipo de represalia.

Los nombres y toda información personal serán manejados en forma privada, sólo se divulgará datos globales de la investigación, donde se identifican como jóvenes de grados 8 y 9 de un colegio público de Pereira, que asistieron a un programa de ludoteca para la salud mental y la convivencia.

En caso que existan gastos adicionales durante el desarrollo de la investigación, serán costeados con el presupuesto de la misma.

Certifico que he leído la anterior información, que entiendo su contenido y que estoy de acuerdo en participar en la investigación. Se firma a los ____ días, del mes _____, del año 2010.

Nombre completo del estudiante Cédula	Firma
MARGARITA MARÍA CANO ECHEVERRI Nombre completo del investigador principal Cédula 25194011	Firma
Nombre completo del testigo 1 Cédula	Firma

ANEXO G

PROTOCOLO DE INTERVENCION.

Para la aplicación del siguiente protocolo se deben tener en cuenta las siguientes pautas:

- Hacer un diagnostico del grupo a intervenir.
- Hacer un pacto de reglas para el buen desarrollo de la ludoteca.
- Ubicar un lugar amplio para colocar los juguetes.
- Asumir el rol de facilitador.
- Generar confianza entre el grupo.
- Explicar de una manera sencilla las actividades a realizar.
- Tener en cuenta los tres momentos de la ludoteca (Actividad rompehielos, actividad intencionada y juego libre.) para que nos alcance el tiempo.
- Cuidar los juguetes.
- Tener en cuenta las opiniones de todos los integrantes.
- Tener siempre un plan B, para los casos en que llegue a faltar un material o implemento lúdico.
- Identificar el o los líderes del grupo.
- Llevar los implementos adecuados para cada actividad.
- No olvidar la retroalimentación al final de cada actividad o sesión.
- Involucrar a cada uno de los participantes en el proceso de retroalimentación.
- Tratar de no excluir a ningún miembro del grupo a menos de que sea estrictamente necesario.

SESIÓN 1.

Nombre: Pacto de Reglas

Aplicación del pretest

Objetivo: concertar las normas de convivencia dentro de la ludoteca

Descripción: entre todos se realizara una cartelera con las normas de convivencia, al finalizar cada uno firmara el pacto con la huella de su índice derecho.

Materiales: Cartulina, marcadores, cinta, papel seda.

Nombre: Expresoteca

Objetivo: Identificar las percepciones de los estudiantes, frente la convivencia en la ludoteca. Esta actividad se realizará en todas las sesiones de trabajo.

Materiales: Cartillas, lápices, lapiceros, colores.

Ludoteca libre

TEMA SATISFACCIÓN PERSONAL

SESIÓN 2

Rompehielos

Nombre: La Silueta

Objetivo: Reconocerse, quién soy, qué quiero y qué debo ser. (Fortalezas, debilidades, cualidades, expectativas, metas, comportamientos, valoraciones)

Descripción: El grupo se debe dividir por parejas, a estas se les entregarán dos hojas de papel periódico y marcadores de colores, en las hojas deberán demarcar su silueta con la ayuda del compañer@, se le explica al grupo que en su silueta van a recortar y pegar figuras escribir, pintar para armar un collage, de acuerdo a las siguientes indicaciones:

Dividir con una línea en las siguientes partes

Cabeza, lo que pienso y creo

Lado izquierdo (mano y tronco) mis sentimientos, lo que me gusta hacer.

Lado izquierdo, muslo y pierna: lo que me gusta de mí.

Ambos pies: De donde vengo y para donde voy, proyectos, expectativas, intereses.

Lado derecho, pierna y muslo: para qué soy bueno, habilidades, competencias, destrezas.

Lado derecho, mano y tronco: quien debo ser y qué debo hacer.

SESIÓN 3

Nombre: El viaje de mi vida

Objetivo: Retroalimentar y afianzar los aspectos (elementos: afectivos, cognitivos, conductuales) que influyen en el fortalecimiento de mi autoestima.

Descripción: Se invita a los participantes a realizar un viaje imaginario para el cual deben prepararse; cada participante representara un carro y diligenciara los datos de su carro como lo son:

El lugar donde sale su carro y placa (ciudad y fecha de nacimiento).

Identidad del carro: Nombre y Apellido.

Luego realizaran un recorrido por una carretera previamente diseñada por los facilitadores de la actividad en la que encontraran una serie de pistas que les permitan identificar aspectos o elementos que son fundamentales en el desarrollo de la autoestima.

Como lo son por ejemplo:

1 ¿Para dónde va su carro? (el ideal que pretende alcanzar).

2 ¿Que elementos (Valores) importantes llevara para estar bien equipado en la carretera de la vida?

3 ¿Qué personas quiere llevar? (Personas importantes en su vida).

4 ¿Dónde las ubicara? (En que puesto adelante-atrás derecha-izquierda).

5 ¿En qué orden se subirá? (De 1, 2, 3, etc.)

6 ¿A qué velocidad marcha su carro?

7 ¿En qué color encontraste los semáforos? (Rojo (Prohibido seguir), Amarillo (Alerta), Verde (orden de continuar)).

8 - ¿Encontró obstáculos en la carretera?, ¿cuáles?

Las respuestas a todas estas preguntas son depositadas en una bitácora de viaje, la cual se presentara en el tercer momento de la actividad en donde se hace socialización, reflexión y retroalimentación.

TEMA AUTOCONTROL

SESIÓN 4

Actividad rompehielos

Nombre: Cómo expreso mis sentimientos

OBJETIVO: Que el participante aprenda a describir y a expresar emociones y a establecer conductas deseadas

Descripción:

1. explicar que los sentimientos siempre están presentes y son únicos en cada persona, ellos pueden ser positivos o negativos

2. El facilitador pide a los participantes que escriban en un papel tres sentimientos que experimentan con más frecuencia en el colegio y las situaciones que los generan. (El estudiante no tienen que poner el nombre) cuando este listo lo ponen en una bolsa

3. El facilitador anota los sentimientos en el tablero tabulando la información que se repite. Estos suelen ser: Alegría Odio Timidez inferioridad Tristeza

Satisfacción Bondad Resentimiento Ansiedad Éxtasis Depresión etc. Amor Celos Coraje Miedo Vergüenza Compasión

4. se observa el tablero y se dialoga sobre los que mas se repiten y las situaciones que plantean los estudiantes, se analizan cuáles son los sentimientos que mejor expresan y en cuales tienen mayor dificultad.

5. También se les puede solicitar detectar la postura emocional de la persona en relación a cualquiera de los siguientes modelos: 1. Asertividad: Agresivo, Asertivo y No asertivo. 2. Análisis Transaccional: Padre, Adulto, Niño.

ACTIVIDAD DE AUTONOMÍA

SESIÓN 5

Actividad de Rompehielos

Nombre: Casos

Objetivo: Reconocer casos de la vida real y confrontarlos con la realidad que cada uno.

Descripción: Se dividirá el grupo en 5 subgrupos, a cada uno se les dará un caso el cual tendrán que actuar y dar una reflexión para sus compañeros acerca del tema.

Temas:

Carlitos tiene 15 años mantiene pensativo y bien triste, siente que tiene muchos problemas en el colegio y en la casa, un día dos compañeros de otro curso le ofrecen droga para que se "solle" la vida y deje de preocuparse tanto, le dan una pepitas rosadas y le dicen que si las toma se sentirá muy felices y escapara de la realidad.

Antonio es un profesor que ama lo que hace y se preocupa por enseñar bien a sus estudiantes, desafortunadamente no cuenta con el apoyo ni el respecto que merece, pues el grupo está dividido, los que les interesa tenerlo como profesor y los estudiantes que le están haciendo la "guerra" diario y que siempre están planeando algo para sabotear sus clases y aburrirlo para que se vaya del colegio.

Susanita se siente muy confundida, pues su novio le pidió "la pruebita de amor" dice estar muy enamorada y no sabe si complacer a su novio, pues ella no se siente segura ni preparada todavía para tener relaciones sexuales y cree que si no hace el amor con su novio él la dejara por otra chica.

Se acerca el final del periodo escolar, mateo va muy mal en el colegio, va perdiendo muchas materias, sabe que sus padres se dan cuenta de esto no lo dejaran salir durante un tiempo, no sabe que hacer, si asumirlo y contarle a sus padres o inventarse algo para engañarlo y que no asistan a la reunión y seguir como si nada pasara.

Brenda y julio hace pocos llegaron al nuevo colegio, desean hacer nuevos amigos, pero sus compañeros no los quieren los ven como “bichos raros” y empiezan a “montársela” les esconden las cosas, les dicen palabras feas, les escriben cosas en los baños y siempre los acusan de todo lo malo que ocurre en el salón. Brenda y julio se sienten con tanto miedo que aguantan todo.

SESIÓN 6

Actividad de rompehielos

Nombre: “Réquiem por un sueño” video foro.

Objetivo: Por medio del cine foro, los estudiantes deberán reconocer que los actos tienen sus consecuencias, esta es una película con una temática fuerte pero que trae a colación temas como las adicciones, el mal uso del tiempo libre.

Descripción: Los estudiantes deben ver la película, después, deberán reflexionar acerca de la película y cada uno dar el punto de vista, esto se hará en mesa redonda.

ACTITUD PROSOCIAL Y HABILIDADES DE RELACION INTERPERSONAL

SESIÓN 7

Actividad rompehielos

Nombre: Caja fuerte

Objetivo: Comunicación asertiva y No Verbal.

Descripción: Se reúne el grupo en forma de círculo para dar las instrucciones de la actividad a desarrollar.

La actividad es llamada la caja fuerte porque para poder abrirla se requiere de la sincronía y trabajo de grupo para así dar la clave de 20 pasos divididos en números pares que giraran a la derecha y los números impares que girarían a la izquierda; mientras se ejecuta la clave no se puede emitir ningún sonido, palabra o realizar gestos. Para lo cual, el grupo decidirá el tiempo para generar la estrategia que les permita cumplir con el objetivo de abrir la caja y el tiempo en ejecutarla para un total de 30 minutos como tiempo máximo.

Los pasos que marcarían la estrategia deben ser marcados de igual forma, aplicando así para pares e impares.

SESIÓN 8

Actividad de Rompehielos

Nombre: "Construyendo nuestra casa"

Objetivo: Fortalecer el trabajo en equipo

Descripción: Se reunirán en 5 o 6 equipos, a cada equipo se le entregaran los elementos con los que realizaran la casa, como: la regla, el lápiz, el borrador, el papel, las tijeras, los colores, el sacapuntas y el papel seda; cada uno de los participantes del equipo se encargara del manejo de un (1) elemento para construir entre todos la casa, es importante recalcar que cada participante manipulara una sola herramienta durante toda la actividad, por lo tanto se les puede recomendar que se pongan de acuerdo antes de empezar.

Al final, elegirán un compañero que saldrá a presentar la casa que construyeron y se hará la socialización de la actividad, con las preguntas de evaluación de la actividad.

SESIÓN 9

Actividad de Rompehielos

Nombre: Esquíes

Objetivo: Fortalecer el trabajo en equipo.

Descripción: Se forman grupos mínimo de 5 personas cada uno, se le pide a cada grupo que se ubique sobre dos de las tablas las cuales tiene amarradas un laso de extremo a extremo, estas tablas deben ser utilizadas como esquíes para cruzar un espacio previamente señalado por el facilitador, una vez cruzado el espacio los participantes podrán liberarse de sus esquíes y deberá desarrollar una solución a un problema planteado por el facilitador, el cual les entregara un kit de materiales para el desarrollo de la idea, todos los equipos deben completar toda la prueba.

SESIÓN 10

Actividad de Rompehielos

Nombre: Caras y gestos

Objetivo: Expresión corporal.

Descripción: Se forman dos grupos, el facilitador deberá tener con anterioridad un listado de sentimientos como felicidad, alegría, tristeza, o acciones como llorar, reír, entre otras; de cada grupo deberá salir un participante e interpretar por medio de la expresión de su cuerpo la acción o el sentimiento, y su grupo deberá decir lo que está queriendo transmitir su compañero.

SESIÓN 11

Actividad de Rompehielos

Nombre: Derechos asertivos

Objetivo: Desarrollar las posibilidades de autoconocimiento y de ejercicio asertivo de la autoconfianza. Propicia en el participante la exploración de la autoafirmación, sus alcances y límites.

Descripción:

1. Se solicita a los participantes que identifiquen individualmente los derechos que creen tener en la familia, el trabajo y la sociedad.
2. Se forman subgrupos y se pide que traten de destacar, con las contribuciones de cada participante, por lo menos cinco derechos que los subgrupos creen tener en lo familiar, lo laboral y lo social.
3. Cuando terminan son leídas las conclusiones subgrupales pidiendo que se aclaren los puntos que no se entiendan
4. El facilitador pide entonces que dado que lograron determinar estos derechos, pasen a determinar aquellos que creen tienen los miembros de sus familias, de su trabajo y de la sociedad.
5. Se repite el proceso anterior y se llega a conclusiones.

HOJA PARA EL PARTICIPANTE

YO TENGO DERECHO		LOS OTROS TIENEN DERECHO A RECIBIR DE MÍ	
En mi casa a :		En mi casa a :	
En mi trabajo a:		En mi trabajo a :	
En mi grupo de amistades a:		En mi grupo de amistades a:	

ANEXO H
DIARIOS DE CAMPO

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
DIARIO DE CAMPO
LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA

No: 01 **Fecha:** Miércoles 20 De Octubre **Hora:** 4:50 pm
***Lugar:** Inem Felipe Pérez de Pereira
***Facilitador:** Víctor Alfonso Ospina Espinosa
***Código:** 9861072
***Beneficiario:** Estudiantes grado 8-10
***Minutos Invertidos en la intervención:** 120
***Tema:** Autocontrol

OBJETIVOS: Que el participante aprenda a describir y a expresar emociones y a establecer conductas deseadas.

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	OBSERVACIONES
<p>ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Rompehielo (La Red)- Actividad Intencionada (Cómo expreso mis sentimientos)	<p>Esta sesión de trabajo resulto un poco difícil ya que los estudiantes estuvieron muy inquietos y no querían participar mucho de las actividades; ellos nos manifestaron que estaban ansiosos porque tuvieron un examen antes de que nosotros llegáramos al salón.</p>
<p>ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Ludoteca Libre	
<p>ACTIVIDADES NO PLANEADAS REALIZADAS</p>	

Firma del Docente

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
DIARIO DE CAMPO
LUDETECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA

No: 02

Fecha: Jueves 21 de Octubre

Hora: 2:50 pm

***Lugar:** Inem Felipe Pérez de Pereira

***Facilitador:** Víctor Alfonso Ospina Espinosa

***Código:** 9861072

***Beneficiario:** Estudiantes grado 8-10

***Minutos Invertidos en la intervención:** 120

***Tema:** Autonomía

OBJETIVOS: Saber tomar decisiones en diferentes circunstancias de nuestra vida.

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	OBSERVACIONES
ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS <ul style="list-style-type: none">- Rompehielo (Jenga)- Actividad de toma de Decisiones (Dilemas)- Ludoteca Libre ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS ACTIVIDADES NO PLANEADAS REALIZADAS	Esta actividad fue muy divertida ya que los estudiantes fueron muy creativos y pusieron de su parte para que los demás compañeros entendieran la situación problema y sobre todo para que entendieran las soluciones que ellos mismos planteaban. De igual forma se noto al grupo cómodo con la actividad y tanto ellos como nosotros nos gozamos la actividad.

Firma del Docente

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
DIARIO DE CAMPO
LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA

No: 03 **Fecha:** Miércoles 27 De Octubre **Hora:** 4:50 pm
***Lugar:** Inem Felipe Pérez de Pereira
***Facilitador:** Víctor Alfonso Ospina Espinosa
***Código:** 9861072
***Beneficiario:** Estudiantes grado 8-10
***Minutos Invertidos en la intervención:** 120
***Tema:** Autonomía

OBJETIVOS: Saber tomar decisiones en diferentes circunstancias de nuestra vida.

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	OBSERVACIONES
<p>ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS</p> <p>ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none">- Rompehielo (Alfa)- Actividad toma de decisiones (Dilemas)- Ludoteca Libre <p>ACTIVIDADES NO PLANEADAS REALIZADAS</p>	<p>En este día no se pudo realizar la intervención con los estudiantes de grado 8-10, ya que ellos tenían una actividad académica la cual comprendía en salir de la institución a las 6:00 pm.</p> <p>Por tal motivo se decidió que los estudiantes tuvieran 1 hora de clase normal con la profesora de sociales.</p>

Firma del Docente

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
DIARIO DE CAMPO
LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA**

No: 04

Fecha: Jueves 28 de Octubre

Hora: 2:50 pm

***Lugar:** Inem Felipe Pérez de Pereira

***Facilitador:** Víctor Alfonso Ospina Espinosa

***Código:** 9861072

***Beneficiario:** Estudiantes grado 8-10

***Minutos Invertidos en la intervención:** 120

***Tema:** Autonomía

OBJETIVOS: Saber tomar decisiones en diferentes circunstancias de nuestra vida.

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	OBSERVACIONES
<p>ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rompehielo (El Ajedrez de Maquiavelo) - Actividad de toma de Decisiones (Dilemas) - Ludoteca Libre <p>ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS</p> <p>ACTIVIDADES NO PLANEADAS REALIZADAS</p>	<p>En esta intervención se tuvo un poco de dificultades con el grupo ya que en la interpretación de las situaciones que faltaban por representar (3), los estudiantes no tenían la mejor disposición para dicha actividad, manifestando que ellos solo querían jugar con los implementos de la ludoteca.</p>

Firma del Docente

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
DIARIO DE CAMPO
LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA**

No: 05 **Fecha:** Miércoles 03 De Noviembre **Hora:** 4:50 pm
***Lugar:** Inem Felipe Pérez de Pereira
***Facilitador:** Víctor Alfonso Ospina Espinosa
***Código:** 9861072
***Beneficiario:** Estudiantes grado 8-10
***Minutos Invertidos en la intervención:** 120
***Tema:** Autonomía

OBJETIVOS: Reconocer e identificar que tan autónomos somos en diferentes circunstancias de nuestra vida.

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	OBSERVACIONES
<p>ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Video Foro – Película (Réquiem por un sueño) <p>ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS</p> <p>ACTIVIDADES NO PLANEADAS REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Celebración cumpleaños de Sebastián un compañero de clases. 	<p>En esta sesión estuvimos viendo la película Réquiem por un Sueño, durante la película los estudiantes tuvieron un buen comportamiento, sin embargo los estudiantes reaccionaron de una forma no muy adecuada durante algunas escenas de la misma, pues en los pocos desnudos de la película se hicieron algunos comentarios jocosos.</p> <p>Esta situación pareció un poco extraña ya que con este grupo no se había presentado este tipo de comentarios en ninguna de las otras sesiones de intervención.</p>

Firma del Docente

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN
DIARIO DE CAMPO
LUDOTECA PARA LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA

No: 6 **Fecha:** Jueves 04 De Noviembre **Hora:** 2:50 pm
***Lugar:** Inem Felipe Pérez de Pereira
***Facilitador:** Víctor Alfonso Ospina Espinosa
***Código:** 9861072
***Beneficiario:** Estudiantes grado 8-10
***Minutos Invertidos en la intervención:** 120
***Tema:** Autonomía

OBJETIVOS: Reconocer e identificar que tan autónomos somos en diferentes circunstancias de nuestra vida.

DESCRIPCIÓN DE LA INTERVENCIÓN	OBSERVACIONES
<p>ACTIVIDADES PLANEADAS REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rompehielo (Torre de papel) - Ludoteca libre <p style="text-align: center;">ACTIVIDADES PLANEADAS NO REALIZADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terminar de ver el video foro (Réquiem por un sueño) <p style="text-align: center;">ACTIVIDADES NO PLANEADAS REALIZADAS</p>	<p>En esta sesión no se pudo concluir con la actividad del video foro; debido a que en el salón de clase no servían ninguno de los dos toma corrientes, circunstancia por lo cual no nos permito conectar los equipos necesarios para ver la película.</p> <p>En la ludoteca libre los estudiantes tuvieron un muy buen comportamiento.</p> <p>Durante la actividad de la torre de papel una de las estudiantes no participo de la actividad, pues la niña nos manifestó que tenia problemas en la casa, con el novio y en el colegio. Y dijo que la única solución que tenia para estos problemas era el de acabar con todo. Mientras los demás hacían la actividad el compañero Jaime tuvo una conversación con la estudiante en la cual él le explicaba que esa no era la única solución, que por el contrario existían otras salidas como lo es el de la buena comunicación.</p>

Firma del Docente

ANEXO I
FOTOS INTERVENCIONES



Actividad: La silueta (Reconocerse, quién soy, qué quiero y qué debo ser).
(Fortalezas, debilidades, cualidades, expectativas, metas, comportamientos, valoraciones).



Actividad: La caja fuerte (Resolución de Problemas)



Actividad: Campo Minado (Trabajo en equipo)



Actividad: Ludoteca libre.

