

Habilidades para la vida dentro del contexto educativo



NATALIA MUÑOZ PIEDRAHITA

ID: 432946

UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

POPAYÁN, ENERO DE 2020

Habilidades para la vida dentro del contexto educativo

Natalia Muñoz Piedrahita

Id: 432946

Trabajo de grado para optar al título de Psicóloga

Director: Mg. Luz Angélica Rebellón Méndez

Universidad Cooperativa de Colombia

Facultad de Psicología



Popayán, enero de 2020

Este trabajo es dedicado a mi padre Javier Muñoz Pérez.

Agradezco en primera instancia a mis padres Javier Muñoz, Liliana Piedrahita, mi hermano Javier Daniel Muñoz, familiares y amigos por todo el apoyo que me brindaron, a la Universidad Cooperativa de Colombia sede Popayán y la Institución Educativa Gabriela Mistral por brindarme el espacio, a mis docentes por generarme y trasmitirme sus conocimientos, a mi supervisora Mg. Angélica Rebellón por su dedicación y esfuerzo durante la realización de mi trabajo de grado para obtener el título como Psicóloga.

Tabla de contenido

Resumen.....	7
Introducción	8
Definición del problema.....	9
Justificación.....	9
Objetivos.....	11
Objetivo General.....	11
Objetivos Específicos.....	11
Antecedentes.....	12
Marco Contextual.....	12
Marco Legal.....	13
Marco Institucional.....	13
Misión.....	13
Visión.....	13
Marco referencial.....	14
Metodología.....	22
Plan de acción.....	23
Resultados.....	47
Resultados Cuantitativos.....	47
Resultados Cualitativos.....	56
Conclusiones.....	110
Referencias.....	111

Anexos.....	113
-------------	-----

Lista de Graficas e ilustraciones

Gráfica 1. Habilidades para la vida entre pares.....	47
Gráfica 2. Habilidades para la vida en contexto familiar.....	49
Gráfica 3. Habilidades para la vida entre estudiantes – maestros.....	50
Gráfica 4. Consolidado materias 6.1.....	52
Gráfica 5. Consolidado materias 7.1.....	53
Gráfica 6. Consolidado materias 8.1.....	54
Gráfica 7. Consolidado materias 9.2.....	55

Lista de tablas

Tabla 1. Descripción total.....	23
Tabla 2. Plan de acción.....	23
Tabla 3. Plan de acción específico.....	26
Tabla 4. Cronograma.....	42
Tabla 5. Recursos - Presupuesto.....	45

RESUMEN

El proyecto fue realizado en la Institución Educativa Gabriela Mistral en la ciudad de Popayán, el objetivo fue diseño y ejecución de un programa para la promoción de las habilidades para la vida de los estudiantes dentro de las aulas de clase y prevención de bajo rendimiento académico, la metodología que se utilizó fue una muestra de 159 estudiantes, 100 padres de familia y 16 docentes, práctica exploratoria, sus resultados fueron un aumento de las habilidades para la vida entre pares, estudiantes- padres de familia y estudiantes-docentes y la disminución del bajo rendimiento académico de los estudiantes.

Palabras claves: habilidades para la vida, estudiantes, promoción, prevención, rendimiento académico, docentes, padres de familia.

Abstract

The project was carried out at the Gabriela Mistral Educational Institution in the city of Popayan, the objective was to design and execute a program for the promotion of students' life skills in classrooms and prevention of low academic performance, The methodology used was a sample of 159 students, 100 parents and 16 teachers, exploratory practice, its results were an increase in life skills among peers, students-parents and student-teachers and the decrease in low academic performance of students.

Keywords: life skills, students, promotion, prevention, academic performance, teachers, parents.

INTRODUCCIÓN

El proyecto se realizó desde el rol del psicólogo educativo, dentro de la Institución Educativa Gabriela Mistral sede principal en la ciudad de Popayán, se propuso el desarrollo de este por medio de un diagnóstico, diseño, ejecución y análisis de resultados encaminados a la promoción de las habilidades para la vida de los estudiantes en las aulas de clase y prevención de bajo rendimiento académico, con el fin de que los adolescentes tengan herramientas para que puedan desarrollar las habilidades sociales, habilidades cognitivas y habilidades para el control de las emociones dentro y fuera de sus ambientes.

La Organización Mundial de la Salud a nivel general está empeñada en que todos los países promuevan la educación en habilidades para la vida en escuelas y colegios, como mecanismos de adaptación a los cambios culturales y estilos de vida que requieren del niño, niña y del joven, el apropiamiento de destrezas para enfrentar exigencias y retos comunicativos del mundo actual en el cual se encuentran inmersos (Preciado, 2014).

Es importante tener en cuenta que desde la psicología se busca tener una buena salud mental considerando que esto fortalece y mejora la calidad de vida de las personas, desde las intervenciones para la promoción de las habilidades para la vida dentro del contexto educativo según, Hansen, Johnson, Flay, Graham y Sobel, 1998, los programas de las habilidades para la vida fueron creados para retrasar la edad de inicio del uso del tabaco, del alcohol, y la marihuana; así mismo, prevenir conductas sexuales de alto riesgo (Kirby, 1994), enseñar el control de ira (Deffenbacher, Oetting, Huff y Thwaites, 1995); prevenir la delincuencia y la conducta criminal (Englander- Golden y cols, 1989); mejorar conductas relacionadas con la salud y la autoestima (Young, Kelley y Denny, 1997); promover el ajuste social positivo (Elias, Gara, Schulyer, Branden- Muller y Sayette, 1991); mejorar el

desempeño académico; prevenir el rechazo de los padres (Mize y Ladd, 1990), teniendo en cuenta lo anterior se puede inferir que estas habilidades para la vida pueden prevenir distintos problemas psicosociales.

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

Las habilidades para la vida promueven el desarrollo de factores de protección comunes a diversos problemas psicosociales y que facilitan a los estudiantes la tarea de enfrentar con éxito las exigencias, demandas y desafíos de la vida diaria (Preciado, 2014), teniendo en cuenta lo anterior se busca reducir el bajo rendimiento académico que presenta la Institución Educativa por medio del programa ya que promoviendo estas habilidades los estudiantes se cree que pueden generar una responsabilidad no solo en su rendimiento académico sino en factores de riesgo que pueden presentar dentro de la etapa de la adolescencia.

JUSTIFICACIÓN

“¿Cuántos de nosotros nos ponemos a reflexionar, porque hacemos lo que hacemos?, si es porque nos gusta o simplemente porque nos conviene” (Gutierrez S. R., 2010). Es de aceptar que el mundo turbulento en que se vive deja muchas falencias en el desarrollo de habilidades en las personas, pero a la vez se ve que hay múltiples oportunidades, experiencias, prácticas e investigaciones que demuestra el valor importantísimo que puede ofrecer la enseñanza y la puesta en práctica de las habilidades para la Vida, en lo referente a la educación como un aporte al sano desarrollo vital de niños, niñas y jóvenes (Preciado, 2014), teniendo en cuenta lo anterior la intención del programa fue promover herramientas de las habilidades para la vida y la prevención de bajo

rendimiento académico de los estudiantes desde los 11 a 17 años de edad de la Institución Gabriela Mistral de la ciudad de Popayán, con el fin de poder ver de manera más holística la educación, es decir que los sujetos puedan entender que tienen un papel importante dentro de la sociedad, que tienen un valor como sujetos y que las decisiones que ellos tomen serán relevantes para su futuro y el de varias personas, marcando el rumbo de su vida de manera distinta, por otra parte, se buscó otra perspectiva de la educación, es decir, de manera más integral, es importante resaltar que según la Organización Mundial de la Salud (Guidelines: Life Skills Education Curricula for Schools, Ginebra, Suiza, 1999).

Se considera pertinente trabajar estos aspectos en la adolescencia ya que se da “la etapa de las operaciones formales desde los 11 a 12 años en adelante” (Piaget, 1989), ” es aquí donde comienza a formarse un sistema coherente de lógica formal, el cambio más importante en esta etapa es que el pensamiento hace la transición de lo real a lo posible” (Flavell, 1985), así mismo según Rodríguez (2000), son personas que se encuentran en el período del ciclo vital en que transitan de la niñez a la condición adulta, y durante el cual se producen importantes cambios biológicos, psicológicos, sociales y culturales; que cambian según las sociedades, las culturas, las etnias, las clases sociales y el género (Preciado, 2014), es importante resaltar que el trabajo con los padres de familia es de gran relevancia ya que “los padres y las madres son el primer y más importante maestro para su niño. La relación entre la familia y la escuela es crucial para los éxitos académicos y emocionales de los pequeños” (Feldman, 2005), otro rasgo importante son la planta docente de la Institución ya que “educar no solo es enseñar matemáticas, sociales, gramática o inglés a unos niños o jóvenes; también es enseñarles a ser tolerantes e independientes, ayudarlos a conocerse a sí mismos, a respetarse y a respetar a los demás” (Lott, 2002).

Para la realización de “Diseño y ejecución de un programa para la promoción de las habilidades para la vida y prevención de bajo rendimiento académico en adolescentes de la Institución Educativa Gabriela Mistral de Popayán”, se tiene en cuenta la Institución Educativa ya que “es un espacio estratégico de formación y desarrollo, pues es allí en donde los alumnos elaboran conocimientos, fortalecen hábitos e interiorizan valores, por lo que es ideal para la enseñanza de habilidades para la vida” (Luz Elena Gómez L, S.F).

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Diseñar y ejecutar un programa para la promoción de las habilidades para la vida de los estudiantes dentro de las aulas de clase y prevención de bajo rendimiento académico en adolescentes de la Institución Educativa Gabriela Mistral de Popayán.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Desarrollar un diagnóstico de las necesidades de las habilidades para la vida los estudiantes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Efectuar actividades para la promoción de las habilidades para la vida y prevención del bajo rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Brindar herramientas a los docentes de estilos de enseñanza de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Generar espacios entre estudiantes y padres de familia de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

ANTECEDENTES

En la Institución Educativa Gabriela Mistral se han establecido y ejecutado diferentes proyectos en el área educativa y clínica para el bienestar de esta comunidad, como antecedente del área educativa de este proyecto se encuentra el trabajo realizado por las psicólogas en formación de la Universidad Cooperativa de Colombia Karold Yessenia Mejía Pantoja y Lina Fernanda Estacio denominado “Fortalecimiento del Proceso académico en la Comunidad Educativa Gabriela Mistral durante el primer periodo del año 2018” y el proyecto de la psicóloga en formación Caterin Sánchez Sánchez denominado “Fortalecimiento del proceso académico en la comunidad académica de la Institución Educativa Gabriela Mistral en el segundo periodo del año 2018”, estos proyectos tuvieron la finalidad de afianzar los perfiles vocacionales o profesionales que ayudaran a la toma de una mejor decisión al momento de escoger una carrera profesional y se contribuyó con la construcción del proyecto de vida y orientación profesional de los estudiantes de grados decimo y once de bachillerato de la institución

MARCO CONTEXTUAL

La Institución Educativa Gabriela Mistral, es una institución educativa mixta y publica que se encuentra localizada en el departamento del cauca, ubicado en la zona urbana camino la vía lácteos perteneciente a la comuna dos de la ciudad de Popayán.

La Institución Educativa ha venido prestando su servicio educativo de manera integral atendiendo jóvenes de extractos uno, dos y tres y tiene como propósito brindar atención integral a los jóvenes pertenecientes a población vulnerables, desprotegidos, además actualmente cuenta con las sedes completas de la educación básica primaria y

básica secundaria, en el cual se soporta en los estatutos, reglamentos internos, convención colectiva y un respetivo manual de convivencia, en donde se esclarecen las diferentes normas a cumplir dentro de la institución. (MISTRAL, 2015-2017).

MARCO LEGAL

Es importante tener en cuenta que para el desarrollo del programa de las habilidades para la vida, como punto de partida se tuvo en cuenta la ley 1090 de 2006, código Deontológico y Bioético con la cual nos enmarcamos al ejercicio profesional del psicólogo haciéndonos responsables al ejercer el servicio profesional, así mismo se tiene en cuenta la Ley 1098 de 2006 por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, que busca garantizar a niños, niñas y adolescentes su pleno y armonioso desarrollo, se debe aclarar que esta fue modificada por la Ley 1878 de 2018, por el cual se expide el código de la infancia y adolescencia.

MARCO INSTITUCIONAL

Misión

Forma integralmente bachilleres académicos mediante el desarrollo de las competencias básicas, humanísticas, tecnológicas y laborales que contribuyen a la realización de su proyecto de vida y al mejoramiento de su entorno.

Visión

La Institución Educativa Gabriela Mistral, pretenderá del 2015 al 2017 posicionarse por la calidad en el servicio educativo mediante la aplicación de los principios, postulados y el fortalecimiento de las alianzas estratégicas.

MARCO REFERENCIAL

Para el desarrollo del presente proyecto es importante tener en cuenta las bases teóricas y autores relacionados a la temática que se trabajara, es por ello que inicialmente se considera, ¿qué es la psicología?,

La palabra psicología procede de la palabras griegas psyche (mente, alma, espíritu) y logos (discurso o teoría). En sentido etimológico, la palabra psicología significa “teoría de la mente” La psicología en sus inicios, al independizarse de la filosofía, hecho que suele situarse en 1879 (fecha de la fundación del primer laboratorio de psicología por W. Wunt), podía realmente definirse como teoría o ciencia de la mente, pero poco a poco esta definición ha ido cambiando y actualmente se puede afirmar que la psicología es una ciencia que intenta construir teorías y modelos que permitan explicar, predecir y controlar la conducta la Psicología es una ciencia que intenta construir teorías y modelos que permitan explicar, predecir, controlar la conducta (Ballesteros y García, 1995) y los procesos mentales (Grzib & Briales, 1996a) aplicando el método, científico (Ortego, López, & Álvarez).

En segunda instancia se debe tener en cuenta el término de Psicología Educativa, según Woolfolk (2010), “estudia la conducta humana en situaciones educativas como resultados de las practicas instruccionales creando enseñanza y aprendizaje (WOOLFOLK, 2010).

Cabe resaltar, que también es una ciencia que se identifica con dos campos de estudios: la psicología y las ciencias de la educación. Estudia los mecanismos implicados en el aprendizaje de un sujeto y los factores que intervienen en los centros educativos y que

influyen de forma indirecta en la enseñanza y el aprendizaje, encargándose no solo del aprendizaje positivo sino también del negativo. El psicólogo de la educación suele desarrollar su actividad profesional en los sistemas sociales dedicados a la educación en todos sus niveles y modalidades, durante todo el ciclo vital de la persona. También interviene en los procesos psicológicos que puedan afectar al aprendizaje o que deriven de él, independientemente de su origen (personal, grupal, social, de salud, etc.) Se responsabiliza de las implicaciones educativas de su intervención profesional, y si lo necesita puede coordinarse con otros profesionales (Anton) .

Cabe resaltar que para desarrollar el papel de psicólogo educativo se debe tener en cuenta la pedagogía ya que es una herramienta que se debe usar para el desarrollo del programa para la promoción de las habilidades para la vida dentro de las aulas de clase, según Gustavo Bermúdez: “conjunto de acciones destinadas a desarrollar sus capacidades intelectuales en una o varias áreas del conocimiento, tiene que ver con impartir o transmitir el conocimiento” (Bermúdez, 2010. p. 3).

Es importante saber el concepto de adolescencia,” como periodo del desarrollo del ser humano abarca por lo general el periodo comprendido de los 11 a 20 años, en el cual el sujeto alcanza la madurez biológica y sexual; y se busca alcanzar la madurez emocional y social “ (Diane E. Papalia, 2009), ya que es con ellos con quienes se quiere trabajar las habilidades para la vida.

Para el diseño del programa se debe tener en cuenta que son las Habilidades para la vida:

Son comportamientos aprendidos que las personas usan para enfrentar situaciones problemáticas de la vida diaria. Estas habilidades se adquieren a través del entrenamiento

intencional o de la experiencia directa por medio del modelado o la imitación. La naturaleza y la forma de expresión de estas habilidades están mediatizadas por los contextos en que se producen; por tanto dependen de las normas sociales y las expectativas de la comunidad sobre sus miembros. Estas habilidades contribuyen a enfrentar exitosamente los desafíos de la vida diaria en los diferentes ámbitos o áreas en las que se desempeña la persona, familia, escuela, amigos, trabajo, u otros espacios de interacción (Gutierrez).

Mantilla. (2003) dice en forma más específica que las habilidades para la Vida, son un grupo de competencias psicosociales y habilidades interpersonales que ayudan a las personas a tomar decisiones bien informadas, comunicarse de manera efectiva y asertiva, y desarrollar destrezas para enfrentar situaciones y solucionar conflictos, contribuyendo a una vida saludable y productiva. Las Habilidades para la vida pueden aplicarse en el terreno de las acciones personales, en la interacción con las demás personas o en las acciones necesarias para transformar el entorno de tal manera que éste sea propicio para la salud y el bienestar (Preciado, 2014).

Según la Organización Panamericana de la Salud División de Promoción y Protección de la Salud Programa de Salud Familiar y Población Unidad Técnica de Adolescencia) Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Fundación W.K. Kellogg septiembre. (2001). Se han identificado tres categorías clave de habilidades para la vida: (1) habilidades sociales o interpersonales; (2) habilidades cognitivas; y (3) habilidades para enfrentar emociones (Preciado, 2014).

Para definir las tres categorías es importante respaldarlas con teorías, por ejemplo la Teoría del Aprendizaje Social, manifiesta que los aprendizajes de las habilidades para la

vida se basan en la observación e imitación de lo que otras personas hacen, en una dinámica de reforzamiento (recompensa) y castigo, es decir, se aprenden las conductas que socialmente son recompensadas, las conductas de las personas exitosas sirven como retroalimentación muy importante. En este sentido las habilidades sociales no es simple tema teórico, por el contrario se aprenden y se ejecutan en un contexto social (Gutierrez), esta teoría abarca las habilidades sociales o interpersonales, según Monjas (1.999: 28), “las conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal. Es decir, las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos que se ponen en juego en la interacción con otras personas” (Preciado, 2014), así mismo, son aquellas destrezas que nos llevan a resolver problemas, a comunicarnos efectivamente y poder expresar nuestros sentimientos, pensamientos y acciones de forma acertada, para poder garantizarnos relaciones estables y duraderas (Mora, 2017).

Dentro de las habilidades sociales o interpersonales se encuentra la comunicación asertiva, SALAMANCA, Biviana (2016). “La comunicación asertiva: herramienta pedagógica para desarrollar la competencia comunicativa” Desde el trabajo de tesis de Salamanca (2016), nos muestra como la comunicación asertiva enriquece la competencia comunicativa, aportando al desarrollo de actividades y de las prácticas pedagógicas llevadas en las aulas de clase. En donde por medio de su caracterización se aporta elementos importantes como la adecuada expresión de emociones y sentimientos, además de mejorar los canales comunicativos entre docentes y estudiantes. Mejorar las relaciones interpersonales a través de la práctica e implementación de la asertividad y los derechos que implica ser una persona asertiva logrando beneficios que aportan al desarrollo de procesos

y finalmente fue una base para la implementación de la lúdica como una herramienta pedagógica que contribuyo a un adecuado ambiente de clase y procesos de comunicación (Solano, 2017), así mismo como se plantea por la UNESCO la comunicación asertiva “sirve a sus fines, distribución de información y la interacción entre docentes y alumnos, la efectividad de la comunicación en la educación merece especial atención puesto que de allí se determinan los fines y objetivos de la educación en general...” tomando este apartado como referencia se sirve a la comunicación como el proceso que nos relaciona, pero que si se le suma la asertividad su propósito se hace aún más grande en las aulas de clase, ya que proporciona unos elementos que hacen más humana la labor tanto de enseñar como de aprender, permitiendo una comunicación efectiva (Solano, 2017).

Otro rasgo de las habilidades sociales o interpersonales, es el Trabajo en equipo, según Katzenbach y K. Smith el trabajo en equipo es “ un número reducido de personas con capacidades complementarias, comprometidas con un propósito, un objetivo de trabajo y un planeamiento comunes y con responsabilidad mutua compartida” (Solorio, 2012), así mismo “se refiere a la serie de estrategias, procedimientos y metodologías que utiliza un grupo humano para lograr las metas propuestas” (Solorio, 2012).

La segunda teoría es la Teoría de la Psicología cognitiva o Constructivista, ya que el aprendizaje de las habilidades para la vida es una construcción en base a las experiencias cognitiva basada en la práctica o interacción social, cultural y los significados que se atribuye a esta relación. Implica conocer las estrategias adecuadas para alcanzar el objetivo social y conocer el contexto en el cual una estrategia específica puede ser apropiadamente aplicada (Gutierrez).

Dentro de las habilidades para la vida también están las habilidades cognitivas, según (Rigney, 1978), son entendidas como operaciones y procedimientos que puede usar el estudiante para adquirir, retener y recuperar diferentes tipos de conocimientos y ejecución ... suponen del estudiante capacidades de representación (lectura, imágenes, habla, escritura y dibujo), capacidades de selección (atención e intención) y capacidades de autodirección (auto programación y autocontrol) (Clavero), más aun, el trabajo de Shure y Spivack (1993) reitera la importancia que tiene la solución de problemas y el establecimiento de metas para un desarrollo saludable. Los jóvenes necesitan aprender cómo pensar, y no solamente qué pensar en forma temprana (Preciado, 2014).

Dentro de las habilidades cognitivas se encuentra la Solución de problemas, “transformar y manejar los problemas y conflictos de la vida diaria de forma flexible y creativa, identificando en ellos oportunidades de cambio y crecimiento personal y social” (Ruiz, 2014),

Hay que mencionar, además, que dentro de las habilidades cognitivas también se encuentra el Pensamiento creativo, “usar la razón y la “pasión” (emociones, sentimientos, intuición, fantasías e instintos, entre otros) para ver las cosas desde perspectivas diferentes, que permitan inventar, innovar y emprender con originalidad” (Ruiz, 2014).

Así mismo está el Pensamiento crítico, “aprender a preguntarse, investigar y no aceptar las cosas de forma crédula. Ser capaz de llegar a conclusiones propias sobre la realidad. “No tragar entero” (Ruiz, 2014).

Y por último se encuentra la Teoría de las inteligencias múltiples, existen 8 tipos de inteligencia, las que se pueden clasificar en intrapersonales (habilidades para comprender

los propios sentimientos y motivaciones) y la interpersonal (la habilidad para entender y discernir los sentimientos e intenciones de otros) (Gutierrez), esta teoría respalda la habilidades para el manejo de las emociones, está relacionada con la maduración emocional, relacionada directamente con el sistema nervioso y el contexto social, por ello toda reacción emocional genera una activación fisiológica y una determinada conducta de respuesta. De allí que esta habilidad se denomine “control emocional”, puesto que están orientadas al control de reacciones fisiológicas, nerviosas, conductuales como la impulsividad, la tolerancia a la frustración, el control del miedo, la ira, manejo del estreses, la eficacia de las habilidades emocionales incluyen también el manejo cognitivo de las ideas o pensamientos distorsionados (Gutierrez), al mismo tiempo según la Organización Panamericana de la Salud División de Promoción y Protección de la Salud Programa de Salud Familiar y Población Unidad Técnica de Adolescencia) Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Fundación W.K. Kellogg septiembre. (2001). Son las habilidades para enfrentar emociones por medio del aprendizaje del autocontrol y el control del estrés (a menudo incorporando habilidades de solución de problemas sociales) constituyen una dimensión crítica en la mayoría de los programas de habilidades para la vida (Preciado, 2014), es importante tener en cuenta el concepto de emociones, son aquellas repuestas fisiológicas inmediatas ante un estímulo. Su expresión puede ser física, a través del rostro o la elevación en el pulso cardiaco, aunque también suelen involucrar reacciones conductuales como acercarse, comportarse agresivamente o huir. Su manifestación está vinculada con nuestro aprendizaje familiar, social, cultural, y están influenciadas por nuestro estado de ánimo (UACM, 2012), y así mismo el concepto de sentimientos, “: Los sentimientos surgen cuando somos conscientes de lo que nos provoca dicha emoción, y somos capaces de asociarlas con nuestros

conocimientos previos. Los sentimientos son perdurables aun cuando el estímulo haya desaparecido, ya que somos nosotros mismos quienes los generamos” (UACM, 2012).

Dentro de las habilidades para el manejo de emociones se encuentra el control de estrés, “identificar oportunamente las fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana, saber reconocer sus distintas manifestaciones, y encontrar maneras de eliminarlas o contrarrestarlas de forma saludable” (Ruiz, 2014).

Es importante tener en cuenta la Autoestima ya que es un factor relevante dentro de las habilidades para el manejo de emociones, la autoestima corresponde a la valoración positiva o negativa que uno hace de sí mismo. Es la confianza y el respeto por la propia persona. Es la predisposición a experimentarse apto para la vida y para sus necesidades, el sentirse competente para afrontar los desafíos que van apareciendo y como merecedor de felicidad (Orduña, 2003), según Orduña (2003) la autoestima es una necesidad vital para el ser humano, es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, desempeñando un papel clave en las elecciones y decisiones que le dan forma; es indispensable para el desarrollo normal y sano; tiene valor de supervivencia; su ausencia traba la capacidad para funcionar (Orduña, 2003).

También se encuentra la toma de decisiones, “evaluar distintas alternativas, teniendo en cuenta necesidades, capacidades, criterios y las consecuencias de las decisiones, no sólo en la vida propia sino también en la ajena” (Ruiz, 2014).

Por último es importante tener en cuenta el término rendimiento académico, según Calderón (2004), hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, en otras palabras es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que

este ha aprendido a lo largo del procesos formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos. En este sentido, el rendimiento académico está vinculado a la aptitud (Jesús, 2016).

Dentro del rendimiento académico tenemos dos variables, el buen rendimiento académico y el bajo rendimiento académico, “un estudiante con buen rendimiento académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de un curso” (Jesús, 2016), en cuanto al bajo rendimiento académico, es un problema frecuente y tiene múltiples causas, las alteraciones que lo caracterizan se expresan fundamentalmente en las áreas de funcionamiento cognitivo, académico y conductual (Jesús, 2016) y según Shapiro (2011), este se centra en el alumno y se contempla también la acción de otros agentes como las condiciones sociales, la familia o la propia escuela .

También es importante tener en cuenta el concepto de diagnóstico, ya que está dentro de uno de los objetivos del presente proyecto, ssegún Kurt Lewin, el diagnóstico debe servir para “esclarecer el quehacer profesional en el manejo de los problemas sociales específicos”, así mismo, para Genisas el diagnóstico "implica expresar acerca de una realidad dada un juicio mediante el cual esa realidad es comparada con un modelo de la misma". (Ibíd, 2008, p. 60).

METODOLOGIA DEL TRABAJO

La metodología que se manejó fue una muestra de 159 estudiantes, 100 padres de familia y 16 docentes de la Institución Educativa Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán, se dio de forma práctica exploratoria y fue dirigido por el objetivo

general que abarca el diseño de un programa que apoye a promover las habilidades para la vida dentro de las aulas de clase y prevenir el bajo rendimiento académico, también con actividades de acción participación lúdicas referentes a la promoción de habilidades para la vida y prevención del bajo rendimiento académico, las intervenciones se realizaron en la jornada de la mañana.

Tabla 1. Descripción total

Población	Beneficiarios	Instrumentos
159 estudiantes de la Institución educativa Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán de los grados 6-7-8-9-10-11 entre los 11 y 18 años de edad. 100 padres de familia 16 docentes	Se espera que se beneficien 685 estudiantes de la Institución educativa Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán. 850 padres de familia aproximadamente. 16 docentes	Ψ Pruebas psicológicas Ψ Instrumento de habilidades para la vida

PLAN DE ACCIÓN

Tabla 2. Plan de acción

Objetivo general: Diseñar y ejecutar un programa para la promoción de las habilidades para la vida en los estudiantes de la institución educativa Gabriela mistral de Popayán.				
Objetivo I: Desarrollar un diagnóstico fundamentado en las necesidades de los estudiantes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.				
Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
El diagnóstico se generó por medio de la	Ψ Observación directa.	Ψ Observación directa Ψ Entrevistas	Ψ Observación Ψ Empatía	100%

observación directa en las aulas de clase, entrevista con la coordinadora	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Entrevista con docentes y coordinadora Ψ Revisión de notas de los estudiantes 		
---	--	--	--

Objetivo II: Efectuar actividades para la promoción de las habilidades para la vida y prevención del bajo rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
Se fortalecerá las habilidades para la vida y se brindara prevención para el bajo rendimiento académico a través de N°25 intervenciones con 159 estudiantes de la institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Presentación inicial. Ψ Aplicación del instrumento habilidades para la vida. Ψ Cine foro “quien se comió mi queso” Ψ Teléfono roto Ψ Comunicación en la resolución de conflictos Ψ El árbol de los problemas Ψ Derechos asertivos Ψ Creando historias Ψ Frases incompletas Ψ Abanico de emociones y sentimientos Ψ Autoconocimiento (mi ser) Ψ Mural de motivación Ψ Un pequeño libro sobre mi Ψ ¿Cómo podría ser diferente? Ψ Caja de amor 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Instrumento habilidades para la vida Ψ Ficha de asistencia Ψ Fotografías Ψ Formatos de las actividades 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ empatía Ψ observación Ψ escucha Ψ interpretación Ψ dominio del tema 	100%

	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Barrera de sonido Ψ ¿Cómo será mi casa? Ψ Técnicas de relajación Ψ ¿Cómo será mi pareja? Ψ Conejos a sus conejeras Ψ Mi profesión Ψ El perdón es el mejor regalo Ψ Busca tu 0 Ψ Me expreso por medio de una carta Ψ Cebolla y entrega de carpetas Ψ Psi orientaciones 			
--	---	--	--	--

Objetivo III: Brindar herramientas a los docentes de estilos de enseñanza de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
Se fortalecerá los estilos de enseñanza a través de N°4 encuentros con 16 docentes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Certificado de aptitud Ψ Cartilla motivacional Ψ Caja de herramientas para el aula de clase Ψ Escuela de docentes 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Fotografías Ψ Seguimiento a los alumnos Ψ Innovación 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Empatía Ψ Trabajo en equipo Ψ Dominio del tema 	100%

Objetivo IV: Generar espacios entre estudiantes y padres de familia de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto

Se fortalecerá el tiempo de calidad entre los alumnos y padres de familia con N°3 actividades con 159 estudiantes y 100 padres de familia aproximadamente de la institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.	Ψ Caja de amor Ψ Calendario de actividades Ψ Encuentro en psicología	Ψ Registro de asistencia Ψ Formato de las actividades Ψ Reflexiones	Ψ Empatía Ψ trabajo en equipo Ψ interpretación	100%
--	--	---	--	------

Plan de acción específico

Tabla 3. Plan de acción específico

Objetivo general: Diseñar y ejecutar un programa para la promoción de las habilidades para la vida en los estudiantes de la Institución Educativa Gabriela mistral de Popayán.				
Objetivo I: Desarrollar un diagnostico fundamentado en las necesidades de los estudiantes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.				
Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
El diagnostico se generó por medio de la	Ψ Observación directa.	Ψ Observación directa Ψ Entrevistas	Ψ Observación Ψ Empatía Ψ Escucha	100%

observación directa en las aulas de clase, entrevista con la coordinadora	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Entrevista con docentes y coordinadora Ψ Revisión de notas de los estudiantes 		<ul style="list-style-type: none"> Ψ Interpretación y análisis de resultados 	
Objetivo II: Efectuar actividades para la promoción de las habilidades para la vida y prevención del bajo rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.				
Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
Se fortalecerá las habilidades para la vida y se brindara prevención para el bajo rendimiento académico a través de N°24 intervenciones con 159 estudiantes de la institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Presentación inicial. 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Fotografías 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Empatía Ψ Comunicación asertiva Ψ Acercamiento para generar confianza a los estudiantes y docentes Ψ Poder proponer las reglas y compromisos durante las intervenciones. 	100%
	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Aplicación del instrumento habilidades para la vida. 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Lista de asistencia Ψ Fotografías 	Se aplicara el instrumento habilidades para la vida, con el fin de poder medir el impacto del programa.	100%
	<ul style="list-style-type: none"> Ψ La telaraña <p>Se solicitará a los estudiantes u docentes que, estando de pie, formen un circulo, después se le pasara una lana a un participantes y se le pedirá que mencione su nombre y una regla que se deberá cumplir durante las</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ψ Fotografías 	<ul style="list-style-type: none"> Ψ trabajo en equipo Ψ empatía Ψ Observación Ψ Participación 	100%

	<p>intervenciones, después se le pedirá que pase la lana al azar y este realizara la misma acción hasta que todos hayan pasado.</p> <p>Una vez que todos los participantes, incluyendo la psicóloga, se hayan dado a conocer, quedará una representación de una telaraña o una red donde todos están interconectados, se les pedirá que se desenreden sin soltarse.</p>			
<p>Ψ Cine foro “quien se comió mi queso”</p> <p>Se les presenta el video “quien se comió mi queso”, https://www.youtube.com/watch?v=GtwC0WVDup8, después se les pide opiniones frente al video y se hace una lluvia de ideas en una cartelera que se dejara pegada dentro del aula de clases.</p>	<p>Ψ Video ven</p> <p>Ψ Video</p> <p>Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Observación</p> <p>Ψ Sensibilización</p> <p>Ψ Escucha</p>		100%
<p>Ψ Teléfono roto</p> <p>Se les pide que formen equipos de 10 estudiantes y que formen una fila, al primer estudiante se le dará una frase la cual tendrá que transmitir a su segundo compañero, el segundo al tercero y así sucesivamente hasta que la frase llegue al final de la fila, el ultimo compañero tendrá que meterse por debajo de las piernas de sus compañeros y</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Reflexión</p>	<p>Ψ Escucha</p> <p>Ψ Trabajo en equipo</p> <p>Ψ Experiencia vivencial</p> <p>Ψ Habilidades sociales</p>		100%

	<p>llegar hasta el tablero anotando la frase que le llego, al momento que todos los equipos hayan anotado la frase se les pedirá que se sienten y reflexionaremos frente a los resultados obtenidos de la actividad.</p>			
	<p>Ψ Comunicación en la resolución de conflictos</p> <p>Primero se explica que es comunicación, después se les pide que hagan una “barrera del sonido”, que son los que se encargaran de transmitir el mensaje, se piden dos participantes que se harán fuera de la muralla, el grupo que forma la muralla tiene que gritar o hablar alto, impidiendo que los dos participantes que se sitúan fuera de la muralla, puedan comunicarse. Al final se hace una reflexión y luego se dará unas frases que se escribieron de manera hostil y se les pide que lo hagan de manera asertiva.</p> <p>Frases</p> <p>Ve movele, necesito las cosas rápido</p> <p>¡Ridículo, no te estás dando cuenta de lo que estás diciendo, cállate!</p>	<p>Ψ Registros fotográficos</p> <p>Ψ Frases</p>	<p>Ψ Técnica de exposición</p> <p>Ψ Escucha</p> <p>Ψ Observación</p>	<p>de 100%</p>

	<p>Que pereza vos nunca escuchas nada</p> <p>Hace lo que te estoy diciendo</p> <p>¿No puedes hacer las cosas bien o qué?</p> <p>Usted es una chismosa</p> <p>Sáquelo, es un bobo</p>											
	<p>Ψ Derechos asertivos</p> <p>Se solicita a los estudiantes que identifiquen individualmente los derechos que creen tener en la familia, el trabajo y la sociedad, en el formato que se les entrega.</p> <table border="1" data-bbox="321 989 708 1178"> <tr> <td colspan="2">YO TENGO DERECHO</td> </tr> <tr> <td>En mi casa a:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>En mi trabajo a:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>En mi grupo de amistades a:</td> <td></td> </tr> </table>	YO TENGO DERECHO		En mi casa a:		En mi trabajo a:		En mi grupo de amistades a:		<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Cuadro de la actividad</p> <p>Ψ reflexión</p>	<p>Ψ empatía</p> <p>Ψ pensamiento critico</p> <p>Ψ escucha</p>	100%
YO TENGO DERECHO												
En mi casa a:												
En mi trabajo a:												
En mi grupo de amistades a:												
	<p>Ψ Creando historias</p> <p>Se les pide a los estudiantes que hagan un circulo, se les dará dos palabras con las cuales tendrán que ir realizando una historia, se les indicara cuando es el siguiente en el turno para continuar con la historia</p> <p>Ejemplo: “había una vez, un cubo de hielo con hojas” se le pide al otro estudiante que la continúe...</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Pensamiento creativo</p> <p>Ψ Escucha</p>	100%								
	<p>Ψ Frases incompletas</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Pensamiento creativo</p>	100%								

	<p>Se les entrega a cada estudiante las siguientes frases incompletas:</p> <p>Cuando estoy callado/a con mis amigos, me siento...</p> <p>Cuando me enojo con alguien, me siento...</p> <p>Cuando me regañan, me siento...</p> <p>Cuando tengo un problema, me siento...</p> <p>Cuando estoy contento/a, lo demuestro...</p> <p>Cuando tengo miedo, busco...</p> <p>Después de que las completen se le pedirá a cualquier estudiante que salga al frente y represente la emoción o sentimiento que puso en su frase incompleta</p>	<p>Ψ Frases</p>	<p>Ψ Manejo de emociones</p> <p>Ψ Escucha</p>	
	<p>Ψ Abanico de emociones y sentimientos</p> <p>1. se le pedirá a los estudiantes que se coloquen en círculo, sentados en una posición cómoda con los ojos cerrados y en silencio. Se les dirá que lo disfruten y les solicitará que se encuentren atentos a las respuestas de su cuerpo.</p> <p>2. Comenzará a reproducirse una secuencia musical y los</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Anexo de la tabla</p>	<p>Ψ Control de emociones</p> <p>Ψ Pensamiento crítico</p> <p>Ψ Empatía</p>	100%

	<p>videos que permita a los participantes explorar diversas emociones.</p> <p>3. Cuando se acaben las canciones y los videos les pedirá que abran los ojos, y les explicará que a partir de esta experiencia podemos identificar cómo se manifiestan las emociones en nuestro cuerpo y que poder identificarlas nos permite tener mayor conciencia de ellas y de cómo se manifiestan los sentimientos en el cuerpo.</p> <p>4. se les pasara la siguiente tabla</p>			
	<p>Ψ Autoconocimiento y mi ser</p> <p>Se le pide a los estudiantes que contesten una serie de preguntas para que reconozcan aspectos importantes en su vida:</p> <p>Nombre</p> <p>Edad</p> <p>¿Cuál es mi color favorito?</p> <p>¿Qué es lo que más miedo me produce?</p> <p>¿Qué me gusta hacer en mi tiempo libre?</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Preguntas</p> <p>Ψ Tabla</p>	<p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ Observación</p> <p>Ψ Pensamiento crítico</p> <p>Ψ Habilidades sociales</p>	100%

	<p>¿Qué es lo que más odio hacer?</p> <p>¿Cuál es mi comida favorita?</p> <p>¿Qué comida no me gusta?</p> <p>¿Qué parte de mi cuerpo me gusta más?</p> <p>¿Cuál es mi deporte favorito?</p> <p>¿Cuáles son mis sueños? ¿Qué quiero lograr? ¿Cómo lo quiero lograr?</p>			
	<p>Ψ Mural de motivación</p> <p>Se le pide a los estudiantes que cada uno traiga una foto familiar (papás, tíos, abuelos, o persona que lo motive a ser mejor) y de sí mismo, dentro del aula de clase que hagan una frase que los motive a ser los mejores estudiantes, después se decorara el mural que llevara las fotos de estos y las frases, este mural realizara alrededor del tablero para que este visible para ellos, al final se les recordara que cuando estén perdiendo la disciplina miren el mural.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Fotografías</p> <p>Ψ Frases motivacionales</p>	<p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ Observación</p> <p>Ψ Motivación</p>	100%
	<p>Ψ Un pequeño libro sobre mí</p> <p>Cada estudiante realizara un libro sobre sí mismo donde pondrá fotografías familiares, de amigos y de sí mismo,</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Registro de asistencia</p> <p>Ψ Libro terminado</p>	<p>Ψ Habilidades cognitivas</p> <p>Ψ Habilidades sociales</p> <p>Ψ Empatía</p>	100%

	<p>también contestara las siguientes preguntas:</p> <p>(comprender el entorno social) ¿Dónde estás?, ¿Cuáles son tus necesidades, capacidades, oportunidades y limitaciones?, (aclarar expectativas) ¿para que estas aquí?, ¿Cuáles han sido hasta hoy el propósito y sentido de vida y que objetivos te planteas?, ¿de qué forma deseas contribuir al mejoramiento de lo que te rodea?, (tomar decisiones), definir objetivos de vida a corto, mediano y largo plazo, elección de la orientación que le darás a tu actividad productiva, (tener un plan de acción), ¿Qué plan seguirás?, ¿Qué pasos son los que debes realizar?, ¿Cómo usaras tu tiempo de vida? (conocimiento de sí mismo), ¿Quién soy?, ¿Qué he sido?, ¿de dónde vengo?, ¿a dónde voy? (empleo del tiempo), ¿Quién eres?, ¿quién quieres ser?, ¿Qué papel desempeñarás en tu grupo social?, ¿Cómo vas a ganarte la vida y que contribución social harás a través de tu ocupación?, ¿Qué carrera estudiaras?, ¿Cómo te prepararás?, ¿Qué oportunidad puedes aprovechar?, ¿dónde y cómo vivirás?, ¿Qué pareja quieres</p>			
--	--	--	--	--

	<p>formar?, ¿Qué familia formarían tu pareja y tú?, ¿Qué compromiso tienes con tu grupo social?, ¿Qué compromiso tienes como ser humano?, (inventario de vida), ¿Cuándo me siento totalmente vivo? ¿Cuáles son las cosas, los acontecimientos, las actividades, que me hacen sentir que realmente vale la pena vivir, que es lo maravilloso de estar vivo?, ¿Qué deseos debo convertir en planes? ¿Ha descartado algunos sueños por no ser realistas y que deba volver a soñar?, ¿Qué debo dejar de hacer ya?, ¿Qué debo empezar a hacer ya?, (profesión), ¿a qué me quiero dedicar el resto de mi vida?</p>			
	<p>Ψ ¿Cómo podría ser diferente?</p> <p>Se le reparte a cada participante una tarjeta con una enfermedad terminal y el tiempo de vida que les queda. Entonces se les dice... "Su médico les ha mandado a cada uno información confidencial, con respecto a su salud y al tiempo de vida que les queda, ustedes están convencidos de que el diagnóstico es correcto. Describan cómo cambiaría su vida esta noticia". Se da</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Tarjetas</p> <p>Ψ Reflexiones</p>	<p>Ψ Habilidades de control de emociones</p> <p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ Observación</p> <p>Ψ Escucha</p>	<p>100%</p>

	<p>tiempo a que los participantes piensen y escriban sobre la pregunta anterior. Luego se les menciona lo siguiente: "Si ustedes desean cambiar su vida en esa dirección, ¿Qué los detiene para hacerlo ahora mismo?"</p> <p>“usted tiene cáncer, va a morir en tres meses”</p> <p>“usted tiene un tumor cerebral , tiene 27 días de vida”</p>			
	<p>Ψ Caja de amor</p> <p>Se le pide a los estudiantes que realicen una caja para una persona importante de su hogar y dentro de esta deposite unos “bonos” que serán como regalos que la otra persona le obsequiara, estos no son cosas materiales, por ejemplo, un beso, un abrazo, una tarde juntos/juntas, entre otras.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Materiales didácticos</p>	<p>Ψ Creatividad</p> <p>Ψ Observación</p> <p>Ψ Escucha</p>	100%
	<p>Ψ Barrera de sonido</p> <p>Se le pide a los estudiantes que realicen una barrera y dos de estos se haga uno a cada lado, después los dos estudiantes deberán tratar de transmitir un mensaje que se le da para que llegue al otro lado, mientras que los de la mitad que están formando la</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Trabajo en equipo</p>	100%

	<p>barrera deberán hacer mucho ruido y harán todo lo posible para que el mensaje no sea transmitido.</p> <p>Al final se les dará una reflexión sobre el ruido que se tiene dentro de las aulas de clase.</p>			
<p>Ψ ¿Cómo será mi casa?</p> <p>Se le pide a los estudiantes que hagan una descripción en un formato en donde cuenten detalladamente cómo será su casa, que tendrá y como lo obtendrán, así mismo que peguen imágenes donde se pueda visualizar su hogar.</p>	<p>Ψ Material didáctico</p> <p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Formato (anexo)</p>	<p>Ψ Creatividad</p> <p>Ψ Imaginación</p>		100%
<p>Ψ Técnica de relajación</p> <p>Se les pide a los estudiantes que se hagan en una ronda y procedan a concientizar su respiración y todas las partes de su cuerpo.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Empatía</p>		100%
<p>Ψ ¿Cómo será mi pareja?</p> <p>Se les pide a los estudiantes que por medio del formato respondan las preguntas frente a sus parejas sentimentales.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Formato (anexo)</p>	<p>Ψ Imaginación</p> <p>Ψ motivación</p>		100%
<p>Ψ conejos a sus conejeras</p> <p>Se les pide que realicen grupos de 3 en donde dos serán conejeras y uno el conejo, después se procede a</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Reflexión</p>	<p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ Dominio del tema</p>		100%

	<p>indicar que cuando se dé la orden de “conejos a sus conejeras” los que son conejos deberán cambiarse de conejeras y cuando se indique “conejeras a sus conejos” estos deben ir a buscar un conejo.</p> <p>Al final de la actividad se les da una reflexión.</p>			
	<p>Ψ Mi profesión</p> <p>Se les entregara un formato en donde ellos podrán plasmar con claridad que profesión escogerán, en que sitio realizaran sus estudios, como lo harán y para que lo harán, esto con el fin de que se genere un proyecto de vida profesional.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Formato (anexo)</p>	<p>Ψ Dominio del tema</p> <p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ Motivación</p>	100%
	<p>Ψ El perdón es el mejor regalo</p> <p>Se les entrega un formato en donde esta una vela que deberán escribirle un mensaje de perdón o de agradecimiento para que esta sea entregada a uno de sus compañeros</p>	<p>Ψ Formato (anexo)</p> <p>Ψ Registro fotográfico</p>	Ψ Empatía	100%
	<p>Ψ Busca tu 0</p> <p>Se les pide a los estudiantes que busquen una motivación que los ayude a salir adelante, se les explica porque se llama el 0 de tu vida.</p>	<p>Ψ Formato (anexo)</p> <p>Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Motivación</p> <p>Ψ Imaginación</p> <p>Ψ Empatía</p>	100%

	<p>Ψ Me expreso por medio de una carta</p>	<p>Ψ Anexo Ψ Registro fotográfico</p>	<p>Ψ Empatía Ψ Manejo de emociones</p>	100%
	<p>Ψ La cebolla y entrega de carpetas</p> <p>Se escoge un estudiante que tome el mensaje “secreto” y que lo guarde muy bien, el resto de sus compañeros deberán protegerlo y dos estudiantes intentaran quitarlos de su alrededor y para esto tendrán 1 minuto.</p> <p>Al final se les dará una reflexión y se les entregara la carpeta que se realizó durante todas las intervenciones.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico Ψ Reflexión Ψ Carpeta</p>	<p>Ψ Trabajo en equipo Ψ Empatía</p>	100%
	<p>Ψ Psi orientaciones</p> <p>Se les brinda una orientación personalizada a cada estudiante para identificar necesidades que estén afectando su rendimiento académico.</p>	<p>Ψ Formatos de psicorientacion</p>	<p>Ψ Empatía Ψ Dominio del tema</p>	100%

Objetivo III: Brindar herramientas a los docentes de estilos de enseñanza de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
Se fortalecerá los estilos de enseñanza a través de N°5 encuentros con 16 docentes de la	<p>Ψ Certificado de aptitud</p> <p>Se les entregara el certificado de aptitud a cada docente y este tendrá que escoger un alumno de cada salón, de los que están en bajo rendimiento académico y estén en su</p>	<p>Ψ Fotografías Ψ Seguimiento a los alumnos Ψ Certificado</p>	<p>Ψ Empatía Ψ Trabajo en equipo Ψ Dominio del tema</p>	100%

<p>Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.</p>	<p>proceso de mejorar, al final se les reconocerá al frente de todo el salón su mejoramiento.</p>			
	<p>Ψ Caja de herramientas para el aula de clase</p> <p>Se les dará una lista de actividades que podrán realizar en la hora de dirección de grupo donde se podrá desarrollar las habilidades para la vida.</p> <p>Actividad 1: desarrollar habilidades de comunicación: ponga a los estudiantes hablar al mismo tiempo. Deles una señal para que se detengan y pregúnteles cuántos de ellos sintieron que alguien los escuchaba.</p> <p>Actividad 2: se les pasara un cuadro que será usado cuando los estudiantes comentan una falta, con el fin de disminuir los castigos y fomentar las soluciones, las preguntas que están en el cuadro serán resultas por el estudiante.</p> <p>Mi castigo ¿Cuándo lo voy hacer? ¿Cómo lo voy a reparar?</p> <p>Actividad 3: se les explica que un método de solucionar problemas es el árbol de las soluciones, se les dibuja un árbol grande en el tablero, y</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Seguimient o</p> <p>Ψ Materiales didáctico</p>	<p>Ψ Trabajo en equipo</p> <p>Ψ Observación</p> <p>Ψ Escucha</p> <p>Ψ Habilidades sociales</p> <p>Ψ Habilidades cognitivas</p> <p>Ψ Habilidades control de emociones</p>	<p>100%</p>

	<p>se les pide que identifiquen el problema, después las posibles causas y por último las posibles soluciones, usted como maestro ubicara:</p> <p>Tallo: va el problema</p> <p>En las hojas: las posibles soluciones</p> <p>Raíces: causas</p> <p>Al final llegarán a un acuerdo de cuando se hace el seguimiento de dicho problema</p>			
	<p>Ψ Escuela de docentes</p> <p>Se realizará una capacitación en donde se expondrán los temas más relevantes que estén afectando en rendimiento académico de los estudiantes.</p>	<p>Ψ Registro fotográfico</p> <p>Ψ Seguimiento o</p> <p>Ψ Materiales</p>	<p>Ψ Escucha</p> <p>Ψ Trabajo en equipo</p> <p>Ψ Observación de</p> <p>Ψ Solución de conflictos</p> <p>Ψ Habilidades sociales</p>	100%

Objetivo IV: Generar espacios entre estudiantes y padres de familia de la Institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.

Meta indicador	Actividad	Sistema de evaluación	Estrategias de intervención	Indicador de efecto
Se fortalecerá el tiempo de calidad entre los alumnos y padres de familia con N°3 actividades con 685	<p>Ψ Caja de amor</p> <p>Se les pide que hagan una caja y la decoren, dentro de ella depositaran tarjetas de ideas para pasar tiempo con sus papas, una vez terminen la caja ellos deberán llevárselas y entregárselas, una vez los padres vean la</p>	<p>Ψ Registro de asistencia</p> <p>Ψ Formato de las actividades</p> <p>Ψ Reflexiones</p>	<p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ trabajo en equipo</p> <p>Ψ interpretación</p> <p>Ψ comunicación</p>	100%

estudiantes y 850 padres de familia aproximadamente de la institución Gabriela Mistral sede principal de la ciudad de Popayán.	caja y lean todas las tarjetas deberán enviar una reflexión sobre este regalo que les ha dado su hijo/a, además hará una lista aparte de las cualidades que tienen sus hijos, así mismo realizara una breve descripción de su físico, gustos y toda la información posible sobre ellos.			
	<p>Ψ Calendario de actividades</p> <p>A cada estudiante se le pasara un calendario en donde cada día tendrá una actividad para realizar con su hijo/a , debajo de cada día se encontrara un espacio en donde pondrá que aprendió de ese espacio con su hijo/a</p>	<p>Ψ Registro de asistencia</p> <p>Ψ Formato de las actividades</p> <p>Ψ Reflexiones</p>	<p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ trabajo en equipo</p> <p>Ψ interpretación</p> <p>Ψ comunicación</p>	100%
	<p>Ψ Encuentro en psicología</p> <p>Se llamaran a los padres de familia y alumnos para un pico orientación y trabajar según las necesidades de cada alumno.</p>	<p>Ψ Ficha de psicología</p> <p>Ψ Ficha de seguimiento</p>	<p>Ψ Empatía</p> <p>Ψ Trabajo en equipo</p> <p>Ψ Interpretación</p> <p>Ψ Escucha</p>	100%

CRONOGRAMA

Tabla 4. Cronograma

	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
--	--------	------------	---------	-----------	-----------

RECURSOS-PRESUPUESTO*Tabla 5. Recursos- presupuesto*

TIPO DE RECURSOS	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Marcadores	15	\$2000	\$30.000
Hojas	1000	\$100	\$100.000
Impresiones	3.339	\$200	\$667.800
Cartulina	318	\$500	\$159.000
Dulces	685	\$1000	\$685.000
Minutos	300	\$200	\$60.000
Carpetas	159	\$300	\$47.700
		TOTAL	\$1 765.400
TIPO DE PROFESIONAL	NÚMERO DE HORAS	VALOR POR HORAS	VALOR TOTAL
Psicólogo educativo de trabajo de grado- asesor de trabajo de grado.	4	\$36151	\$ 144.604

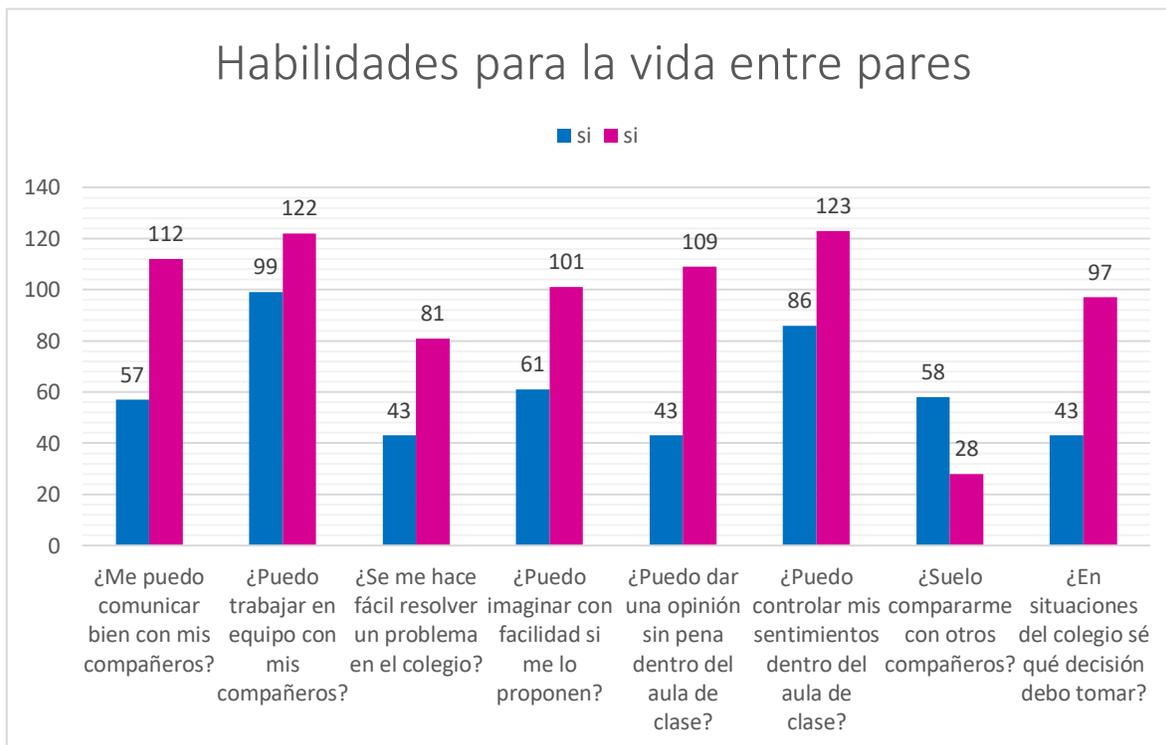
1 estudiante	512	\$17075	\$ 8'742.400
Pasante de			
Psicología			
Educativa			
		TOTAL	\$ 8'887.004

RECURSOS	VALOR
MATERIALES	\$1'765.400
HUMANOS	\$8'887.004
TOTALES	\$10'652.404

Resultados

Resultados del pre test y pos test habilidades para la vida

Gráfica N°1

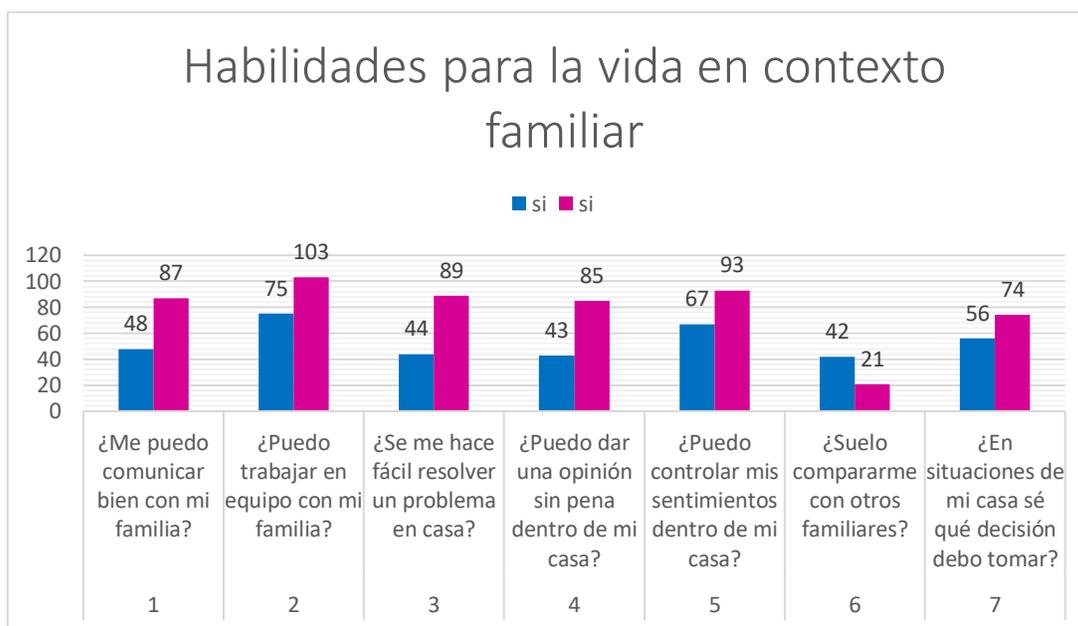


Fuente: Elaboración propia

Esta grafica nos muestra la percepción que tienen los estudiantes frente a las habilidades para la vida dentro del contexto educativo entre pares, en la primera pregunta se puede observar como ellos antes de las intervenciones tenían un 35,8% frente a la habilidad de comunicarse asertivamente entre ellos, después de las intervenciones ellos perciben que el aumento fue de 70,4%; además, en la segunda pregunta que corresponde a la habilidad de trabajar en grupo con sus compañeros ellos infieren que después de las intervenciones el 76,7% de la población deduce que sí y el 23,2% de la población total percibe no tener la habilidad de trabajar en equipo con sus compañeros; en cuanto a la tercera pregunta que

corresponde a la habilidad de solución de problemas ellos perciben que 72,9% no pueden resolver conflictos y después de las intervenciones ellos infieren que un 50,9% lo pueden realizar; en relación a la pregunta número cuatro que pertenece a la habilidad de pensamiento crítico los estudiantes señalan en el pre test que solo el 31,4% de la población total cree no tener esta habilidad, después de las intervenciones el 68,5% deduce que si cree tener pensamiento creativo; en la pregunta cinco que pertenece a la habilidad de pensamiento crítico ellos perciben que el 27% de la población total tiene dicha habilidad, después de las intervenciones el 68,5% de la población total infiere tener pensamiento crítico, mostrando así un aumento del 41,5%; la pregunta seis que concierne a la habilidad de control de las emociones según los estudiantes después de las intervenciones el 77,3% creen tener la habilidad de control de sus emociones; en la pregunta siete que corresponde a la autoestima, los estudiantes infieren que el 36,4% solía compararse con sus compañeros, después de las intervenciones ellos perciben que el 82,3% no se compara con sus compañeros, por último la pregunta número ocho que pertenece a la habilidad de toma de decisiones el 27% de la población total cree que decisión tomar frente a situaciones del colegio y posterior a las intervenciones el 61% percibe que si cree tener dicha habilidad mostrando un aumento del 34% de la población total.

Gráfica N°2

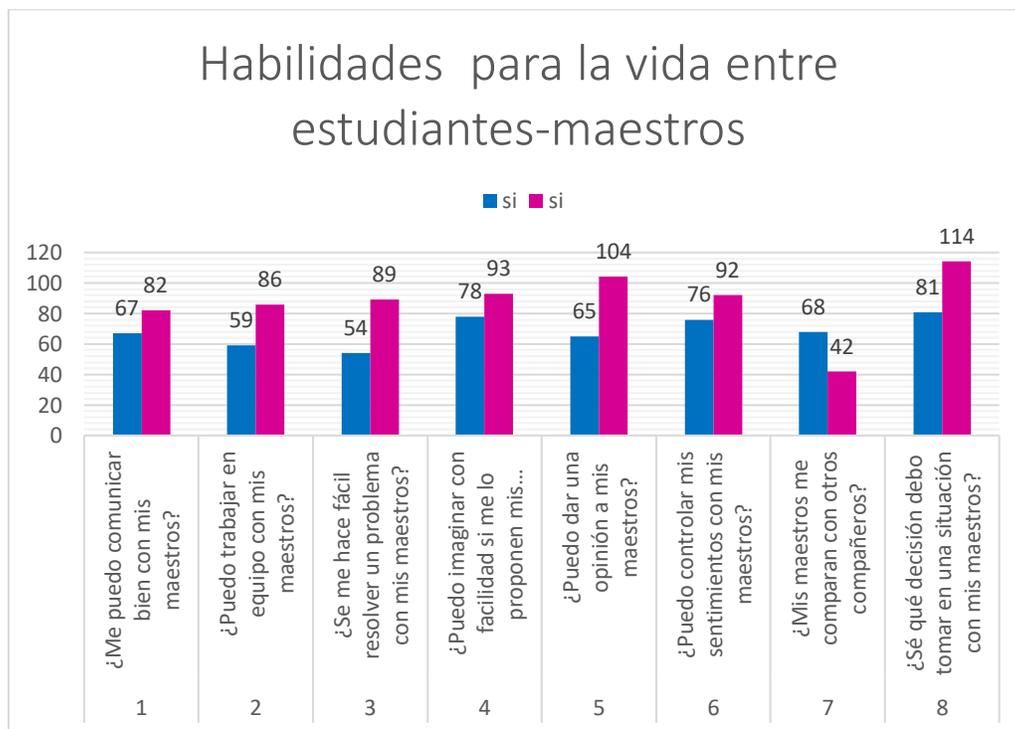


Fuente: Elaboración propia

Con respecto a la gráfica número dos, esta corresponde a las habilidades para la vida en el contexto familiar, la primera pregunta nos arroja que desde la percepción de los estudiantes el 30,1% creían que si podían comunicarse con su familia, posterior a las intervenciones el 54,7% cree que si lo puede hacer teniendo un aumento del 24,6%; la segunda pregunta que corresponde al trabajo en equipo dentro del contexto familiar, los estudiantes infieren que el 52,8% perciben no poder trabajar en equipo, después de las intervenciones realizadas el 35,2% de la población total cree no poder trabajar en equipo, mostrando que hubo una disminución frente a la percepción de no poder trabajar en equipo del 17,6%; la tercera pregunta nos arroja que el 27,6% conceptúa que si podía resolver un problema en casa , en seguida de las intervenciones el 55,9% de los estudiantes cree que si tiene la habilidad de resolver problema; la cuarta pregunta nos muestra que el 27% de la población total tiene la percepción de poder dar una opinión sin pena dentro de su casa y al

finalizar las intervenciones el 53,4% de la población total si cree tener la habilidad de pensamiento crítico en su contexto familiar; la quinta pregunta nos proyecta que el 57,8% de la población total cree que no controla sus emociones en la casa, posterior a las intervenciones el 58,7% percibe que si puede controlar sus emociones; la sexta pregunta corresponde a la autoestima, mostrándonos que el 26,4% percibía que si se comparaba con sus familiares y después de las intervenciones el 86,7% de la población total señala que no se compara con ellos; por último, el 64,7% de la población total de estudiantes creía que no tenían la habilidad de tomar decisiones , al finalizar las intervenciones el 53,4% percibe que no tiene dicha habilidad, mostrándonos una disminución del 11,3% de la percepción de los estudiantes frente a no tener esta habilidad.

Gráfica N°3



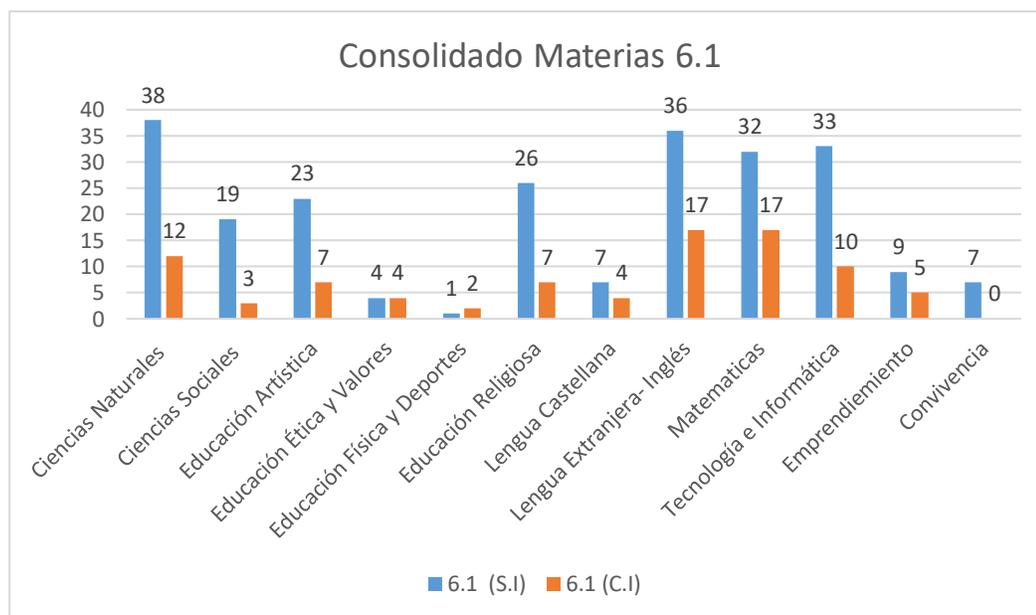
Fuente: Elaboración propia

En la gráfica número tres nos muestra la percepción que tienen los estudiantes frente a situaciones con sus docentes, la primera pregunta nos muestra que el 57,8% de la población total de estudiantes percibía que no se podían comunicar con sus maestros, después de las intervenciones el 51,5% tienen la percepción de que si lo pueden hacer; la segunda pregunta corresponde a la habilidad de trabajo en equipo donde al inicio del proyecto el 37,1% de la población total cree que si puede trabajar en equipo con sus maestros, al finalizar las intervenciones el 54% tiene la percepción de que si puede trabajar en equipo, aumentando en un 17% la percepción de manera positiva frente a dicha habilidad; la tercera pregunta nos arroja que en el pre test un 33,9% cree que si tiene la habilidad de solución de problemas y en el pos test el 55,9% de la población total de los estudiantes cree que si tiene esta habilidad, aumentando en un 22% de manera positiva la percepción de tener la habilidad de solución de problemas con los maestros; en cuanto a la cuarta pregunta, el 50,9% cree que no tenían la facilidad de imaginar, posterior a las intervenciones el 58,4% plasmaron en el pos test que si tienen la facilidad de imaginar cuando sus maestros se lo piden; la quinta pregunta corresponde a la habilidad de pensamiento crítico dentro del contexto educativo, en donde el 59,1% plasma en el pre test que ellos creen no tenerla, en seguida de las intervenciones, el 65,4% de la población total de estudiantes cree que si tiene la habilidad de pensamiento crítico, reflejando un aumento frente a su percepción de manera positiva del 24,6% de la población total de estudiantes; la sexta pregunta en la gráfica número tres nos muestra un aumento del 10% frente a la percepción que tienen los estudiantes frente a la habilidad de control de emociones; la pregunta número siete nos arroja que el 73,5% de la población total de estudiantes cree en el pos test que los docentes no los comparan entre estudiantes, teniendo en cuenta que en el pre test el 42,7% creía que si se presentaban estas comparaciones; la

octava pregunta corresponde a la habilidad de toma de decisiones, donde la percepción de los estudiantes es que al inicio del proyecto el 49% pensaba que no tenía dicha habilidad, posterior a las intervenciones el 71,6% refleja su percepción de manera positiva frente a la habilidad de toma de decisiones.

A continuación, se mostrará desde la gráfica número 4 hasta el número 7 el consolidado de las materias de los cursos que se les llevo a cabo el programa de promoción para las habilidades para la vida y la prevención del bajo rendimiento en donde (S.I): sin intervención que pertenece al primer y segundo periodo académico y (C.I): con intervención que corresponde al tercer y cuarto periodo académico:

Gráfica N°4

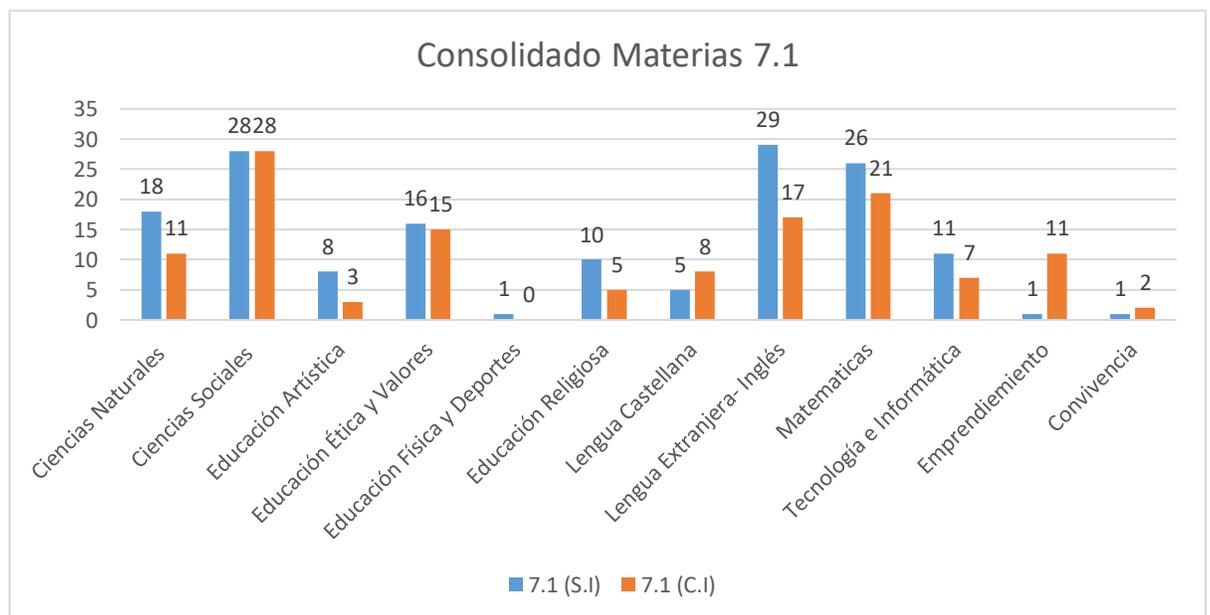


Fuente: Elaboración propia

Aquí se puede observar dos momentos en el curso 6.1 de la Institución, sin intervención durante el primer y segundo periodo 38 niños perdieron ciencias naturales y en

un segundo momento, en el tercer y cuarto periodo después de las intervenciones hubo una reducción de 12 estudiantes, es decir que entre el primer y segundo momento 26 niños aumentaron su rendimiento académico, de igual manera se puede observar con ciencias sociales que entre el primer y segundo momento hubo una reducción de 16 estudiantes, en educación artística de 16 estudiantes, 19 en educación religiosa, en lengua extranjera en un primer momento hubo una pérdida de 36 estudiantes y en un segundo momento 17 estudiantes, teniendo una reducción de 19 estudiantes, así mismo en la materia de matemáticas con una reducción de 15 estudiantes, 23 estudiantes en tecnología informática, 4 en emprendimiento y en convivencia paso de 7 estudiantes a 0 estudiantes, por otra parte en ética y religión se mantuvieron 4 estudiantes con bajo rendimiento y en educación física hubo un aumento de un estudiante que paso a bajo rendimiento académico.

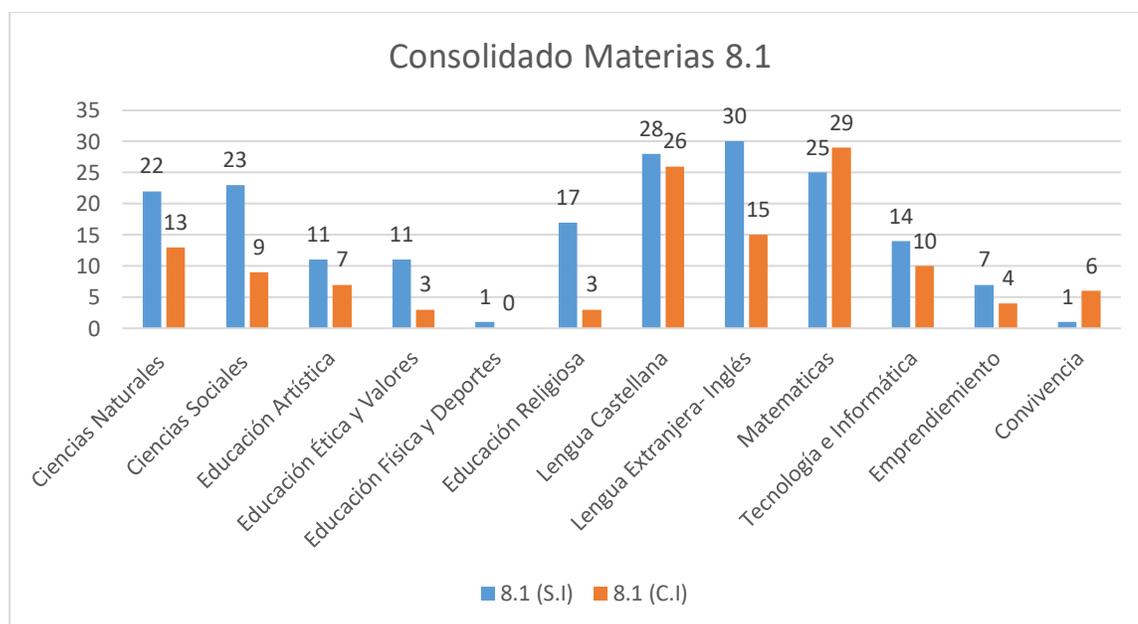
Gráfica N°5



Fuente: Elaboración propia

Esta gráfica nos muestra que en el curso 7.1 de la Institución en el primer momento (S.I), en ciencias naturales hubo un bajo rendimiento académico de de 18 estudiantes y en un segundo momento (C.I) 11 estudiantes, teniendo una reducción de 7 estudiantes, en educación artística, matemáticas y educación religiosa se redujo a 5 estudiantes, 12 estudiantes en inglés, 4 en tecnología informática, 1 en ética y en educación física en el segundo momento (C.I) no se presentó bajo rendimiento académico de ningún estudiante , por otra parte en ciencias sociales se mantuvieron los mismos estudiantes, en lengua castellana se aumentó el bajo rendimiento académico de 3 estudiantes y 1 en convivencia.

Gráfica N°6

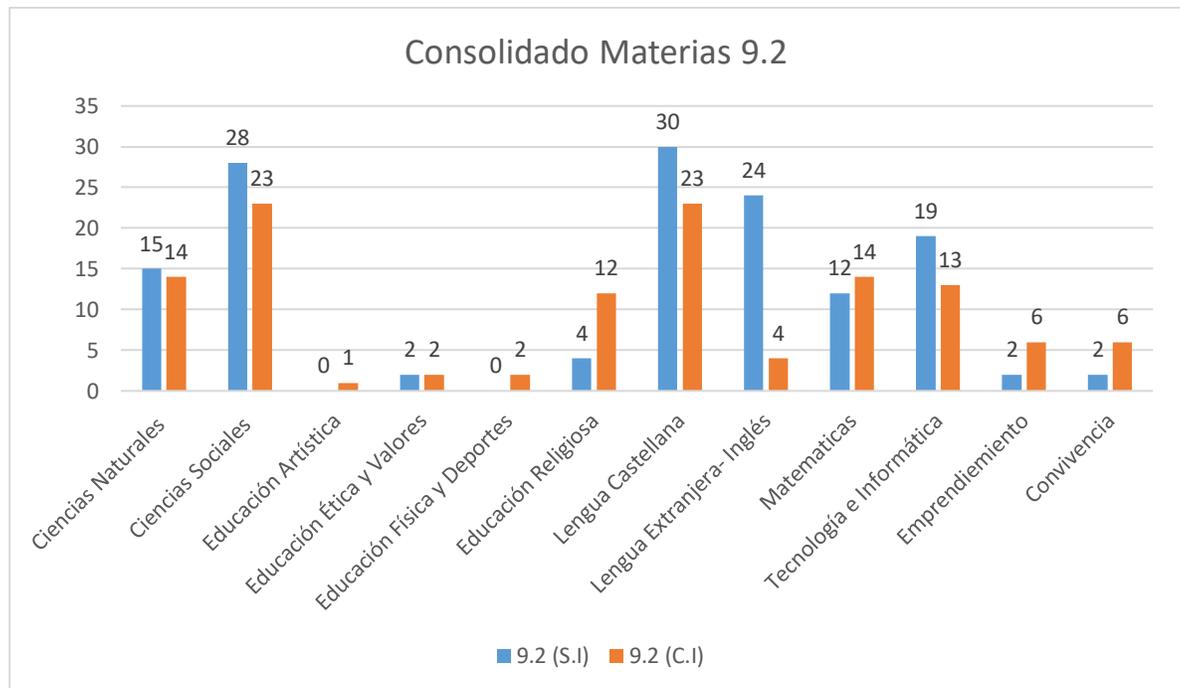


Fuente: Elaboración propia

Esta gráfica nos arroja que el curso 8.1 en el primer momento (S.I), en ciencias naturales presento un bajo rendimiento académico de 22 estudiantes, en un segundo momento (C.I), presento 13 estudiantes con bajo rendimiento académico, es decir que 9

estudiantes aumentaron el rendimiento académico, así mismo, 14 estudiantes en ciencias sociales, 4 en educación artística, 8 en ética y valores, 14 en educación religiosa, 2 en lengua castellana, 15 en inglés, 4 en tecnología, 3 en emprendimiento, en educación física en el segundo momento (C.I) no presento estudiantes con bajo rendimiento académico, por otra parte, en matemáticas 4 estudiantes presentaron bajo rendimiento académico en el segundo momento (C.I) y 5 en convivencia.

Gráfica N°7



Fuente: Elaboración propia

Esta gráfica nos arroja que en el curso de 9.2 en un segundo momento (C.I), en cuanto a ciencias sociales 5 estudiantes presentaron un amento de rendimiento académico, además, 1 en ciencias naturales, 7 en lengua castellana, 20 en inglés, 6 en tecnología, por otra parte, 2 estudiantes se mantuvieron con bajo rendimiento académico durante el primer

(S.I) y segundo momento (C.I), 4 estudiantes aumentaron el bajo rendimiento académico en emprendimiento y convivencia.

Resultados cualitativos

A continuación, se dará a conocer los resultados cualitativos obtenidos durante las intervenciones:

Universidad Cooperativa de Colombia	
Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Presentación inicial	Tema: Habilidades para la vida
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 30 minutos	Dirigida a: Estudiantes, docentes y padres de familia
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Dar a conocer el trabajo que se realizará durante las intervenciones en el segundo periodo de 2019 para generar un mayor impacto y empoderamiento frente al tema.
Metodología	Se realizara una presentación en power point exponiendo el tema de habilidades para la vida y se explicara para que estas herramientas podrán ser usadas dentro y fuera del contexto educativo.
Número total Beneficiarios	159 estudiantes 100 padres de familia 16 docentes
Logros obtenidos	Se logró dar a conocer el tema de habilidades para la vida, así mismo, como y para que les servirá dentro y fuera del contexto educativo. Los estudiantes conocieron y tuvieron una mayor sensibilización frente a las intervenciones que se realizaron.
Registros de Evaluación	

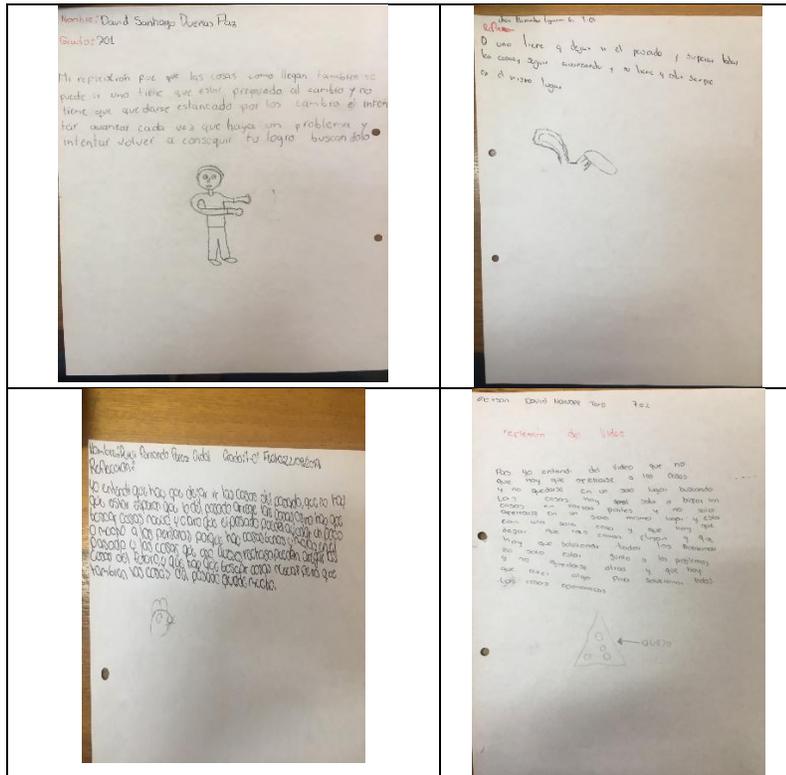
Universidad Cooperativa de Colombia																																																																																																									
Sede Popayán																																																																																																									
Psicología Educativa																																																																																																									
Nombre de la Actividad: Aplicación instrumento habilidades para la vida	Tema: Habilidades para la vida																																																																																																								
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral																																																																																																									
Duración: 20 minutos	Dirigida a: Estudiantes																																																																																																								
Área: Educativa																																																																																																									
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita																																																																																																									
Área: Educativa																																																																																																									
Objetivo	Lograr establecer que tanto conocimiento y habilidades tienen los estudiantes frente al tema y poder tener un resultado antes de realizar las intervenciones para que al finalizarlas se pueda hacer una comparación del pre test y pos test.																																																																																																								
Metodología	Se aplicó el siguiente test:  <p style="font-size: small; text-align: center;">Universidad Cooperativa de Colombia, Campus Popayán - Psicólogo en formación Natalia Muñoz Piedrahita - natalia.muñoz@ucopac.edu.co Habilidades para la Vida</p> <p style="font-size: x-small;">A continuación encontraras una encuesta que medirá el conocimiento y la cantidad de habilidades para la vida que en este momento tienes, las preguntas son de respuesta si/no, marca con una x la respuesta que para ti sea la más adecuada.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <thead> <tr style="background-color: #f8d7da;"> <th>ID</th> <th>Pregunta</th> <th>si</th> <th>no</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>¿Me puedo comunicar bien con mis compañeros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td>¿Puedo trabajar en equipo con mis compañeros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td>¿Se me hace fácil resolver un problema en el colegio?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td>¿Puedo imaginar con facilidad si me lo proponen?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td>¿Puedo dar una opinión sin pena dentro del aula de clase?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td>¿Puedo controlar mis sentimientos dentro del aula de clase?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td>¿Suelo compararme con otros compañeros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td>¿En situaciones del colegio sé qué decisión debo tomar?</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <thead> <tr style="background-color: #fff3cd;"> <th>ID</th> <th>Pregunta</th> <th>si</th> <th>no</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>¿Me puedo comunicar bien con mi familia?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td>¿Puedo trabajar en equipo con mi familia?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td>¿Se me hace fácil resolver un problema en casa?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td>¿Puedo dar una opinión sin pena dentro de mi casa?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td>¿Puedo controlar mis sentimientos dentro de mi casa?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td>¿Suelo compararme con otros familiares?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td>¿En situaciones de mi casa sé qué decisión debo tomar?</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; font-size: x-small;"> <thead> <tr style="background-color: #d1ecf1;"> <th>ID</th> <th>Pregunta</th> <th>si</th> <th>no</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>¿Me puedo comunicar bien con mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td>¿Puedo trabajar en equipo con mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td>¿Se me hace fácil resolver un problema con mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td>¿Puedo imaginar con facilidad si me lo proponen mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td>¿Puedo dar una opinión a mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td>¿Puedo controlar mis sentimientos con mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td>¿Mis maestros me comparan con otros compañeros?</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td>¿Sé qué decisión debo tomar en una situación con mis maestros?</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p style="font-size: x-small; text-align: center;">¡Gracias por su colaboración!!!</p> <p style="text-align: center;">Elaboración propia</p>	ID	Pregunta	si	no	1	¿Me puedo comunicar bien con mis compañeros?			2	¿Puedo trabajar en equipo con mis compañeros?			3	¿Se me hace fácil resolver un problema en el colegio?			4	¿Puedo imaginar con facilidad si me lo proponen?			5	¿Puedo dar una opinión sin pena dentro del aula de clase?			6	¿Puedo controlar mis sentimientos dentro del aula de clase?			7	¿Suelo compararme con otros compañeros?			8	¿En situaciones del colegio sé qué decisión debo tomar?			ID	Pregunta	si	no	1	¿Me puedo comunicar bien con mi familia?			2	¿Puedo trabajar en equipo con mi familia?			3	¿Se me hace fácil resolver un problema en casa?			4	¿Puedo dar una opinión sin pena dentro de mi casa?			5	¿Puedo controlar mis sentimientos dentro de mi casa?			6	¿Suelo compararme con otros familiares?			7	¿En situaciones de mi casa sé qué decisión debo tomar?			ID	Pregunta	si	no	1	¿Me puedo comunicar bien con mis maestros?			2	¿Puedo trabajar en equipo con mis maestros?			3	¿Se me hace fácil resolver un problema con mis maestros?			4	¿Puedo imaginar con facilidad si me lo proponen mis maestros?			5	¿Puedo dar una opinión a mis maestros?			6	¿Puedo controlar mis sentimientos con mis maestros?			7	¿Mis maestros me comparan con otros compañeros?			8	¿Sé qué decisión debo tomar en una situación con mis maestros?		
ID	Pregunta	si	no																																																																																																						
1	¿Me puedo comunicar bien con mis compañeros?																																																																																																								
2	¿Puedo trabajar en equipo con mis compañeros?																																																																																																								
3	¿Se me hace fácil resolver un problema en el colegio?																																																																																																								
4	¿Puedo imaginar con facilidad si me lo proponen?																																																																																																								
5	¿Puedo dar una opinión sin pena dentro del aula de clase?																																																																																																								
6	¿Puedo controlar mis sentimientos dentro del aula de clase?																																																																																																								
7	¿Suelo compararme con otros compañeros?																																																																																																								
8	¿En situaciones del colegio sé qué decisión debo tomar?																																																																																																								
ID	Pregunta	si	no																																																																																																						
1	¿Me puedo comunicar bien con mi familia?																																																																																																								
2	¿Puedo trabajar en equipo con mi familia?																																																																																																								
3	¿Se me hace fácil resolver un problema en casa?																																																																																																								
4	¿Puedo dar una opinión sin pena dentro de mi casa?																																																																																																								
5	¿Puedo controlar mis sentimientos dentro de mi casa?																																																																																																								
6	¿Suelo compararme con otros familiares?																																																																																																								
7	¿En situaciones de mi casa sé qué decisión debo tomar?																																																																																																								
ID	Pregunta	si	no																																																																																																						
1	¿Me puedo comunicar bien con mis maestros?																																																																																																								
2	¿Puedo trabajar en equipo con mis maestros?																																																																																																								
3	¿Se me hace fácil resolver un problema con mis maestros?																																																																																																								
4	¿Puedo imaginar con facilidad si me lo proponen mis maestros?																																																																																																								
5	¿Puedo dar una opinión a mis maestros?																																																																																																								
6	¿Puedo controlar mis sentimientos con mis maestros?																																																																																																								
7	¿Mis maestros me comparan con otros compañeros?																																																																																																								
8	¿Sé qué decisión debo tomar en una situación con mis maestros?																																																																																																								
Número total Beneficiarios	159 estudiantes																																																																																																								
Logros obtenidos	Se logró establecer que tanto conocimiento y cuantas habilidades tienen los estudiantes frente a las habilidades para la vida antes de las intervenciones.																																																																																																								

Registros de Evaluación		
		

<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i> <i>Sede Popayán</i> <i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: Cine foro “quien se comió mi queso”	Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral
Tema: Habilidades cognitivas (solución de problemas, pensamiento crítico) Habilidades para el manejo de las emociones (toma decisiones)	
Duración: 40 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Brindarle herramientas a los estudiantes para la solución de conflictos y toma decisiones, dentro del contexto cotidiano y educativo. Desarrollar el pensamiento crítico frente a las situaciones que se le presentan en su vida cotidiana y dentro del aula de clase.
Metodología	Se presenta el video “quien se comió mi queso” a los estudiantes, después se les pide que realicen una reflexión plasmándola en su cartilla de habilidades para la vida, cabe agregar que los estudiantes deben compartir sus reflexiones frente a sus compañeros. https://www.youtube.com/watch?v=GtwC0WVDup8
Logros Obtenidos	Los estudiantes logran obtener herramientas para la toma decisiones y solución de conflictos, además de reflexionar y generar pensamiento crítico frente el video.

Los estudiantes refieren: “que el cambio es una necesidad para el día de hoy pero si uno no cambia no avanza para la vida y va a seguir en el mismo lugar para siempre”.

“Mi reflexión es que uno como persona no debe apegarse a una cosa no más que uno tiene que ver las oportunidades que te llegan y que tu no las aceptas y las dejas pasar y después de un tiempo tú piensas en esa oportunidad y te comienzas arrepentir diciéndote a ti mismo porque no tomaste bien las decisiones y también cuando eras bebe que te apegabas al tetero tanto que cuando tiene que pasar a otra etapa tu no la dejas pasar por nada del mundo”.



Número total Beneficiarios

159 estudiantes

Registros de Evaluación



Universidad Cooperativa de Colombia	
Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: teléfono roto	Tema: Habilidades sociales (comunicación asertiva, trabajo en equipo)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes y docentes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Mejorar la comunicación de los estudiantes frente a sus compañeros, profesores y padres de familia, así mismo de los docentes entre docentes y estudiantes para un mejor desarrollo de las actividades dentro y fuera del contexto educativo.
Metodología	Se les pide que formen equipos de 10 estudiantes y que formen una fila, al primer estudiante se le dará una frase la cual tendrá que transmitir a su segundo compañero, el segundo al tercero y así sucesivamente hasta que la frase llegue al final de la fila, el ultimo compañero tendrá que meterse por debajo de las piernas de sus compañeros y llegar hasta el tablero anotando la frase que le llego, al momento que todos los equipos hayan anotado la frase se les pedirá que se sienten y reflexionaremos frente a los resultados obtenidos de la actividad. Frase 1: “nuestro peor problema de comunicación es” Frase 2: “que no escuchamos para entender” Frase 3: “sino que escuchamos para contestar”
Número total Beneficiarios	159 estudiantes 16 docentes
Logros obtenidos	Se generó una sensibilización ya que los estudiantes y docentes reflexionaron frente a la comunicación expresando después de la actividad: “la comunicación se empieza por cada persona y es importante escucharnos” “cuando se trasmite mal un mensaje se puede llevar a malos entendidos entre nosotros” “es que mis compañeros a veces no mandan bien el mensaje que quiere dar el profesor y por eso a veces nos pasa como aquí que no llegan bien las cosas”

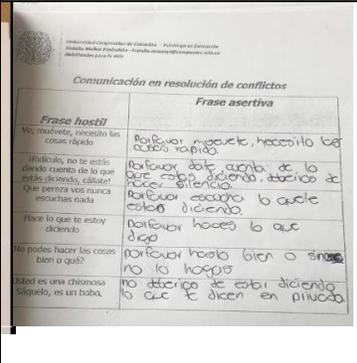
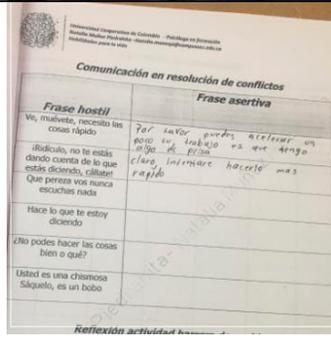
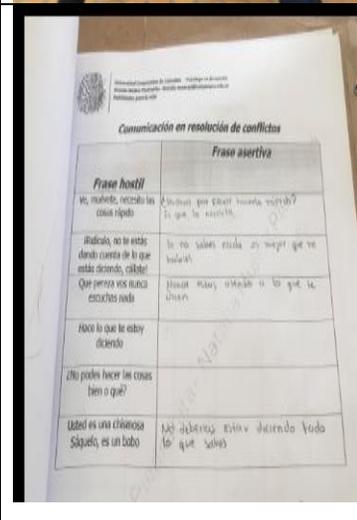
	“hay que aprender a decir las cosas y saberlas escuchar para dar las informaciones”	
Registros de Evaluación		
		

<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i>	
<i>Sede Popayán</i>	
<i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: comunicación en la resolución de conflictos	Tema: Habilidades Sociales (comunicación asertiva) Habilidades Cognitivas (solución de problemas)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Se quiere fomentar la comunicación de los estudiantes para con sus docentes y padres de familia, mejorando así el entorno académico, social y familiar.
Metodología	Primero se explica que es comunicación, después se les pide que hagan una “barrera del sonido”, que son los que se encargaran de transmitir el mensaje, se piden dos participantes que se harán fuera de la muralla, el grupo que forma la muralla tiene que gritar o hablar alto, impidiendo que los dos participantes que se sitúan fuera de la muralla, puedan comunicarse. Al final se hace una reflexión y luego se dará unas frases que se

	<p>escribieron de manera hostil y se les pide que lo hagan de manera asertiva.</p> <p>Frases Ve movele, necesito las cosas rápido ¡Ridículo, no te estás dando cuenta de lo que estás diciendo, cállate! Que pereza vos nunca escuchas nada Hace lo que te estoy diciendo ¿No puedes hacer las cosas bien o qué? Usted es una chismosa Sáquelo, es un bobo</p> <p>Se les pasa el anexo para que coloquen la frase asertiva al frente:</p> <div data-bbox="711 751 987 825" style="text-align: center;">  <p>Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en formación Natalia Muñoz Piedrahíta Habilidades para la vida</p> </div> <p style="text-align: center;">Comunicación en resolución de conflictos</p> <table border="1" data-bbox="732 919 1320 1287" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #f4a460;">Frase hostil</th> <th style="background-color: #f4a460;">Frase asertiva</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ve, muévete, necesito las cosas rápido</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¡Ridículo, no te estás dando cuenta de lo que estás diciendo, cállate!</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Que pereza vos nunca escuchas nada</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Hace lo que te estoy diciendo</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿No puedes hacer las cosas bien o qué?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Usted es una chismosa Sáquelo, es un bobo</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Frase hostil	Frase asertiva	Ve, muévete, necesito las cosas rápido		¡Ridículo, no te estás dando cuenta de lo que estás diciendo, cállate!		Que pereza vos nunca escuchas nada		Hace lo que te estoy diciendo		¿No puedes hacer las cosas bien o qué?		Usted es una chismosa Sáquelo, es un bobo	
Frase hostil	Frase asertiva														
Ve, muévete, necesito las cosas rápido															
¡Ridículo, no te estás dando cuenta de lo que estás diciendo, cállate!															
Que pereza vos nunca escuchas nada															
Hace lo que te estoy diciendo															
¿No puedes hacer las cosas bien o qué?															
Usted es una chismosa Sáquelo, es un bobo															
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>														
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Los estudiantes en anexo refieren que:</p> <p>Frases asertivas: “por favor me puedes dar permiso” “por favor te puedes dar cuenta de los que estás diciendo” “por favor me puedes prestar atención” “por favor has lo que te digo” “puedes hacer el favor y hacer las cosas bien” “por favor no digas cosas falsas cálmate para que no te saquen” “reflexiona y date cuenta de lo que estás diciendo”</p>														

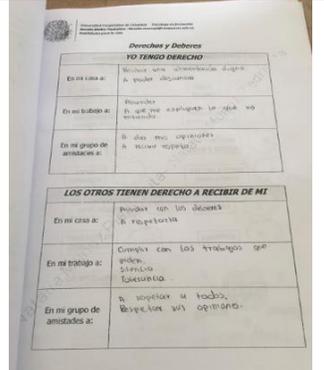
“oye me puedes hacer el favor de moverte, necesito coger mis cosas”
 “amigo presta más atención y escucha”
 “yo no soy chismoso me gusta la información”
 “mi vida por favor trae lo que te pido”
 “mira lo que estas diciendo no está bien observalo y luego si contestas bien”
 “por favor escucha lo que te digo”
 “por favor déjame ayudarte para que lo hagas bien”
 “por favor no te comportes asi”

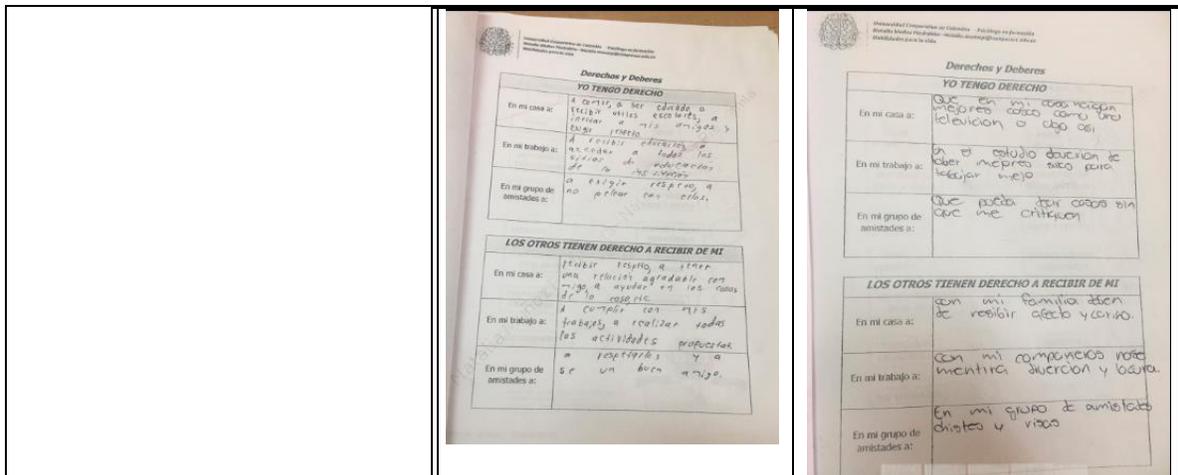
Registros de Evaluación



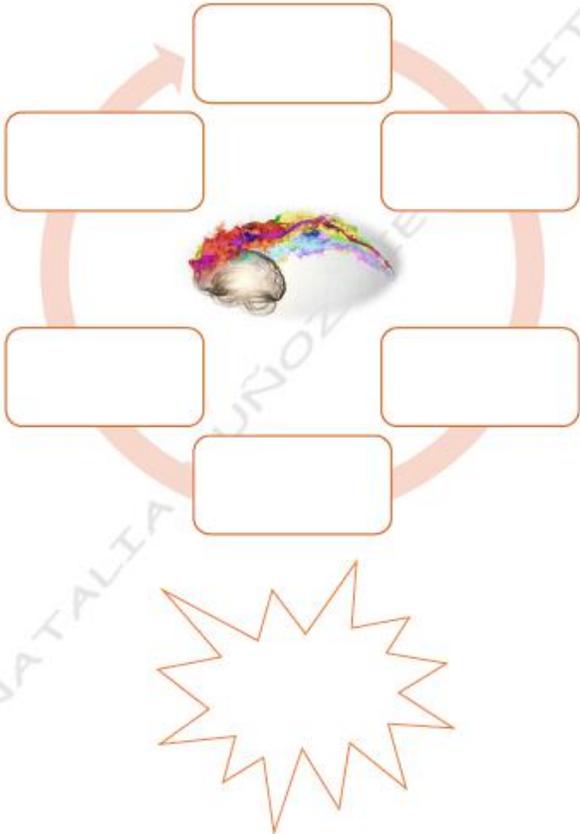
<i>Sede Popayán</i>	
<i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: El árbol de los problemas	Tema: Habilidades cognitivas (solución de problemas) Habilidades para el control de emociones (toma decisiones) Habilidades sociales (trabajo en equipo)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Se quiere que los estudiantes transformen y manejen los problemas y conflictos de la vida diaria de forma flexible y creativa.
Metodología	Se les dibuja un árbol grande en el tablero, y se les pide que identifiquen el problema, después las posibles causas y por último las posibles soluciones, usted como maestro ubicara: Tallo: va el problema En las hojas: las posibles soluciones Raíces: causas Al final llegarán a un acuerdo de cuando se hace el seguimiento de dicho problema
Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	Se fomentó la capacidad de complementarse entre los estudiantes y que aprendieran a evaluar distintas alternativas, teniendo en cuenta las necesidades y capacidades de cada uno de ellos.
Registros de Evaluación	

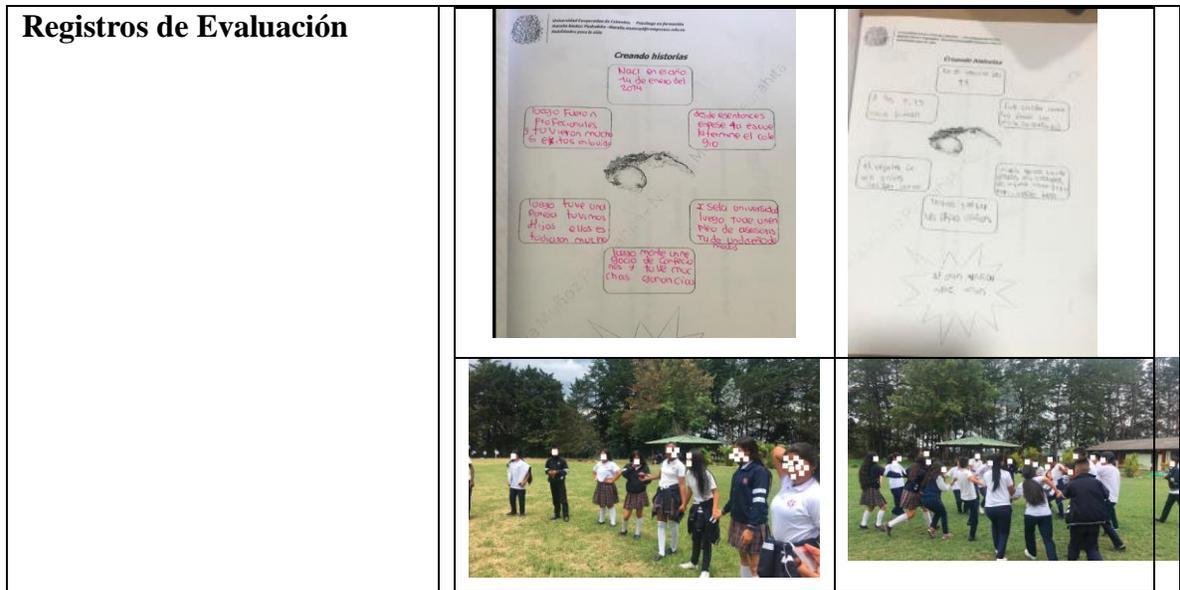
<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i> <i>Sede Popayán</i> <i>Psicología Educativa</i>																	
Nombre de la Actividad: Derechos y deberes asertivos	Tema: habilidades cognitiva																
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral																	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes																
Área: Educativa																	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita																	
Objetivo	Fomentar el pensamiento crítico en los estudiantes y que reflexionen frente a las situaciones que se les presenta en el contexto educativo y en sus hogares teniendo en cuenta que tienen derechos pero así mismo deberes.																
Metodología	<p>Se les pide a los estudiantes que identifiquen individualmente los derechos y deberes que creen tener en la familia, el trabajo y la sociedad, estos son plasmados en el anexo que se les entrega:</p> <div style="text-align: center;">  <p>Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Habilidades para la vida</p> <p>Derechos y Deberes</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">YO TENGO DERECHO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="width: 20%;">En mi casa a:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>En mi trabajo a:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>En mi grupo de amistades a:</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #90EE90;">LOS OTROS TIENEN DERECHO A RECIBIR DE MI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="width: 20%;">En mi casa a:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>En mi trabajo a:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>En mi grupo de amistades a:</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> </div>	YO TENGO DERECHO		En mi casa a:		En mi trabajo a:		En mi grupo de amistades a:		LOS OTROS TIENEN DERECHO A RECIBIR DE MI		En mi casa a:		En mi trabajo a:		En mi grupo de amistades a:	
YO TENGO DERECHO																	
En mi casa a:																	
En mi trabajo a:																	
En mi grupo de amistades a:																	
LOS OTROS TIENEN DERECHO A RECIBIR DE MI																	
En mi casa a:																	
En mi trabajo a:																	
En mi grupo de amistades a:																	
Número total Beneficiarios	159 estudiantes																

<p>Logros obtenidos</p>	<p>Los estudiantes lograron reconocer los deberes y derechos que tienen dentro de su contexto educativo, hogar y la sociedad, refiriéndose:</p> <p style="text-align: center;">Yo tengo derecho</p> <p>En mi casa a: “dormir”, “comer”, “una comida buena”, “descansar”, “a que mis papas me presten atención” “tengo derecho a aser tareas, jugar, leer, etc</p> <p>En mi trabajo: “a jugar”, “compartir”, “que me respeten”, “a la igualdad”, “a jugar, reir, estudiar y estar en el aula”</p> <p>En mi grupo de amistades: “hablar”, “recochar”, “no discriminar a nadie”, “ser honesto”, “tengo derecho a jugar con mis amigos a charlar con ellos”</p> <p style="text-align: center;">Los otros tienen derecho a recibir de mi</p> <p>En mi casa: “amor”, “respeto”, “ser respetados”, “a descansar sin molestarlos”, “tender mi cama, barrer, limpiar, entrar la ropa, a no contestarle a mama y papa, bañarme rápido y no demorarme en pedirle la bendición a mi mama”</p> <p>En mi trabajo: “afecto”, “honestidad”, “traer tareas, trabajos, talleres, traer adecuado el uniforme”, “a portarme bien con mis amigos y compañeros y hacerle caso a los profesores”</p> <p>En mi grupo de amistades: “respeto”, “hablar con ellos”, “ser escuchados”, “respetar cuando están hablando”, “ayudarles cuando le es difiicil una tarea y no tratarlos mal”, “tenerles mucho respeto nunca tratarlos mal”</p>	
<p>Registros de Evaluación</p>		
		

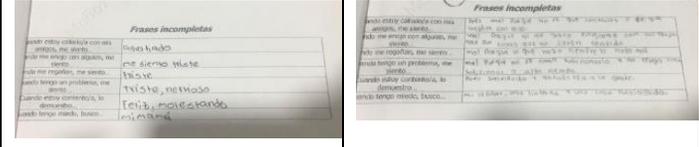


Universidad Cooperativa de Colombia	
Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Creando historias	Tema: Habilidades cognitivas (pensamiento creativo)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 30 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Se buscar que los estudiantes vean las cosas desde perspectivas diferentes, que se permitan innovar y tener originalidad frente a diferentes situaciones.
Metodología	Se les pide a los estudiantes que hagan un círculo, se les dará dos palabras con las cuales tendrán que ir realizando una historia, se les indicara cuando es el siguiente en el turno para continuar con la historia, al finalizar se les pide que realicen una historia contando su vida con inicio, nudo y desenlace dentro del anexo:

	 <p>Universidad Cooperativa de Colombia Psicólogo en formación Natalia Muñoz Piedrahíta Habilidades para la vida</p> <p><i>Creando historias</i></p>  <p>NATALIA MUÑOZ PIEDRAHÍTA</p>
Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	<p>Los estudiantes lograron fortalecer su creatividad y formar su historia de vida en forma de un cuento.</p> <p>“naci en el año 14 de enero del 2014, desde entonces empece la escuela termine el colegio, ise la universidad luego tuve un empleo de asesorías de un diseño de modas, luego monte un negocio de confesiones y tuve muchas ganancias, luego tuve una pareja tuvimos hijos ellos se estudiaron mucho, luego fueron profesionales y tuvieron muchos éxitos en la vida”</p>



Universidad Cooperativa de Colombia Sede Popayán Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Frases incompletas	Tema: Habilidades para el control de las emociones
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 30 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Fortalecer la maduración emocional de los estudiantes y que logren identificar las emociones que se manifiestan durante una situación determinada
Metodología	Se les presenta una situación para que ellos logren reconocer e identificar las emociones y sentimientos frente a diferentes situaciones ya sea en el contexto educativo como fuera de este, así mismo estas situaciones fueron entregadas en el siguiente anexo:

<i>Frases incompletas</i>	
Cuando estoy callado/a con mis amigos, me siento...	
Cuando me enojo con alguien, me siento...	
Cuando me regañan, me siento...	
Cuando tengo un problema, me siento...	
Cuando estoy contento/a, lo demuestro...	
Cuando tengo miedo, busco...	
	<p>Cuando estoy callado/a con mis amigos, me siento...</p> <p>Cuando me enojo con alguien, me siento...</p> <p>Cuando me regañan, me siento...</p> <p>Cuando tengo un problema, me siento...</p> <p>Cuando estoy contento/a, lo demuestro...</p> <p>Cuando tengo miedo, busco...</p> <p>Después de que las completen se le pedirá a cualquier estudiante que salga al frente y represente la emoción o sentimiento que puso en su frase incompleta</p>
Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	<p>Se logró que los estudiantes pudieran identificar situaciones, sentimientos y emociones, los estudiantes refieren que:</p> <p>“me siento bien, entre más silencio mejor para mi”</p> <p>“si es con un amigo no me afecta, pero si es con mi mama o mi hermano, me siento mal”</p> <p>“me pongo a pensar en lo que hice e intento arreglarlo”</p> <p>“preocupada por ver como lo voy arreglar”</p> <p>“pues siempre estoy contenta y es enserio, hay días malos pero siempre estoy sonriendo”</p> <p>“no busco a nadie, intento mantener la calma”</p>
Registros de Evaluación	



<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i> <i>Sede Popayán</i> <i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: Abanico de emociones y sentimientos	Tema: Habilidades cognitivas (pensamiento crítico y pensamiento creativo) Habilidades para el control de emociones (autoestima)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 1 hora 30 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Generar pensamiento crítico, creativo y reconocimiento de sentimientos y emociones por medio de las canciones y videos, así mismo que ellos puedan darle una valoración positiva de sí mismos, confianza y respeto.
Metodología	Se escogen 6 canciones y 6 videos que generen una reflexión frente a las habilidades para la vida, se les entrega el anexo de abanico de emociones y sentimientos, los cuales deberán llenar de manera creativa:

	 <p>Universidad Cooperativa de Colombia Psicología en Emoción Desde el Amor y el Respeto Haciéndolos parte de la vida</p> <p>Abanico de emociones</p> <table border="1" data-bbox="662 268 971 562"> <thead> <tr> <th data-bbox="662 268 711 300">Nombra la Canción</th> <th data-bbox="711 268 784 300">Emoción y sentimiento</th> <th data-bbox="784 268 971 300">Reflexión</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table> 	Nombra la Canción	Emoción y sentimiento	Reflexión																									 <p>Universidad Cooperativa de Colombia Psicología en Emoción Desde el Amor y el Respeto Haciéndolos parte de la vida</p> <table border="1" data-bbox="1031 268 1339 583"> <thead> <tr> <th data-bbox="1031 268 1079 300">Nombra el Video</th> <th data-bbox="1079 268 1185 300">Sentimientos y emociones</th> <th data-bbox="1185 268 1339 300">Aprendizaje</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table> 	Nombra el Video	Sentimientos y emociones	Aprendizaje																								
Nombra la Canción	Emoción y sentimiento	Reflexión																																																						
Nombra el Video	Sentimientos y emociones	Aprendizaje																																																						
Número total Beneficiarios	159 estudiantes																																																							
Logros obtenidos	<p>Los estudiantes lograron reconocer los sentimientos y emociones que les generan ciertas situaciones dentro y fuera del contexto educativo, refiriéndose:</p> <p>Abanico de sentimientos</p> <p>Nombra el video: “sueña lo que quieras”, “vuelve a casa”, “the bir”, “la luna”, “el partido”, “el queso”, “pajaros”, “astronauta”, “vuelve a casa”, “basketball”, “nike”, “sueña lo imposible”, “es hora de volver a casa para la navidad”, “la luna”, “mi abuelo”</p> <p>Sentimientos y emociones: “tristeza”, “risa”, “alegría”, “felicidad”, “fortaleza”, “gratitud”, “respeto”, “al principio felicidad y ternura y cuando ella crecio ya no era como antes y me sentí triste”, “tristeza porque los hijos por el trabajo lo dejaron y después felicidad porque se reunieron”, “primero como tristeza y después felicidad”, “rabia y a la vez felicidad”, “felicidad por que su abuelo estaba con el pero después triste porque se murio”, “que pasamos por muchos sentimientos como felicidad, tristeza, etc”</p> <p>Aprendizaje: “lo que uno sueña lo puede lograr”, “estar junto con su familia haci lo lejos que viva y amar a su familia y valorarla”, “no hay que ser envidioso no creerse más”, “hay que valorar a su familia por más duro que sea la vida de uno”, “que hay que superar las barreras que nos pone la vida”, “que no hay que discriminar a las personas solo por su fisico”, “ que uno si puede cumplir sus sueños y que tenemos que pasar más tiempo con nuestros padres”, “que uno tiene que pasar mucho tiempo con nuestros familiares y que no hay que irlos a visitar ya cuando esta bajo tierra”, “que a pesar de los problemas que uno tenga uno siempre puede lograr las cosas con esfuerzo”, “que uno no tiene que sacar excusas para no hacer las cosas que si los</p>																																																							

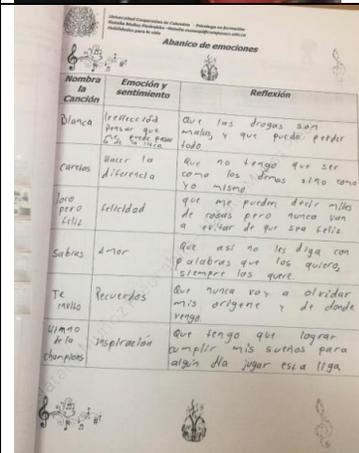
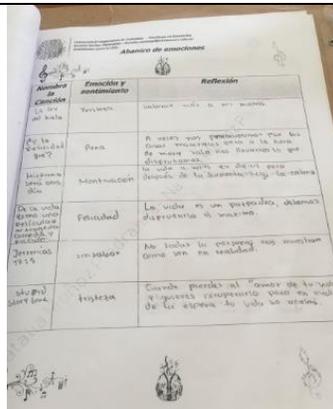
quieres lo puedes lograr”, “sueña en grande ser valiente, ser humilde”, “que tienes que estar para las personas que quieres”, “que no hay que burlarse de los demás por sus rasgos físicos”, “no hay que ser mal agradecido y no hacer lo que no podemos cuando se mueren las personas”, “que la vida sigue si pedirle a alguien importante, valorarlo, honrarlo y agradecerle con algo”

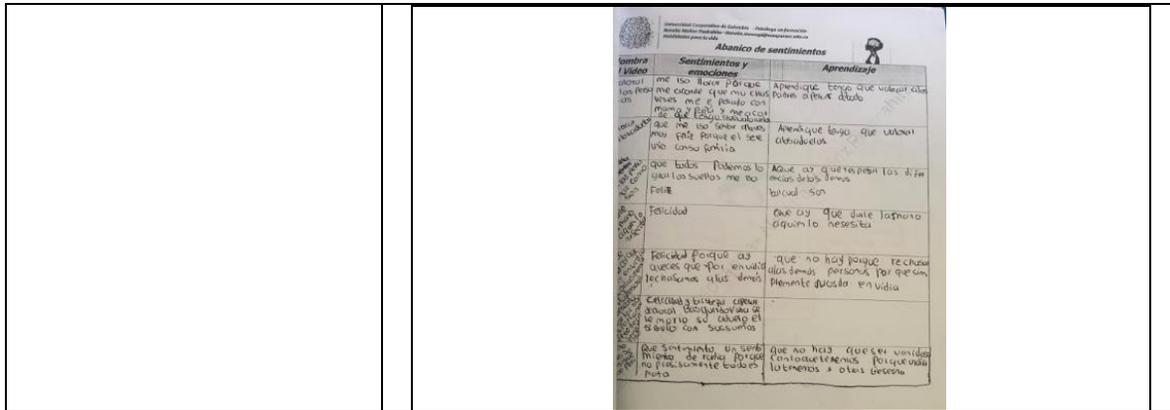
Abanico de emociones
Nombra la canción: “amor y control”, “ojala”, “caretas”, “cree en ti”, “decisiones”, “la vida es un carnaval”, “familia es familia”, “late aquí en un corazón”, “cree en ti”, “decisiones”, “hay que vivirla”

Emoción y sentimiento: “tristeza”, “debilidad”, “felicidad”, “amor”, “traición”, “desamor”

Reflexión: “que la familia es lo más importante”, “que toca seguir adelante sin importar las circunstancias”, “seguir a otras cosas que no sean malas y que si estas en las cosas malas puedes salir”, “que escoge tus amigos bien porque algunos que te harán daño”, “que hay personas que traicionan a otras”, “que hay que vivir feliz porque la vida es un carnaval”

Registros de Evaluación

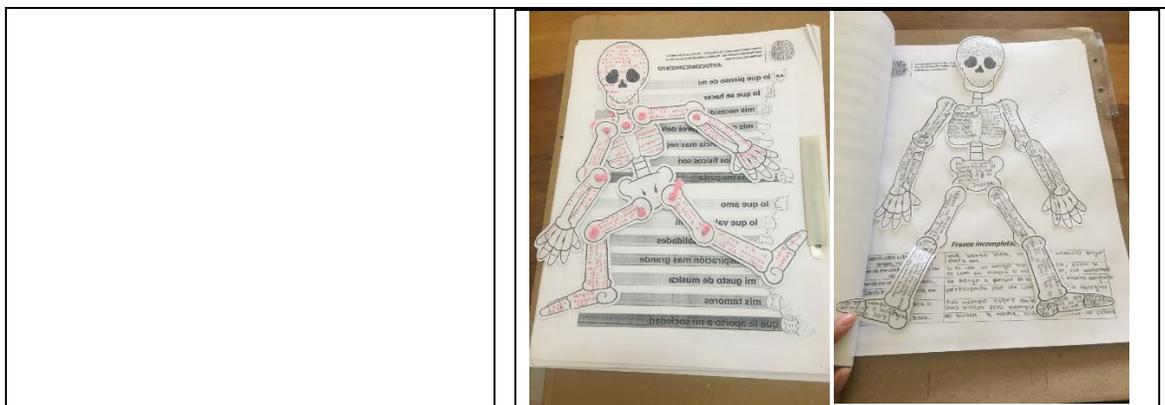




<p>Universidad Cooperativa de Colombia Sede Popayán</p> <p>Psicología Educativa</p>	
<p>Nombre de la Actividad: Autoconocimiento y mi ser</p>	<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>
<p>Tema: Habilidades manejo de emociones (Autoestima) Habilidades cognitivas (pensamiento crítico)</p>	
<p>Duración: 45 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes</p>
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	<p>Área: Educativa</p>
<p>Objetivo</p>	<p>Fortalecer la autoestima de los adolescentes por medio de experiencias vivenciales.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Se les entregara un anexo con la silueta de un esqueleto, en cada parte del esqueleto deberán poner la respuesta de unas preguntas que vendrán en un formato.</p>

		
Número total Beneficiarios	159 Estudiantes	
Logros obtenidos	<p>Se logró establecer una valoración de cada uno por medio de la identificación de cualidades, defectos, las cosas que aman, para establecer una identidad a cada uno de los estudiantes, se fortaleció la confianza de sí mismo y el respeto.</p> <p>Lo que pienso de mí: “alegre”, “que soy muy inteligente, soy muy amable, pienso que soy muy cariñosa”, “pienso que voy a ser una persona llena de éxitos”</p> <p>Lo que se hacer: “estudiar y ser respetuosa”, “se pintar, se dibujar, se cantar, se arreglar las arañas”, “me gusta bailar y pienso que es lo mejor que hago en mi vida”</p> <p>Mis necesidades son: “familia”, “de comprensión y la necesidad de cariño”, “necesito hacer algo con mi vida, algo que en realidad este muy orgullosa pero no sé por dónde empezar”</p> <p>Mis cuatro mayores defectos son: “la soledad y tristeza”, “mi cabello, mis lunares, mis ojos, mis cejas”, “1.tengo mucha pereza, 2.A veces todos me caen mal, 3.A veces hipócrita, 4.No me importa nada”</p> <p>Mi experiencia más negativa: “perder el año y a mi familia”, “se me han reido en la cara pero gracias a Dios ya lo supere”</p> <p>Mis rasgos físicos son: “pequeña”, “hay personas que les hace falta partes de su cuerpo asi que no me quejo”</p> <p>Lo que no me gusta: “dibujar”, “no me gusta prestar mis cosas, no me gusta que mis papas me peguen, no me gusta competir con nadie”, “con el tiempo he aprendido aceptarme como soy”</p>	

	<p>Lo que amo: “mi familia”, “amo cantar y ser cariñosa”, “Amo pasar tiempo con mi familia, amo viajar”</p> <p>Lo que valoro de mí: “el valor”, “no deseo que mi felicidad dependa de alguien más, no dejo que vean mis debilidades”</p> <p>Mis cuatro cualidades: “alegre, amistosa, honesta y extrovertida”, “1. Bailar, 2. Buena comunicación, 3. Reflexiva, 4. No dependo de nadie”</p> <p>Mis aspiración más grande: “ser doctora y policia”, “mi mamá es mi inspiración mas grande y siempre lo sera”</p> <p>Mi gusto de música: “las baladas, electrónica y reggeton”, “siempre escucho rap que dejan mensajes motivadores y reflexivos”</p> <p>Mis temores: “la oscuridad y estar sola”, “vivir y no haber cumplido mis sueños sin mente”</p> <p>Que le apporto a mi sociedad: “colaboración y esfuerzo”, “mis chistes sobre todo el chiste de la vaca y el pastuso jajaja”</p>
<p>Registros de Evaluación</p>	



Universidad Cooperativa de Colombia	
Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Mural de motivación	Tema: habilidades sociales (trabajo en equipo, comunicación asertiva) Habilidades cognitivas (pensamiento creativo)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 1 hora 30 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Fortalecer las cualidades que tiene cada estudiante dentro del aula de clase, generarles responsabilidades, así mismo fortalecer las relaciones interpersonales y reforzar la originalidad.
Metodología	Se les pasa un pliego de papel azúcar y se pide a los estudiantes que cada uno traiga una foto familiar (papás, tíos, abuelos, o persona que lo motive a ser mejor) y de sí mismo y dentro del aula de clase que hagan una frase que los motive a ser los mejores estudiantes, después se decorara el mural que llevara las fotos de estos y las frases, este mural realizara alrededor del tablero para que este visible para ellos, al final se les recordara que cuando estén perdiendo la disciplina miren el mural.
Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	Los estudiantes lograron trabajar en equipo, tener creatividad para decorar el mural y exponen que: “este mural seria lindo tenerlo en mi cuarto para levantarme y verlo y así motivarme”

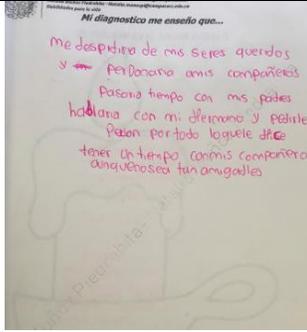
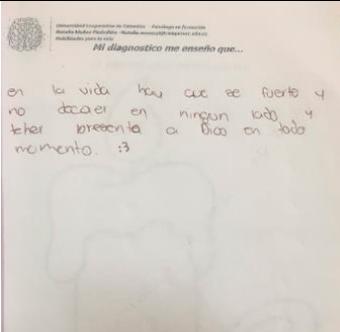
	<p>“me gusto porque hay fotos de todos y esas frases sirven mucho”</p> <p>“pude trabajar con mis compañeros y pintarme las manos para decorar”</p>
Registros de Evaluación	

<p><i>Universidad Cooperativa de Colombia</i></p> <p><i>Sede Popayán</i></p> <p><i>Psicología Educativa</i></p>	
Nombre de la Actividad: Un pequeño libro sobre mi	Tema: habilidades cognitivas Habilidades sociales Habilidades para el control de emociones
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 1 hora y 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Fortalecer los comportamientos que son encaminados a las habilidades para la vida de cada uno de los estudiantes para que estos obtengan herramientas para enfrentar la vida diaria.
Metodología	Cada estudiante realizara un libro sobre sí mismo donde pondrá fotografías familiares, de amigos y de sí mismo, también contestara las siguientes preguntas: (comprender el entorno social) ¿Dónde estas?, ¿Cuáles son tus necesidades, capacidades, oportunidades y limitaciones?, (aclarar expectativas) ¿para que estas aquí?, ¿Cuáles han sido hasta hoy el propósito y sentido de vida y que objetivos te planteas?, ¿de que forma deseas contribuir al mejoramiento de lo que te rodea?, (tomar decisiones) , definir objetivos de vida a corto, mediano y largo plazo, elección de la orientación que le darás a tu actividad productiva, (tener un plan de acción) , ¿Qué

	<p>plan seguirás?, ¿Qué pasos son los que debes realizar?, ¿Cómo usaras tu tiempo de vida? (conocimiento de si mismo), ¿Quién soy?, ¿Qué he sido?, ¿de dónde vengo?, ¿a dónde voy? (empleo del tiempo), ¿Quién eres?, ¿quien quieres ser?, ¿Qué papel desempeñarás en tu grupo social?, ¿Cómo vas a ganarte la vida y que contribución social harás a través de tu ocupación?, ¿Qué carrera estudiaras?, ¿Cómo te prepararás?, ¿Qué oportunidad puedes aprovechar?, ¿donde y como vivirás?, ¿Qué pareja quieres formar?, ¿Qué familia formaran tu pareja y tú?, ¿Qué compromiso tienes con tu grupo social?, ¿Qué compromiso tienes como ser humano?, (inventario de vida), ¿Cuándo me siento totalmente vivo? ¿Cuáles son las cosas, los acontecimientos, las actividades, que me hacen sentir que realmente vale la pena vivir, que es lo maravilloso de estar vivo?, ¿Qué deseos debo convertir en planes? ¿Ha descartado algunos sueños por no ser realistas y que deba volver a soñar?, ¿Qué debo dejar de hacer ya?, ¿Qué debo empezar a hacer ya?, (profesión), ¿a que me quiero dedicar el resto de mi vida?</p>
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Lograron identificar diferentes ámbitos de su vida y fortalecer las que ya tenía definidas para tener una mayor claridad frente a su personalidad. “esta la guardare para recordar quien soy” “como es de mi vida esta carpeta entonces me puede motivar porque es mía”</p>
<p>Registros de Evaluación</p>	



<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i>	
<i>Sede Popayán</i>	
<i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: ¿Cómo podría ser diferente?	Tema: Habilidades para el control de las emociones
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 1 hora	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Mostrarles a los estudiantes que es de gran importancia expresar sus sentimientos a su entorno para generar un mayor vínculo emocional con las personas que los rodean en sus diferentes ámbitos de la vida.
Metodología	Se le reparte a cada participante una tarjeta con una enfermedad terminal y el tiempo de vida que les queda. Entonces se les dice... "Su médico les ha mandado a cada uno información confidencial, con respecto a su salud y al tiempo de vida que les queda, ustedes están convencidos de que el diagnóstico es correcto. Describan cómo cambiaría su vida esta noticia". Se da tiempo a que los participantes piensen y escriban sobre la pregunta anterior. Luego se les menciona lo siguiente: "Si ustedes desean cambiar su vida en esa dirección, ¿Qué los detiene para hacerlo ahora mismo?" "usted tiene cáncer, va a morir en tres meses" "usted tiene un tumor cerebral , tiene 27 días de vida"
Número total Beneficiarios	159 estudiantes

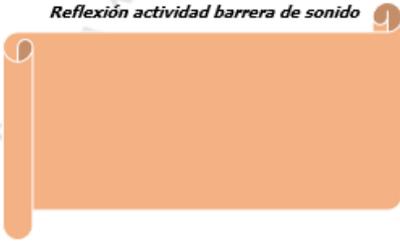
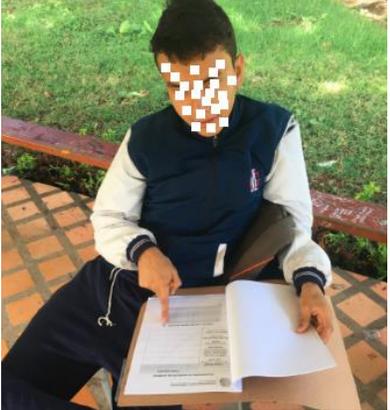
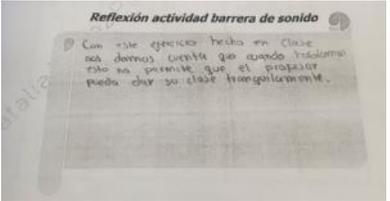
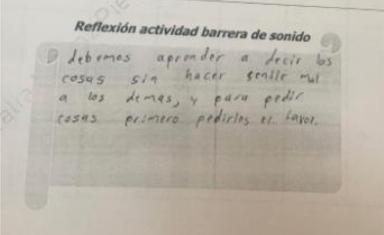
Logros obtenidos	<p>Los estudiantes lograron reflexionar frente a situaciones que se les puede presentar en la vida, lograron reconocer los sentimientos y emociones que pueden ellos llegar a sentir y se logró hacer una sensibilización frente a comportamientos que estaban teniendo en ese momento de su vida y este ejercicio los llevo a querer cambiar, expresando:</p> <p>“Me despediría de mis seres queridos y perdonaría a mis compañeros, pasaría tiempo con mis padres, hablaría con mi hermano y pedirle perdón por todo lo que le dice, tener un tiempo con mis compañeros aunque no sea tan amigable”</p>	
Registros de Evaluación		
		

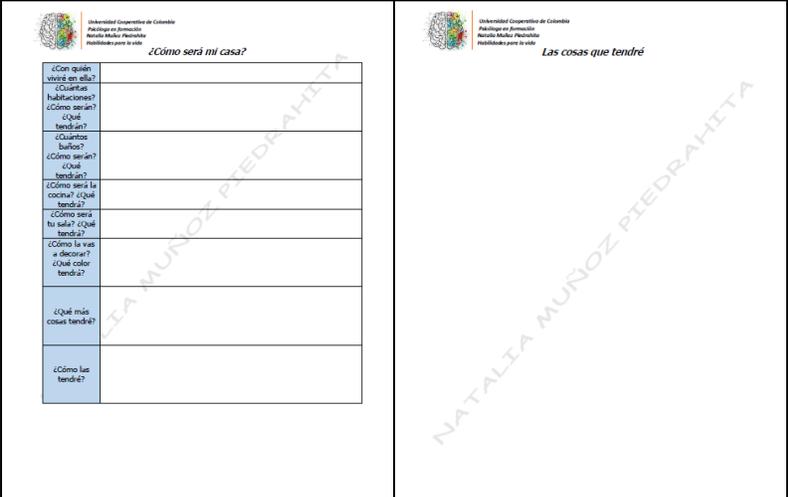
<p>Universidad Cooperativa de Colombia Sede Popayán Psicología Educativa</p>	
<p>Nombre de la Actividad: Caja de amor</p>	<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>
<p>Tema: Habilidades para el manejo de emociones (autoestima) Habilidades cognitivas (pensamiento creativo) Habilidades sociales (comunicación asertiva)</p>	
<p>Duración: 1 hora 30 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes y padres de familia</p>
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	<p>Área: Educativa</p>

Objetivo	<p>Fortalecer la autoestima del adolescente por medio de incentivos que provengan de su hogar.</p> <p>Generar pensamiento creativo a los adolescentes por medio de la creación de la caja de amor y los bonos remunerativos.</p> <p>Promover espacios entre los padres de familia y adolescentes para fortalecer la comunicación asertiva y generar tiempo de calidad entre ellos.</p>	
Metodología	<p>Se les pide a los adolescentes que realicen una caja y la decoren como ellos lo deseen, dentro de esta depositaran tarjetas de ideas para pasar tiempo con sus papas (un abrazo, cocinar juntos, un beso), una vez terminada la caja se generara un espacio con los padres de familia para que esta sea entregada. Una vez los padres de familia tengan la caja deberán retribuir los bonos a sus adolescentes y realizar una reflexión sobre este regalo que les ha dado su hijo/a.</p>	
Número total Beneficiarios	<p>159 estudiantes 100 padres de familia</p>	
Logros obtenidos	<p>Los padres de familia lograron empatizar con sus hijos respecto a espacios y cosas que querían compartir, la realización de esta caja género una sensibilización respecto a su valor como regalo ya que fue hecha a mano por los estudiantes.</p>	
Registros de Evaluación		



<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i> <i>Sede Popayán</i> <i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: Barrera de sonido	Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral
Tema: Habilidades sociales (comunicación asertiva, trabajo en equipo). Habilidades manejo de emociones (control de estrés)	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	Área: Educativa
Objetivo	Generar una experiencia vivencial en los estudiantes sobre las situaciones que pueden suceder dentro del aula de clase y afuera en la vida cotidiana.
Metodología	Se les pide que hagan una barrera donde serán los emisores de sonido y los que no permitirán que el mensaje pase de un lado al otro, a cada lado de la barrera estará un adolescente, uno de ellos recibirá un mensaje y este lo transmitirá al que está al otro lado. Al final se les explica el porqué de la barrera y se les pregunta que les genero la actividad, finalizando con una reflexión y llenando el formato de la cartilla de habilidades para la vida.

	<p style="text-align: center;"><i>Reflexión actividad barrera de sonido</i></p> 
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 Estudiantes</p>
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Los estudiantes lograron identificar que la indisciplina y ruido dentro del aula de clase no permite un buen desarrollo, expresando: “que tenemos que respetar más a los profesores cuando están dando clase” “que si uno habla no puede escuchar al otro y toca hacer silencio mientras otro habla y que la buya hace mal para los oídos” “con este ejercicio hecho en clase nos damos cuenta que cuando hablamos esto no permite que el profesor pueda dar sus clases tranquilamente”</p>
<p>Registros de Evaluación</p>	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap;"> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 100%; text-align: center;">  </div> </div>

<p>Universidad Cooperativa de Colombia</p> <p>Sede Popayán</p> <p>Psicología Educativa</p>	
<p>Nombre de la Actividad: ¿Cómo será mi casa? Técnica de relajación</p>	<p>Tema: habilidades cognitivas (pensamiento creativo y critico) Habilidades para el manejo de emociones (control de estrés)</p>
<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>	
<p>Duración: 45 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes</p>
<p>Área: Educativa</p>	
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	
<p>Objetivo</p>	<p>Generar diferentes perspectivas frente a lo que quieren en su hogar, que aprendan a preguntarse, investigar y ser capaces de llegar a sus propias conclusiones. Así mismo que logren identificar oportunamente fuentes de tensión y estrés en la vida.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Primero se les pide que le realicen un masaje a sus compañeros o que se acuesten en sus pupitres para que sean conscientes de las partes que tienen en su cuerpo y de su respiración, después se les entrega el anexo con una serie de preguntas para que identifiquen de manera detallada lo que quieren para su hogar y las cosas materiales que desean obtener. Se les pasa el anexo</p>
	
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Lograron identificar qué cosas querían dentro de su casa, las cosas que quieren obtener y lo más importante como y para que las quieren:</p>

¿Con quién viviré en ella? “yo con mi familia, esposo y si Dios lo permite hijos y mi cachorro”, “con mis papas, mi esposo y mi hermano”

¿Cuántas habitaciones? ¿Cómo serán? ¿Qué tendrán? “tendra: 7 sera de 3 pisos, sotano, garaje, baño, cocina, sala, las piasas, habrá yacusi y una sala de cine el patio y una sala de futbol”, “4 abitaciones serán de seramica”

¿Cuántos baños? ¿Cómo serán? ¿Qué tendrán? “7 baños serán grandes y estarán en las piasas, champoo, jabon, sepillos dental y peineta”, “4, serán de color blanco con cortinas azules, un espejo, retoques de maquillaje, sepillos en general”

¿Cómo será la cocina? ¿Qué tendrá? “grande será la cocina tendrá: nevera estufa, horno, platos, baosos, cucharas, ollas y sartenes”, “será de color blanco con seramica de piedras, tendrán platos, estufa y nevera”

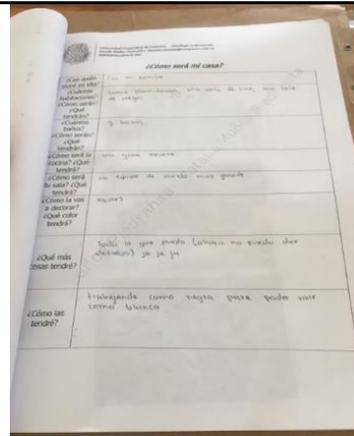
¿Cómo será tu sala? ¿Qué tendrá? “gran sala ba a tener sofás mesas de mueble televisor vomvillos jarrones y lamparas”, “mi sala de color blanco, sillones, adornos de rosas, cuadros, equipo y cajones”

¿Cómo la vas a decorar? ¿Qué color tendrá? “naranja con blanco y negro y será una decoración increíble”, “con osos, con cuadros, equipos, espejos, blanco”

¿Qué más cosas tendré? “ventanas, puertas y cortinas y la casa del perrito”, “una cocina y un patio”

¿Cómo las tendré? “muy ordenadas” “bien organizadas”

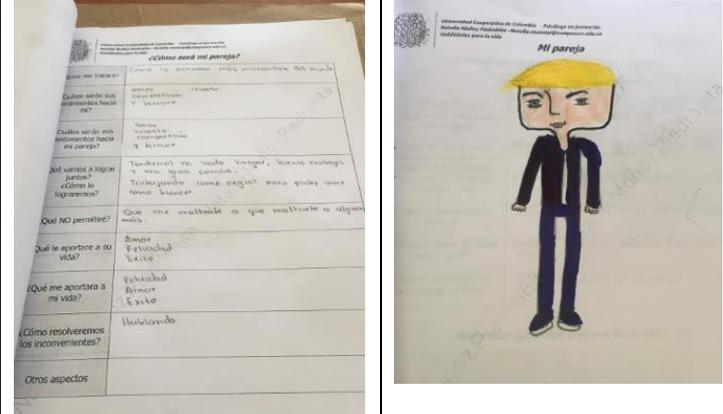
Registros de Evaluación

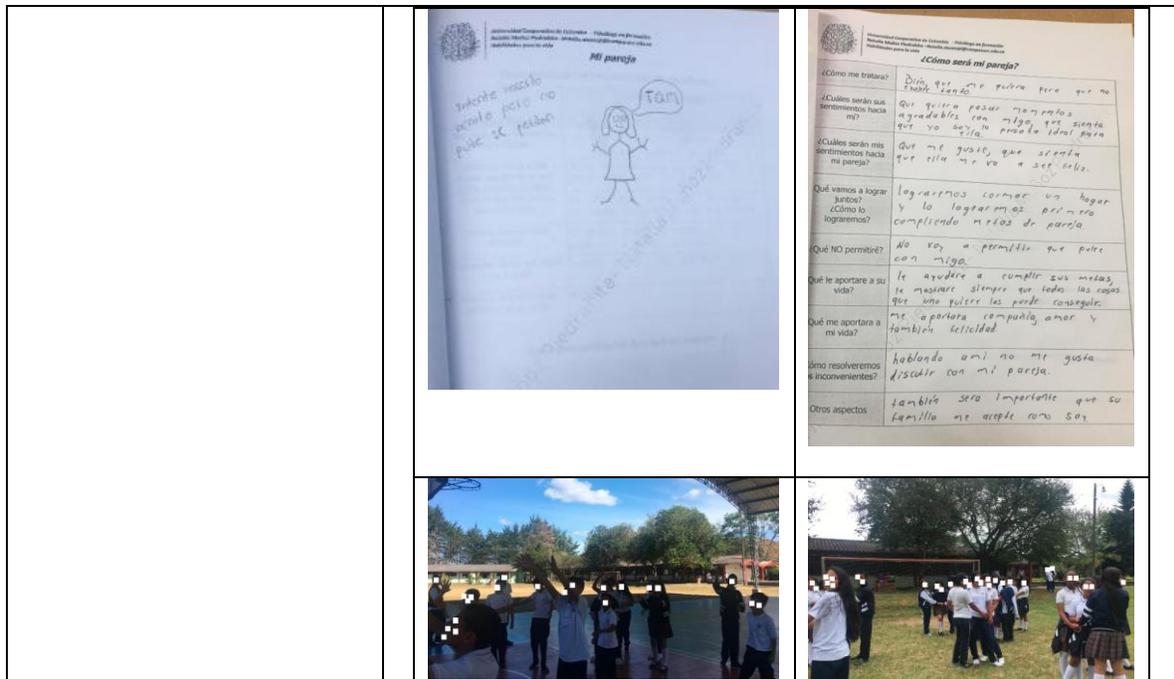




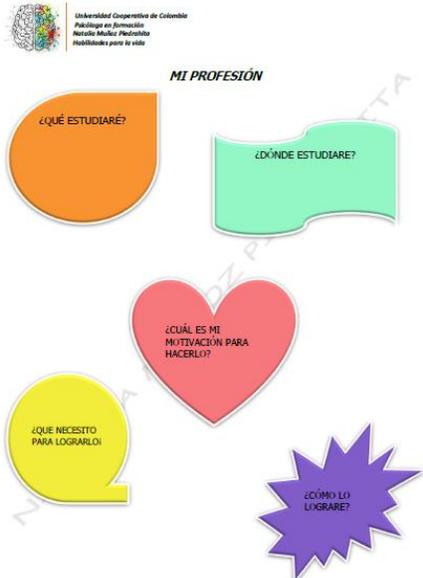
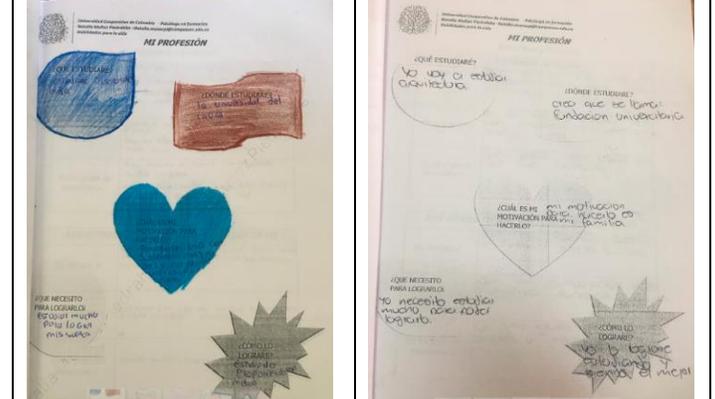
<p>Universidad Cooperativa de Colombia</p> <p>Sede Popayán</p> <p>Psicología Educativa</p>	
<p>Nombre de la Actividad: ¿Cómo será mi pareja? - Conejo a sus conejeras</p>	<p>Tema: habilidades para el control de las emociones (toma decisiones) Habilidades cognitivas (pensamiento crítico)</p>
<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>	

Duración: 1 hora 30 minutos	Dirigida a: Estudiantes																				
Área: Educativa																					
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita																					
Objetivo	Lograr que los estudiantes identifiquen de manera objetiva como quieren a sus parejas y las consecuencias de tener presente el tipo de persona que quiere que los acompañe y haga parte de su vida como pareja sentimental.																				
Metodología	<p>Primero se les pide que formen equipos de tres personas donde dos se toman de las manos y forman un círculo que será llamado “conejera”; la tercera persona se mete dentro del círculo o conejera y se convertirá un conejo durante el juego.</p> <p>Para comenzar se dan las siguientes indicaciones: Cambio de conejos. En este momento las conejeras se quedan en su lugar sin moverse solo levantan las manos para que el conejo salga y busque su nueva conejera. Después de este cambio un conejo quedará sin conejera y éste será quien dirija el juego y así sucesivamente. La siguiente instrucción es: cambio de conejeras; en este momento sólo se mueven los que forman las conejeras, los conejos se quedan quietos esperando una nueva conejera. Procesamiento y cierre: Se reúne al grupo en círculo y se le pide que realice ejercicios de respiración profunda con los ojos cerrados. Una vez hecho lo anterior, se hacen las siguientes preguntas, ¿cómo están?, ¿de qué se dieron cuenta? Puede hablar sobre la importancia de ser responsables en el noviazgo, que no se puede ir por la vida cambiando de pareja si las cosas no funcionan o existe cierto grado de aburrimiento, que si quieren llegar a tener esa pareja ideal no pueden ir cambiando de pareja como lo hicieron con los conejos. Después se les da el anexo de la pareja para que respondan las preguntas de manera muy clara y específica</p> <div data-bbox="613 1402 1382 1864" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center; vertical-align: top;">  <p style="font-size: 8px;">Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Institución para la vida</p> <p style="text-align: center;"><i>¿Cómo será mi pareja?</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20%; font-size: 8px;">¿Cómo me tratará?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué NO permitiré?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué le aportará a su vida?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué me aportará a mi vida?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cómo resolveremos los inconvenientes?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">Otros aspectos</td><td></td></tr> </table> </td> <td style="width: 50%; text-align: center; vertical-align: top;">  <p style="font-size: 8px;">Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Institución para la vida</p> <p style="text-align: center;"><i>Mi pareja</i></p> </td> </tr> </table></div>	 <p style="font-size: 8px;">Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Institución para la vida</p> <p style="text-align: center;"><i>¿Cómo será mi pareja?</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20%; font-size: 8px;">¿Cómo me tratará?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué NO permitiré?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué le aportará a su vida?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué me aportará a mi vida?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cómo resolveremos los inconvenientes?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">Otros aspectos</td><td></td></tr> </table>	¿Cómo me tratará?		¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí?		¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja?		¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos?		¿Qué NO permitiré?		¿Qué le aportará a su vida?		¿Qué me aportará a mi vida?		¿Cómo resolveremos los inconvenientes?		Otros aspectos		 <p style="font-size: 8px;">Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Institución para la vida</p> <p style="text-align: center;"><i>Mi pareja</i></p>
 <p style="font-size: 8px;">Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Institución para la vida</p> <p style="text-align: center;"><i>¿Cómo será mi pareja?</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 20%; font-size: 8px;">¿Cómo me tratará?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué NO permitiré?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué le aportará a su vida?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Qué me aportará a mi vida?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">¿Cómo resolveremos los inconvenientes?</td><td></td></tr> <tr><td style="font-size: 8px;">Otros aspectos</td><td></td></tr> </table>	¿Cómo me tratará?		¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí?		¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja?		¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos?		¿Qué NO permitiré?		¿Qué le aportará a su vida?		¿Qué me aportará a mi vida?		¿Cómo resolveremos los inconvenientes?		Otros aspectos		 <p style="font-size: 8px;">Universidad Cooperativa de Colombia Psicóloga en Formación Natalia Muñoz Piedrahita Institución para la vida</p> <p style="text-align: center;"><i>Mi pareja</i></p>		
¿Cómo me tratará?																					
¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí?																					
¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja?																					
¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos?																					
¿Qué NO permitiré?																					
¿Qué le aportará a su vida?																					
¿Qué me aportará a mi vida?																					
¿Cómo resolveremos los inconvenientes?																					
Otros aspectos																					

Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	<p>Los estudiantes lograron establecer y reflexionar que tipo de pareja sentimental querían dentro de su vida:</p> <p>¿Cómo me tratará? “muy bien con amor y afecto”, “con muy buena actitud y detallista”</p> <p>¿Cuáles serán sus sentimientos hacia mí? “el tendrá amor y respeto hacia mí”, “con gran respeto hacia mi y mucho afecto”</p> <p>¿Cuáles serán mis sentimientos hacia mi pareja? “serán el afecto y amorosa”, “mis pensamientos serán de respeto mucho afecto y mucho cariño”, “mis pensamientos serán de respeto mucho afecto y mucho cariño”</p> <p>¿Qué vamos a lograr juntos? ¿Cómo lo lograremos? “una familia estando juntos y esfuerzo”, “formar una familia y cumplir nuestros sueños, estando siempre unidos y saliendo adelante sobre cualquier varrera”,</p> <p>¿Qué NO permitiré? “que me trate mal y sin respeto”, “que tome, que me golpee, que desprecie su familia y que sea celoso”</p> <p>¿Qué le aportare a su vida? “amor y respeto”, “todo el positivismo y todas las ganas y apoyo para que triunfe en sus sueños”</p> <p>¿Qué me aportara a mi vida? “una familia”, “apoyo, afecto y mucho apoyo”</p> <p>¿Cómo resolveremos los inconvenientes? “con respeto y pasiencia”, “de una manera pacífica y sin discusiones ni gritos”</p> <p>Otros aspectos “tendremos hijo y si es niña Sofia y si es niño Daniel Santiago”</p>
Registros de Evaluación	

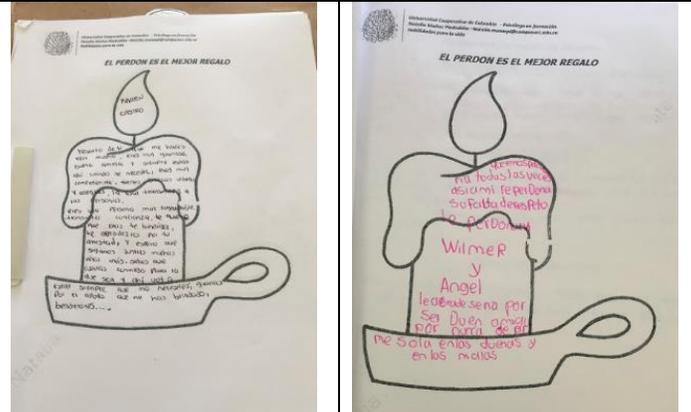


Universidad Cooperativa de Colombia	
Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Mi profesión	Tema: habilidades cognitivas (pensamiento crítico) Habilidades para el control de las emociones (toma decisiones)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Lograr que los estudiantes identifiquen en que se van a desempeñar en un futuro, como y para que lo harán dentro de la sociedad, que evalúen distintas alternativas teniendo en cuenta sus necesidades, capacidades, criterios y consecuencias.
Metodología	Se les pide que piensen en que se quieren desempeñar en un futuro y que lo planeen, esto debe ser plasmado en el anexo

	 <p>MI PROFESIÓN</p> <p>¿QUÉ ESTUDIARÉ?</p> <p>¿DÓNDE ESTUDIARE?</p> <p>¿CUAL ES MI MOTIVACION PARA HACERLO?</p> <p>¿QUE NECESITO PARA LOGRARLO?</p> <p>¿COMO LO LOGRARE?</p>
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Los estudiantes lograron identificar que van a estudiar, donde, para que y como lo van a lograr.</p> <p>¿Qué estudiare? “criminalistica”, “estudiare diseño de modas”, “sere azafata”</p> <p>¿Dónde estudiare? “en la Universidad del Cauca si Dios me lo permite”, “la universidad del cauca”, “en otro país, tal vez España o hasta New York”</p> <p>¿Cuál es mi motivación para hacerlo? “mi familia para darles una vida mejor”, “para darle una gran satisfacción a mis padres y comprarles una casa y un carro”, “viajar por todo el mundo”</p> <p>¿Qué necesito para lograrlo? “estudiar y capacitarme bien”, “estudiar mucho para lograr mis sueños”, “estudiar”</p> <p>¿Cómo lo lograre? “estudiar a diario y con ayuda de Dios”, “estudiando, proponiéndome metas”, “con esfuerzo”</p>
<p>Registros de Evaluación</p>	



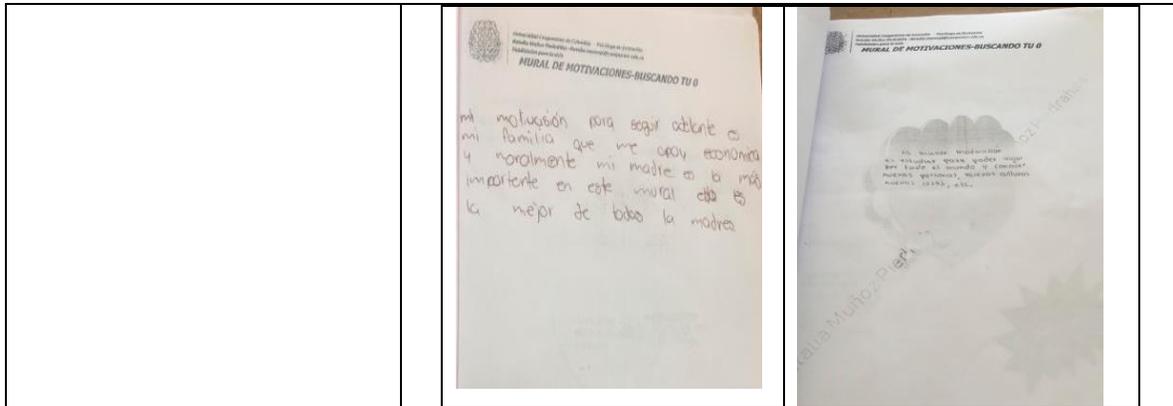
<p><i>Universidad Cooperativa de Colombia</i></p> <p><i>Sede Popayán</i></p> <p><i>Psicología Educativa</i></p>	
<p>Nombre de la Actividad: El perdón es el mejor regalo</p>	<p>Tema: Habilidades para el control de emociones Habilidades sociales (trabajo en equipo) Habilidades cognitivas (solución de conflictos)</p>
<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>	
<p>Duración: 30 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes</p>
<p>Área: Educativa</p>	
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	
<p>Objetivo</p>	<p>Fortalecer el vínculo entre los pares y reconocer emociones dentro del contexto educativo para mejorar la convivencia entre ellos.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Se les pide a los estudiantes que en la vela que tiene cada compañero le pongan un mensaje de disculpas o de agradecimiento, y procedan a darle un abrazo a sus compañeros. Se les entrega este anexo:</p>

	
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Los estudiantes lograron reconocer sus errores y las cosas buenas que tenía cada persona dentro de su aula de clase.</p> <p>“Wilmer, le perdonaría su falta de respeto asia mi, le perdonaría todas las veces que hemos peleado”</p> <p>“Ángel, le agradecería por ser buen amigo, por nunca dejarme sola en las buenas y en las malas”</p> <p>“para mi vieja amiga Castro, ella sabe que a pesar de todo la quiero mucho; porque fueron unos años muy lindos de amistad y que de verdad lamento el motivo por el que todo cambio; en fin a sido una de mis mejores amistades”</p> <p>“primero quiero agradecerte por esos momentos tan felices que me haces pasar con tus chistes y tus piernitas de tiburón y por parecerte el rastacuando, en serio gracias por tu amistad, bendiciones”</p>
<p>Registros de Evaluación</p>	



<p><i>Universidad Cooperativa de Colombia</i></p> <p><i>Sede Popayán</i></p> <p><i>Psicología Educativa</i></p>	
<p>Nombre de la Actividad: Busca tu 0</p>	<p>Tema: Habilidades cognitivas Habilidades para el control de emociones</p>
<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>	
<p>Duración: 35 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes</p>
<p>Área: Educativa</p>	
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	
<p>Objetivo</p>	<p>Buscar una motivación intrínseca y fortalecer sus capacidades para que vuelvan consiente su motivación para que puedan afrontar situaciones que se les pueda presentar en su diario vivir.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Se les pone música de relajación para que piensen cual es el cero de su vida, se les explica que es el cero. Este número si lo multiplicamos por otro número el resultado es mismo, es decir que así debe ser su motivación.</p>

	 <p>Universidad Cooperativa de Colombia - Psicología en Jericó Natalia Muñoz Piedrahita - natalia.muñoz@ucoop.edu.co Motivando para la vida</p> <p>MURAL DE MOTIVACIONES-BUSCANDO TU 0</p> 
Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	<p>Se logró que los estudiantes encontrarán su 0 para que lo usen dentro y fuera del contexto educativo.</p> <p>“mi motivaciones mi familia y las cosas que amo, estudiar y Dios. Mi sero: todas las cosas que me hacen feliz y me ayudan”</p> <p>“mi motivación es llegar aser una gran diseñadora de moda, mi motivación es también llegar aser una gran estilista y aser viajes por todo el mundo llevando mis diseños de modas y también mostrando mis consméticos profesionales”</p> <p>“mi mayor motivación es estudiar para poder viajar por todo el mundo y conocer nuevas personas, nuevas culturas, nuevas cosas, etc.”</p>
Registros de Evaluación	



<p>Universidad Cooperativa de Colombia</p> <p>Sede Popayán</p> <p>Psicología Educativa</p>	
<p>Nombre de la Actividad: Me expreso por medio de una carta</p>	<p>Tema: Habilidades para el control de las emociones Habilidades cognitivas</p>
<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>	
<p>Duración: 30 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes y padres de familia</p>
<p>Área: Educativa</p>	
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	
<p>Objetivo</p>	<p>Fortalecer el vínculo que tienen padres de familia y estudiantes por medio del reconocimiento de sus emociones y expresándolas por medio de una carta.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Se les pide que piensen en todas las cosas buenas que han tenido sus padres e hijos y que se expresen por medio de una carta, así mismo que tengan en cuenta cosas que nunca les hayan expresado para que estas sean plasmadas en la carta.</p>

	 <p>Universidad Cooperativa de Colombia - <i>Revolución en Formación</i> Avenida Mayor Piedad - Bogotá, Colombia - contacto@ucc.edu.co #Estudiar para la vida</p> <p><i>Me expreso por medio de mi carta</i></p> <p><i>Natalia Muñoz Piedrahita - Natalia Muñoz Piedrahita</i></p>
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes 100 padres de familia</p>
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Se logró expresar y reconocer los sentimientos de padres de familia y estudiantes por medio de la carta y esto llevo a fortalecer el vínculo entre ellos.</p> <p>“ hola mami y papi primero que todo quería pedirles perdón por si en algunos momentos me llegue a portar mal por si alguna vez los llegue a decepcionar, quería agradecerles por todo lo que hacen por mi porque siempre me tratan de dar los gustos en lo que quiero, porque siempre me apoyan en todo porque siempre están para mí cuando mas los necesito, se que no les suelo decir esto pero quiero decirles que los amo mucho que ustedes son mi mayor inspiración para seguir adelante y cumplir mis sueños y que son los mejores papas del mundo y eso lo supe desde el dia que naci los amo mucho”</p> <p>“mamá eres la mejor persona del mundo la mejor mamá aun que yo he tenido problemas pero tu todo me lo has perdonado mi falta de juicio, mi mal carácter, mis malas palabras todo por eso te quiero mamá”</p> <p>“papá tu como mi papá bien sabes que no me gusta que siempre me regañes, bueno yo se que yo me lo merezco porque soy rebelde pero a pesar de eso te quiero papá nunca te dejare de querer”</p> <p>“hermano yo se que muchas veces peleamos pero volvemos a ser amigos te quiero mucho hermano”</p> <p>“” le doy gracias a Dios por mi vida y por la de mi familia, le doy gracias por mi mamá y mis hermanos que son las únicas personas que me han enseñado como superar los obstáculos de la vida, siempre hemos estado juntos y eso es lo mas bonito de mi vida”</p>

	sea zafado deberá ayudar a zafar hasta llegar al compañero que tiene el mensaje.
Número total Beneficiarios	159 estudiantes
Logros obtenidos	Se logró entregar la carpeta a los estudiantes y que ellos generaran un vínculo con esta ya que fue construida durante las diferentes intervenciones realizadas en el segundo periodo de 2019.
Registros de Evaluación	

Universidad Cooperativa de Colombia

Sede Popayán

Psicología Educativa

Nombre de la Actividad: Certificado de Aptitud	Tema: Habilidades para la vida
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 45 minutos	Dirigida a: Docentes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	

Objetivo	Reconocer el trabajo que realizan a diario los docentes dentro de la Institución y generar una motivación frente a su trabajo.
Metodología	<p>Se le pide a los estudiantes que reconozcan cual es la cualidad de cada docente por el cual ellos se destacan, después se les pone en el diploma y se les entrega a cada docente.</p> 
Número total Beneficiarios	100 docentes
Logros obtenidos	<p>Se logró reconocer a los docentes por su labor con los estudiantes.</p> <p>“muchas gracias no sabía que los estudiantes pensaban eso de mi”</p> <p>“esto me motiva a seguir realizando mi trabajo y mejorar cada día más”</p>
Registros de Evaluación	

Universidad Cooperativa de Colombia	
Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Cartillas motivacionales	Tema: Habilidades sociales (trabajo en equipo) Habilidades cognitivas (pensamiento crítico)
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 3 horas	Dirigida a: Estudiantes y Docentes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Generar pensamiento crítico frente a sus docentes, teniendo en cuenta la labor que realizan, así mismo fortalecer el trabajo en equipo que se ejecuta a diario entre los alumnos y docentes. Fortalecer la motivación que tienen los docentes dentro de su contexto educativo, de igual manera mejorar el trabajo en equipo con los alumnos.
Metodología	Se les pone una cartilla con hojas vacías, los alumnos ponen un mensaje para el docente que ellos deseen con el fin de que reconozcan su labor como docentes.
Número total Beneficiarios	16 docentes
Logros obtenidos	Se logró reconocer las actitudes buenas que tienen los maestros de la Institución por medio de los mensajes de los estudiantes: “profe usted es el mejor 8.1 lo quiere mucho” “en la buena profe asi no sepa mucho de matemáticas yo intento aprender ” “me gustan sus clases, gracias Gentil por ser tan gentil jajaja”
Registros de Evaluación	   



<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i> <i>Sede Popayán</i> <i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: Caja de herramientas para el aula de clase	Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral
Tema: Habilidades sociales (comunicación asertiva) Habilidades cognitivas (trabajo en equipo).	
Duración: 1 Hora	Dirigida a: Docentes
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	Área: Educativa
Objetivo	Generar herramientas para la comunicación asertiva entre los docentes, así mismo entre estudiantes y docentes. Crear escenarios para que los docentes fortalezcan el trabajo en equipo.
Metodología	Se les pide que formen 3 equipos, que formen una fila, al primer docente se le dará una frase la cual tendrá que transmitir a su segundo compañero, el segundo al tercero y así sucesivamente hasta que la frase llegue al final de la fila, el ultimo docente tendrá que llegar hasta el tablero anotando la frase que le llego, al momento que todos los equipos hayan anotado la frase se les pedirá que se sienten y reflexionaremos frente a los resultados obtenidos de la actividad. En un segundo momento se les brinda herramientas para ser utilizadas dentro del aula de clase: Se les dará una lista de actividades que podrán realizar en la hora de dirección de grupo donde se podrá desarrollar las habilidades para la vida. Actividad 1: desarrollar habilidades de comunicación: ponga a los estudiantes hablar al mismo tiempo. Deles una

	<p>señal para que se detengan y pregúnteles cuántos de ellos sintieron que alguien los escuchaba.</p> <p>Actividad 2: se les pasara un cuadro que será usado cuando los estudiantes comentan una falta, con el fin de disminuir los castigos y fomentar las soluciones, las preguntas que están en el cuadro serán resueltas por el estudiante.</p> <table border="1" data-bbox="613 478 1170 653"> <thead> <tr> <th data-bbox="613 478 797 604">Mi compensación</th> <th data-bbox="802 478 985 604">¿Cuándo lo voy a hacer?</th> <th data-bbox="990 478 1170 604">¿Cómo lo voy a reparar?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="613 611 797 653"></td> <td data-bbox="802 611 985 653"></td> <td data-bbox="990 611 1170 653"></td> </tr> </tbody> </table> <p>Actividad 3: se les explica que un método de solucionar problemas es el árbol de las soluciones, se les dibuja un árbol grande en el tablero, y se les pide que identifiquen el problema, después las posibles causas y por último las posibles soluciones, usted como maestro ubicara: Tallo: va el problema En las hojas: las posibles soluciones Raíces: causas Al final llegan a un acuerdo de cuando se hace el seguimiento de dicho problema.</p>	Mi compensación	¿Cuándo lo voy a hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?			
Mi compensación	¿Cuándo lo voy a hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?					
Número total Beneficiarios	16 docentes						
Logros Obtenidos	Generó herramientas para los docentes y manejar diferentes situaciones dentro del aula educativa y en los alumnos se fortaleció más la disciplina y responsabilidad en los alumnos, dinamizó más las clases. “son cosas que nos van a servir para dar mejor las clases”						
Registros de Evaluación							

Universidad Cooperativa de Colombia
Sede Popayán
Psicología Educativa

Nombre de la Actividad:

Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral

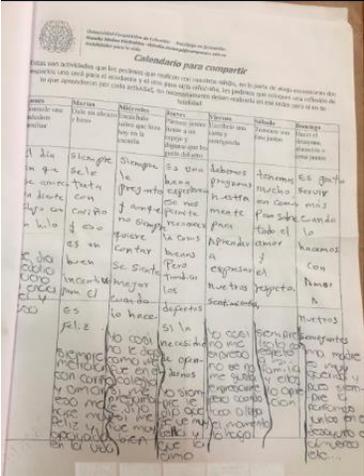
Escuela de docentes	
Tema: Habilidades para el manejo de emociones (control de estrés)	
Duración: 30 minutos	Dirigida a: Docentes
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	Área: Educativa
Objetivo	Instaurar herramientas para la disciplina con el fin de disminuir el estrés por parte de los docentes y de igual manera generar aumento de rendimiento académico dentro del aula de clase por medio de dichas herramientas.
Metodología	Se les presenta el video “un buen maestro sabe que en todo ser humano hay grandeza” (Mario Alonso Puig), al final se realiza un debate frente al video presentado.
Número total Beneficiarios	16 Docentes
Logros obtenidos	Se les brindo herramientas a los docentes para que se manejen situaciones en las aulas de clase.
Registros de Evaluación	

<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i> <i>Sede Popayán</i> <i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: Escuela de padres	Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral
Tema: Habilidades para la vida	
Duración: 1 hora 30 minutos	Dirigida a: Padres de familia y estudiantes
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	Área: Educativa
Objetivo	Generar herramientas y espacios para que los padres de familia colaboren en el proceso de enseñanza de sus hijos desde la perspectiva de las habilidades para la vida.
Metodología	Se muestra a los padres de familia el video “como educar sin miedo en la adolescencia. Ángel Peralbo” y brindamos herramientas sobre pautas de crianza, después se realiza un ejercicio de sensibilización donde padres de familias y

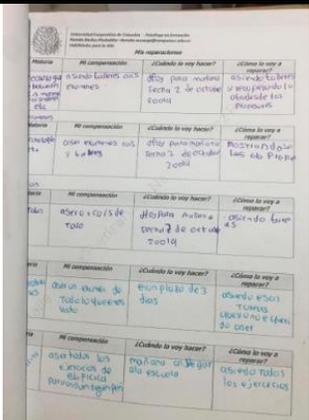
	adolescentes se paran frente a frente, se les lee la reflexión con música y al final se les pide que regalen un abrazo y un beso, esto con el fin de aumentar el rendimiento académico y calidad de vida.
Número total Beneficiarios	159 Padres de familia 159 estudiantes
Logros obtenidos	Los padres de familia adquirieron herramientas para un buen desarrollo de las habilidades para la vida de sus hijos.
Registros de Evaluación	

<i>Universidad Cooperativa de Colombia</i>	
<i>Sede Popayán</i>	
<i>Psicología Educativa</i>	
Nombre de la Actividad: Calendario de actividades	Tema: habilidades para la vida
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 25 minutos diarios	Dirigida a: Estudiantes y padres de familia
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Se busca fortalecer los vínculos entre padres de familia/ tutores y sus hijos

<p>Metodología</p>	<p>A cada estudiante se le pasara un calendario en donde cada día tendrá una actividad para realizar con su hijo/a , debajo de cada día se encontrara un espacio en donde pondrá que aprendió de ese espacio con su hijo/a.</p> <p>Se les pasa el anexo</p> <p>Estas son actividades que les pedimos que realicen con nuestros niños, en la parte de abajo encontraran dos espacios uno será para el acudiente y el otro para el/la niño/niña, les pedimos que coloquen una reflexión de lo que aprendieron por cada actividad, no necesariamente deben realizarla en ese orden pero si en su totalidad:</p> <div style="text-align: center;">  <p>Universidad Cooperativa de Colombia - Psicología en Formación Natalia Muñoz Piedrahíta - natalia.muñoz@cooperativa.edu.co Motivadoras para la vida</p> <p>Calendario para compartir</p> <p>Estas son actividades que les pedimos que realicen con nuestros niños, en la parte de abajo encontraran dos espacios uno será para el acudiente y el otro para el/la niño/niña, les pedimos que coloquen una reflexión de lo que aprendieron por cada actividad, no necesariamente deben realizarla en ese orden pero si en su totalidad</p> <table border="1" data-bbox="699 842 1304 1440"> <thead> <tr> <th>Lunes</th> <th>Martes</th> <th>Miércoles</th> <th>Jueves</th> <th>Viernes</th> <th>Sábado</th> <th>Domingo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Contarle una anécdota familiar</td> <td>Darle un abrazo y beso</td> <td>Escúchalo sobre que hizo hoy en la escuela</td> <td>Pararse juntos frente a un espejo y díganse que les gusta del otro</td> <td>Escribele una carta y entrégasela</td> <td>Tórnense una foto juntos</td> <td>Hacer el desayuno almuerzo o cena juntos</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> </div>	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Contarle una anécdota familiar	Darle un abrazo y beso	Escúchalo sobre que hizo hoy en la escuela	Pararse juntos frente a un espejo y díganse que les gusta del otro	Escribele una carta y entrégasela	Tórnense una foto juntos	Hacer el desayuno almuerzo o cena juntos														
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo																							
Contarle una anécdota familiar	Darle un abrazo y beso	Escúchalo sobre que hizo hoy en la escuela	Pararse juntos frente a un espejo y díganse que les gusta del otro	Escribele una carta y entrégasela	Tórnense una foto juntos	Hacer el desayuno almuerzo o cena juntos																							
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>																												
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Se logró establecer un espacio diario entre padres de familia/tutores y estudiantes y se logró fortalecer el vínculo entre ellos.</p>																												

Registros de Evaluación	
-------------------------	--

<p style="text-align: center;">Universidad Cooperativa de Colombia</p> <p style="text-align: center;">Sede Popayán</p> <p style="text-align: center;">Psicología Educativa</p>	
<p>Nombre de la Actividad: ¿Cómo recuperar mis materias?</p>	<p>Tema: Habilidades sociales Habilidades cognitivas</p>
<p>Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral</p>	
<p>Duración: 40 minutos</p>	<p>Dirigida a: Estudiantes</p>
<p>Área: Educativa</p>	
<p>Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita</p>	
<p>Objetivo</p>	<p>Que los estudiantes adquieran responsabilidad frente a sus materias.</p>
<p>Metodología</p>	<p>Se les entrega un anexo donde deberá poner la materia, como la va a recuperar y la fecha en la que lo hará.</p>

	 <p>Universidad Cooperativa de Colombia - Psicólogo en formación Natalia Muñoz Piedrahíta - natalia.muñozp@campusucc.edu.co Habilidades para la vida</p> <p style="text-align: center;">Mis reparaciones</p> <table border="1" data-bbox="673 283 1356 409"> <thead> <tr> <th>Materia</th> <th>Mi compensación</th> <th>¿Cuándo lo voy hacer?</th> <th>¿Cómo lo voy a reparar?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="673 430 1356 556"> <thead> <tr> <th>Materia</th> <th>Mi compensación</th> <th>¿Cuándo lo voy hacer?</th> <th>¿Cómo lo voy a reparar?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="673 577 1356 703"> <thead> <tr> <th>Materia</th> <th>Mi compensación</th> <th>¿Cuándo lo voy hacer?</th> <th>¿Cómo lo voy a reparar?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="673 724 1356 850"> <thead> <tr> <th>Materia</th> <th>Mi compensación</th> <th>¿Cuándo lo voy hacer?</th> <th>¿Cómo lo voy a reparar?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="673 871 1356 997"> <thead> <tr> <th>Materia</th> <th>Mi compensación</th> <th>¿Cuándo lo voy hacer?</th> <th>¿Cómo lo voy a reparar?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?					Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?					Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?					Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?					Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?				
Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?																																						
Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?																																						
Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?																																						
Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?																																						
Materia	Mi compensación	¿Cuándo lo voy hacer?	¿Cómo lo voy a reparar?																																						
<p>Número total Beneficiarios</p>	<p>159 estudiantes</p>																																								
<p>Logros obtenidos</p>	<p>Se logró establecer los compromisos, como y cuando iban a recuperaran las materias que cada estudiante iba perdiendo.</p>																																								
<p>Registros de Evaluación</p>	 																																								

Sede Popayán	
Psicología Educativa	
Nombre de la Actividad: Cancha sintética	Tema: espacio de ocio
Lugar: Institución Educativa Gabriela Mistral	
Duración: 2 meses	Dirigida a: Estudiantes
Área: Educativa	
Nombre Psicóloga en Formación: Natalia Muñoz Piedrahita	
Objetivo	Generar un espacio donde los estudiantes puedan realizar actividad deportiva en buenas condiciones
Metodología	Se le solicito a la Fundación Mundo Mujer realizar una cancha sintética con el fin de generar un espacio deportivo para los estudiantes de la institución.
Número total Beneficiarios	368 estudiantes
Logros obtenidos	Se logró obtener una respuesta positiva por parte de la Fundación Mundo Mujer y se realizó la cancha dentro de la institución
Registros de Evaluación	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap;"> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  </div> </div>

CONCLUSIONES

Se cree que es importante que a los estudiantes se les promueva las habilidades para la vida dentro del contexto educativo ya que dichas habilidades que fueron promovidas dentro del programa se tiene la hipótesis que generaron un aumento del rendimiento académico.

Se tiene como hipótesis después de la implementación del programa que es importante que los padres de familia y docentes participen de manera activa dentro del programa para la promoción de habilidades para la vida ya que son dos variables que aportaron de manera significativa al aumento del rendimiento académico de los estudiantes.

Queda por comprobar la hipótesis de que las tres variables frente a la promoción de las habilidades para la vida (estudiantes, docentes y padres de familia) aportan al rendimiento académico de los estudiantes.

Comprobar con un test psicométrico ya validado si las habilidades para la vida tienen alguna relación con las materias que son impartidas a los estudiantes.

Queda por comprobar si la variable de tiempo frente a los periodos académicos influye en el aumento de rendimiento académico.

Referencias bibliográficas

- Anton, L. (s.f.). *Wikiaraujo psicología como ciencia*. Obtenido de Wikiaraujo psicología como ciencia:
http://www.educa.madrid.org/web/ies.laserna.fuenlabrada/filosofia/psicologia/psicologia_ciencia.pdf
- Arango, M. E.-M. (2002). *El desarrollo del niño- Colección para padres y maestros*. Bogotá-Colombia: Ediciones Gamma S.A.

- Chaparro, N. C.-A. (2011). *Formación en psicología social comunitaria*. Bogotá: Editorial Universidad Cooperativa de Colombia (Educc).
- Clavero, F. H. (s.f.). *Habilidades Cognitivas*. Obtenido de Habilidades Cognitivas: http://148.228.165.6/PES/fhs/ANEXO_ESTRATEGIAS/HABILIDADES%20COGNITIVASHerreraClavero.pdf
- Cuenca, M. S.-M. (2005). *Educación de las emociones y sentimientos*. Madrid-España: NARCEA, S.A. DE EDICIONES.
- Diane E. Papalia, S. W. (2009). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. México: Mc Graw Hill Educacin .
- Feldman, J. R. (2005). *autoestima ¿cómo desarrollarla?* Madrid, España: NARCEA, S.A. DE EDICIONES.
- Gutierrez, A. (s.f.). *HABILIDADES PARA LA VIDA, manual de conceptos básicos para facilitadores y educadores*. Obtenido de HABILIDADES PARA LA VIDA, manual de conceptos básicos para facilitadores y educadores: <http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesparalavidamanualdeconceptos16agosto.pdf>
- GUTIÉRREZ, S. R. (2010). *PRÁCTICA EDUCATIVA RÁCTICA EDUCATIVA*. Obtenido de PRÁCTICA EDUCATIVA RÁCTICA EDUCATIVA: https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4618/TDR_RUIZ_GUTIERREZ.pdf
- Jesús, M. C. (2016). *Aproximaciones hacia una definición de "Bajo rendimiento escolar"*. Obtenido de Aproximaciones hacia una definición de "Bajo rendimiento escolar": http://ridum.umanizales.edu.co:8080/jspui/bitstream/6789/2613/1/Monsalve_Henry_De_Jes%C3%BAs_2016.pdf
- Lott, J. N.-L. (2002). *Disciplina con amor en el aula*. Santafé de Bogotá, Colombia: Editorial Planeta Colombiana, S.A.
- MISTRAL, I. E. (2015-2017). *PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL P.E.I. POPAYÁN*.
- Mora, A. S. (2017). *Unicef, habilidades para la vida* . Obtenido de Unicef, habilidades para la vida : https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades_Correcciones_Noviembre.pdf
- Orduña, A. A. (2003). *Factor individual: Autoestima*. Obtenido de Factor individual: Autoestima: http://www.enfermeriasalamanca.com/TRABAJOS_SALUD_LABORAL/SEGURIDAD/AUTOESTIMA.PDF
- Ortego, M. d., López, S., & Álvarez, M. (s.f.). *Ciencias Psicosociales I*. Obtenido de Ciencias Psicosociales I: https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_01.pdf
- Preciado, S. (Septiembre de 2014). FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES PARA LA VIDA COMO FACTORES PSICOSOCIALES EN LA EDUCACIÓN PARA LA RESILIENCIA. *FORTALECIMIENTO DE*

HABILIDADES PARA LA VIDA COMO FACTORES PSICOSOCIALES EN LA EDUCACIÓN PARA LA RESILIENCIA. Sogamoso .

Ruiz, V. M. (30 de mayo de 2014). *Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana.*

Obtenido de Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana:

file:///C:/Users/usuario/Downloads/1488-Texto%20del%20art%C3%ADculo-3188-1-10-20150625.pdf

Solano, L. F. (2017). *COMUNICACIÓN ASERTIVA: ANALISIS BIBLIOGRAFICO DE LAS PROPUESTAS PEDAGOGICAS IMPLEMENTADAS EN EL AULA PARA LOGRAR CONTEXTOS EDUCATIVOS DE SANA CONVIVENCIA EN EL DESARROLLO DE UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA.* Obtenido de COMUNICACIÓN ASERTIVA: ANALISIS BIBLIOGRAFICO DE LAS PROPUESTAS PEDAGOGICAS IMPLEMENTADAS EN EL AULA PARA LOGRAR CONTEXTOS EDUCATIVOS DE SANA CONVIVENCIA EN EL DESARROLLO DE UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA:

<http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/12970/1/Guti%C3%A9rrezSolanoLauraFernanda2018.pdf>

Solorio, R. M. (2012). *Manual de trabajo en equipo.* Obtenido de Manual de trabajo en equipo:

<http://dgrh.salud.gob.mx/Formatos/MANUAL-DE-TRABAJO-EN-EQUIPO-2012.pdf>

UACM. (2012). *Manual de Habilidades para la vida.* Obtenido de Manual de Habilidades para la vida:

http://www.habilidadesparaadolescentes.com/archivos/2012_Manual_HpV_EMS_UACM.pdf

WOOLFOLK, A. (2010). *Psicología Educativa, Décimo Primera Edición.* México: Pearson Educación.

ANEXOS



comunicación
docentes



Nunca_le_pidas_
a_un_nio_que_te_
preste_atencin_
C
hema_Lzaro_pr...



video maestros



1.Es_hora_de_vol
ver_a_casa



2.Nike - Dream
Crazy - Short
Version - Español
- Fabrice MART...



3.Estos_nios_nos_
dan_una_gran_le
ccin



3.For_the_Birds_C
orto_para_ensear
_valores



4.CGI_Animated_
Short_Film_One_
Small_Step_by_T
AIKO_Studios_...



5.Chris_Paul_y_la
_noche_en_la_qu
e_honr_la_muert
e_de_su_abuelo...



quien-se-ha-llev
ado-mi-queso-c
omo-adaptarse-a
-los-cambios



Amor_Y_Control_
Ruben_Blades_Le
tra



BERET_- OJAL_LE
TRA



Caretas_Ismael_
Miranda



Cree_En_Ti_-_Por
ta_Letra_2014



Decisiones_-_Rub
en_Blades_Letra
(1)



La_vida_es_un_C
arnaval_-Celia_Cr
uz_lettra