

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
“LUÍS BELTRÁN PREITO FIGUEROA”
SUBDIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN ORIENTACIÓN EDUCATIVA

**ESTRATEGIAS EMOCIONALES PARA LA TRANSFORMACIÓN DE LAS
RELACIONES INTRAPERSONALES EN FAMILIA MONOPARENTAL**

Autora: Saray Escalona
Tutor: Alejandro Campos

Barquisimeto, Julio de 2018

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
“LUÍS BELTRÁN PREITO FIGUEROA”
SUBDIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN ORIENTACIÓN EDUCATIVA

**ESTRATEGIAS EMOCIONALES PARA LA TRANSFORMACIÓN DE LAS
RELACIONES INTRAPERSONALES EN FAMILIA MONOPARENTAL**

Tesis presentada para optar al grado de Magíster en Educación
Mención Orientación Educativa

Autora: Saray Escalona
Tutor: Alejandro Campos

Barquisimeto, Julio de 2018

**REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
"Dr. LUÍS BELTRÁN PRIETO FIGUEROA"**

**ESTRATEGIAS EMOCIONALES PARA LA TRANSFORMACIÓN DE LAS
RELACIONES INTRAPERSONALES EN LA FAMILIA
MONOPARENTALES**

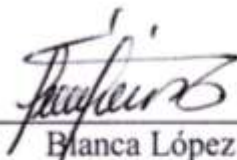
Por. Saray Escalona

Trabajo de Grado de Maestría aprobado, en nombre de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, por el siguiente jurado, en la ciudad de Barquisimeto, a los 13 días del mes de Julio del año 2018.


Irma Morante
C.I. 9.601.332



Alejandro Campos
C.I. 19.347.839


Blanca López
C.I. 7.386.280

DEDICATORIA

Mi trabajo de grado lo dedico con todo mi amor a mi amada madre Santa María Escalona por su sacrificio y esfuerzo durante todas mis etapas de estudios, por mi futuro y creer en mi capacidad, aunque hemos pasado momentos difíciles en cuanto a su salud siempre ha estado brindándome comprensión y amor.

A mi compañero de vida mi esposo José Goyo que siempre me ha apoyado en todas mis metas a cumplir.

A mi amada hija Sahiry Victoria por ser fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así poder luchar para que la vida nos depare un futuro mejor.

A mi tutor por dejarme ser partícipe de sus conocimientos y mostrar siempre apoyo incondicional.

A mi compañera y amiga María Carolina Pérez por haber compartido sus conocimientos, tristezas y alegrías sin esperar nada a cambio durante todo este hermoso recorrido.

A todas esas personas que de una u otra forma estuvieron siempre dispuestos a ayudarme y hacer posible que este sueño se hiciera realidad.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer primeramente a Dios por darme la salud que tengo para continuar cada día luchando por las metas propuestas.

Agradezco a mis maestros ya que ellos me enseñaron a valorar los estudios y a superarme cada día, también agradezco a mi madre porque siempre estuvo en los momentos más difíciles mi vida como estudiante.

Estoy segura que mis metas planteadas en un futuro darán frutos y por ende debo esforzarme cada día para ser mejor ciudadano.

ÍNDICE GENERAL

	p.p
LISTA DE CUADROS.....	viii
RESUMEN.....	ix
INTRODUCCIÓN.....	1
MOMENTO	
I APROXIMACIÓN AL OBJETO DEL ESTUDIO.....	3
Necesidad o Problema a Resolver.....	6
Propósito General.....	9
Propósitos Específicos.....	9
Justificación.....	10
II TEORÍAS QUE SUSTENTAN EL ESTUDIO.....	12
Antecedentes o Estudios Previos.....	12
Referencias Teóricas de la Temática de la Investigación.....	17
Teoría de la Inteligencia Emocional	17
Desarrollo Emocional.....	19
Las Emociones.....	20
Estrategias Emocionales.....	21
Manejar las emociones.....	23
La Propia Motivación.....	23
Relaciones Intrapersonales.....	24
Tiempo disponible para sí mismo.....	26
Familia Monoparental.....	27
III RECORRIDO METODOLÓGICO.....	31
Naturaleza de la Investigación.....	31
Momentos de la Investigación.....	33
Fase I: Diagnóstico.....	34
Fase II: Planificación.....	34
Fase III: Ejecución.....	35
Fase IV: Evaluación y sistematización.....	35
Actores Sociales.....	36
Escenario del Estudio.....	36
Técnicas para la Recolección de la Información.....	37
Técnicas de Análisis de la Información.....	37
IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA EVIDENCIA.....	38
Fase I. Diagnóstico.....	41
Observación Participante de la Fase Diagnostica.....	44
Análisis de la Fase Diagnóstica.....	47
Análisis de la Fase Diagnóstica.....	48
Fase II. Elaboración del Plan de Acción.....	48
Justificación del Plan de Acción.....	50
Propósitos del Plan de acción.....	50
Propósito General.....	50

	Propósitos Específicos.....	50
	Fase III. Ejecución del Plan de Acción.....	54
V	HALLAZGOS Y REFLEXIONES FINALES.....	96
	Hallazgos.....	96
	Reflexiones Finales.....	97
	REFERENCIAS	99
	ANEXOS.....	102
	Anexo A Fotos De La Institución.....	103
	Anexo B Encuentro Diagnostico.....	105
	Anexo C Taller N° 1. Aprendo Como Desempeñarme Como Padre/Madre.....	107
	Anexo D Taller N° 2 .Tengo Autoridad Como Padre/Madre Que Soy	111
	Anexo E Taller N° 3. Aprendo A Valorarme A Mí Misma/O.....	115
	Anexo F Taller N° 4. Sé Controlar Mis Emociones.....	119
	Anexo G Taller N° 5. Aprendo A Transformar Mis Relaciones Intrapersonales.....	121
	Anexo H Taller N° 6. Con Motivación Veo Las Cosas Positivamente.	124

LISTA DE CUADROS

CUADRO		p.p
1	Planificación del Diagnóstico.....	40
2	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Categorización de la Fase Diagnóstica.....	45
3	Categorías que emergen del Diagnóstico/ Actividades planificadas.....	49
4	Plan General de la Propuesta.....	52
5	Encuentro 1. Taller N°1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre.....	55
6	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 1. Taller N° 1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre.....	59
7	Encuentro 2. Taller N°2. Tengo autoridad como padre/madre que soy.....	63
8	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 2. Taller N° 2. Tengo autoridad como padre/madre que soy.....	68
9	Encuentro 3. Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o.....	71
10	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 3. Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o.....	74
11	Encuentro 4. Taller N° 4. Sé controlar mis emociones.....	77
12	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 4. Taller N° 4. Sé controlar mis emociones.....	81
13	Encuentro 5. Taller N° 5. Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales.....	84
14	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 5. Taller N° 5. Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales.....	87
15	Encuentro 6. Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente.....	90
16	Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 6. Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente.....	93

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
“LUIS BELTRÁN PRIETO FIGUEROA”
SUBDIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
Maestría en Orientación Educativa
Línea de Investigación: Personal Social

**ESTRATEGIAS EMOCIONALES PARA LA TRANSFORMACIÓN DE LAS
RELACIONES INTRAPERSONALES EN FAMILIA MONOPARENTAL**

Autora: Saray Escalona
Tutor: Alejandro Campos
Fecha: Julio de 2018

RESUMEN

El presente estudio tuvo como propósito, generar acciones basadas en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara. Está basado en el enfoque cualitativo, enmarcado en el paradigma socio-crítico, bajo la perspectiva de la Investigación Acción Participante. Entre las técnicas que se utilizaron para la recolección de la información fueron, la observación participante y los grupos de discusión, como herramienta se usó el diario de campo. Los actores sociales fueron 20 madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato. Las evidencias fueron analizadas a través del método Glaser y la triangulación de la información, lo que permitió reconocer la necesidad de la problemática existente. La investigación se llevó a cabo en cuatro fases a saber: (a) Diagnóstico, que permitió conocer los intereses del colectivo, (b) Planificación, en el que se diseñaron un conjunto de acciones para generar reflexiones sobre estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales, (c) Ejecución, donde se realizaron todas las acciones planificadas, (d) la evaluación en la que se registraron reflexiones como resultado de las acciones a desarrollar y la sistematización. Dentro de los hallazgos, se puede decir que se logró efectivamente la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara.

Descriptores: Estrategias emocionales, relaciones intrapersonales, familia monoparental

INTRODUCCIÓN

En la familia es donde el individuo comienza su vida, sus primeras experiencias y sus primeras relaciones, que al mismo tiempo están conectadas a una sociedad. De ahí que en ella se construya la identidad individual y social de las personas, aspectos importantes para la organización social, por ello es importante que se viva en un clima de armonía, para el buen desarrollo emocional del individuo, porque los problemas emocionales generan en el ser humano disminución en sus capacidades requeridas para interrelacionarse con los demás, para entender y aplicar de manera efectiva todo el poder y la agudeza necesaria de sus emociones.

En todo ser humano, se presentan momentos donde es imprescindible el aprendizaje de conductas que permitan la convivencia social. Esto le va a permitir expresar de manera efectiva todas sus capacidades y, así lograr el reflejo de emociones que le generen comportamientos de autenticidad, responsabilidad, empatía, integridad, honestidad y verdadero sentido de compromiso. Es necesario aprender a expresar de forma adecuada, de esta manera evitar daños a sí mismos y a otros.

Es importante resaltar que, la calidad de esas relaciones establece el clima social y emocional que prevalece en nuestro ambiente familiar, social y de trabajo, permite iniciar y mantener relaciones interpersonales duraderas, mutuamente satisfactorias que se caracterizan por la intimidad y el dar y recibir afecto. Cuando las relaciones interpersonales son respetuosas y satisfactorias proveen un terreno común para disfrutar la experiencia de interactuar y compartir con otras personas, se sentirán más dispuestas a mantener esa relación.

De lo expuesto surge la presente investigación, la cual se enmarcó en el paradigma cualitativo bajo la modalidad de investigación – acción, cuyo propósito general fue desarrollar un plan de acción con estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara.. En consecuencia, el estudio se estructuró en cinco (5) capítulos a saber:

En el Capítulo I se encuentra el motivo que orientó esta investigación, la necesidad a resolver, el propósito general y los específicos, así como la justificación e importancia de ésta. En el Capítulo II se señalan algunos estudios previos que tienen similitud con este y sirvieron de referencia al estudio, asimismo contiene algunas teorías y referentes teóricos que dan sustento a la investigación y corroboran las temáticas abordadas.

El Capítulo III, encierra el recorrido metodológico, donde se explica la metodología usada, las técnicas e instrumentos que sirvieron para la recogida de información, se menciona el escenario de estudio y los actores sociales. Seguidamente en el Capítulo IV se muestra la fase diagnóstica y sus resultados, la planificación y ejecución del plan de acción diseñado por la investigadora para dar solución a la situación problemática evidenciada con el diagnóstico realizado. Posteriormente, son presentadas las conclusiones y recomendaciones en el Capítulo V, las referencias, los anexos y las evidencias.

MOMENTO I

APROXIMACIÓN AL OBJETO DEL ESTUDIO

El mundo de hoy constituye un escenario complejo y diverso donde se viven procesos que implican elementos sociales, culturales, comunicativos propios del ser humano, estos se interrelacionan para hacer posible una visión de la realidad en cuyo proceso interviene la educación, debido a que una población bien educada es clave para el desarrollo económico, político, humano y cultural, además es la suprema contribución al futuro, previene la violencia, intolerancia, pobreza, ignorancia y otras actuaciones de antivalores que fracturan la armonía y debilitan las buenas relaciones.

En este sentido, la escuela prepara al individuo para la innovación a través de procesos orientados desde la inteligencia, voluntad y efectividad, en la que se contempla de manera inequívoca la diversidad y la inclusión como formas genuinas estipuladas en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), en su función vislumbra la utilización del pensamiento, de la experiencia enriquecida por la actividad socialmente organizada en un marco de relaciones inter e intrapersonal que ayude en la construcción de la ciudadana, con el apoyo de la familia como instancia también responsable de la educación.

Desde la perspectiva más general, en el ambiente familiar se encuentran los primeros estímulos para el desarrollo intelectual, moral, así como el lenguaje, las nociones básicas de número y espacio, se aprende las normas de conducta, principios y otras maneras de comportarse que oscilan entre cooperación, agresividad, dominio, sumisión, generosidad, egoísmo. El contexto familiar debe de dar espacio a la libertad con responsabilidad, respetar al que gusta o piense de manera diferente, con el fin de ayudar a los hijos a desarrollarse integralmente, ayudándolos a ser creativos, responsables y felices.

Si bien es cierto, las generaciones requieren en su desarrollo integral abordar aspectos socio-afectivos, necesitan afecto, tolerancia, disciplina, comunicación y orientación para aprender a ser, hacer, vivir y convivir, compromiso indelegable de la escuela y la familia como corresponsables en la formación de niños, niñas y jóvenes; este rasgo característico de lo humano es fundamental para potenciar el aprendizaje, según apreciación de Mora (2009):

Es el motor que todos llevamos dentro, una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro (en el sistema límbico) que nos mueve y nos empuja a vivir, querer estar vivos en interacción constante con el mundo y con nosotros mismos” (p.16).

De modo que las emociones, transforman la actitud de la persona, son acciones propias elegidas de manera libre en forma positiva o negativa, dependiendo del uso que se haga de ellas, por ende constituyen una manera de ser y hacer las cosas. Visto de esta forma, el ser humano ante la presencia de un acontecimiento en su vida responde ante un colorido afecto que matiza cualquier acto expresado, para Goleman (2007), las emociones se caracterizan por un cambio súbito en el humor, agrega que este tipo de expresión repercute física y psíquicamente, tiene intencionalidad variable y de breve duración, pudiendo llegar a dirigir la conducta. En el caso de la familia, si uno de los miembros se ausenta por fallecimiento, abandono, divorcio o separación, la situación podría socavar las relaciones familiares causando alteraciones en el desarrollo emocional armónico del individuo.

Idealmente, la familia es una institución social básica compuesta por un grupo de personas emparentadas entre sí, pero, a partir de la década de los años sesenta, se han producido diversos cambios en su constitución determinados por la situación económica, zonas geográficas, laboral, religión, esto conduce a la controversia y redefinición de la misma, máxime cuando las variaciones históricas y culturales han transformado la manera de vivir en pareja, una de ella es la familia monoparental, conformado por una mujer sola con su hijo/hija, por un hombre soltero que ha optado por la adopción, de aquellos que resultan de una separación, lo que ha hecho que muchos niños y niñas estén creciendo en hogares con un solo progenitor.

Cabe mencionar, este tipo de familia es frecuente en una población rural del estado Lara; específicamente en el sector Los Gatos del Caserío El Pueblito del Municipio Jiménez, ubicado a doce kilómetros de la vía principal de Morón, sus habitantes se dedican a labores agrícolas, artesanales y cría de chivos, ovejos, gallinas; en sus ratos libres visitan a los vecinos, realizan tertulias y faenas propias del campo. Se aprecia un panorama desolador, las calles de tierra con huecos similares a cráteres, las aguas servidas circulan por la calle principal, basura regada por todas partes debido a que carecen de una cultura de protección al ambiente, el agua llega por camión cisterna, tienen servicio eléctrico y de telefonía.

Esta comunidad se fue conformando por familias de agricultores desde al año 1900, los fundadores eran encargados de cuidar una hacienda y por razones de traslado decidieron construir casas de barro cercanas a su lugar de trabajo; la localidad más cercana es El Pueblito a escasos kilómetros, por ello, las casas distan unas de otras, conservan tradiciones del pueblo quiboreño. En el aspecto educativo, los niños asisten a la Escuela Bolivariana El Pueblito, lugar donde tienen la oportunidad de recibir formación integral desde Educación Inicial hasta 6to grado, también fue creado el Liceo Bolivariano para recibir a esta población en la prosecución educativa.

Ahora bien, la familia que conforma esta localidad está constituida en su mayoría por madres solteras que han decidido formar el hogar solas siendo cabezas de familia, según versiones de Elisa ***“el padre brilla por su ausencia”***, igual apreciación tiene María ***“no tengo a nadie que me ayude, sólo a mi mamá, pero como quiero a mis muchachos”***; ellas refieren que han decidido dejar a su pareja antes de continuar con una relación que afecta negativamente a los niños de corta edad, prefieren mostrar sentimientos fuertes, dedicarse al trabajo con ahínco, responder a las inquietudes y sienten que pueden llevar las riendas del hogar antes que volverse débiles o sufrir por la ausencia de la pareja.

A pesar de esta situación, las opiniones son ambivalentes, las madres se muestran reacias, ásperas en sus sentimientos, cuando van a la escuela en compañía de sus hijos/hijas, se les aprecia signos de rigidez, son severas con el comportamiento,

mantienen una actitud de amenaza; al preguntar a Josefina ¿Cómo se siente hoy, cómo la pasó en el día de ayer? ***“con estos muchachos que hacen agarrar cada rabia, no entienden que estoy sola, que debo hacer de todo en la casa, estoy cansada”***. El estado de ánimo es variado, llegan a la desesperación que a veces maltratan a los niños y niñas alegando siempre que la causa se debe a su estado de soledad.

Este escenario es complejo, dado que la unidad familiar presenta lazos emocionales fracturados ante la ausencia de la pareja, para Hernández (2007), “es el momento en que tendrá que enfrentar nuevos roles y responsabilidades, tomando en cuenta que la mujer tiene que vivir la cotidianidad, las costumbres y la estructura básica que podría estar limitando algunos cambios” (p.51), en razón de lo expuesto por este autor, la realidad refiere que la familia monoparental se concibe con interacciones de tipo disruptivas generando conflictos en el entorno familiar, el cual incide en el rendimiento académico, así como en las relaciones intrapersonales con sus semejantes.

Necesidad o Problema a Resolver

El concepto tradicional de familia ha cambiado sustancialmente, según Minuchin (2008), “la familia tradicional quedó postergada por nuevas estructuras familiares” (p.6); en este sentido, la realidad de las instituciones muestra el predominio de madres responsables del hogar, padres separados y comprometidos con nuevas relaciones, parientes al cuidado permanente de niños y niñas sin padres e incluso jóvenes que abandonan su familia y deciden vivir solos. Estas nuevas formas de relación invitan a la escuela a reflexionar sobre cómo abordar estudiantes, padres y madres con problemas de convivencia producto de vacíos afectivos, lo cual compromete a los docentes en ejercicio a aprender a resolver problemas de familia desde perspectivas contemporáneas.

Es necesario acotar, la familia se configura como una unidad central de la sociedad en la cual cada persona siente necesidades como el ser aceptado, amado por

los demás, dar, recibir, abonar el sentido de pertenencia a un grupo. Sin embargo, muchas mujeres deciden ser madres solteras, también hombres que conforman nuevas relaciones, sin que estas acciones impidan un desarrollo emocional y psíquico sano entre los miembros. Pero, la realidad muestra una situación diferente en la región larense, en la localidad Los Gatos de la Comunidad El Pueblito, Municipio Jiménez, la mayoría de los hogares están constituidos por familia monoparentales.

De esta manera, los progenitores han conformado hogares solos, sin el apoyo de una pareja que les ayude con la educación de sus hijos e hijas, muchos han sido sujetos a rechazos en la comunidad sobre todo si son madres adolescentes, como lo manifiestan Mery en su oportunidad dijo: ***“no es nada fácil que te critiquen los vecinos”***, Sofía por su parte: ***“me van a reprochar”*** son algunas de las expresiones de mujeres que decidieron estructurar una familia pero que les invade un sentimiento que podría afectar el normal desarrollo de las relaciones tanto en la familia como en otros espacios que frecuenten.

También resalta el hecho de que un padre puede ser responsable del hogar por la pérdida de la madre, en ese caso, debe cumplir con su jornada de trabajo y frecuentemente dejan desatendidos a los hijos, los cuales son los primeros en llegar a la institución educativa y los últimos en retirarse a sus hogares, como es el caso del señor Francisco quien prepara a los niños en las primeras horas de la mañana para dejarlos hasta que sea abierta, él habla con el vigilante de la escuela para asegurar que los niños estén resguardados, quienes deben esperar más de una hora para el inicio de la clase, el progenitor manifiesta que tal situación lo angustia pero es la alternativa que tiene para que asistan a la escuela.

En otras circunstancias, al conversar con las madres cuando llegan a la Escuela Bolivariana se les escucha expresiones acompañadas de dolor, María en su desesperación manifestó ***“maestra la situación es dolorosa, siento cómo me murmuran, dicen cosas, prefiero callar pa no agarrame con esas mujeres que solo sirven pa hablar mal”***, otra representante, Luisa que también es madre sin pareja señaló ***“hay veces lloro en mi cuarto porque me siento muy sola”***. Además de lo descrito, la situación tiene influencia económica que deja sentir las emociones por las

que pasan estas madres conformadoras de familias monoparentales ***“ajuro consigo pa la comida” “me debo joder todo el día trabajando”***

En correspondencia con lo descrito, Arroyo (2002), señala

Las familias monoparentales tienen una estructura distinta de la familia nuclear, pero ese hecho en sí mismo, no nos permite deducir, desde un punto de vista científico y sociológico, que sean patológicas o problemáticas. Es decir, la estructura tomada aisladamente o como única variable, no nos proporciona la información suficiente para conocer la realidad social y etiquetarlas sin antes profundizar en otros factores que pueden ser tan importantes o más, como es la clase social, la educación, la socialización. (p. 1)

Si bien, los progenitores de este tipo de familia perciben sentimientos de angustia, desesperanza, se preocupan por las generaciones ***“mis hijos se me van a salir de las manos”*** “no por ello dejan de tener un alto grado de riesgo, algunas madres le asignan responsabilidades al hijo mayor dejando a los pequeños a su cuidado, otros presentan problemas de conducta y de rendimiento escolar, mientras las madres siguen inmersas en un clima de inquietud que vulnera la salud de los integrantes, tienen poco tiempo y energía para cumplir con todas las funciones familiares, se desatienden tanto del cuidado físico como emocional, es común la alta tensión por las funciones que deben desempeñar por el hecho de hacer frente sola a la situación. Lo cual incide directamente en su relación intrapersonal, ya que no se sienten bien con ellas mismas ni con lo que hacen.

Este tipo de situación es preocupante para el investigador, por esta razón se hace necesario atender las siguientes interrogantes: ¿Cuáles son las necesidades emocionales de los padres/madres que conforman las familias monoparentales del sector Los Gatos para la transformación de las relaciones intrapersonales? ¿Qué elementos debe contener un plan de estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de los progenitores de las familias monoparentales? ¿Es posible llevar a cabo un plan de estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato? ¿Cuáles serán los cambios que se generan con la aplicación del plan de estrategias emocionales para la transformación de las

relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato?

Propósito General

Generar acciones basadas en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara

Propósitos Específicos

Diagnosticar las necesidades que tienen los padres/madres que conforman las familias monoparentales del sector Los Gatos para la transformación de las relaciones intrapersonales.

Diseñar un plan de acción basado en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato

Ejecutar un plan de acción basado en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato

Evaluar el plan de acción basado en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato.

Justificación

El estudio tiene como propósito, generar acciones basadas en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara, de tal manera que se justifica en el aspecto

práctico porque los resultados conformarían una línea favorable al problema detectado, el cual estaría conformado por alternativas que permiten canalizar la situación en beneficio de unas relaciones sanas para una mejor calidad de vida; por lo tanto, son los actores educativos conformados por madres/padres que viven solos con sus hijos/hijas los beneficiados por los competencias emocionales que adquirirán, quienes recibirán una atención adecuada para dar significación al papel relevante que tienen los adultos en la conformación de valores básicos para la vida, sentirse valorados, mejorar su autoestima, tener confianza en sí mismo; con ello, lograr cambios en las relaciones con los niños y niñas.

Más aún en lo social, también se justifica la investigación por el impacto que genera en la comunidad debido a que atiende uno de los objetivos básicos de la Educación Primaria, como el desarrollo de los conocimientos teórico-prácticos y de los procesos técnicos requeridos para mejorar las relaciones de los integrantes de las familias monoparentales, el mismo se ajusta a las exigencias reales del entorno con la participación tanto de la propia familia como de la escuela dando respuestas oportunas al problema que mayor daño ocasiona al aspecto socioemocional de las personas, debilitando la armonía familiar.

Desde el punto de vista metodológico, la investigación aportará un plan de acción propio de una investigación sustentada en el enfoque cualitativo que puede ser utilizado para estudiar esta misma problemática en otros contextos educativos, por cuanto los resultados conformarían un antecedente significativo desde el punto de vista de la enseñanza como de la gestión social, revisando con los participantes la operatividad de los planes con el propósito de detectar, prevenir y mediar en el aspecto socioemocional para garantizar que el proceso pedagógico sea más efectivo y productivo.

La relevancia científica del proyecto, se debe a que su desarrollo seguirá los pasos de un modelo de investigación acción; se ajustará a la aplicación de técnicas y procedimientos científicos, en el cual participaran los actores educativos conformado por los progenitores de las familias monoparentales del sector Los Gatos del Municipio Jiménez del estado Lara. Por las razones indicadas, reúne todas las

características necesarias para convertirse en una solución esperada frente a una diagnosis realizada con la participación de los involucrados.

En cuanto a las implicaciones en el área de orientación educativa, la investigación ayudará a implementar acciones prácticas basadas en un plan de acción con estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara, quienes podrán llevar a cabo las actividades previstas para lograr un cambio de su mundo emocional y afectivo desde el enfoque humanista, a fin de generar cambios viables a partir de los hallazgos más relevantes desde su contexto real, de tal manera que el proceso formativo se convierta en una práctica enriquecedora por una mejor calidad de vida.

Del mismo modo, la presente investigación se justifica debido a que está enmarcada en la Línea de Investigación, el rol del docente como orientador en su área desarrollo personal y social de la maestría Orientación Educativa en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, en la cual se prevé diseñar un plan de acción con estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara, siguiendo los momentos señalados por la Investigación Acción participativa, lo cual permitirá adoptar una actitud basada en el respeto, amor y sensibilidad que implica una acción determinada, por el deber ser responsable en la construcción de la sociedad.

MOMENTO II

TEORÍAS QUE SUSTENTAN EL ESTUDIO

Esta sección la conforman dos apartados, por una parte los estudios previos de autores internacionales y nacionales más recientes que preceden la investigación en curso, con el fin de indagar hallazgos relevantes relacionados con la temática; por la otra, la fundamentación teórica, cuyo contenido se sustenta con los tópicos más significativos expuestos en el referencial teórico.

Antecedentes o Estudios Previos

En el ámbito internacional en la Universidad Javeriana de Colombia, Calceto, Sánchez y Arévalo (2018), realizaron un abordaje analítico de la experiencia del Proyecto de asesoría familiar titulado ‘Mujeres madres jefas de hogar sin cónyuge estudiantes de la Corporación Universitaria Minuto de Dios Uniminuto y su vivencia en la crianza y cuidado de sus hijos e hijas.

El proyecto se construyó como un espacio de reflexión colectiva enmarcado en el diálogo de saberes entre las participantes, logrando de esta manera reconocer, visibilizar y generar nuevas perspectivas transformadoras en cuanto los desafíos que como madres Jefas de hogar se imponen día a día en su cotidianidad familiar, académica y social. Los resultados obtenidos mediante el proceso de sistematización, permitieron develar que, las madres resignificaron y fortalecieron el vínculo con sus hijos e hijas, aportando gran trascendencia a sus potencialidades y oportunidades de mejora, para continuar forjando un camino de sueños.

Reconocen ahora que cada paso que ha dado, cada decisión que han tomado, hace parte de sus procesos de vida como mujeres y madres; a romper estereotipos impuestos por sociedades claramente patriarcales. A que es posible el cambio, pero

sobre todo la igualdad como seres humanos. Les permitió visibilizar que lo verdaderamente importante no es la cantidad de tiempo que se comparte con los hijos, sino la calidad de este. Como madres líderes, consideran importante identificar espacios para compartir con sus hijos e hijas, así como emprender proyectos de transformación social con otras madres.

El antecedente, sirve de soporte fundamental, al estudio realizado, pues contiene elementos claves que permiten analizar la variable vinculada a la familia, monoparental, sobre todos los desafíos que han enfrentado, como el hecho de ser madres a temprana edad y luego asumir solas la crianza de sus hijos(as), ellas son mujeres emprendedoras, con espíritu resilientes y con capacidades que les permiten asumir múltiples roles como madres, estudiantes y trabajadoras.

Del mismo modo, el estudio de Hernández (2015), presentado en la Universidad Autónoma de Nuevo León de México, con el título “Estrategias profesionales desde el trabajo social con mujeres en familias monoparentales” con el propósito de analizar los procesos profesionales desde el trabajo social con las familias mono jefaturadas por mujeres en el Distrito Municipal de Coatzintla de México. Se apoyó en la modalidad de investigación acción con siete actores sociales a quienes aplicó un cuestionario estructurado de opciones múltiples que dieron la oportunidad de identificar los aspectos más importantes del fenómeno.

Como punto de partida, se insertó en el espacio institucional para el descubrimiento de las relaciones con las familias, identificó como principales dificultades: poco tiempo para brindarle atención a los hijos, altos niveles de estrés, violencia intrafamiliar, deficiente organización para la implementación de las tareas. Llegó a la conclusión que el panorama de la vida actual de las mujeres jefas de la familia monoparental origina muchas veces problemas de conducta en los niños y repercuten en el rendimiento estudiantil. Mediante el plan de intervención fortaleció los aspectos de la comunicación y convivencia.

El antecedente descrito, ofrece un valioso aporte por cuanto permite analizar un marco referencial sustentable, el cual proporciona elementos, criterios y aspectos dentro de la investigación acción, además de brindar varios aportes teóricos

establecidos para la relación de la variable familia monoparental, además el estudio, evidencia la imperiosa necesidad de intervenir para lograr cambios de conductas favorables al bienestar personal y social de este tipo de familia.

Por su parte Castillo (2016) en la Universidad de Carabobo, realizó una tesis titulada: “Desintegración familiar y convivencia escolar en la Unidad Educativa Nacional de Talento Deportivo Barinas” con el objeto de comprender las vivencias y la percepción que tienen los actores sociales en cuanto a la desintegración familiar puesto a que la ruptura de la pareja es una experiencia dolorosa y en la mayoría de los casos la familia se podría transformar en monoparental y los jóvenes que asisten a la escuela deportiva muestran comportamientos disruptivos los cuales podrían estar relacionados con los modelos de violencia percibidos en el hogar.

Para la metodología, siguió el paradigma cualitativo en la modalidad de investigación acción, sobre la base del método fenomenológico, para acercarse a la realidad aplicó la entrevista en profundidad con el fin de conocer los aspectos más significativos relacionados con el problema en estudio. La información obtenida fue transcrita en los formatos correspondientes para su debida categorización y triangulación, contrastando la misma con la teoría.

Los hallazgos revelaron que no existe una convivencia armónica en la institución por los constantes eventos de acoso escolar, actos de violencia contra los bienes de la escuela, las consecuencias podrían estar fundadas en los comportamientos agresivos aprendidos mediante un modelo que copiaron desde el hogar. Ante dicha realidad llevó a cabo un plan de intervención respetando la funcionalidad de la familia a la cual pertenecen a partir de la puesta en marcha de estrategias motivadoras.

Los aportes de esta investigación se consideran relevantes para el presente estudio, a pesar de que el análisis se centró en una escuela deportiva, las opciones de respuestas que ofrece muestran un escenario de actividades desarrolladas vinculadas a la variable familia y relaciones con los semejantes, donde se presentan aspectos y factores favorables para ser considerados dentro de la escuela, superar las dificultades, enfrentar los problemas y aplicar las soluciones inmediatas.

En el ámbito nacional en Maracaibo, González (2014) realizó un artículo de investigación en la universidad del Zulia titulado: El entorno familiar de una madre soltera: un Relato de Vida, cuyo propósito fue interpretar el entorno familiar de una madre soltera desde su relato de vida, analizando los significados emergentes vinculados al entorno familiar de una madre soltera desde su propia vivencia: identidad personal, relación madre/hija, apoyo familiar/externo, relación padre/hija, e interpretando los principales acontecimientos enmarcados dentro del mismo: educación institucional y duelo.

La investigación cualitativa, conformó la parte del enfoque metodológico permitiendo ir más allá de una realidad establecida, y abordar la subjetividad. En este sentido, el método biográfico bajo la propuesta de Moreno (2002) posibilitó la comprensión del estudio, siendo las técnicas utilizadas: entrevista en profundidad y observación, realizadas en encuentros con una madre soltera, como criterio de selección, para el posterior análisis e interpretación de los discursos.

Los resultados develaron que el entorno familiar es de importancia primordial en la vida de una madre soltera, realzando su quehacer cotidiano, poniendo de manifiesto las circunstancias creadas a partir de acontecimientos significativo, marcando el antes, durante y después, donde dichos procesos estuvieron relacionados a la formación personal de la historiadora, mostrando una particular figura de fusión de roles donde el ser mujer- padre- madre representa un modelo ejercido a partir de las circunstancias que se presentan en la vida, donde el entorno familiar simboliza la base esencial de todo el proceso, y a partir del conocimiento del mismo podrá visualizarse una mejor comprensión ante la situación de ser madre soltera.

Dentro de los hallazgos se encuentra que, independientemente que el ser humano sea único en esencia, puede afirmarse que los vínculos afectivos o sociales con los otros serán de alguna manera un complemento necesario para su crecimiento personal, por lo tanto el proceso de la socialización dada desde la niñez va tomando forma a medida que la persona conceda importancia o significado en su vida cotidiana.

Al reflexionar sobre este estudio, se considera que el mismo se relaciona con la presente investigación, al enfocarse en la importancia de orientar al grupo familiar sobre las relaciones intrapersonales para estrechar los lazos familiares. A través de la comunicación, la familia crea e incentiva, fomenta la confianza, proporciona el refugio y la unión familiar.

Por otro lado, en el contexto regional en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador de Barquisimeto, Torres (2014), ejecutó una investigación cualitativa en la modalidad de investigación acción, el cual tituló “Fortalecimiento de los Valores, Respeto y Responsabilidad en Padres, Representantes y Estudiantes de la Escuela Bolivariana M/J Majaneria” del Estado Lara. Su propósito consistió en darle un verdadero significado al educar en valores de respeto y responsabilidad a padres, representantes y estudiantes.

Asimismo, tomó como sustento teórico a Bandura “La Teoría del Aprendizaje Social”, la “Teoría del Desarrollo Cognitivo Moral” y a Kohlberg con la “Teoría de la Moral”. Para la recolección de información utilizó la técnica de la observación participante y grupos de discusión para aplicarse a diez (10) representantes y catorce (14) estudiantes. La información recopilada se analizó por medio de la categorización tomando el modelo de GLATER.

Entre sus conclusiones, obtuvo que durante la observación se evidenció que algunos estudiantes manifestaron comportamientos irrespetuosos hacia sus compañeros, conllevando a una convivencia no agradable, generadora de conflictos y otras actitudes. Del mismo modo, los padres y representantes manifestaron las razones del porqué habían tenido una actitud irresponsable en el proceso educativo de sus hijos, lo cual permitió finalizar el trabajo expresando que la familia posee grandes fortalezas, motivando a los padres y representantes a cambiar y cumplir con sus deberes como padres, asumiendo compromisos y obligaciones con la institución y en el hogar.

La investigación anteriormente mencionada, tiene relación con la temática en estudio porque muestra la necesidad que existe de orientar a los padres sobre la importancia de mantener relaciones tanto interpersonales como intrapersonales

armónicas en la familia monoparental, porque es la familia la encargada de la transmisión de motivaciones, valores, ideología y cultura, que guían y orientan la formación de los hijos/as, quienes deben dotarlos de los recursos psicológicos y pedagógicos para cumplir la parte que le corresponde en la formación de hombres y mujeres dispuestos a trabajar por el bien de la sociedad.

Cada uno de los trabajos expuestos en párrafos anteriores, son evidencia de la relevancia que tiene el presente trabajo, por cuanto, aborda la importancia de brindar orientación a la familia, específicamente en las relaciones intrapersonales, reemplazar las críticas con los comentarios positivos y el enfocarse más en lo bueno en vez de en lo malo, puede contribuir a crear un ambiente familiar más satisfactorio.

Referencias Teóricas de la Temática de la Investigación

Las bases teóricas tienen como propósito aportar a la investigación un método coordinado, lógico y coherente de conceptos y proposiciones que permiten abordar el problema, por ende el fundamento teórico de esta investigación está centrada en aportes que diversos autores han expuesto sobre los temas vinculados con las relaciones intrapersonales y familia monoparental.

Teoría de la Inteligencia Emocional

La Teoría de la Inteligencia Emocional propuesta por Salovey, P. Y Mayer, J. en 1997, correlaciona la inteligencia lógica con la inteligencia social y confieren un papel activo a las emociones. Emociones y pensamientos conforman una red entrelazada de elementos involucrados en la toma de decisiones y la resolución de problemas. Según la teoría de Salovey y Mayer (1997), la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones, también señala que:

La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o

generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual (p.10).

Señalan que, la inteligencia emocional se estructura como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas.

Percepción emocional: Las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Se refiere a sí mismo, en otros, a través del lenguaje, conducta, en obras de arte, música, etc. Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente. También la capacidad de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

Facilitación emocional del pensamiento: Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción y cognición). Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejemplo, el bienestar facilita la creatividad.

Comprensión emocional: Comprender y analizar las emociones empleando el conocimiento emocional. Las señales emocionales en las relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación. Capacidad para etiquetar emociones, reconocer las relaciones entre las palabras y las emociones. Se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado; esto significa comprender y razonar sobre las emociones para interpretarlas. Por ejemplo, que la tristeza se debe a una pérdida. Habilidad para comprender sentimientos complejos; por ejemplo, el amor y odio simultáneo hacia una persona querida (pareja, hijos) durante un conflicto. Habilidad para reconocer las transiciones entre emociones; por ejemplo de frustración a ira, de amor a odio.

Regulación emocional: Regulación reflexiva de las emociones para promover el conocimiento emocional e intelectual. Los pensamientos promueven el crecimiento

emocional, intelectual y personal para hacer posible la gestión de las emociones en las situaciones de la vida. Habilidad para distanciarse de una emoción. Habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros. Capacidad para mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten.

Por lo antes citado, es importante acotar que se debe tomar en cuenta que una buena forma de reducir los niveles de violencia, prevenir problemas de salud pasa por la temprana puesta en práctica del aprendizaje emocional y social. El control de las emociones, tanto negativas como positivas, serena la mente y permite al individuo enfrentarse a la toma de decisiones difíciles, situaciones poco agradables y etapas de cambio. Es por ello que es importante la inteligencia emocional para poder tomar el control y la gestión de las emociones, para que llegado el momento ser capaces de tomar una decisión y poder hacer una reflexión cuidadosa, que lleve a una solución acertada. Esto se puede ir aprendiendo a la par que se crea un hábito y cada vez resulta menos difícil decidir con serenidad.

Desarrollo Emocional

El humanismo, es un acto de formación y reencuentro del hombre con su esencia; consiste en reflexionar y velar porque el hombre se eduque humano y no fuera de sus valores y esencia. Significa un profundo conocimiento del ser humano, educado en valores, con características intelectuales que se pueden cultivar y acrecentar, con sentimientos, emociones, puesto que el hombre, es ante todo un ser social. Lo cual depende de su ambiente social no sólo para sobrevivir físicamente, sino para su desarrollo psíquico y espiritual aspectos conscientes como los inconscientes. Para Grau y otros (2000):

El desarrollo emocional o afectivo se refiere al proceso por el cual el niño construye su identidad (su yo), su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece con sus pares significativos, ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta. A través de este proceso el niño puede distinguir

las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los 55)

Para lograr un Desarrollo Humano más armónico desde la perspectiva de la persona como ser evolutivo e interactivo es necesario desarrollar vínculos emocionales apropiados principalmente con los seres cercanos, los que permitirá generar espacios vinculantes con otros, pero a la vez sentir la conexión afectiva. Es de destacar que si se tiene control de las emociones, y se manejan las mismas de manera inteligente se pueden evitar conflictos en la organización, independientemente del nivel educativo y formación profesional, ello no cuenta sino se tiene el control de sí mismo.

Las Emociones

Según el Diccionario de la Real Academia Española (2011), la palabra emoción proviene del verbo latino moveré que significa “moverse”, más el prefijo “e” se entiende como “movimiento hacia”, esto sugiere que en toda emoción está implícita una tendencia a la acción. Diversos investigadores coinciden en afirmar que estas reacciones son de orden natural y se suscitan por un determinado tiempo.

De acuerdo con lo expresado, las emociones generalmente se presentan en situaciones en que no hay una respuesta habitual conformada para enfrentarse a las situaciones, dependen de la conciencia que tiene el organismo sobre la importancia de una realidad, de esta manera intervienen los procesos cognoscitivos de percepción y pensamiento, por ello, se reflejan tanto en la conducta como en la experiencia subjetiva del individuo, Whittaker (2007), encontró en sus estudios que puede ser externa o declarada al ambiente, la misma se manifiesta en la expresión facial: sonrisa, enojo, llanto; por el contrario mediante agresión como golpear un adversario, patear una silla o maldecir.

Según se aprecia en esta versión, la dualidad característica de las emociones se asocia a los sentimientos como la alegría, el orgullo y el amor que son agradables, mientras el dolor, la vergüenza, culpabilidad, remordimiento y el miedo son

desagradables, la conducta emitida podría ser el volver la cabeza o volverse de espaldas ante la sorpresa o el desprecio. Sobre este aspecto, Whittaker (ob.cit.), menciona que las emociones como experiencias son de naturaleza subjetiva, es necesario confiar en el relato introspectivo de la persona que la experimenta.

Con relación a esto, las emociones conforman un conjunto de expresiones de sentimientos favorables a la promoción del bienestar social de las personas en diversos entornos como el familiar, educativo y comunitario, dentro del medio cotidiano una emoción conlleva a la siguiente, se necesita una apropiada percepción, competencias personales que incluyen emociones internas para modelar las reacciones positivas y negativas, evitando respuestas incontroladas en caso de ira, rabia, malestar, miedo, enojo u otra manifestación adversa. Se consideran como estados afectivos o una reacción espontánea que se dan por presentar una respuesta a algún estímulo externo, se consideran elementos importantes para el ser humano que no siempre resultan valorados, esperados, o inclusive aceptados. Las emociones son las que ayudan a los sujetos adaptarse al entorno en el cual se desenvuelven.

De lo antes planteado el manejo de las emociones en la sociedad cumple un papel fundamental a nivel individual como grupal ya que se debe aprender a controlar los sentimientos y pensamientos antes de actuar ante cualquier situación. Para mediar en este modo de actuar, es recomendable intervenir con la práctica de estrategias emocionales.

Estrategias Emocionales

Por tal motivo, los padres, familiares, niños y maestras(os) deben conocer las diversas herramientas, técnicas, y habilidades que les ayudarán a saber manejar e incorporarse en la sociedad en la que se vive actualmente, con el paso del tiempo se ha convertido en una sociedad violenta y mucho más exigente. Por ello, la inteligencia emocional, permite interactuar con los demás, trabajar en grupo, tolerar

situaciones difíciles y de conflicto, fortalecer vínculos afectivos, establecer empatía social, controlar los impulsos y mantener niveles adecuados de humor.

Sobre este aspecto, Poggioli (2005) define las estrategias emocionales como “acciones motivadas, deliberadas, voluntarias, generada de manera consistente con el propósito de alcanzar un objetivo o propósito particular, para poder enfrentarnos de forma apropiada a situaciones en que las emociones pueden llegar a desbordarnos.” (p.47). En tal sentido, representan el conjunto de acciones secuenciadas que realiza el individuo para desarrollar las capacidades, propiciando experiencias significativas en la cual los participantes construyan su propio conocimiento. De acuerdo con el momento de presentación en una actividad didáctica, la estrategia se dirige a activar los conocimientos previos de los niños/niñas, en la cual el docente debe utilizar ciertos recursos estratégicos para mantener la atención del grupo durante una sesión de trabajo académico.

Además de lo expuesto, las estrategias son procedimientos encaminados a facilitar la acción formativa y la mejora sociocognitiva, tales como la reflexión crítica, la enseñanza creativa, el debate o la discusión dirigida, el aprendizaje compartido, entre otros. Al respecto, Torres y Barrios (2002), insisten repetidamente en el carácter contextual de las mismas, “no existe una estrategia única reconocible que hayan aportado un único núcleo de orientación para la acción” (p.110); es decir, se pueden combinar adecuándolas a los requerimientos del momento, representan una opción para facilitar el trabajo educativo en los ambientes de aprendizaje.

Como puede apreciarse, las estrategias son procedimientos empleados de manera flexible, auto regulada, adaptativa y reflexiva para promover los aprendizajes significativos; al respecto, Nisbett y otros (2007), señalan que “las estrategias deben ir orientadas a contribuir con el desarrollo personal de la persona de una manera holística, sin separar la escuela de su vida, por ello se consideran de carácter didáctico” (p.36), esta manera de intervenir debe darle sentido a lo que se aprende, ser capaz de razonar y reflexionar para dar solución a los problemas, de manera que lo guíen en la adquisición de seguridad y autonomía, tal es el caso de estrategias

emocionales como: Conocer las propias emociones, la propia motivación, Afirmaciones positivas, las mismas se describen a continuación:

Poder hacer una apreciación y dar nombre a las propias emociones es uno de los pilares de la inteligencia emocional, en el que se fundamenta la mayoría de las otras cualidades emocionales. Solo quien sabe por qué se siente y como se siente, puede manejar sus emociones, moderarlas y ordenarlas de manera, tanto consciente como razonable.

Manejar las emociones

Emociones como el miedo, la ira, o como la tristeza son mecanismos de supervivencia que forman parte del bagaje básico emocional, no se puede elegir las emociones, no se puede simplemente desconectar o evitar. Según Goleman (2007), “el manejo de las emociones, el darse cuenta de lo que hay detrás de cualquier sentimiento (por ejemplo, el dolor que provoca el enfado), para así aprender formas de manejar la ansiedad, enojo, y la tristeza.” (p.309). Pero está en el poder de cada uno de los individuos conducir las reacciones emocionales y completar o sustituir el programa de comportamiento congénito primario, como el deseo o la lucha por formar comportamientos aprendidos y civilizados como el flirteo y la ironía, lo que se haga con las propias emociones, el hecho de que se manejen de forma inteligente, depende de la inteligencia emocional.

La Propia Motivación

La motivación, tiene una gran relación en el cumplimiento de los objetivos y logros. Es lo que mueve a las personas a realizar las actividades, cosas y acciones que desean, es el combustible que impulsa a llevar a cabo las cosas que se proponen. Ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar más atención para a la auto motivación, el dominio y para la creatividad. Según Goleman (ob.cit.), el autodomio emocional posterga la gratificación y controla la impulsividad y sirve de reconocer las emociones de los demás: La empatía ante otras

personas requieren la predisposición a adquirir las emociones, escuchar con concentración y ser capaz también de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

En general, estas posiciones encontradas, representan un aval para atender a los padres, madres responsables de la familia monoparental, mediante estrategias emocionales, enriquecedoras, propuestas desde el entorno educativo para preparar al organismo hacia repertorios de acción y pensamiento, ejerciendo un rol preparador así como reparador frente a una situación adversa, debido a que la actitud positiva es un proceso dinámico, dependiente de factores externos e internos que interaccionan y hacen posible hacer frente a las divergencias y aceptar los desafíos tal como se presentan. Las personas que tienen una actitud positiva se recuperan de los fracasos, abordan las cosas en función de cómo manejarlas en lugar de preocuparse por lo que puede salir mal.

Relaciones Intrapersonales

Las relaciones intrapersonales representa la esencia de la tranquilidad espiritual y mental mediante el esfuerzo inagotable de construir la cultura de las relaciones sociales, la actitud de aceptarse así mismo contribuye al bien común del grupo, de esta forma el individuo es capaz de realizar un acto de amor pleno cuando goza de los sentimientos de paz porque se desarrolla en un grupo social que ha acumulado un alto grado de cultura por el respeto individual así como el aprecio hacia los semejantes. Al respecto, Izquierdo (2000) enfatiza que la gente aprende lo que acepta practicar, a pensar lo que es mejor para compartir en armonía, esto le conduce a controlar sus impulsos para vivir de acuerdo con las normas sociales.

Estas consideraciones, constituyen ideas circunscritas a encontrarse consigo mismo en busca del bienestar interno, tal como lo establece Restrepo (2004, p.284), mediante tres concepciones: (a) el pensamiento más alto que se tiene a la sazón de la vida buena, (b) la adecuación más alta de la conducta propuesta a llevar la vida buena más elevada a todos sobre la base de la justicia y el respeto por los semejantes, (c) la

obligación moral de aceptar la conducta más adecuada posible como obligatoria y ponerla así en acción. Los caracteres enumerados suponen, una obligación moral para desarrollar actitudes de paz en la continua interacción del organismo con el ambiente, demostrar una efectiva consideración a los derechos, así como los sentimientos de los demás con equidad, para que se acepte de un modo más amplio y profundo la responsabilidad efectiva por el bien común.

En torno a este aspecto, Morris (1997), sugiere que en las relaciones intrapersonales la persona aprende a equilibrar la conformidad y la disidencia, pero se controla en situaciones en las que actuar impulsivamente sería dañino, esta flexibilidad se suele considerar de que el individuo aprecia sus propias necesidades, capacidades y admite sus debilidades, esto le permite abordar la vida en forma armónica con su propio yo interno. Agrega el autor que se requiere autoconfianza para enfrentar conflictos y amenazas sin una ansiedad excesiva y lo más importante, le permite arriesgar sus sentimientos y autoestima en las relaciones íntimas.

Es de hacer notar, la persona autorrealizada también tienden a formar relaciones con otras sin importar características como: raza, sexo, color y religión, según la posición humanista representada por Maslow citado de Morris (ob.cit.), consideró fundamental estar bien ajustado; es decir, vivir en la forma que consideran mejor para su propio crecimiento y desempeño, independientemente de lo que otros puedan pensar. Entre los rasgos característicos de este grupo, Maslow recopiló lo siguiente: perciben los hechos y a las personas de manera realista y están mejor capacitados para aceptar la incertidumbre, ambigüedad, son pensadores creativos y espontáneos, se imponen metas, trabajan con frecuencia de manera independiente, para lograrlas.

Por consiguiente, cualquier intento por enfrentar una situación va a depender del equilibrio de los deseos contra las demandas del ambiente, las personas deben confiar en su capacidad para abordar los problemas, hacer juicios realistas, aceptar los retos, es preguntarse ¿qué tan bien resuelvo la situación y logro satisfacer las necesidades personales como las de otros? es actuar según los principios y valores para enfrentar los conflictos internos y actuar favorablemente para tener éxito.

Tiempo disponible para sí mismo

En todos los sectores de la vida humana, resulta fácil percibir que el tiempo libre tiende a aumentar debido a las constantes iniciativas legales a favor del ser humano; es una oportunidad para pensar, reflexionar y hacer una introspección de sí mismo. Para Néreci (2005), el tiempo dedicado a la imagen de la vida emocional es una puerta abierta a la construcción de verdaderos ciudadanos cuando se hace efectivamente útil; pero también, se puede convertir en algo perjudicial en caso de fomentar temores personales. Es necesario, por lo tanto, desarrollar una estrategia eficaz que consiste en quedarse solo mientras la persona se calma, otra alternativa es hacer ejercicios, caminar, respirar profundamente, dedicar tiempo a las distracciones como una constante acción educativa.

Asimismo, el docente debe orientar hacia la formación de estrategias o actividades promoviendo las preferencias de los participantes que serán utilizadas en el crecimiento personal, entre las que destacan; música, pintura, teatro, literatura, trabajos manuales, excursiones, deporte, folklore, labores del agro, talleres de reparación, entre otros, para que el participante tenga sentido de una atención progresiva a los propios estados internos, a manera de desarrollar la capacidad de reconocer un sentimiento mientras ocurre, de disponer del tiempo para la comprensión de sí mismo de una manera agradable, estas personas tienen una noción más segura de lo que sienten realmente con respecto a las decisiones personales.

Resulta interesante, orientar a los padres/madres a conversar y mejorar sus relaciones con los semejantes aprovechando el dominio de sus emociones; al respecto, Grande y Pemoff (2002), mencionan "disponer de tiempo para auto conocerse es un especial instrumento para desarrollar el espíritu de iniciativa, por cuanto colocan al participante en contacto directo con la realidad" (p.21); es preciso hacer, que el adulto comprenda la importancia de involucrarse en su mundo interior para conocerse a sí mismo, auto reflexionar aprovechando el tiempo dedicado para ello, de igual manera se establece un nexo cordial entre los requerimientos socio-afectivos de los hijos/hijas para formar conocimientos, conformar amistades,

establecer responsabilidades, estimular la participación activa en todos los sectores de la vida.

En todas estas sugerencias, el punto principal está en cambiar la conducta, prestar atención a la situación, a las necesidades y deseos, comprenderlo, aceptarlo y formarse una intención para actuar positivamente con respecto a él, reflexionar para reforzar los propios puntos de vista, estar motivado para disminuir las tensiones psicológicas desagradables, estar convencido de que existen buenas razones para actuar eficazmente como miembro de una sociedad.

Familia Monoparental

La familia ha sido definida desde múltiples perspectivas, atendiendo criterios de consanguinidad, convivencia, lazos emocionales, relación legal, entre las más destacadas, lo que sí es claro, es el reconocimiento como núcleo esencial de la sociedad, sin duda, en la actualidad, los cambios sociales y legales ha dado cabida a otras formas de constituirla por personas que comparten una historia en común, costumbres, creencias, formas de existir, vivir juntos en comunión, hogares unipersonales, los que albergan un núcleo monoparental como los hogares con una sola persona a cargo de sus hijos e hijas.

De modo que, las nuevas formas de conformar la familia ya sea por elección o debido a la ruptura de las parejas suponen un reto para quien asume el papel de llevar todas las cargas, es según Delgado (2014), “uno de los cambios más significativos experimentados por las estructuras familiares, lo constituye el importante incremento de hogares compuesto por un solo progenitor en el que residen todas las cargas familiares” (p43); esta manera de organización en ocasiones, se compone a partir de la maternidad biológica o adaptativa en solitario, en sí representa un hogar independiente.

Por otro lado, la Comisión de los Derechos de la Mujer (2005), en relación a la familia monoparental, señala “puede tener su origen en situaciones diversas. En la mayoría de los casos el progenitor se encuentra en una situación vulnerable teniendo

que hacer frente a responsabilidades por partida doble como proveedor del sustento y cuidador de la familia” (p.55); esta unidad de convivencia cuenta con una persona adulta sin el apoyo de una pareja estable que conviva en el mismo domicilio y goce de la presencia de uno o más hijos en situación de dependencia.

En lo esencial, la condición de ser madre soltera o conformar una familia monoparental puede coexistir, pero no es lo mismo; en la primera, hace referencia al estado civil de la persona, es decir no ha habido un vínculo matrimonial, el segundo, es aquel que se forma de un solo progenitor con uno o más hijos; por ello, el término puede trasladarse también a hombres. Para Alberdi (2008), las familias monoparentales son consideradas como “una familia encabezada por una sola persona adulta, hombre o mujer, y en la que hay más miembros que dependen económicamente y socialmente de ella” (p.101); así, la alternativa de convivencia hace que el padre o la madre se constituye en la persona responsable de orientar a los hijos.

Por su parte Giraldes (2007), afirma “toda agrupación familiar de hijos dependiente económicamente de uno solo de sus progenitores con el cual conviven, y que es a la vez el que ostenta, sea de hecho o de derecho, la custodia sobre los mismos” (p.26); en esta definición, influyen diversos factores como: edad de los niños, descendencia sin un vínculo matrimonial, responsabilidades de carácter doble para el progenitor, entre otras.

A la vista de las definiciones extraídas, los criterios más significativos según los cuales es considerada una familia monoparental, resultan para Delgado (ob.cit.), Alberti (ob.cit.), Giraldes (ob.cit.) y la Comisión de los Derechos de la Mujer (ob.cit.), que los puntos concordantes son las siguientes: (a) una de las condiciones es la no convivencia en pareja que puede ser hombre o mujer, es decir, constituida por un único progenitor, (b) la presencia de uno o varios hijos en el hogar que no aportan ingresos al mismo, (c) la dependencia de los hijos con respecto al progenitor. Estos elementos son complejos como consecuencia de los aprendizajes sociales diferentes a los que a diario se enfrentan y la diversidad de significados que los hechos tienen para

sus miembros como: disponibilidad de tiempo libre, prácticas habituales, estrategias emprendidas de carácter económico, residencial, social, jurídico y religioso.

En virtud de ello, la situación de estas familias puede estar más o menos agravada según la influencia de ciertas variables como nivel económico, educativo, cultural, psicosocial que repercuten en la vida cotidiana, pero el común denominador se debe a que se encuentran encabezadas por uno de los progenitores, el cual es responsable de los hijos pequeños, aunque en el hogar puedan residir parientes cercanos, este tipo de hogares son una realidad creciente y con un peso significativo en el marco de las transformaciones familiares.

Dicho de otro modo, la ausencia de uno de los padres provoca en los niños y niñas muchas veces inseguridad, no saben cómo reaccionar ante diferentes situaciones, de acuerdo con Pérez (2010), “el desarrollo integral de los niños se desarrolla según el nivel educativo familiar y su contexto dónde se sentará la base de la personalidad, conductas sociales mediante el apoyo afectivo, moral y social que se le brinde” (p.29); por tanto, la conducta de estos niños pueden ser de timidez, impulsivos, sufren cambios emocionales o se refugian en amistades negativas buscando satisfacer sus necesidades.

Además de lo descrito, la problemática también se acentúa en el progenitor ante la difícil inserción al campo laboral, bajo nivel educativo, precaria situación económica en la que quedan las madres solas, falta de tiempo para cuidar a los más pequeños, así como a los hijos que aún siguen en la casa sin aportar ingresos, problemas de integración y de estima. También, hay que agregar la problemática psicosocial que va desde la percepción de aislamiento, ruptura de la convivencia familiar, pérdida de amistades, contabilizar el cuidado de los hijos con el trabajo.

A menudo, la familia monoparental debe enfrentarse a todo tipo de problemas por la simple razón de que el progenitor único al mismo tiempo tiene que asegurar la satisfacción de las necesidades económicas de los integrantes, su mantenimiento natural y moral, también perciben prejuicios y actitudes de condena social por la razón de ser madre sola al frente de un hogar; todo ello repercute en el estado psicológico y social de los hijos, que de por sí se encuentran desfavorecidos. Al respecto Robert

(2011), “parece que los niños que viven solo con uno de sus progenitores, tienen las mismas posibilidades de triunfar en la vida que aquellos que provienen del concepto más clásico de familia” (p.31).

De acuerdo con lo descrito, se trata de un núcleo en el cual se distinguen los mismos procesos, donde el amor es igual y donde las reglas son similares, en cuanto al establecimiento de rutinas para crear una vida diaria tranquila, ser consistente, hacer cumplir con las normas, desarrollar lazos cercanos, la comunicación se ajusta para mantener el funcionamiento y adecuarse a la nueva estructura.

MOMENTO III

RECORRIDO METODOLÓGICO

Naturaleza de la Investigación

La investigación se enmarcó dentro del paradigma cualitativo, de acuerdo con Taylor y Bogdan (2002); la definen como “la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable” (p.20); uno de los objetivos, es ofrecer una honesta visión con poca o ninguna interpretación, la obligación del investigador es escuchar, observar y presentar tal cual sus hallazgos.

Estos autores agregan que dicha corriente tiene las siguientes características: (a) la investigación cualitativa es inductiva: es decir, los investigadores siguen un diseño de investigación flexible, comienzan sus estudios con interrogantes vagamente formuladas a los sujetos o informantes, (b) la metodología cualitativa el investigador ve el escenario y a los informantes desde una perspectiva holística, (c) interactúan con los informantes de un modo natural, no intrusivo.

1. Los investigadores cualitativos tratan de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas: para la perspectiva fenomenológica, por tanto es esencial experimentar la realidad tal y como otros la experimentan, (d) ve las cosas como si ellas estuvieran ocurriendo por primera vez. (e) Para el investigador cualitativo todas las perspectivas son valiosas, busca una comprensión detallada de los puntos de vista de otras personas, (f) los métodos cualitativos son humanistas, usados para estudiar a las personas, (g) la investigación cualitativa es un arte, sigue líneas orientadoras pero no reglas.

Por consiguiente, puede apreciarse que la investigación cualitativa no se limita a criterios de rigor, sino de legitimidad por el contrario, la tarea es analizar y

presentar una detallada descripción de lo que ha sido estudiado, esta postura introduce las interpretaciones, así como los comentarios a lo largo de la investigación.

Teniendo esto en cuenta, la investigación asume el enfoque de Investigación Acción, este modo de interpretar la experiencia es definido por Elliott (1991), como “el estudio de una situación social cuyo objetivo es mejorar la calidad de las acciones que se ejecutan dentro de la situación” (p.69); es la manera de fomentar el juicio práctico en un contexto social de intercambio, discusión y contrastación que hace posible la elaboración, así como la reconstrucción de un conocimiento profesional en diálogo con otras voces y con otros conocimientos.

En este orden de ideas, Rincón (2000), conceptualiza la investigación-acción como “una herramienta metodológica para estudiar la realidad educativa, mejorar su comprensión y al mismo tiempo lograr su transformación” (p.55); se subraya en este caso, que la esencia radica en las descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos observables, incorporando la voz de los participantes, sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones, tal y como son expresadas por ellos mismos.

Visión Ontológica, Epistemológica y Axiológica de la Investigación

La ontología según Piñero y Rivera (2012) es definida a través de una interrogante:

¿Cuál es la naturaleza de la realidad social?, Esta apunta a entender la percepción del investigador en torno a la realidad a estudiar, que puede ser percibida de diferentes formas: realidad única, objetiva cuando es vista como independiente del pensamiento del investigador y es dirigida por leyes y mecanismos de la naturaleza” (p-24).

De lo anterior se interpreta que la realidad es construida socialmente, lo que significa que todos los actores sociales involucrados en una investigación son los que construyen la realidad, por lo tanto, la visión ontológica de esta investigación se centra en la participación de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, los cuales le dieron sentido a esta investigación.

De igual manera, el objeto de estudio de esta investigación fue la orientación en estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, en el Municipio Jiménez del estado Lara.

Desde el punto de vista epistemológico, se refiere a la forma de comprender y explicar cómo el ser humano conoce lo que sabe, Sandín (2003), menciona que “quienes consideran que la realidad es realista asumen una epistemología objetivista, pero quienes piensan que es relativa asumen la epistemología subjetivista” (p.167); es decir, el investigador al abordar una situación se apropia de una postura que le permite explicar cómo va a obtener conocimiento de la misma, cómo ve esa realidad y su interacción con ella. En tal sentido, el conocimiento acerca de cómo orientar estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, salió a través de la experiencia, de la observación, del dialogo y accionar entre los actores sociales y el investigador

En cuanto a nivel axiológico, este se refiere a los valores y principios de todas las personas involucradas en una investigación. Es la ética del trabajo. Para esta investigación, se tomaron en cuenta las creencias y principios éticos que tienen las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara.

Momentos de la Investigación

La investigación-acción es una metodología orientada hacia el cambio educativo, exige una actuación grupal por lo que las personas implicadas colaboran cordialmente en todas las fases del proceso investigativo. González y Hernández (2011), señalan estas fases permiten describir las evidencias y sus significados a partir de: “(a) Descripción, (b) Codificación y Categorización, (c) Interpretación” (p.61); estos pasos orientan el análisis e interpretación cualitativa.

Para Hurtado y Toro (1997), los pasos de la investigación-acción, se esquematizan en cuatro (4) fases: diagnóstico, planificación, ejecución y por último, evaluación y sistematización.

Fase I: Diagnóstico

La praxis educativa se desarrolla con la particularidad de sentir la presencia de problemas de diversas índoles como consecuencia de la posible inconsistencia con la planificación y lo que ocurre realmente en el contexto inmediato, se incluye también las situaciones que impiden desarrollar las actuaciones deseadas; de acuerdo con Pérez (2005), tiene su origen en el conocimiento real de la situación mediante la contextualización de la problemática que se va a corregir; por tanto, se requiere ordenarlas, analizarlas a fin de proceder a una interpretación para conocer la situación y elaborar el respectivo diagnóstico. Con este primer paso, la investigadora tendría la oportunidad de indagar mediante la aplicación de técnicas propias de la Investigación acción como, la observación participante y los grupos de discusión, cuál preocupación está presente y cuál sería el tratamiento a seguir con la intervención de las personas que habitan en el sector El Gato de la Parroquia Juan Bautista Rodríguez del Municipio Jiménez del estado Lara.

Fase II: Planificación

En esta fase se consideran las diversas alternativas de actuación y sus posibles consecuencias. Siguiendo con las indicaciones de Pérez (ob.cit.), “la planificación actúa como factor de cambio, de modificador de las relaciones sociales” (p.61). De modo que la investigadora llevó a cabo una revisión prospectiva que le permitió diseñar una propuesta de cambio, en este paso se estuvo en continuo reajuste para programar, reestructurar, ejecutar y evaluar la operatividad del mismo en concordancia con una organización previamente preparada, asimismo motivó hacia la mayor participación de las personas implicadas en el desarrollo de las actividades;

con esta visión, fue posible señalar cuáles fueron las actividades a seguir, así como los recursos necesarios para convertir lo previsto en una nueva realidad.

Fase III: Ejecución

Después de diseñar la propuesta de acción, ésta se llevó a cabo por las personas interesadas, implicó una nueva forma de actuar, de innovar, de acuerdo con Pérez (ob.cit.), “esta fase exige tener presente todos los elementos del mismo, con el fin de llevar cabo una tarea integrada e integradora” (p.107). Como su nombre lo indica, se dió la puesta en marcha del plan, y se ejecutaron las actividades a través de reuniones y gestiones que hicieron posible su desarrollo con una clara motivación práctica de la transformación social, siendo necesario la negociación y el compromiso.

Fase IV: Evaluación y sistematización

Se aplicó de manera continua durante todo el proceso investigativo, porque pueden surgir cambios que requieran una redefinición del problema, debido a que ha surgido otro de mayor relevancia. Para que se concrete esta fase, se tomaron en cuenta tres (3) aspectos fundamentales, tal como lo refiere Pérez (2005), “(a) el logro de los objetivos propuestos; (b) la relación entre lo planificado y lo ejecutado en correspondencia con los resultados más relevantes, (c) evaluación verbal de los participantes involucrados en el proyecto” (p.112). A partir de esta medición, surgió el reconocimiento de un trabajo conjunto en estrecha conexión con las otras etapas de una forma realista.

Técnicas para la Recolección de la Información

Las técnicas requeridas en la recolección de la información fueron las propias del método cualitativo como la observación participante, el grupo de discusión y el registro en el cuaderno de campo. En lo que respecta a la observación participante,

constituye un proceso de atención, recopilación y registro de los elementos que componen un todo, para el cual, el investigador se apoya en sus sentidos, en una visión global del objeto de estudio, en todo su contexto natural. Para Hernández, Fernández y Baptista (2008), “implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones” (p.587); en este método investigativo, implica todos los sentidos para explorar los aspectos de la vida social.

La segunda técnica es grupo de discusión, al respecto Leal (2009), menciona “es una técnica de investigación social que trabaja con el habla, en la situación discursiva que el grupo crea, las hablas individuales tratan de acoplarse entre sí al sentido social” (p.135); el discurso es dirigido por reglas y estructurado internamente en el contexto real.

Actores Sociales

En atención al estudio cualitativo previsto para llevarlo a cabo en el sector Los Gatos del Municipio Jiménez, la selección de los actores sociales fue mediante el carácter de intencionalidad, de manera que puedan participar en la investigación espontáneamente, sincera y suministren con libertad la información requerida, de acuerdo con Martínez (2000), “son personas con conocimientos especiales, estatus y buena capacidad de información “ (p.54); en atención a esta definición, los actores sociales quedaron conformados por padres/madres representantes de las veinte (20) familias monoparentales que habitan en el sector Los Gatos de la Parroquia Juan Bautista Rodríguez del Municipio Jiménez del estado Lara.

Escenario del Estudio

La investigación se realizó en una zona rural denominada sector Los Gatos, adyacente a la comunidad El Pueblito de la Parroquia Juan Bautista Rodríguez Municipio Jiménez del estado Lara. En este sector la actividad económica se

caracteriza por la producción agrícola y artesanal, en la que intervienen la mayoría de sus habitantes, quienes se dedican a los cultivos de hortalizas y de algunos tipos de granos. Por lo general, las madres ante la ausencia de la pareja, son las responsables de llevar a cabo este tipo de trabajo y al llegar a los hogares también se dedican a las labores domésticas y de ayudar a sus hijos en las tareas escolares. Son familias de recursos económicos limitados, con carencias de servicios en salud, calles en estado deplorables, las casas están cercadas con alambres de púa y alrededor se aprecian las aguas servidas a la intemperie.

Técnicas de Análisis de la Información

En atención a este punto, se procedió con el modelo GLATER propuesto por González y Hernández (ob.cit.); “se registra la evidencia y al mismo tiempo ilustrar su análisis interpretativo” (p.61), esto es posible porque se construye una tabla de especificaciones para agrupar las ideas y las apreciaciones mediante el contraste entre el contexto empírico con las ideas de teóricos expuestos en la investigación. Las autoras, recomiendan la elaboración de un cuadro con las siguientes especificaciones: (a) código y temática, (b) descripción, (c) categorías, (d) interpretación. Todos estos aspectos se registrarán en un cuadro diseñado en cuatro (4) columnas.

MOMENTO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA EVIDENCIA

Fase I. Diagnóstico

El siguiente apartado referido al análisis e interpretación de la evidencia tiene como objeto dar a conocer la información aportada por los distintos actores educativos involucrados en el estudio bajo los supuestos teóricos metodológicos de la perspectiva cualitativa de la Investigación acción, la misma favorece la detección de las necesidades reales, expectativas, modos de actuación, así como otros aspectos de interés mediante un proceso de análisis a partir de la aplicación de la técnica de la observación participante; esta actividad le permitió a la investigadora involucrarse en el ámbito de estudio y se establezca el carácter dialógico requerido en la identificación de un problema determinado.

Para poder visualizar la realidad actual de un centro educativo, el tipo de aprendizaje y la calidad educativa, es necesario realizar un diagnóstico, un análisis sistemático, ordenado y rápido, para tomar decisiones e iniciar acciones de progreso y transformación en busca de la calidad y la mejora de las necesidades detectadas, involucrando a los padres, madres, representantes. Todo esto con el propósito de obtener datos precisos sobre los problemas más relevantes, y así buscar soluciones o alternativas a las problemáticas o necesidades que afectan a los jóvenes en desarrollo.

En tal sentido, el diagnóstico es un proceso en el cual se recopila la información necesaria para la determinación de los posibles problemas o necesidades que afectan al proceso de enseñanza-aprendizaje con el propósito de buscar posibles soluciones, en la comunidad, mejorando las relaciones intrapersonales en las familias y sea satisfactorio para todas las partes involucradas. Tomando en cuenta lo expresado anteriormente, se procedió a realizar un diagnóstico a las madres/padres integrantes de la familia monoparental en la localidad Los Gatos de la Comunidad El Pueblito,

Municipio Jiménez, del estado Lara, con la finalidad de detectar las necesidades, intereses o problemas que presentan.

Para llevar a cabo esta actividad, el día 01 de noviembre de 2016, en horas de la mañana se hizo entrega al directivo de la institución de una correspondencia (Ver Anexo A-1), en la cual se le solicita permiso para desarrollar el proyecto con los miembros de la comunidad “Los Gatos”. Se obtuvo una respuesta positiva por parte de la directora (Ver Anexo A-2), intercambiando ideas sobre las acciones a seguir para convocar a los padres, madres y representantes, como también buena disponibilidad en apoyar el Proyecto ya que es beneficioso para los estudiantes y demás actores educativos. Cabe añadir, la directora se mostró receptiva ante la idea presentada, por tanto, manifestó que las puertas de la institución siempre han de estar abiertas para que se lleven a efecto iniciativas de esta naturaleza como parte de los cambios que se vienen experimentando en la sociedad por el bienestar de la comunidad y la institución.

Cuadro 1:

Planificación del Diagnóstico

Fecha: 4/11/16

Lugar: Escuela Bolivariana “El Pueblito”

Propósito General: Diagnosticar las necesidades reales de los padres, madres de familias monoparentales para la transformación de las relaciones intrapersonales en la comunidad “Los Gatos” en el Municipio Jiménez del estado Lara

Actividad	Estrategias	Técnicas	Recursos	Responsables
-Comunicación oficial al directivo de la Escuela Bolivariana “El Pueblito”	-Comunicación escrita	-Convocatorias	<i>Materiales:</i> Lecturas	Prof. Saray Escalona
-Invitación a los actores sociales para que participen en la programación	-Ambientación	-Lectura	Material multigrafiado	
-Preparación del ambiente y logística	-Lectura reflexiva	-Lluvia de ideas	Papel bond	
Inicio			Marcadores	
Bienvenida a la actividad	-Conversatorio		Oficio	
-Agradecimiento por parte de la investigadora	-Sondeo de opiniones	-Registro de campo	<i>Humanos:</i> Investigadora	
-Lectura reflexiva y su proceso			Padres, madres	
Desarrollo	-Sistematización	-Sistematización	Directivo	
-Conversatorio libre y espontáneo para generar ideas			<i>Tecnológicos.</i> Computadora	
-Identificación de posibles problemas: causas y consecuencias			CD	
-Identificación de alternativas viables			Cámaras digitales	
Cierre:			Teléfono móvil	
-Compromisos y acuerdos				
-Despedida				
-Control de asistencia				
-Registro de la actividad				

Nota: Cuadro elaborado por Escalona, S. (2016).

Observación Participante de la Fase Diagnostica

El análisis de las observaciones realizadas en el ambiente escolar de la Escuela Bolivariana “El Pueblito” tuvo sus inicios con el registro de los datos considerados de interés para sustentar el supuesto teórico empírico que se viene desarrollando a raíz de una situación preocupante, la cual fue necesaria atenderla en conjunto, con el fin de garantizar a los estudiantes un proceso educativo acorde a sus requerimientos.

El día 02 de noviembre del 2016, en horas de la mañana se procedió a invitar a la comunidad en general, para asistir al encuentro en las instalaciones de la institución. Dicha invitación la realizó la docente investigadora Saray Escalona mediante una convocatoria en físico que entregó a la comunidad escolar, además realizó un escrito en la pizarra, a través de los estudiantes garantizar que llegara la información a los padres, madres y representantes, a fin de establecer contacto personal con los involucrados de la comunidad educativa con el propósito de motivarlos hacia la participación y colaboración, así llevar a cabo el proyecto social,

El día del encuentro, a primeras horas, se realizó con anticipación la ambientación del aula, organizando las sillas para que existiera mayor interacción entre los participantes, se entregaron unos distintivos con la finalidad que los asistentes tuvieran mayor conexión con el desarrollo de la actividad, después la investigadora ofreció palabras de bienvenida y agradecimiento por mostrar interés en las actividades pautadas dentro de la institución, que no sólo beneficiaran el desarrollo de los niños/niñas en el área académica sino que además les permitirá obtener beneficios a corto y largo plazo tanto a los estudiantes como a la comunidad involucrada. Una vez cumplida la formalidad de bienvenida, la investigadora realizó una lectura reflexiva “Yo soy y espero de esta reunión”, la dinámica generó un conversatorio socializado en la cual los asistentes resaltaron la importancia de participar responsablemente en las actividades de la institución, de esta forma se sensibilizó aún más a los participantes.

Durante el intercambio de ideas, los asistentes manifestaron situaciones particulares que consideran que pueden afectar de una forma u otra el desarrollo

ameno tantos de sus representados como de ellos mismos, Dilcia inició su intervención ***“nos reúnen casi siempre para lo mismo, hablan de nuestros hijos, de los estudios, que si van mal, que uno no los ayuda, pero yo me pregunto ¿Quién me ayuda a mí? Yo en verdad me siento mal, bueno no es que estoy enferma, no, no, no, no quiero decir eso, tengo pensamientos malos pues, y creo que transmito ese pesar a mis hijos, siento que no sirvo para nada, siento una carga, no sé, creo que es mucho para mí”*** por su parte la Sra. Yessika Colmenarez comentó que ***“soy madre de 3 niños y no cuento con el apoyo de su papá, por eso debo salir a trabajar todos los días para que no falte la comida, pero ahora es cada día más difícil, los muchachos crecen y necesitan más plata y más ayuda para la tarea que yo no puedo darles, mi mamá me ayuda a cuidarlos de vez en cuando pero es difícil”***.

Una situación similar expuso la representante Ana Silva ***“antes yo trabajaba con el barro haciendo piezas de cerámica, era más fácil porque trabajaba en la casa, pero ahora estoy limpiando en otras casas, entonces no veo casi a la niña, que la mayor parte esta con la abuela, porque mi mamá también trabaja”*** en la mayoría de los casos son madres solteras trabajadoras que no pueden cubrir todas las necesidades de sus hijos, bien sean afectivas, nutricionales o educativas, lo cual genera frustración en ellas, además de cansancio físico y psicológico, algunas manifestaron sufrir en ocasiones depresión, pero que el mayor motivo para continuar con sus labores son los hijos.

Elisa pidió el derecho de palabra, comentó ***“yo, particularmente vivo estresada, llego cansada y miro todo a mi alrededor, me dá terror ver la casa patas parriba, los muchachos no me ayudan, no me hacen caso, se van pa que los vecinos y es tarde la nochesita cuando vienen a decir que tienen tarea o que la maestra pido algo pa la escuela, eso me da rabia, a veces pienso que no sé educarlos”*** María también hizo comentarios sobre la formación de sus hijos y cómo influye su actitud ***“pues yo trabajo en la calle, no tengo tiempo pa atender las tareas, le digo a mi mamá que los ayude. Siento rabia conmigo misma porque sé que ellos me necesitan pero no hago nada, yo estoy clara que es negativo, que ellos me copian, pero no puedo hacer nada, yo creo que nos falta orientación, bueno, no sé, digo yo, que***

necesitamos que nos empujen con palabras bonitas porque nuestros hijos están agarrando la calle y no es pa trabajar”.

Las intervenciones continuaron y cada representante dejó entendido los buenos deseos de cooperar con la educación de sus hijos, sienten algo en su mundo interior que les impide visualizar la situación, de qué manera intervenir para mejorar la interacción desde el hogar. Carmen es madre soltera y trabaja en el comedor de la escuela, ella piensa ***“el problema surge cuando no hay comunicación, aquí lo que hay es gritos y más gritos, por ejemplo en mi casa, mi mamá grita y le reclama a mis hermanos haciendo aquellos escándalos, igual los muchachos responden gritando, eso es lo que aprenden, maltratos, la mujer trabajando, el hombre haciendo hijos, aquí en la tarde se ve a los muchachos sentados allá en la parada del taxi, no están estudiando”***

Según la señora Rosa Rodríguez ***“el problema que tenemos es que la mayoría necesita salir a trabajar, naide se hace responsable de la educación de los hijos, casi la mayoría está soltera y debe trabajar mucho pa comer, vestirse, comprar lo que se necesita y esos muchachos están a merced de naide, ellos se cuidan solos, no respetan a los abuelos, ay padres alcahuetes, no dicen nada, las muchachas salen prená desde antes de ser bachiller, que se van a ser responsables esos muchachitos de criar a sus hijos si las mamas también lo dejaron a ellos solos, aquí naide responde por naiden”***. Josefina afirmó ***“educar a los hijos es difícil, uno tiene que trabajar para traer la comida, encargarse de la casa, a veces uno se viene en cola desde Quíbor y pierde mucho tiempo, llego cansada, estresada, de verdad es difícil encargarse sola de una casa, vivo preocupada, necesito reducir la angustia”***

Luego de este conversatorio, y palabras motivadoras de la investigadora, fue más fácil identificar posibles problemas con sus respectivas causas. Con el apoyo de recursos materiales se procedió a escribir en la pizarra algunos temas de estudio, entre las cuales se ubicaron madres solteras, falta de apoyo económico, exceso de trabajo para cubrir las necesidades básicas y entre las consecuencias: poca ayuda a los hijos en las tareas escolares, rebeldía para obtener mayor atención, frustración por el poco tiempo compartido en familia, bajo rendimiento escolar; mientras para obtener

cambios positivos se plantearon posibles alternativas viables que le permitiera mejorar la situación familiar no solo en el entorno escolar sino también el comunitario.

Categorización de la Fase Diagnostica

En lo que respecta a la presentación de los hallazgos, la investigadora, se apoyó en el modelo Glater, el que según, González y Hernández, (2011), plantea “el análisis y la interpretación como un proceso que se realiza a lo largo de la investigación, para dar respuestas a las expectativas que emergen del estudio” (p.32). De lo citado, se entiende como el análisis y la interpretación de la evidencia constituyen la vía para entender y describir en forma subjetiva una realidad determinada en un contexto específico, por tanto, cada una de las evidencias extraídas durante el proceso investigativo, los datos obtenidos a través de la observación participante, la entrevista y el grupo de discusión, fueron categorizados y codificados por su relevancia de manera de reducir lo más esencial de la información recolectada cualitativamente.

Cuadro 2

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Categorización de la Fase Diagnóstica

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Características de la familia monoparental (CFM)	Los informantes expresaron en forma oral: Dilcia: “nos reúnen casi siempre para lo mismo, hablan de nuestros hijos, de los estudios, que si van mal, que uno no los ayuda, pero yo me pregunto ¿Quién me ayuda a mí? Yo en verdad me siento mal, bueno no es que estoy enferma, no, no, no, no quiero decir eso, tengo pensamientos malos pues, y creo que trasmito ese pesar a mis hijos, siento que no sirvo para nada, siento una carga, no sé, creo que es mucho para mí”	(X) Nos reúnen casi siempre para lo mismo (X) Que si van mal (X)Que uno no los ayuda (X)Tengo pensamientos malos (X) Siento que no sirvo para nada (X)Creo que es mucho para mí (#)Emociones negativas (#)Baja autoestima	Tomando en cuenta el análisis de las verbalizaciones de los actores sociales de la investigación, se detectó que: Los informantes claves indicaron las versiones desde su propia realidad, de manera espontánea expresaron sus sentimientos y emociones concretándose la necesidad de atender sentimientos marcados por su condición de madre soltera, la misma perjudica las relaciones con la familia en especial la formación de sus hijos. Sobre este aspecto, Whittaker (ob.cit.), menciona que las emociones como experiencias son de naturaleza subjetiva, es necesario confiar en el relato introspectivo de la persona que la experimenta. Como investigadora considero, importante facilitar estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de los progenitores de las familias monoparentales, con sus hijos, para brindarles una formación integral sana.
	Yessika Colmenarez: “soy madre de 3 niños y no cuento con el apoyo de su papá, por eso debo salir a trabajar todos los días para que no falte la comida, pero ahora es cada día más difícil, los muchachos crecen y necesitan más plata y más ayuda para la tarea que yo no puedo darles, mi mamá me ayuda a cuidarlos de vez en cuando pero es difícil”.	(X) No cuento con el apoyo de su papá (X)Debo salir a trabajar todos los días para que no falte la comida (X) Mi mamá me ayuda a cuidarlos (X) no veo casi a la niña, (X)La mayor parte esta con la otra abuela (X) Mi mamá también trabaja	
	Ana Silva “antes yo trabajaba con el barro haciendo piezas de cerámica, era más fácil porque trabajaba en la casa, pero ahora estoy limpiando en otras casas, entonces no veo casi a la niña, que la mayor parte esta con la otra abuela, porque mi mamá también trabaja” Elisa: “yo, particularmente vivo estresada, llego cansada y miro todo a mi alrededor, me dá terror ver la casa patas parriba, los muchachos no me ayudan, no me hacen caso, se van pa que los vecinos y es tarde la nochesita cuando vienen a decir que tienen tarea o que la maestra pido algo pa la escuela, eso me da rabia, a veces pienso que no sé educarlos, ni valgo nada como madre”	(X) Vivo estresada (X) Llego cansada (X) Los muchachos no me ayudan (X)Tarde la nochesita cuando vienen a decir que tienen tarea (X)Eso me da rabia (X) Pienso que no sé educarlos (X) Ni valgo nada como madre	

LEYENDA: Categorías Emergentes (X) Categorías Creadas (#)

Continuación...Cuadro 2

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Categorización de la Fase Diagnóstica

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental (RIMPFM)	Los informantes expresaron en forma oral: María “pues yo trabajo en la calle, no tengo tiempo pa atender las tareas, le digo a mi mamá que los ayude. Siento rabia conmigo misma porque sé que ellos me necesitan pero no hago nada, yo estoy clara que es negativo, que ellos me copian, pero no puedo hacer nada, yo creo que nos falta orientación, bueno, no sé, digo yo, que necesitamos que nos empujen con palabras bonitas porque nuestros hijos están agarrando la calle y no es pa trabajar”.	(X) no tengo tiempo pa atender las tareas (X) Rabia (X) Sé que ellos me necesitan (X) Nos falta orientación (X) Que nos empujen con palabras bonitas (#)Necesidad de orientación	Tomando en cuenta el análisis de las verbalizaciones de los actores sociales que participaron en la investigación, se pudo evidenciar que, no están desempeñando eficazmente su rol de padre/madre, sino que se limitan a cubrir sólo las necesidades básicas de alimentación, vestido, salud. Se desatienden del cuidado emocional, es común la alta tensión por las funciones que deben desempeñar por el hecho de hacer frente sola a la situación. Por lo que es importante canalizar la situación en beneficio de unas relaciones sanas para una mejor calidad de vida; tanto para los padres como para sus hijos/hijas, facilitarles orientaciones para dar significación al papel relevante que tienen los adultos en la formación integral de sus hijos/as.
	Carmen “el problema surge cuando no hay comunicación, aquí lo que hay es gritos y más gritos, por ejemplo en mi casa, mi mamá grita y le reclama a mis hermanos haciendo aquellos escándalos, igual los muchachos responden gritando, eso es lo que aprenden, maltratos, la mujer trabajando, el hombre haciendo hijos, aquí en la tarde se ve a los muchachos sentados allá en la parada del taxi, no están estudiando”	(X) No hay comunicación, aquí lo que hay es gritos (X)Escándalos (X) Eso es lo que aprenden, maltratos (#)Problemas de autoridad (#) Problemas convivencia familiar	
	Rosa Rodríguez “el problema que tenemos es que la mayoría necesita salir a trabajar, naide se hace responsable de la educación de los hijos, casi la mayoría está soltera y debe trabajar mucho pa comer, vestirse, comprar lo que se necesita y esos muchachos están a merced de naide, ellos se cuidan solos, no respetan a los abuelos, ay padres alcahuetes, no dicen nada, las muchachas salen preña antes de ser bachiller, que se van a ser responsables esos muchachitos de criar a sus hijos si las mamas también lo dejaron a ellos solos, aquí naide responde por naiden”.	(X) Naide se hace responsable de la educación de los hijos (X) Trabajar mucho pa comer, vestirse, comprar lo que se necesita (X) No respetan a los abuelos (#)Muchachas salen embarazadas antes de ser bachiller (#)Las mamas también lo dejaron a ellos solos (#)Conductas de riesgo	

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas (#)

Análisis de la Fase Diagnóstica

Durante la fase diagnóstica desarrollada con las madres, padres de los estudiantes de la Escuela Bolivariana “El Pueblito”, se hizo visible la realidad social imperante y que es motivo de un estudio de carácter cualitativo, de manera objetiva, apoyada en la descripción pormenorizada de los relatos aportados por los participantes, cuyos puntos de coincidencia revelaron, angustia, rabia, estrés, tensión en el hogar por la ausencia del padre, miedo ante la necesidad de orientar a los hijos, estos indicadores genera exceso de responsabilidades por su condición de ser madre soltera. Al finalizar el encuentro, los asistentes se comprometieron a un próximo encuentro para fortalecer las medidas correctivas y las experiencias que van adquiriendo, agradecieron la iniciativa de la investigadora por proponer una vía para mejorar el ambiente donde se desenvuelven sus hijos. En atención a la problemática, se muestran las siguientes categorías:

<i>Categorías Creadas por la investigadora (+)</i>	<i>Categorías Emergentes (*) las madres y padres</i>
(#) Emociones negativas	(X) Nos reúnen casi siempre para lo mismo
(#) Necesidad de orientación	(X) Que si van mal
(#) Problemas de autoridad	(X) Que uno no los ayuda
(#) Baja autoestima	(X) Tengo pensamientos malos
(#) Problemas clima familiar	(X) Estoy sola con mis hijos
(#) Conductas de riesgo	(X) Creo que es mucho para mí
	(X) No cuento con el apoyo de su papá
	(X) Mi mamá me ayuda a cuidarlos
	(X) La mayor parte esta con la otra abuela
	(X) Mi mamá también trabaja
	(X) Vivo estresada
	(X) Llego cansada
	(X) Eso me da rabia
	(X) Los muchachos no me ayudan
	(X) No me hacen caso
	(X) Eso me da rabia
	(X) Pienso que no sé educarlos
	(X) no tengo tiempo pa atender las tareas
	(X) Sé que ellos me necesitan
	(X) Nos falta orientación
	(X) Que nos empujen con palabras bonitas
	(X) No hay comunicación, aquí lo que hay es gritos
	(X) Siento que no sirvo para nada

- (X) Eso es lo que aprenden, maltratos
- (X) Trabajar mucho pa comer, vestirse, comprar lo que se necesita
- (X) No respetan a los abuelos
- (X) Ni valgo nada como madre

Alcances y Logros de la Fase Diagnóstica

La información recopilada y manejada surge como evidencias resultadas de las experiencias vividas y testimonios puestos de manifiesto durante la ejecución del taller diagnóstico con los padres/madres en la localidad Los Gatos de la Comunidad El Pueblito, Municipio Jiménez, Estado Lara, sujeto de estudio. Es importante resaltar, que esta información fue recogida y plasmada en forma fidedigna como fue presentada en la realidad, para luego ser categorizada y analizada, tomando en consideración el norte temático de la investigación.

Se presentó como un logro de la fase diagnóstica, diagnosticar la necesidad de atender sentimientos marcados por su condición de madre soltera, la misma perjudica las relaciones con la familia en especial la formación de sus hijos, así como también mostraron expresiones de ánimo y manifestaciones verbales de disposición por parte de los actores sociales ante la ejecución de otros encuentros (talleres) orientados a abordar temas alusivos a esta problemática, en estrecha conexión con las categorías emergentes del diagnóstico. De allí que tomando en consideración todos estos aspectos, se procede a la planificación del plan de acción.

Fase II. Elaboración del Plan de Acción

Concluida la fase diagnóstico, la investigadora procedió al análisis e interpretación de las evidencias recabadas, tanto la investigadora como los actores sociales, decidimos elaborar el plan de acción, que se adapte al entorno y a las necesidades encontradas, con la finalidad de dar solución a las necesidades detectadas en esta fase inicial de la investigación, de este análisis surgieron diversos tópicos relevantes de abordar, los cuales los concretamos en seis (6) talleres.

Cuadro N° 3. Categorías que emergen del Diagnóstico/ Actividades planificadas

CATEGORÍAS QUE EMERGEN DEL DIAGNÓSTICO	ACTIVIDADES PLANIFICADAS
(X) Nos reúnen casi siempre para lo mismo (X) Que si van mal (X)Que uno no los ayuda (X) No cuento con el apoyo de su papá (X) Mi mamá me ayuda a cuidarlos	Taller 1: Aprendo como desempeñarme como padre/madre
(X) No respetan a los abuelos (X) No me hacen caso	Taller 2: Tengo autoridad como padre/madre que soy
(X) Siento que no sirvo para nada (X) Ni valgo nada como madre	Taller 3: Aprendo a valorarme a mí misma/o
(X)Tengo pensamientos malos (X)Estoy sola con mis hijos (X)Creo que es mucho para mí (X)Eso me da rabia	Taller 4: Sé controlar mis emociones
(X) Nos falta orientación (X) Que nos empujen con palabras bonitas	Taller 5: Aprendo estrategias emocionales para transformar mis relaciones intrapersonales
(X) Los muchachos no me ayudan (X) Trabajar mucho pa comer, vestirse, comprar lo que se necesita (X) Vivo estresada (X) Llego cansada (X) Sé que ellos me necesitan	Taller 6: Con motivación veo las cosas positivamente

Fuente: Resultados de la Categorización de la Fase Diagnóstica

Justificación del Plan de Acción

Uno de los objetivos de la Educación Emocional es proporcionar estrategias de regulación emocional para poder enfrentarnos de forma apropiada a situaciones en las que las emociones pueden llegar a desbordarnos. Así como también, es importante resaltar que, el éxito en las relaciones personales armoniosas depende en gran medida del control de las emociones, ya que de lo contrario puede obstruirse la comunicación, se producen conflictos, deteriorándose las relaciones interpersonales.

En este sentido, las personas que son capaces de controlar sus emociones permanecen equilibradas, positivas e imperturbables en las situaciones más estresantes, controlan sus impulsos y gestionan sus emociones conflictivas, mantienen la concentración a pesar de las presiones y toman decisiones a partir de un razonamiento claro. Por lo que el presente plan de acción pretende, orientar a los padres/madres a través de estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara. Estas estrategias permiten mejorar nuestra calidad de vida, como son la organización del tiempo y la paciencia para armonizar nuestra vida personal y laboral.

Propósitos del Plan de acción

Propósito General

Desarrollar plan de actividades mediante estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara.

Propósitos Específicos

Sensibilizar a los/las madres/padres acerca de la importancia del desempeño eficaz del rol de padre/madre.

Reflexionar sobre la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral.

Discutir acerca de la importancia de la autoestima, para fomentar la valoración de la persona.

Reflexionar sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona.

Desarrollar con los padres, madres y representantes estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales.

Destacar la importancia de la motivación para lograr la superación personal

Cuadro 4

Plan General de la Propuesta

Propósito General: Desarrollar plan de actividades mediante estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara.

Propósitos Específicos	Actividades/Estrategias	Recursos	Responsables	Fecha
Taller 1: Aprendo como desempeñarme como padre/madre Sensibilizar a los/las madres/padres acerca de la importancia del desempeño eficaz del rol de padre/madre.	-Bienvenida. Dinámica Grupal de integración. “la pelota preguntona” -Exposición de la investigadora sobre: Rol de padre, Estilos de crianza. -Lluvia de ideas. -Elaboración de conclusiones -Lectura Reflexiva. “El buen padre y el padre bueno” Despedida.	Material impreso, Pizarra, Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas		09-11-2016
Taller 2: Tengo autoridad como padre/madre que soy Reflexionar sobre la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral.	- Bienvenida. Lectura reflexiva: “Cuando los padres deben mandar”. - Grupos de discusión para el análisis de la lectura -Exposición de la investigadora - Lluvia de ideas -Conclusiones. Despedida.	Material impreso, Pizarra, Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas	Investigadora Prof. Saray Escalona	16-11-2016
Taller 3: Aprendo a valorarme a mí misma/o Discutir acerca de la importancia de la autoestima, para fomentar la valoración de la persona.	- Bienvenida. Lectura reflexiva titulada: “La manzana que quería ser estrella” - Charla sobre la autoestima - Discusión Grupal. Lluvia de ideas - Despedida e invitación al próximo encuentro	Material impreso, Pizarra, Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas		23-11-2016

Fuente: Escalona (2017)

Cuadro 4 (cont.)

Propósito General: Desarrollar plan de actividades mediante estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara.

Propósitos Específicos	Actividades/Estrategias	Recursos	Responsables	Fecha
Taller 4: Sé controlar mis emociones Reflexionar sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona.	- Bienvenida. - Dinámica: “Adivina cómo me siento” - Conversatorio sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona --Discusión Grupal. - Elaboración de conclusiones - Despedida.	Material impreso, Pizarra, Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas	Investigadora Prof. Saray Escalona	30-11-2016
Taller 5: Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales Desarrollar con los padres, madres estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales.	- Bienvenida. - Lectura reflexiva: “El Papel Arrugado” -Taller sobre estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales. - Lluvia de ideas - Despedida.	Material impreso, Pizarra, Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas		05-12-2016
Taller 6: Con motivación veo las cosas positivamente Destacar la importancia de la motivación para lograr la superación personal	- Bienvenida. - Conversatorio sobre la importancia de la motivación para lograr la superación personal. - Lluvia de ideas - Despedida. Dinámica de cierre.	Material impreso, Pizarra, Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas		12-12-2016

Fuente: Escalona (2017)

Fase III. Ejecución del Plan de Acción

Una vez que se han planificado todos los aspectos relacionados al plan de acción el siguiente paso es la puesta en práctica de todo lo planificado. En este apartado se explica la organización de las actividades y su ejecución, que se constituye en el eje operativo de los planes con el apoyo de los recursos necesarios, condiciones y procesos para que pueda llevarse a feliz término, le da prioridad a las iniciativas más importantes para poder cumplir con los objetivos y metas propuestos.

Los planes de intervención que a continuación se presentaran en el desarrollo de esta fase responden a las necesidades detectadas durante la fase del diagnóstico realizado a las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara, para lo cual se diseñó un plan de actividades con el que se pretende solucionar la problemática existente.

Cuadro 5

Encuentro 1. Taller N°1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre

Propósito: Sensibilizar a los/las madres/padres acerca de la importancia del desempeño eficaz del rol de padre/madre.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	RECURSOS	TIEMPO
Taller 1: Aprendo como desempeñarme como padre/madre	Inicio:			
	-Bienvenida. Dinámica Grupal de integración. “la pelota preguntona”		Humanos:	
			-Facilitadora	
			-Padres, madres	Miércoles
				09-11-2016
	Desarrollo:	-Observación	Materiales:	Duración:
	-Exposición de la investigadora sobre: Rol de padre	Participante.	Material impreso	
	-Lluvia de ideas.		Pizarra	3 Horas
	-Lectura Reflexiva. “El buen padre y el padre bueno”	-Grupos de Discusión.	Marcadores	
	-Análisis de la lectura		Cámara fotográfica	
	Cierre:		Cuaderno de notas	
	-Elaboración de conclusiones			
	Despedida.			

Fuente: Escalona (2017)

Observación Participante

Este taller se inició, el día miércoles 09 de noviembre del 2016, se llevó a cabo el primer encuentro con los padres y madres a las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara, éste se desarrolló en el ambiente de clases más amplio, con buena iluminación y ventilación. Se dio inicio a la actividad a las 8:30 am, iniciándose con un saludo y bienvenida a todos los presentes por parte de la investigadora Prof. Saray Escalona, quien agradeció la presencia de todos los asistentes.

Seguidamente se realizó una dinámica de integración llamada “la pelota preguntona”, con la cual se indujo a los participantes de forma dinámica hacia el desarrollo de las actividades planificadas, por cuanto se pudo estimular a la participación, motivación y disposición. La facilitadora invita a los presentes a sentarse en círculo y explica la forma de realizar el ejercicio. Mientras se entona una canción la pelota se hace correr de mano en mano; a una señal del facilitador, se detiene el ejercicio. La persona que ha quedado con la pelota en la mano se presenta para el grupo: y dice los deberes que cumple como padre/madre. La señora Teresa: - expresó: “yo los alimento, y aunque no tengo casi tiempo para venir a la escuela lo obligo a asistir todos los días”. La señora Luisa: - señaló: “yo cumplo alimentándolos y tratando que sean hombres de bien”, igualmente, Mery respondió: - “Yo cumplo con darles la comida, estudios y trato de que no se me vayan a descarrilar, a punta de pelas y regaños”

Seguidamente la facilitadora Prof. Saray Escalona, realizó una exposición sobre: El desempeño eficaz del rol de padre y la madre. Les habló sobre la importancia de que: “Los padres están en la obligación de atender a sus hijos, alimentación, vestido, salud, vivienda y educación, no es solo darles comida, criarle es amarlos, es respetarlos, darles buen trato, que les permita su desarrollo integral. Los padres educan a través del modelo, son el ejemplo para sus hijos, el rol de educar a los hijos es indeclinable, intransferible e indelegable, no pueden dejar estas funciones a otras personas”

Continuó expresando: “Por lo que ustedes han dicho, sólo se limitan a proporcionarles alimento; pero también deben brindar una educación para la vida, cada familia tiene sus valores, normas, tradiciones, costumbres, vínculos, hábitos, que le trasmite a los hijos, por lo que debemos estar pendiente que es lo que le vamos a transmitir a nuestros hijos, porque muchos padres, se preocupan sólo por el trabajo y por conseguir dinero para la comida, no están cerca a sus hijos y cuando se dan cuenta, los hijos toman el camino equivocado, requiere que los hijos conozcan sus deberes y sus derechos, así como las consecuencias tanto positivas como negativas que acarrea el no cumplir con las normas establecidas por la sociedad”.

También les explicó sobre la familia monoparental, donde les explicó: “ustedes constituyen una familia monoparental, que es aquella familia que está compuesta por un solo progenitor (papá o mamá) y uno o varios hijos, uno solo está a cargo de la crianza de sus hijos y aunque ustedes no lo crean, si en esa familia se dan buenos ejemplos, funciona igual que aquella donde conviven ambos padres, eso no es limitante para la formación de los hijos/as ...así que los invito a salir adelante, comenzar a ver las cosas de una forma positiva y no caer en tristezas, depresiones, por criar a sus hijos/as solos.”

A lo que Elisa, respondió: - “Tiene razón profesora, uno pasa la vida es lamentándose de eso en vez de seguir adelante y dedicarse solamente a criar a sus hijos, sin importar si está sola o no, bueno...nunca es tarde para comenzar y hay que hacer borrón y cuenta nueva” (C.O: Todos aplaudieron)

La Prof. Saray Escalona, manifestó: “Que bueno, que están asimilando las cosas, no debemos entristecernos por esas cosas, sino seguir adelante que los hijos son una motivación para seguir luchando”. Seguidamente les facilitó una lectura reflexiva titulada: “El buen padre y el padre bueno” (Anexo), para que analizaran el contenido. También les pidió expresar su compromiso de hoy en adelante en el desempeño de su rol de padre/madre.

Yessika inició expresando que: “De todo lo que usted dijo, me di cuenta que yo no lo estoy haciendo como es debido, voy a comenzar a poner normas en la casa, de esa forma mi hija, aprenderá a que tiene que colaborar también”. Eso mismo me di

cuenta yo, expresó Dilcia:” “...tal vez tengamos muchas fallas como madres o como padres, pero amamos a nuestros hijos, sabemos que son nuestra responsabilidad desde que llegaron a este mundo y no tienen culpa de esta situación. No es fácil, pero por eso estamos aquí, queremos aprender y estamos dispuestas a cambiar...”

Elisa: “yo hoy, he aprendido bastante sobre cuáles son mis deberes en el cumplimiento de mi función como madre, porque lo desconocía, a veces uno no hace las cosas porque es malo, sino porque no sabe cómo hacerlo, por eso me gustan estos talleres, aquí nos orientan un poco, yo me comprometo a no ser tan amargada con mis hijos, ellos no tienen la culpa de lo que me pasa.”

María: Yo pensé igual, pero nunca es tarde para reflexionar, voy a empeñarme más para sacar adelante a mi hijo, porque muchas veces no motivamos a nuestros hijos a estudiar, si no que los ponemos a trabajar para que nos ayude con los gastos de la casa.”

La actividad culminó con unas palabras de agradecimiento por parte de la investigadora dirigida a los presentes por su participación y sus aportes significativos para la investigación, siendo ésta la clave para el debate, el aprendizaje, y sobre todo provocaron en ellos el deseo de disponerse a realizar cambios y compromiso en el desempeño del rol de padre, en mejorar la forma de criar a sus hijos/as, darles apoyo sobre todo en lo que se refiere a la educación y no solamente en la alimentación. Todos aplaudieron al terminar la actividad. De esta forma se cerró la actividad y se les invitó a un próximo encuentro a realizarse el viernes 11-11-2016 a las 2:30.

Cuadro 6

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 1. Taller N° 1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Desempeño del rol de padre/madre (DDRDPM)	En la observación participante se obtuvo la siguiente información:		Conversar sobre el rol de padre con los padres, madres generó importantes aspectos a considerar: Entre ellos que sólo cubren las necesidades básicas de sus hijos/as, principalmente la alimentación Sin embargo, hay que reforzarles aspectos relacionados con el establecimiento de normas, establecimiento de límites, demostración de afecto, el ejercicio de la autoridad porque como padres/madres; es un derecho que se les otorga al convertirse en padres. Pérez (2010), expresa que el desarrollo integral de los niños se desarrolla según el nivel educativo familiar y su contexto dónde se sentará la base de la personalidad, conductas sociales mediante el apoyo afectivo, moral y social que se le brinde.
	Teresa: “yo lo alimento, y aunque no tengo casi tiempo para venir a la escuela lo obligo a asistir todos los días”.	(X)yo lo alimento (X) No tengo casi tiempo para venir a la escuela (X)Lo obligo a asistir todos los días (#)Asistencia básica	
	Luisa: “yo cumplo alimentándolos y tratando que sean hombres de bien”	(X)Tratando que sean hombres de bien	
	Mery “Yo cumplo con darles la comida, estudios y trato de que no se me vayan a descarrilar, a punta de pelas y regaños”	(X)Yo cumplo con darles la comida, estudios (X) trato de que no se me vayan a descarrilar (X) a punta de pelas y regaños (#)Autoritarismo	
	María: “Yo los alimento, los cuido, les oriento sobre el comportamiento, pero nunca les digo que los quiero, solo los regaño para que me obedezcan...”	(X)les oriento sobre el comportamiento (X)nunca les digo que los quiero (X)Los regaño para que me obedezcan (#) Poca manifestación de afecto	

LEYENDA: Categorías emergentes (X)

Categorías Creadas: (#)

Continuación. Cuadro 6

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 1. Taller N° 1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Reflexión del Desempeño del rol padre/madre en familia monoparental (RDDRPM)	Yessika: "...me di cuenta que yo no lo estoy haciendo como es debido, voy a comenzar a poner normas en la casa, de esa forma mi hija, aprenderá a que tiene que colaborar también".	(X)no lo estoy haciendo como es debido (X)poner normas en la casa (X)tiene que colaborar también (#)Reflexión	En lo que se refiere a la reflexión del desempeño del rol padre/madre en los contenidos desarrollados, comprendieron la importancia de la orientación para desempeñar las funciones de padre/madre de una manera más efectiva. Como señala Robert (2011), "los niños que viven solo con uno de sus progenitores, tienen las mismas posibilidades de triunfar en la vida que aquellos que provienen del concepto más clásico de familia. De allí que es importante orientar a estas familias, en aspectos relacionados a la crianza de sus hijos/as.
	Dilcia: "...tal vez tengamos muchas fallas como madres o como padres, pero amamos a nuestros hijos, sabemos que son nuestra responsabilidad desde que llegaron a este mundo y no tienen culpa de esta situación. No es fácil, pero por eso estamos aquí, queremos aprender y estamos dispuestas a cambiar..."	(X)Tengamos muchas fallas como madres o como padres (X)Amamos a nuestros hijos (X)Sabemos que son nuestra responsabilidad (X)no tienen culpa (X) Queremos aprender (#)Disposición al cambio	
	Elisa: "yo hoy, he aprendido bastante sobre cuáles son mis deberes en el cumplimiento de mi función como madre, porque lo desconocía, a veces uno no hace las cosas porque es malo, sino porque no sabe cómo hacerlo, por eso me gustan estos talleres, aquí nos orientan un poco, yo me comprometo a no ser tan amargada con mis hijos, ellos no tienen la culpa de lo que me pasa."	(X)he aprendido bastante sobre cuáles son mis deberes (X)lo desconocía (X)aquí nos orientan un poco (X)me comprometo a no ser tan amargada con mis hijos (#) Aprendizaje	
	María: "...nunca es tarde para reflexionar, voy a empeñarme más para sacar adelante a mi hijo, porque muchas veces no motivamos a nuestros hijos a estudiar, si no que los ponemos a trabajar para que nos ayude con los gastos de la casa."	(X)voy a empeñarme más para sacar adelante a mi hijo (X)no motivamos a nuestros hijos a estudiar (X)los ponemos a trabajar para que nos ayude con los gastos (#) Reflexión	

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)

Análisis del Encuentro 1. Taller N° 1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre

La docente, a través de las diferentes actividades desarrolladas en el encuentro, hizo posible sensibilizar a los/las madres/padres acerca de la importancia del desempeño eficaz del rol de padre/madre en familias monoparentales. Las evidencias y datos obtenidos durante esta actividad con el grupo de discusión, así como las observaciones participantes descritas, permitieron el análisis e interpretación del encuentro, surgiendo las siguientes categorías:

Categorías Creadas por la investigadora (#)

- (#)Asistencia básica
- (#)Autoritarismo
- (#) Poca manifestación de afecto
- (#)Reflexión
- (#)Disposición al cambio

Categorías Emergentes (*)

Padres/Madres

- (X)yo lo alimento
- (X) No tengo casi tiempo para venir a la escuela
- (X)Lo obligo a asistir todos los días
- (X)Tratando que sean hombres de bien
- (X)Yo cumplo con darles la comida, estudios
- (X) trato de que no se me vayan a descarrilar
- (X) a punta de pelas y regaños
- (X)les oriento sobre el comportamiento
- (X)nunca les digo que los quiero
- (X)Los regaño para que me obedezcan
- (X)no lo estoy haciendo como es debido
- (X)poner normas en la casa (X)tiene que colaborar también
- (X)Tengamos muchas fallas como madres o como padres
- (X)Amamos a nuestros hijos
- (X)Sabemos que son nuestra responsabilidad
- (X)no tienen culpa
- (X) Queremos aprender
- (X)he aprendido bastante sobre cuáles son mis deberes
- (X)lo desconocía
- (X)aquí nos orientan un poco
- (X)me comprometo a no ser tan amargada con mis hijos (#) Aprendizaje
- (X)voy a empeñarme más para sacar adelante a mi hijo
- (X)no motivamos a nuestros hijos a estudiar
- (X)los ponemos a trabajar para que nos ayude con los gastos

Alcances y Logros del Encuentro 1. Taller N° 1.

Con la ejecución Taller N° 1. Aprendo como desempeñarme como padre/madre; mostraron motivación e interés hacia la actividad, reflexionaron sobre su desempeño en su rol de padre/madre, las temáticas se desarrollaron totalmente y hubo una gran participación de los presentes, en cuanto a las necesidades detectadas se plantean las siguientes opciones: hay que reforzarles aspectos relacionados con la comunicación, establecimiento de normas, el ejercicio de la autoridad, cumplimiento de las necesidades básicas de sus hijos, así como también, fortalecerles su autoestima para que se sientan valiosas y puedan asumir la crianza de sus hijos/as de una forma positiva. (El material y evidencias del encuentro se presentan en el Anexo C)

Cuadro 7**Encuentro 2. Taller N°2.** Tengo autoridad como padre/madre que soy**Propósito:** Reflexionar sobre la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	RECURSOS	TIEMPO
Taller 2: Tengo autoridad como padre/madre que soy	Inicio: - Bienvenida. Lectura reflexiva: “Cuando los padres deben mandar”. - Grupos de discusión para el análisis de la lectura	-Observación Participante. -Grupos de Discusión.	Humanos: -Facilitadora -Padres, madres	Miércoles 16-11-2016
	Desarrollo: -Exposición de la investigadora sobre: Autoridad de los padres -Lluvia de ideas.		Materiales: Material impreso Pizarra Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas	Duración: 3 Horas
	Cierre: -Elaboración de conclusiones Despedida.			

Fuente: Escalona (2017)

Observación Participante

El miércoles 16-11-2016 a las 8:45 de la mañana, se inicia la actividad programada por la investigadora con las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, con la finalidad de reflexionar sobre la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral. Para dar inicio, la investigadora da la bienvenida a la actividad agradeciendo la asistencia seguidamente la investigadora comenzó haciéndoles una pregunta: ¿Qué es para ustedes la autoridad?:

La señora Gilda intervino:” Es...la forma en que hacemos que nuestros hijos nos obedezcan, imponiéndoles lo que deben hacer para ir formando hombres y mujeres de bien” Marina continuó: “Es corregirlos, enseñarlos y lograr que estos nos obedezcan, hay que buscar la forma que hagan caso a lo que decimos, eso es autoridad”. La señora Ana maría, fue la siguiente: “es la manera en que nosotros con el derecho que tenemos sobre nuestros hijos, ellos están obligados a obedecernos, para que vayan asimilando cómo comportarse, los vamos guiando con autoridad”

“No solamente es puro mandarlos y que obedezcan, ni maltratarlos, ni pegarles tanto hay que ir explicándoles las cosas y poco a poco ellos van entendiendo” expresó la señora Irene. La señora Mery señaló: “autoridad, es lograr ser obedecido a cualquier precio, hablarles claro a los hijos cuando sea necesario, señalándoles qué hacen bien y qué mal; qué pueden hacer y qué no y si no hacen caso a lo que uno les dice, pues hay que pegarles, porque ellos no se gobiernan solos”. La investigadora intervino: “antes de contestarles vamos a realizar una lectura reflexiva, titulada: “Cuando los padres deben mandar”, que trata sobre importancia que los padres ejerzan la autoridad”.

Finalizada la lectura Teresa, comenzó exponiendo: “, aunque la lectura dice que la autoridad no es imponerse, yo lo hago de la forma que me criaron a mí, aprendí que para que los hijos obedezcan hay que pegarles y hablarles fuerte, así me crie yo y será que por eso sirvo, de esta misma manera estoy criando a mi hijo y más aún que no tiene padre...”

Así mismo María, expresó: “Yo también hago lo mismo, a veces me da remordimiento porque me considero derrotada y pago con mi hijo esa rabia que siento conmigo misma, y como muestro la belleza de la propia vida , como dice la lectura, si no lo considero así, con tanta broma que he llevado, ya nada es bello”

Luisa, intervino: “yo de vez en cuando también los grito, cuando quieren hacer los que le da la gana; pero en lo posible trato de contenerme, porque sé que para él las cosas no son fáciles tampoco.” A lo que Mery, respondió: “Yo a punta de pelas y regañones es que logro que me hagan caso, porque si no hasta cuero quieren echarme a mí, ya no quieren respetar a nadie y como yo ando es obstinada, más rápido les pego a ver quién es más fuerte”.

Una vez que los participantes expusieron sus reflexiones, la investigadora les explicó el contenido sobre, la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral, les explicó que: “Veo que la gran mayoría utiliza es el autoritarismo, el pegar o regañar para que obedezcan y no se dan cuenta que, el ejercicio de la autoridad es lo que posibilita la convivencia, realizarla con respeto, comunicándose y no sólo imponiendo las cosas...”

Continuó expresándoles: “Asociamos el concepto de autoridad con imposición, prepotencia, sometimiento, represión. Pero la autoridad también está relacionada con valores tan importantes como el respeto, la protección, seguridad, convivencia o el cuidado y el amor. La autoridad se mantiene, se pierde o se recupera por el modo de comportarse.”

La señora Gilda intervino: “Eso es cierto, muchas madres regañamos a nuestros hijos porque se la pasan en la calle y nosotras somos las primeras que no paramos en la casa, entonces no hacemos lo que predicamos, queremos que ellos no hagan y nosotras lo hacemos, ja,ja,ja...” La investigadora señaló: “por eso debemos tener congruencia entre lo que somos, lo que hacemos y lo que decimos, como padres debemos enseñar con el ejemplo, más que con las palabras...” También les explicó que: “Cuando enseñamos a un niño de corta edad a manejar la agresividad de una forma socialmente adecuada, a

diferenciar lo que se puede y no se puede hacer en las relaciones con los iguales y con los adultos le abrimos el camino para relacionarse con todo tipo de personas fuera de casa. Si le permitimos que descargue sus rabias e impulsos espontáneamente en todo momento, seguramente se va a ver implicado en conflictos y altercados cuando salga fuera del hogar. Esto seguramente va a deteriorar sus relaciones sociales y por lo tanto su imagen social y su autoestima.”

A lo que Sofía, expuso: “Uno hace las cosas como aprendió de sus padres; pero por todo lo que usted ha explicado me doy cuenta que la autoridad no es como yo creía, no es sólo regañar y pegar, uno no está acostumbrado a pedir las cosas de buena manera; bueno... pero poco a poco uno va aprendiendo...” La investigadora preguntó: “¿Por qué los hijos e hijas hacen caso a algunos de sus cuidadores o cuidadoras, llámense padres, madres, abuelos/as, tíos, tías y a otros no? ¿De qué depende que unas personas tengan más autoridad que otras?”

Todos se miraron y respondieron que no sabían... Elisa: “Será porque los han enseñado a cuero, porque eso no mata ni hace daño, porque ya yo estuviera muerta desde hace mucho tiempo, por todo el cuero que llevé...”

La profesora Saray les respondió: “Muchas madres, padres o educadores piensan que ejercer la autoridad es una cuestión de energía, fuerza, saber imponerse, tener un carácter fuerte. Pero, es igual, las hijas e hijos ¿hacen más caso a quien grita más, a quien más se enfada? Si esto fuera así, los que tienen un carácter fuerte tendrían el problema resuelto y los que no, tendrían que resignarse a no poder poner límites nunca. Afortunadamente esto no es así. Nuestras órdenes no van a ser más eficaces porque las digamos con voz más alta sino porque se ajusten más a nuestras necesidades, aunque ustedes no crean, las hijas e hijos comprenden mucho mejor los sentimientos de los demás que las explicaciones racionales.”

Les señaló: “Con tan sólo evitar contradicciones y no desacreditarnos los adultos vamos a conseguir muchos mejores resultados con nuestros hijos e hijas, así que las invito a partir de hoy, a poner en práctica o que hemos aprendido” expresarles frases como, te

amo, te admiro, ¡gracias!, perdóname, me equivoqué, ayúdame, te necesito, ¡te escucho...cuéntame de ti!, ¡Eres especial!, lo importante que es hacerles saber a nuestros hijos/as cuanto ellos significan para nosotros y recuerden que, a través del ejercicio de la autoridad demostramos a nuestros hijos que nos importan”.

La señora Dilcia manifestó: “si uno supiera todas estas cosas, no cometería tantos errores con la crianza de los hijos, pero si una misma no se valora, como puede decir frases bonitas a los demás...bueno, pero nunca es tarde para rectificar”. Los participantes se mostraron muy emocionados ante la actividad realizada y mostraron interés por realizar un próximo encuentro, se les agradeció por haber asistido y por compartir sus experiencias, se fueron despidiendo cordialmente y se les hizo la invitación para la próxima actividad.

Cuadro 8

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 2. Taller N° 2. Tengo autoridad como padre/madre que soy

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Autoridad (A)	En la observación participante las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, expresaron:		En base a lo expresado, por las madres/padres integrantes de la familia monoparental, se pudo evidenciar que desconocen lo que es la autoridad, confundiéndola con autoritarismo, imposición, represión, castigan las conductas inadecuadas para así prevenir problemas futuros, muchas veces sin dar una explicación del motivo del mismo. Los padres creen que a los niños no se les han de dar demasiadas explicaciones, si no que tienen que obedecerles por ser sus madres/padres, consideran que el castigo por sí mismo es suficiente para eliminar la conducta del hijo/a. No suelen expresar abiertamente afecto a sus hijos. Por lo que se considera que son padres/madres autoritarios.
	Gilda: "Es...la forma en que hacemos que nuestros hijos nos obedezcan, imponiéndoles lo que deben hacer para ir formando hombres y mujeres de bien"	(X) Hacemos que nuestros hijos nos obedezcan (X) imponiéndoles lo que deben hacer (#) Autoritarismo	
	Marina: "Es corregirlos, enseñarlos y lograr que estos nos obedezcan, hay que buscar la forma que hagan caso a lo que decimos, eso es autoridad".	(X) Buscar la forma que hagan caso (#) Imposición	
	Ana maría: "es la manera en que nosotros con el derecho que tenemos sobre nuestros hijos, ellos están obligados a obedecernos, para que vayan asimilando cómo comportarse, los vamos guiando con autoridad"	(X) Con el derecho que tenemos sobre nuestros hijos (X) Ellos están obligados a obedecernos (#) Arbitrariedad	
	Mery: "autoridad, es lograr ser obedecido a cualquier precio, hablarles claro a los hijos cuando sea necesario, señalándoles qué hacen bien y qué mal; qué pueden hacer y qué no y si no hacen caso a lo que uno les dice, pues hay que pegarles, porque ellos no se gobiernan solos".	(X) Señalándoles qué hacen bien y qué mal; qué pueden hacer y qué no (#) Represión	

LEYENDA: Categorías emergentes (X)

Categorías Creadas: (#)

Continuación. Cuadro 8

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 2. Taller N° 2. Tengo autoridad como padre/madre que soy

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Ejercicio de la Autoridad En La Crianza (EDLAELC)	Teresa: “, aunque la lectura dice que la autoridad no es imponerse, yo lo hago de la forma que me criaron a mí, aprendí que para que los hijos obedezcan hay que pegarles y hablarles fuerte, así me crie yo y será que por eso sirvo, de esta misma manera estoy criando a mi hijo y más aún que no tiene padre...”	(X) Para que los hijos obedezcan hay que pegarles y hablarles fuerte (X) De la forma que me criaron a mí, aprendí (#)Modelamiento	En lo que se refiere al ejercicio de la autoridad en la crianza, se pudo evidenciar que la forma de ejercer la autoridad fue por modelamiento de la misma forma en que a ellos los corrigieron ellas lo hacen, así como también la tensión acumulada y las emociones negativas les hace reaccionar con algún grado de violencia. De allí que es importante según Moles (ob.cit.), “enfrentar lógicamente al sujeto con aquellas creencias las cuales le originan un estado emocional inadecuado, propiciador de comportamientos desadaptados” Para que de esta manera no altere su equilibrio y deteriore su calidad de vida.
	María: “Yo también hago lo mismo, a veces me da remordimiento porque me considero derrotada y pago con mi hijo esa rabia que siento conmigo misma, y como muestro la belleza de la propia vida , como dice la lectura, si no lo considero así, con tanta broma que he llevado, ya nada es bello”	(X) A veces me da remordimiento (X) Me considero derrotada y pago con mi hijo esa rabia (X) (X) Con tanta broma que he llevado, ya nada es bello (#)Emociones negativas	
	Luisa: “yo de vez en cuando también los grito, cuando quieren hacer los que le da la gana; pero en lo posible trato de contenerme, porque sé que para él las cosas no son fáciles tampoco.”	(X) De vez en cuando también los grito, cuando quieren hacer los que le da la gana (X) En lo posible trato de contenerme (#) Autocontrol	
	Mery: “Yo a punta de pelas y regaños es que logro que me hagan caso, porque si no hasta cuero quieren echarme a mí, ya no quieren respetar a nadie y como yo ando es obstinada, más rápido les pego a ver quién es más fuerte”.	(X) No quieren respetar a nadie (X) Yo ando es obstinada (X) Más rápido les pego a ver quién es más fuerte (#) Agresividad	
LEYENDA: Categorías emergentes (X)		Categorías Creadas: (#)	

Análisis del Encuentro 2. Taller N° 2. Tengo autoridad como padre/madre que soy

Durante el desarrollo de la actividad, con las estrategias empleadas por la docente, para llevar a cabo el taller N° 2. Tengo autoridad como padre/madre que soy a través de las diferentes actividades desarrolladas en el encuentro, logró la reflexión de los padres/madres sobre la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral. De este encuentro, surgieron las siguientes categorías:

<i>Categorías Creadas por la investigadora (#)</i>	<i>Categorías Emergentes (*)</i> <i>Padres/Madres</i>
(#)Autoritarismo	(X) Hacemos que nuestros hijos nos obedezcan
(#)Arbitrariedad	(X) Con el derecho que tenemos sobre nuestros hijos
(#)Modelamiento	(X) Señalándoles qué hacen bien y qué mal; qué pueden hacer y qué no ¿
(#)Represión	(X) De la forma que me criaron a mí, aprendí
(#)Emociones negativas	(X) A veces me da remordimiento
(#) Autocontrol	(X) Me considero derrotada y pago con mi hijo esa rabia
(#) Agresividad	(X) En lo posible trato de contenerme
	(X) No quieren respetar a nadie
	(X) Yo ando es obstinada
	(X) Más rápido les pego a ver quién es más fuerte

Alcances y Logros del Encuentro 2. Taller N° 2.

Con la ejecución Taller N° 2. Tengo autoridad como padre/madre que soy; las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, reflexionaron sobre la forma como ejercían la autoridad con sus hijos/as, las faltas que estaban teniendo a la hora de criar a sus hijos, reflexionaron sobre la importancia de ejercer la autoridad con los hijos/as para lograr su formación integral y mostraron disposición al cambio en cuanto a corregir sus errores, manifestando que nunca es tarde para rectificar, hubo gran participación de los presentes. (El material y evidencias del encuentro se presentan en el Anexo D)

Cuadro 9**Encuentro 3. Taller N° 3.** Aprendo a valorarme a mí misma/o**Propósito:** Discutir acerca de la importancia de la autoestima, para fomentar la valoración de la persona.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	RECURSOS	TIEMPO
Taller 3: Aprendo a valorarme a mí misma/o	Inicio:			
	-Bienvenida. Lectura reflexiva titulada: “La manzana que quería ser estrella”		Humanos:	
	-Grupos de discusión para el análisis de la lectura	-Observación	-Facilitadora	23-11-2016
	Desarrollo:	Participante.	Materiales:	Duración:
	- Charla sobre la autoestima		Material impreso	3 Horas
	- Lluvia de ideas		Pizarra	
	-Elaboración de conclusiones	-Grupos de Discusión.	Marcadores	
	Cierre:		Cámara fotográfica	
	- Despedida e invitación al próximo encuentro		Cuaderno de notas	

Fuente: Escalona (2017)

Observación Participante

El 23-11-2016 a las 8:35 de la mañana, se inicia la actividad con de las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, con la finalidad de Discutir acerca de la importancia de la autoestima, para fomentar la valoración de la persona. La investigadora Prof. Saray, dio la más cordial bienvenida a todos los asistentes y les felicitó por su asistencia puntual y el compromiso asumido en todas las actividades realizadas. Posteriormente realizó una lectura de reflexión titulada: “La manzana que quería ser estrella”, finalizada la lectura pide a los presentes comentar la lectura y relacionarla con su vida:

La señora Luisa intervino: *“es una historia bonita, de una manzana que no estaba conforme con serlo si no que quería ser una estrella, se parece a muchas de nosotras, no estamos conforme con la vida que llevamos, especialmente yo, pienso que valgo menos que los demás, quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones.”*, también la señora Gilda comentó: *“yo también, siento que mi vida no es importante, me la paso trabajando y trabajando, ni tiempo para arreglarme tengo, ando toda fea, quien me va a mirar a mí, yo también quisiera ser esa estrella.”*

La señora Ana maría: *“por lo visto ninguna estamos conformes, pero que vamos a hacer, no podemos cambiar la vida que tenemos, con quejarnos no vamos a lograr nada, solo amargarnos y pagar la amargura con los demás, especialmente con nuestros hijos”* La señora Mery intervino: *“que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse si lo que uno trabaja es puro para comer, porque quien nos va a ayudar a criar a nuestros hijos”*

A lo que la profesora Saray respondió: *“Por lo que ustedes acaban de decir, sólo se enfocaron en esa parte de la lectura, que la manzana quería ser estrella; pero también dice, que ella tenía dentro una estrella y sus quejas y descontento nunca le permitió disfrutar de quien realmente era ella, no se dio el permiso de que le vieran su interior...eso mismo les está pasando a ustedes, la lectura, trata de la autoestima, que significa valorarse, aceptarse cada uno como es, comprender que*

somos diferentes y cada uno tiene sus virtudes, no solamente el aspecto físico, es la forma de comportarse la persona”

Continuó explicándoles: *“significa que nos sentimos cómodos con nosotros mismos. Autoestima significa que el sentirnos bien acerca de nosotros mismos no depende de factores externos, sólo nosotros mismos le damos valor. Una mujer fuerte con autoestima alta, no se engancha en el juego de la queja, ella supera sus problemas personales porque sabe que puede hacerlo, tiene esa seguridad”*

La señora Irene, dijo: *“ay, profe tan bonito que usted lo dice, yo ni sabía que eso existía, uno siempre oye es que no sirve para nada, ni para amarrar un hombre que le ayude, que así somos los pobres, puro trabajar toda la vida...”* La señora Ana maría señaló: *“así mismo es, yo me acuerdo que me consideraba bonita como hasta los 20 años, después que comencé a parir y los papás de mis hijos no se hicieron responsables, hasta allí me duró la belleza, tengo que trabajar duro en las haciendas para mantenerlos”*

Había mucha motivación hacia el tema, y la investigadora acotó: *“Yo las invito a partir de hoy, que busquen dentro de su interior a esa persona bella otra vez, porque ella está ahí dormida y solo ustedes pueden despertarla, mírense al espejo todos los días y den gracias por todo lo que tienen, ojos, nariz, oídos, pueden tocar con sus manos, ¿qué, más belleza quieren? Repítanse, soy una persona valiosa, yo sola estoy sacando a delante a mis hijos, sin ayuda, mis hijos me necesitan, voy a luchar por ellos/as, deben hacer una prioridad para mejorar su autoestima, porque son los modelos para sus hijas y sus hijos.”*

Se realizó una lluvia de ideas con todos los aportes de los participantes, con comentarios favorables sobre el desarrollo de la temática, manifestando disposición al cambio en cuanto a valorarse como persona, hubo mucha participación por parte de los asistentes, la Prof. Saray, dio las gracias por la participación y asistencia y los invitó a la próxima actividad.

Cuadro 10

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 3. Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Valoración de la Persona (VDLP)	Las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, expresaron: Luisa: “es una historia bonita, de una manzana que no estaba conforme con serlo si no que quería ser una estrella, se parece a muchas de nosotras, no estamos conforme con la vida que llevamos, especialmente yo, pienso que valgo menos que los demás, quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones.” Gilda:” yo también, siento que mi vida no es importante, me la paso trabajando y trabajando, ni tiempo para arreglarme tengo, ando toda fea, quien me va a mirar a mí, yo también quisiera ser esa estrella.” Ana maría: “por lo visto ninguna estamos conformes, pero que vamos a hacer, no podemos cambiar la vida que tenemos, con quejarnos no vamos a lograr nada, solo amargarnos y pagar la amargura con los demás, especialmente con nuestros hijos”	(X) Pienso que valgo menos que los demás (X) Quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones (#)Desconformidad (X) Siento que mi vida no es importante (X) Ando toda fea, quien me va a mirar a mí (#) Descalificación (X) Con quejarnos no vamos a lograr nada (#)Desesperanza (#)Reflexión	En base a lo expresado, por las madres/padres integrantes de la familia monoparental, en su valoración personal se encuentran desconformes con su vida, se descalifican, muestran desesperanza hacia el futuro, creen que no tienen derecho a vivir una vida digna. No se valoran, por lo tanto, nadie las va a valorar, porque el respeto comienza por una misma. Por ello se debe trabajar desde la escuela y el hogar para modelar otras conductas más sanas donde la mujer y el hombre tengan la importancia que les corresponde.
LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)			

Continuación. Cuadro 10

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 3. Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Conocimiento de Autoestima (CDA)	La señora Mery: “que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse si lo que uno trabaja es puro para comer, porque quien nos va a ayudar a criar a nuestros hijos”	(X) Que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse (#)Desmotivación	También se pudo evidenciar en las verbalizaciones, el desconocimiento sobre el significado de autoestima, manifestaron desmotivación,
	Irene: “ay, profe tan bonito que usted lo dice, yo ni sabía que eso existía, uno siempre oye es que no sirve para nada, ni para amarrar un hombre que le ayude, que así somos los pobres, puro trabajar toda la vida...”	(X) Yo ni sabía que eso existía (X) Uno siempre oye es que no sirve para nada (X) así somos los pobres, puro trabajar toda la vida... (#)Creencias irracionales	valoración negativa hacia sí mismas y tienen creencias irracionales, sin embargo se evidenció disposición al cambio.
	La señora Ana maría: “así mismo es, yo me acuerdo que me consideraba bonita como hasta los 20 años, después que comencé a parir y los papás de mis hijos no se hicieron responsables, hasta allí me duró la belleza, tengo que trabajar duro en las haciendas para mantenerlos”	(X) Hasta allí me duró la belleza (#) Valoración negativa	

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)

Análisis del Encuentro 3. Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o

En el Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o, durante el encuentro se realizaron actividades, para discutir acerca de la importancia de la autoestima, para fomentar la valoración de la persona. De este encuentro, surgieron las siguientes categorías:

<i>Categorías Creadas por la investigadora (#)</i>	<i>Categorías Emergentes (*) Padres/Madres</i>
(#)Desconformidad	(X) Pienso que valgo menos que los demás
(#) Descalificación	(X) Quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones
(#)Desesperanza	(X) Siento que mi vida no es importante
(#)Reflexión	(X) Ando toda fea, quien me va a mirar a mí
(#)Desmotivación	(X) Con quejarnos no vamos a lograr nada
(#)Creencias irracionales	(X) Que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse
(#) Valoración negativa	(X) Yo ni sabía que eso existía
	(X) Uno siempre oye es que no sirve para nada
	(X) así somos los pobres, puro trabajar toda la vida...

Alcances y Logros del Encuentro 3 Taller N° 3.

Con la ejecución del Taller N° 3. Aprendo a valorarme a mí misma/o; las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, se logró sensibilizarlas acerca de la importancia de la autoestima, para fomentar la valoración de la persona, reflexionaron sobre la importancia de sentirse valoradas, queridas y aceptadas, pero también de cómo nos percibimos, cuánto nos valoramos, queremos y aceptamos nosotras mismas y hubo disposición al cambio, entendieron que, una mujer que no cree en sí misma, nunca logrará que las demás personas la respeten. Dificilmente sean valoradas. (El material y evidencias del encuentro se presentan en el Anexo E)

Cuadro 11**Encuentro 4. Taller N° 4. Sé controlar mis emociones****Propósito:** Reflexionar sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	RECURSOS	TIEMPO
Taller 4: Sé controlar mis emociones	Inicio: - Bienvenida. Dinámica: “Adivina cómo me siento” - Análisis de la actividad	-Observación Participante. -Grupos de Discusión.	Humanos: -Facilitadora -Padres, madres	30-11-2016 Duración: 3 Horas
	Desarrollo: - Conversatorio sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona --Discusión Grupal. - Elaboración de conclusiones Cierre: - Despedida e invitación al próximo encuentro		Materiales: Material impreso Pizarra Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas	

Fuente: Escalona (2017)

Observación Participante

El día 23-11-2016 a las 8:35 de la mañana, se acondicionó el salón de 4to grado para desarrollar el encuentro pautado para ese día. La investigadora dió un cordial saludo y bienvenida a todos los participantes, seguidamente anunció el tema y el propósito de la actividad, que es reflexionar sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona, expresando la importancia del mismo para mejorar las relaciones entre todos los miembros del Sector El Gato, para una convivencia armónica en la sociedad y favorecer un equilibrio emocional de las madres/padres integrantes de familias monoparentales.

Una vez dadas las pautas a seguir en la jornada a cumplir, se explicó la dinámica a seguir denominada: “Adivina cómo me siento”, donde sitúa a los participantes sentados en círculo, pide a cada uno de ellos que se aproxime a ti y tome del saco de las emociones, que contiene diversas imágenes de emociones (alegría, miedo, tristeza, rabia), que reconozcan la emoción, luego les pide que expliquen en qué situaciones les hacen a ellos sentir esas emociones. Les dio un lapso de 25 minutos para compartir ideas, finalizado el tiempo el investigador pide a los participantes compartir sus experiencias:

La señora Irene, comenzó con su intervención: *“yo siento alegría, cuando comparto con mi familia, nos sentamos debajo de la mata de mango a echar cuentos y allí se me olvidan mis problemas, siento tristeza, casi todo el tiempo de no tener las cosas que quiero y la rabia, también la siento a cada momento, especialmente cuando mi hija no me quiere ayudar en nada o tengo que calarme la cola del día para comprar algo y al tocarme ya se ha acabado”*

También la señora Gilda comentó: *“yo siento mucha alegría cuando vienen a visitarme mis familiares que viven en Chivacoa, vienen solo una vez en el año y la pasamos muy bien, tristeza casi todo el tiempo, cuando veo que se me está pasando la vida y no veo algo provechoso o bueno para mí, me da rabia al querer tener tantas cosas y no poder”*

La señora Ana maría: *“mi alegría es cuando veo que mis hijos están echando pal ante, a pesar de las dificultades, siento rabia y tristeza al no contar con la ayuda de sus padres para darles lo que necesitan.”*

A lo que la profesora Saray respondió: *“Bueno veo que pueden identificar sus emociones, en el caso de tratarse de una emoción negativa, como la tristeza, rabia, piensen de qué formas podrían controlar esa emoción para que no les bloquee y exploten en una situación violenta, eso me lo van a explicar después que les explique sobre las emociones”*

Continuó explicándoles: *“Las emociones son reacciones que todos experimentamos: alegría, tristeza, miedo, ira o rabia, pretenden la adaptación ante determinadas situaciones. Es decir, son intentos de nuestro cuerpo para responder con eficacia ante el medio en el que vivimos. Aunque todos las hemos sentido, no todos somos conscientes de que un mal manejo de estas emociones puede acarrear un bloqueo o incluso la enfermedad. Tradicionalmente se han descrito 5 emociones básicas que sentimos todos los seres humanos del mundo. Son Alegría, tristeza, miedo, ira y asco.”*

Les explicó que: *“La alegría es una emoción que surge cuando percibimos que todo va bien. Es la manera que tiene el cuerpo de indicarnos que sigamos así, la tristeza, surge ante la percepción de una pérdida, el miedo siempre surge ante la percepción de peligro. Nos ayuda a modificar nuestra atención hacia el elemento que evaluamos como peligroso, La ira siempre surge cuando percibimos que se frustran nuestros objetivos, ante injusticias o ante una agresión y el asco, esta emoción nos ayuda a repeler sustancias nocivas o elementos peligrosos para nosotros, todas estas emociones, nos permiten la adaptación ante determinadas situaciones.”*

De esta forma se fue desarrollando la actividad, la investigadora les dijo: *“Bueno, ahora si me pueden responder a la pregunta que les hice en un principio, ¿en el caso de tratarse de una emoción negativa, como la tristeza, rabia, piensen de qué formas podrían controlar esa emoción para que no les bloquee y exploten en una situación violenta?”:*

Hubo mucha participación y motivación hacia esta temática, la señora Mery señaló: *“Yo cuando estoy molesta, respiro para no pegarle más a hijo, porque cuando le doy, lo hago hasta cansarme y de esa forma se me pasa la rabia”*. La señora Luisa manifestó: *“Yo me salgo para el patio, para alejarme de la persona, porque lo que me provoca es caerle a palos y para evitar mejor me retiro.”* La señora Lourdes manifestó: *“yo cuando siento tristeza, me pongo a escuchar música, para no pensar tanto en la situación y así se me va pasando imaginándome que estoy en un río u otro sitio”*

Seguidamente la investigadora cerró la actividad diciendo: *“ Por ello, es necesario que invirtamos tiempo y esfuerzo en aprender a regular emociones con eficacia. Con este entrenamiento, mejoraremos nuestra inteligencia emocional y actuaremos de una forma mucho más adaptativa. En ocasiones, nuestro malestar emocional no tiene nada que ver con una situación concreta. Podemos estar tristes por recuerdos, porque nos sentimos débiles de salud o por cualquier pensamiento triste que esté en nuestra cabeza.”*

Para concluir la actividad les expresó: “ Todos sus aportes son valiosos y si los ponemos en práctica, sin duda mejoraríamos nuestra calidad de vida, la clave es que aprendamos de las emociones y escuchemos a nuestro cuerpo, para después, tener la libertad de actuar de la mejor manera posible. Esto se consigue mediante estrategias emocionales que nos permite, la transformación de las relaciones intrapersonales. La Prof. Saray, dio las gracias por la participación y asistencia, por compartir sus experiencias de vida y los invitó a la próxima actividad.

Cuadro 12

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 4. Taller N° 4. Sé controlar mis emociones

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Las Emociones (LE)	En la observación participante se evidenció: Irene: “yo siento alegría, cuando comparto con mi familia, nos sentamos debajo de la mata de mango a echar cuentos y allí se me olvidan mis problemas, siento tristeza, casi todo el tiempo de no tener las cosas que quiero y la rabia, también la siento a cada momento, especialmente cuando mi hija no me quiere ayudar en nada o tengo que calarme la cola del día para comprar algo y al tocarme ya se ha acabado”	(X) Alegría, cuando comparto con mi familia (X) siento tristeza, casi todo el tiempo de no tener las cosas que quiero (X) la rabia, también la siento a cada momento (#)Expresión de emociones	A través del análisis de las evidencias de las madres/padres integrantes de familia monoparental, se pudo evidenciar que conocen y expresan emociones y reconocen las situaciones que se las generan. Según Mora (2008), “es el motor que todos llevamos dentro, una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro (en el sistema límbico) que nos mueve y nos empuja a vivir.
	Gilda:” yo siento mucha alegría cuando vienen a visitarme mis familiares que viven en Chivacoa, vienen solo una vez en el año y la pasamos muy bien, tristeza casi todo el tiempo, cuando veo que se me está pasando la vida y no veo algo provechoso o bueno para mí, me da rabia al querer tener tantas cosas y no poder”	(X) Siento mucha alegría (X) Tristeza casi todo el tiempo, cuando veo que se me está pasando la vida (#) Desesperanza	Como investigadora considero, importante orientarlas para que aprendan a regular sus emociones para favorecer el equilibrio emocional de la persona.
	Ana maría: “mi alegría es cuando veo que mis hijos están echando pal ante, a pesar de las dificultades, siento rabia y tristeza al no contar con la ayuda de sus padres para darles lo que necesitan.”	(X) Siento rabia y tristeza al no contar con la ayuda de sus padres (#)Desilusión (#) Desmotivación	

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)

Continuación. Cuadro 12

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 4. Taller N° 4. Sé controlar mis emociones

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Control De Emociones (CDE)	Mery: “Yo cuando estoy molesta, respiro para no pegarle más a hijo, porque cuando le doy, lo hago hasta cansarme y de esa forma se me pasa la rabia”.	(X) Respiro para no pegarle mas a hijo (X) De esa forma se me pasa la rabia (#)Técnica de respiración	Sobre esta temática hubo gran participación de las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, se evidenció el interés y reconocieron la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona. las emociones generalmente se presentan en situaciones en que no hay una respuesta habitual conformada para enfrentarse a las situaciones, Whittaker (2007), encontró en sus estudios que puede ser externa o declarada al ambiente, la misma se manifiesta en la expresión facial: sonrisa, enojo, llanto; por el contrario mediante agresión como golpear un adversario, patear una silla o maldecir.
	Luisa: “Yo me salgo para el patio, para alejarme de la persona, porque lo que me provoca es caerle a palos y para evitar mejor me retiro.”	(X) Yo me salgo para el patio (X) Alejarme de la persona (X) Para evitar mejor me retiro (#)Escape de la situación	
	Lourdes: “yo cuando siento tristeza, me pongo a escuchar música, para no pensar tanto en la situación y así se me va pasando, imaginándome que estoy en un río u otro sitio”	(X) Cuando siento tristeza, me pongo a escuchar música (X) Para no pensar tanto en la situación (#) Imaginación	

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)

Análisis del Encuentro 4. Taller N° 4. Sé controlar mis emociones

En el Taller N° 4. Sé controlar mis emociones, durante el encuentro la docente investigadora, a través de las diferentes acciones desarrolladas en el encuentro, hizo posible que las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, comprendieran que el objetivo de la actividad, fue reflexionar sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona. Las evidencias y datos obtenidos durante esta convivencia, con el grupo de discusión, así como las observaciones participantes descritas, permitieron el análisis e interpretación del encuentro, surgiendo las siguientes categorías:

Categorías Creadas por la investigadora (#)

- (#) Expresión de emociones
- (#) Desesperanza
- (#) Desilusión
- (#) Desmotivación
- (#) Escape de la situación
- (#) Desmotivación
- (#) Imaginación

Categorías Emergentes (*)

Padres/Madres

- (X) Alegría, cuando comparto con mi familia
- (X) la rabia, también la siento a cada momento
- (X) Tristeza casi todo el tiempo, cuando veo que se me está pasando la vida
- (X) Siento rabia y tristeza al no contar con la ayuda de sus padres
- X) Respiro para no pegarle más a hijo
- (X) Yo me salgo para el patio
- (X) Alejarme de la persona
- (X) Cuando siento tristeza, me pongo a escuchar música
- (X) Para no pensar tanto en la situación

Alcances y Logros del Encuentro 4 Taller N° 4.

Con la ejecución del Taller N° 4. Sé controlar mis emociones; se logró sensibilizar a las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, a acerca de reflexionar sobre la importancia de controlar las emociones, para favorecer un equilibrio emocional de la persona, expresaron sus emociones, y reconocieron las situaciones que se las generan, entendieron que las emociones nos guían, nos ayudan a dar sentido a lo que pasa a nuestro alrededor, a entendernos a nosotros mismos y a relacionarnos con los demás, y nos motivan para alcanzar objetivos, provocar cambios, evitar situaciones dañinas o perseguir aquello que queremos. Por lo que logró el propósito de la actividad. (El material y evidencias del encuentro se presentan en el Anexo F)

Cuadro 13**Encuentro 5. Taller N° 5.** Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales

Propósito: Desarrollar con los padres, madres estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	RECURSOS	TIEMPO
Taller 5: Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales	Inicio: - Bienvenida. Lectura reflexiva: “El Papel Arrugado” Desarrollo: -Taller sobre estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales. - Lluvia de ideas --Discusión Grupal. - Elaboración de conclusiones Cierre: -Despedida e invitación al próximo encuentro	-Observación Participante. -Grupos de Discusión.	Humanos: -Facilitadora -Padres, madres Materiales: Material impreso Pizarra Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas	05-12-2016 Duración: 3 Horas

Fuente: Escalona (2017)

Observación Participante

El inicio de las actividades, se lleva a cabo en el lugar y hora pautados. Los las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, se ubican en el salón dispuesto, para realizar esta actividad. El investigador, da la bienvenida a los y las asistentes, les indica el itinerario de actividades, así como el tiempo que durará el taller. Nadie pone ninguna objeción y se inicia la actividad. Como en talleres anteriores, se realiza una lectura de reflexión que lleva por título: “El Papel Arrugado” (Anexo 2). A partir de allí, se apertura el diálogo. Los participantes oyen las palabras que indica la reflexión. Al finalizar, la investigadora les dice: -¿Qué conclusiones podemos sacar de la lectura?, a partir de esta pregunta se abrió el diálogo entre los presentes.

La señora Maribel, fue la primera en iniciar su intervención: *“es una historia que trata de las relaciones que llevamos con las personas, las que tratan mal a las demás, porque no pueden controlar los problemas que tienen y pagan la rabia con todos los que encuentren en su camino y eso ocasiona que nadie quiera conversar con ellos”*

A lo que la señora Gilda comentó:” Si, la historia es para que reflexionemos, sobre esta situación, el mal carácter va dañando las relaciones con las demás personas, porque nadie tiene que calarse las groserías de los demás, es como dice la historia, un papel cuando lo arrugas, aunque quieras acomodarlo, ya no vuelve a ser como antes”

La señora Ana maría, expresó lo siguiente: *Si, muy buena la historia, trata de la importancia de controlar la rabia, las emociones y expresar nuestro desacuerdo y enfado de una manera respetuosa, sin atacar a las demás personas, no recurrir nunca a la violencia, pues es dañino tanto para los demás como para nosotros mismos.”* La señora Mery intervino: *“La huella que dejas con tu ofensa será tan difícil de borrar, en las personas especialmente con los hijos, siempre nos van a recordar con tristeza, como la persona que más los maltrató”*

A lo que la profesora Saray respondió: *“De eso vamos a tratar hoy en este encuentro, de la utilización de estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales, porque nosotros necesitamos de las demás personas, compartir, expresarles nuestras emociones y sentimientos, por lo que debemos a tratarlas con respeto y debemos aprender a manejar nuestras emociones”*

La investigadora toma la palabra ampliándoles la temática: *“Uno de los objetivos de la educación emocional, es proporcionar estrategias de regulación emocional para poder enfrentarnos de forma apropiada a situaciones en las que las emociones pueden llegar a desbordarnos. El empleo de estas estrategias, nos permiten mejorar nuestra calidad de vida, y para mejorar las relaciones interpersonales será muy importante desarrollar habilidades socioemocionales, como la escucha activa, asertividad, empatía, y la cooperación, entre otras”*

Continuó explicándoles: *“para dar solución a los problemas, existen estrategias emocionales como: automodelamiento, relajación, el autocontrol, actitud positiva y tiempo disponible para sí mismo”*, expuso cada una de ellas, con sus respectivos ejemplos, al finalizar, la señora Irene, dijo: *“La señora María señaló: ““qué bueno profesora, hay que practicarlas, para dejar de estar amargadas y como usted dice, eso nos va produciendo enfermedades a largo plazo, de tanto agarrar rabias.”* La señora Mery intervino: *“La relajación, es la que más me gustó, para hacerlo en cualquier momento del día porque a veces no aguanto el dolor en el cuello, de tanta presión que acumulo y por eso muchas veces ando enojada”* La señora Lina, expuso: *“para mí, me pareció bueno buscar tiempo para uno mismo y hacer algo que me guste, como ver mis novelitas en la tarde después que llego del trabajo, así descanso un ratito”*

Se observó, que los participantes estaban complacidos y motivados con la actividad, demostrando interés en los planteamientos del investigador y los aportes de las participantes. El investigador felicitó a todos los asistentes, por cumplir con las normas establecidas y por sus aportes sobre la temática. De esta forma se cerró la actividad y se les invitó a un último encuentro a realizarse el día 12-12-2016, a las 8:30 am.

Cuadro 14

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 5. Taller N° 5. Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Relaciones Intrapersonales (RI)	En la observación participante, durante el desarrollo del Encuentro 5. Taller N° 5. Los participantes manifestaron:		Las madres/padres integrantes de familias monoparental, durante el desarrollo de la actividad, se pudo detectar que estaban motivadas en desarrollar estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales, así como también reflexionaron, sobre una de las cosas que afectan las relaciones, es el poco autocontrol emocional, lo que produce el aislamiento.
	Maribel: “es una historia que trata de las relaciones que llevamos con las personas, las que tratan mal a las demás, porque no pueden controlar los problemas que tienen y pagan la rabia con todos los que encuentren en su camino y eso ocasiona que nadie quiera conversar con ellos y se queden solos”	(X) Tratan mal a las demás (X) No pueden controlar los problemas que tienen y pagan la rabia con todos (#) Poco autocontrol emocional (#) Aislamiento	En base a lo expresado, Al respecto, Izquierdo (2000) enfatiza que la gente aprende lo que acepta practicar, a pensar lo que es mejor para compartir en armonía, esto le conduce a controlar sus impulsos para vivir de acuerdo con las normas sociales.
	Gilda:” Si, la historia es para que reflexionemos, sobre esta situación, el mal carácter va dañando las relaciones con las demás personas, porque nadie tiene que calarse las groserías de los demás, es como dice la historia, un papel cuando lo arrugas, aunque quieras acomodarlo, ya no vuelve a ser como antes”	(X) El mal carácter va dañando las relaciones con las demás personas (#) Reflexión	Por ello el punto principal está en cambiar la conducta, prestar atención a la situación, a las necesidades y deseos, comprenderlo, aceptarlo y formarse una intención para actuar positivamente con respecto a él.
	Ana maría: “...trata de la importancia de controlar la rabia, las emociones y expresar nuestro desacuerdo y enfado de una manera respetuosa , sin atacar a las demás personas, no recurrir nunca a la violencia, pues es dañino tanto para los demás como para nosotros mismos.”	(X) Importancia de controlar la rabia, las emociones (#) Respeto	
LEYENDA: Categorías emergentes (X)		Categorías Creadas: (#)	

Continuación. Cuadro 14

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 5. Taller N° 5. Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Estrategias Emocionales para la Transformación de las Relaciones Intrapersonales (CDA)	María: ““qué bueno profesora, hay que practicarlas, para dejar de estar amargadas y como usted dice, eso nos va produciendo enfermedades a largo plazo, de tanto agarrar rabias.”	(X) Hay que practicarlas, para dejar de estar amargadas (#)Disposición	De acuerdo a lo observado durante el desarrollo de la actividad, pude evidenciar que los actores sociales estaban motivados y participaron durante toda la jornada, mostraron disposición en poner en práctica las estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales.
	Mery intervino: “La relajación, es la que más me gustó, para hacerlo en cualquier momento del día porque a veces no aguanto el dolor en el cuello, de tanta presión que acumulo y por eso muchas veces ando enojada”	(X) La relajación, es la que más me gustó (X) Por eso muchas veces ando enojada (#)Sensibilización	Poggioli (2005) define las estrategias emocionales como acciones motivadas, deliberadas, voluntarias, generada de manera consistente con el propósito de alcanzar un objetivo o propósito particular, para poder enfrentarnos de forma apropiada a situaciones en las que las emociones pueden llegar a desbordarnos.
	Lina: “para mí, me pareció bueno buscar tiempo para uno mismo y hacer algo que me guste, como ver mis novelitas en la tarde después que llego del trabajo, así descanso un ratico”	(X) Me pareció bueno buscar tiempo para uno mismo (#)Poner en práctica lo aprendido	Es por ello que el uso de estrategias emocionales, permite el adecuado manejo de las emociones en uno mismo, significa a cómo manejarlas, regularlas o transformarlas si es necesario, poseer una serie de habilidades que permitan a la persona hacerse cargo de la situación.

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)

Análisis del Encuentro 5. Taller N° 5. Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales

En el desarrollo de la actividad denominada: “Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales” de fecha de ejecución 05-12-2016, se realizó a fin de desarrollar con los padres, madres estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales. Una vez recogida la información se procedió a su análisis y categorización surgiendo las siguientes categorías:

<i>Categorías Creadas por la investigadora (#)</i>	<i>Categorías Emergentes (*)</i> <i>Padres/Madres</i>
(#)Poco autocontrol emocional	(X) Tratan mal a las demás
(#)Aislamiento	(X) No pueden controlar los problemas que tienen y pagan la rabia con todos
(#) Reflexión	(X) El mal carácter va dañando las relaciones con las demás personas
(#)Reflexión	(X) Importancia de controlar la rabia, las emociones
(#)Respeto	(X) La relajación, es la que más me gustó
(#)Disposición	(X) Por eso muchas veces ando enojada
(#)Sensibilización	(X) Me pareció bueno buscar tiempo para uno mismo
(#)Poner en práctica lo aprendido	

Alcances y Logros del Encuentro 5 Taller N° 5.

Con la ejecución del Taller N° 5. Aprendo a transformar mis relaciones intrapersonales; se logró desarrollar con las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales, conocieron diversas estrategias como, automodelamiento, relajación, el autocontrol, actitud positiva y tiempo disponible para sí mismo. Lo verdaderamente importante es intentar reconocer y controlar las emociones negativas para que no desplacen las positivas. (El material y evidencias del encuentro se presentan en el Anexo G)

Cuadro 15**Encuentro 6. Taller N° 6.** Con motivación veo las cosas positivamente**Propósito:** Destacar la importancia de la motivación para lograr la superación personal

CONTENIDO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	RECURSOS	TIEMPO
Taller 6: Con motivación veo las cosas positivamente	Inicio: - Bienvenida.		Humanos: -Facilitadora	
	Desarrollo: lectura de reflexión: “El sol brillando... y yo ciego” -Taller sobre estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales. - Lluvia de ideas --Discusión Grupal. - Elaboración de conclusiones	-Observación Participante. -Grupos de Discusión.	Materiales: Material impreso Pizarra Marcadores Cámara fotográfica Cuaderno de notas	12-12-2016 Duración: 3 Horas
	Cierre: - Despedida			

Fuente: Escalona (2017)

Observación Participante

El último encuentro con las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, se llevó a cabo el día 12-12-2016a las 8:35 de la mañana, se realiza con la finalidad de destacar la importancia de la motivación para lograr la superación personal. La investigadora Prof. Saray, dio la más cordial bienvenida a todos los asistentes y les felicitó por su asistencia puntual y el compromiso asumido en todas las actividades realizadas. Antes de iniciar les comentó: ***“Quiero felicitarlas por la disposición que han tenido de asistir a estos encuentros y espero que haya sido provechoso para ustedes, que pongan en práctica todos esos aprendizajes adquiridos durante este ciclo de talleres, para que puedan mejorar sus relaciones intrapersonales”***

Posteriormente realizó como en otras ocasiones, una lectura de reflexión titulada: “El sol brillando... y yo ciego”, trata sobre las personas que no admiran la belleza del entorno, enfocadas sólo en los problemas y así se pasa la vida y no disfrutamos aquello hermoso que nos rodea”, la profesora Saray les pidió comentar sobre la lectura. La señora Luisa intervino: ***“tiene mucha verdad lo que dice la lectura, a veces por estar pendientes solo de quejarnos, no miramos ni apreciamos lo que podemos ver, las cosas que están a nuestro lado, dejamos de compartir, solo pensamos en las desgracias y no en lo bueno que nos da la vida”***.

La señora Ana maría expuso: ***“me gustó esta lectura, porque es así, nosotros no nos damos cuenta en ver lo lindo y hermoso de la vida, sólo quejas y lamentarnos por todo y no buscamos soluciones”*** La señora Gilda intervino: ***“demasiado bonita me hizo reflexionar mucho, nos da una cachetada para que reaccionemos y dejemos de desperdiciar la vida en cosas inútiles que no nos llevan a ningún lado”***

A lo que la profesora Saray respondió: ***“Veo que si se motivaron con la lectura, porque la actividad del día de hoy es, destacar la importancia de la motivación para lograr la superación personal, la palabra motivación significa, lo que pone en movimiento, es decir, lo que impulsa la acción, Una persona sabe que***

está motivada cuando piensa, siente y actúa para lograr algo, es una consecuencia de tener claras las metas y las prioridades.”

Continuó con su exposición: *“muchas veces estamos cansados, sin ganas y probablemente desmotivados para avanzar con muchas de las metas que nos habíamos propuesto un tiempo atrás. Quizás se dieron imprevistos o situaciones que cambiaron nuestro rumbo, nuestra motivación por supuesto se verá afectada, creo que lo único que queda es avanzar aunque no tengamos motivación alguna ya que es mejor eso que quedarse atascados, quizás podamos despertar y comenzar a hacer las cosas aunque estemos desmotivados, por eso las invito a retomar nuevamente su vida, buscar algo que les guste”*

La señora Irene, dijo: *“es fácil decirlo, pero cuesta hacerlo, que motivación vamos a tener si nos pasamos la vida es buscando que comer, sin sueños ni aspiraciones, ya no tengo ganas de hacer nada, pero nada es nada, ya me desmotive del todo porque siento que por más que me esfuerce, nada me sale bien”*

La señora Mery señaló: *“Bueno yo creo que así estamos todas, pero después de estos talleres, con todo lo que aprendimos no nos podemos echar a morir, esta es nuestra vida, debemos aceptarla y seguir adelante, buscar la motivación así sea debajo de las piedras y seguir luchando, para un mejor futuro de nuestros hijos”, todos la aplaudieron.*

Se realizó una lluvia de ideas con todos los aportes de los participantes, con comentarios favorables sobre el desarrollo de la temática, la Prof. Saray, dio las gracias por la participación y asistencia y les manifestó: *“Así se puede afirmar que problemas, todos tenemos; y que soluciones hay, sólo tenemos que enfrentarlos y analizarlas, no con las mismas soluciones; pero sí con las mismas ganas de triunfar y poder decir yo lo hice, y lo hice porque tengo metas y sueños en mi vida, para los demás. ¡Que vivas llena de motivación para vivir la vida que deseas y te mereces!, se despidieron comprometiéndose a cambiar y ver la vida desde otra manera.*

Cuadro 16

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 6. Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
La Motivación (LM)	Las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, expresaron:		En base a lo expresado, por las madres/padres integrantes de la familia monoparental, en su valoración personal se encuentran desconformes con su vida, se descalifican, muestran desesperanza hacia el futuro, creen que no tienen derecho a vivir una vida digna. No se valoran, por lo tanto, nadie las va a valorar, porque el respeto comienza por una misma. Por ello se debe trabajar desde la escuela y el hogar para modelar otras conductas más sanas donde la mujer y el hombre tengan la importancia que les corresponde.
	Luisa: “es una historia bonita, de una manzana que no estaba conforme con serlo si no que quería ser una estrella, se parece a muchas de nosotras, no estamos conforme con la vida que llevamos, especialmente yo, pienso que valgo menos que los demás, quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones.”	(X) Pienso que valgo menos que los demás (X) Quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones (#)Desconformidad	
	Gilda:” yo también, siento que mi vida no es importante, me la paso trabajando y trabajando, ni tiempo para arreglarme tengo, ando toda fea, quien me va a mirar a mí, yo también quisiera ser esa estrella.”	(X) Siento que mi vida no es importante (X) Ando toda fea, quien me va a mirar a mí (#) Descalificación	
	Ana maría: “por lo visto ninguna estamos conformes, pero que vamos a hacer, no podemos cambiar la vida que tenemos, con quejarnos no vamos a lograr nada, solo amargarnos y pagar la amargura con los demás, especialmente con nuestros hijos”	(X) Con quejarnos no vamos a lograr nada (#)Desesperanza (#)Reflexión	
LEYENDA: Categorías emergentes (X)		Categorías Creadas: (#)	

Continuación. Cuadro 14

Análisis e Interpretación de La Evidencia: Encuentro 6. Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente

CÓDIGO O TEMÁTICA	DESCRIPCIÓN	CATEGORÍAS	INTERPRETACIÓN
Conocimiento de Autoestima (CDA)	La señora Mery: “que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse si lo que uno trabaja es puro para comer, porque quien nos va a ayudar a criar a nuestros hijos”	(X) Que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse (#)Desmotivación	También se pudo evidenciar en las verbalizaciones, el desconocimiento sobre el significado de autoestima, manifestaron desmotivación, valoración negativa hacia sí mismas y tienen creencias irracionales, sin embargo se evidenció disposición al cambio.
	Irene: “ay, profe tan bonito que usted lo dice, yo ni sabía que eso existía, uno siempre oye es que no sirve para nada, ni para amarrar un hombre que le ayude, que así somos los pobres, puro trabajar toda la vida...”	(X) Yo ni sabía que eso existía (X) Uno siempre oye es que no sirve para nada (X) así somos los pobres, puro trabajar toda la vida... (#)Creencias irracionales	
	La señora Mery: “así mismo es, yo me acuerdo que me consideraba bonita como hasta los 20 años, después que comencé a parir y los papás de mis hijos no se hicieron responsables, hasta allí me duró la belleza, tengo que trabajar duro en las haciendas para mantenerlos”	(X) Hasta allí me duró la belleza (#) Valoración negativa	

LEYENDA: Categorías emergentes (X) Categorías Creadas: (#)

Análisis del Encuentro 6. Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente

En el Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente, durante el encuentro se realizaron actividades, para discutir acerca de la importancia de la motivación para lograr la superación personal, De este encuentro, surgieron las siguientes categorías:

<i>Categorías Creadas por la investigadora (#)</i>	<i>Categorías Emergentes (*) Padres/Madres</i>
(#)Desconformidad	(X) Pienso que valgo menos que los demás
(#) Descalificación	(X) Quisiera la vida de otras personas que se ven tan felices, sin preocupaciones
(#)Desesperanza	(X) Siento que mi vida no es importante
(#)Reflexión	(X) Ando toda fea, quien me va a mirar a mí
(#)Desmotivación	(X) Con quejarnos no vamos a lograr nada
(#)Creencias irracionales	(X) Que tiempo y plata va a tener uno para arreglarse
(#) Valoración negativa	(X) Yo ni sabía que eso existía
	(X) Uno siempre oye es que no sirve para nada
	(X) así somos los pobres, puro trabajar toda la vida...

Alcances y Logros del Encuentro 6 Taller N° 6.

Con la ejecución del Taller N° 6. Con motivación veo las cosas positivamente; las madres/padres integrantes de familias monoparentales del Sector El Gato, se mostraron interesados y participativos en la temática, la mayoría quería expresar sus ideas y contar sus experiencias, se mostraron receptivos y respetuosos ante las opiniones de sus compañeros. En el dinamismo del taller, se pudo evidenciar que las estrategias usadas fueron pertinentes, acordes para el grupo y la temática, por lo que se logró, que los actores sociales comprendieran la importancia de la motivación para lograr la superación personal, porque la motivación es la energía que permite poder lograr las metas y hacer realidad todos los sueños, con una gran motivación, lo más probable es que empieces a hacer realidad muchos de tus grandes sueños en la vida. (El material y evidencias del encuentro se presentan en el Anexo H)

MOMENTO V

HALLAZGOS Y RECOMENDACIONES

Hallazgos

Desarrollado el plan de acción con estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara, se obtuvieron los siguientes hallazgos:

Se diagnosticó la necesidad que tienen los actores sociales, estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental, así como también expresaron su opinión en cuanto a los temas que les gustaría que se desarrollaran durante estas jornadas. Por lo que, se diseñó un plan de acción con estrategias emocionales para la transformación de las relaciones intrapersonales de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato en el Municipio Jiménez del estado Lara y posteriormente se aplicó.

Al evaluar los cambios que se generaron durante el desarrollo de los talleres, se pudo evidenciar que el grupo participante coincide en que lo mejor de la experiencia vivida durante el proyecto fue el aprender del testimonio de vida de otras madres que pasan por la misma situación, ya que en los encuentros se fortalecieron como mujeres y potencializaron las cualidades que tienen desde los distintos roles que asumen, por lo cual expresan la empatía que sienten por cada una de ellas. Hacen énfasis en que los nuevos aprendizajes que ahora reconocen en ellas, les permiten sentirse más seguras de las decisiones que toman y las búsquedas que emprenden para alcanzar sus objetivos en la vida.

Al realizar la evaluación, se concluye que se logró sensibilizar, reflexionar e informar a docentes, estudiantes, padres y representantes del Sistema Sinfónico Núcleo Quibor sobre, la importancia de la música como estrategia para la formación en valores, manifestaron un cambio de actitud, para comenzar a aplicar estos conocimientos adquiridos en los talleres.

Según los hallazgos que se derivan del estudio realizado, permiten exponer las siguientes recomendaciones: Seguir fortaleciendo estos espacios que permiten crecimientos personales y colectivos al interior de las familias y potenciar el reconocimiento de la dinámica interactiva del sentir, el pensar y el actuar respecto a sí mismos y los otros.

Promover actividades, crear y aplicar otras estrategias según las necesidades e intereses de los actores sociales, desarrollando temas como convivencia, trabajo en equipo, autoestima y otros. Con esta base, consolidar una red de apoyo institucional e interinstitucional, que aporte al mejoramiento de las condiciones de vida de los de las madres/padres integrantes de la familia monoparental del Sector El Gato, propiciando desde allí, distintas posibilidades de empoderamiento de la experiencia de crianza y cuidado de los hijos e hijas de las madres y padres de familias monoparentales. Finalmente, el estudio queda abierto a otros investigadores que quieran enriquecerlo con nuevas estrategias, para actualizarlo y profundizar la temática en estudio.

REFLEXIONES FINALES

Luego de analizar e interpretar las evidencias encontradas, así como los datos obtenidos durante el proceso de ejecución de los talleres, los hallazgos, me permitieron como docente investigadora, entender desde los aprendizajes que nos propició la IAP, la experiencia compartida con los padres/madres de familias monoparentales, fue muy importante porque nos permitió establecer una relación sujeto-sujeto, donde no solo se van transformando los sujetos de estudio, sino también la investigadora, el acto investigativo es distinto porque se trabaja y construye de manera participativa privilegiando la experiencia de cada una.

Les permitió reconocer las habilidades que poseen en la relación que establecen con ellas mismas, con los otros y con el mundo, destacando de esta manera cualidades tales como, la solidaridad, el trabajo colaborativo y motivación. Además, el reconocer estas potencialidades en ellas mismas.

Finalizada esta experiencia, pretendo continuar orientando a las madres/padres de familias monoparentales, puesto que ciertamente este aspecto adquiere una especial importancia, pues da cuenta de las estrategias que poseen para superar las adversidades que se les presentan, mostrando así la capacidad resiliente que cada una/o ha desarrollado.

REFERENCIAS

- Alberdi, I. (2008). *Las mujeres viudas y las familias monoparentales*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Serie Debate N° 5.
- Arroyo, A. (2002). *Las familias monoparental en España: ¿Una desviación u otra forma de organización social?* Universidad Complutense de Madrid. España.
- Bandura, A. (1999). *Psicología Social*. Bogotá: Mc Graw Hill.
- Bortone, L. (2005). *Tendencias Actuales de la Enseñanza*. Colombia: Ariel.
- Calceto, Sánchez y Arévalo (2018), *Mujeres madres jefas de hogar sin cónyuge estudiantes de la Corporación Universitaria Minuto de Dios Uniminuto y su vivencia en la crianza y cuidado de sus hijos e hijas*. Tesis de Grado de la Pontificia Universidad Javeriana. Documento en línea. Disponible en: http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/10157/Sistematizacion_experiencia_mujeres.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castillo, L. (2016). *Desintegración familiar y convivencia escolar en la Unidad Educativa Nacional de Talento Deportivo Barinas*. Tesis de maestría no publicada. Universidad de Carabobo.
- Comisión de los Derechos de la Mujer. (2005). *Informe sobre la situación de las madres solas y las familias monoparentales*. Informe. Parlamento Europeo.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. (1999). *Gaceta Oficial N°5453*.(Extraordinario). Caracas: Autor.
- Chuello, S. (2016). *Propuesta de un programa de estrategias de orientación a padres y representantes de familias reconstruidas como alternativa de convivencia*. Tesis de maestría no publicada. Universidad de Carabobo.
- Delgado, E. (2014). *Familias monoparentales: satisfacción vital en madres jóvenes inmigrantes*. Universidad del Magisterio de Bilbao. España.
- Diccionario de la Real Academia Española (2011). 2.ª edición. Madrid: Santillana, Edición en cartón.
- Elliott, A. (1991). *Terapia, arte y técnica del amor*. México: Pax.
- Giraldes, M. (2007). *La familia monoparental*. España: Victoria. Revista Internacional de Sociología.

- Goleman, D. (2007). *La inteligencia emocional*. México: Kairós.
- González, F. (2014). El entorno familiar de una madre soltera: un Relato de Vida. Artículo Científico de la Universidad del Zulia.
- González, G. y Hernández, T. (2011). *Interpretación de la evidencia cualitativa. Más allá del GLATER*. Barquisimeto: Gema.
- Grande, B. y Pemoff, J. (2002). *Innovación Educativa Institucional*. Argentina: Mendoza.
- Grau Martínez A y otros (2000). *Psiquiatría y psicología de la infancia y adolescencia*. Madrid: Editorial médica Panamericana.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2008). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Hurtado, I. y Toro, J. (1997). *Paradigmas y métodos de investigación*. Valencia: Episteme.
- Lazarus, A. (2008). *Terapia conductista. Técnicas y perspectivas*. Paidós.
- Leal, J. (2009). La autonomía del sujeto investigador. Valencia: Azul intenso.
- Martínez, M. (2000). *Metodología cualitativa*. Caracas: Universidad Simón Bolívar.
- Millan, S. y Mitchell, L. (2008). *Las emociones y la inteligencia*. Bogotá: Vergara.
- Minuchin, S. (2008). *Técnicas de terapia familiar*. Buenos Aires: Paidós.
- Moles, J. (2004). *Psicología Conductual. Aspectos teóricos. Psicopatología. Terapia de la conducta*. Villa de Cura: Editorial: Miranda.
- Mora, F. (2008). *El reloj de la sabiduría. Tiempo y espacios en el cerebro humano*. Madrid: Alianza.
- Mora, F. (2009). *Cómo funciona el cerebro*. Madrid: Alianza.
- Morris, Ch. (2000). *Psicología: un nuevo enfoque*. México: Pearson.
- Néreci, I. (2005). *Hacia una Didáctica General Dinámica*. Buenos Aires: Kapeluzs.
- Nisbeth, M. y Otros. (2007). *Dinámica de los Grupos en Acción*. Buenos Aires: Paidós.

- Pérez Serrano, G. (2005), *Elaboración de Proyectos Sociales*. Ediciones Educare. España.
- Pérez, A. (2010). *El lugar de la familia monoparental en la sociedad*. Madrid: UNAF.
- Piñero M. y Rivera M. (2012). *Investigación cualitativa. Orientaciones procedimentales*. Universidad Pedagógica Experimental Liberador. Instituto Pedagógico de Barquisimeto “Luis Beltrán Prieto Figueroa”.
- Pogglioli, S. (2005). *Apuntes sobre didáctica*. Argentina: Paidós.
- Ramírez, F. y Gago, C. (2012). *Creatividad y aprendizaje*. España: Narcea.
- Rincón, D. (2000). *Revisión, planificación y aplicación de mejoras interuniversitarias del profesorado*. Revista N° 39. Año 2000. España.
- Robert, R. (2011). *La familia monoparental. Retos y valores*. España: Octaedro.
- Salovey, P., y Sluyter, D. J. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence. Educational Implications*. Nueva York: Basic Books
- .Sandín, M. (2003). *Investigación cualitativa en educación*. Madrid: Mac Graw Hill.
- Taylor, S. y Bogdan, R. (2002). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Buenos Aires: Paidós.
- Torres, D. (2014). *Fortalecimiento de los valores, respeto y responsabilidad, en padres, representantes y estudiantes de la Escuela Bolivariana M/J Majaneria*. Tesis de Grado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Barquisimeto.
- Whittaker, J. (2007). *Psicología*. México: Interamericana.

ANEXOS

ANEXO A

FOTOS DE LA INSTITUCIÓN



ANEXO B
ENCUENTRO DIAGNOSTICO

EVIDENCIAS DEL TALLER



ANEXO C
TALLER N° 1.
APRENDO COMO DESEMPEÑARME COMO PADRE/MADRE

ANEXO C-1

Dinámica: “La pelota preguntona”

El animador entrega una pelota, invita a los presentes a sentarse en círculo y explica la forma de realizar el ejercicio.

Mientras se entona una canción la pelota se hace correr de mano en mano; a una señal del animador, se detiene el ejercicio.

La persona que ha quedado con la pelota en la mano se presenta para el grupo: cuenta una anécdota de conductas inadecuadas de los estudiantes.

El ejercicio continúa de la misma manera hasta que todos los participantes realicen la actividad.

ANEXO C-2

“El buen padre y el padre bueno”

Padres buenos hay muchos, buenos padres, hay pocos.

No es difícil ser un padre bueno en cambio, no hay nada más difícil que ser un buen padre.

Un corazón blando basta para ser un padre bueno pero la voluntad más firme y la cabeza más clara son todavía poco para hacer un buen padre. -

El buen padre dice sí cuando es sí y no cuando es no... El padre bueno sólo sabe decir sí... El padre bueno hace de su niño un pequeño "dios" que acaba en un pequeño demonio. . .

El padre bueno encoge la imaginación del hijo con juguetes del bazar, el buen padre echa a volar la fantasía del hijo dejándole crear un juguete cualquiera con dos maderas viejas. . .

El padre bueno hace blanda la voluntad del hijo, ahorrándole esfuerzos y responsabilidades. . . el buen padre temple el carácter de su hijo llevándolo por el camino del trabajo y del esfuerzo. -

Y así, el padre bueno llega a viejo decepcionado y tardíamente arrepentido. . . mientras que el buen padre crece en años respetado, querido, y es, a la larga, comprendido. -

EL PADRE BUENO Y EL BUEN PADRE (NO ES LO MISMO)

Padres Buenos	Buenos Padres
Hay muchos	Hay muy pocos
Solo dice sí	Dice sí cuando deber decir sí y no cuando lo deba hacer.
Le compra varios juguetes.	Le compra juguetes pero a la misma vez lo hace pensar
No le presta atención	Le presta atención
Le ayuda a su hijo en todo sea malo o bueno ahorrándole responsabilidades y empeño.	Corrige a su hijo estando mal y le explica por no se debe hacer.
Cuando se vuelvo viejo se va a ver decepcionado por es un bueno para nada.	Cuando se vuelvo viejo se ha dado cuenta que ha hecho un hombre de bien; <u>un hombre Para y con los Demás.</u>

EVIDENCIAS DEL TALLER



ANEXO D
TALLER N° 2
.TENGO AUTORIDAD COMO PADRE/MADRE QUE SOY

ANEXO D-1

LECTURA REFLEXIVA: “CUANDO LOS PADRES DEBEN MANDAR”.

Nadie pone en duda que los papás deben mandar. Esa autoridad sobre los hijos se las ha dado Dios. Pero hay que saber hacerlo. Todos tenemos experiencia de que a la hora de educar “sin reglas de comportamiento y de vida, aplicadas día a día también en las cosas pequeñas, no se forma el carácter y no se prepara para afrontar las pruebas que no faltarán en el futuro”. (Benedicto XVI).

Sin embargo, tampoco resulta fácil encontrar el equilibrio entre libertad y disciplina. Muchos padres temen, -tal vez las han sufrido ellos mismos- las consecuencias negativas que puede conllevar el pretender imponer algo a los hijos: por ejemplo, que se deteriore la paz en el hogar o que terminen rechazando una cosa que es buena en sí misma.

Para solucionar el aparente dilema entre poner normas y que los hijos las asuman con libertad, el camino es el del prestigio. El prestigio hace creíble la autoridad. Es fruto de la experiencia y la competencia, pero se adquiere sobre todo con la coherencia de la propia vida y con la implicación personal.

Ejercitar la autoridad no se puede confundir con el simple imponerse, ni con lograr ser obedecido a como dé lugar. Quien sigue a una determinada autoridad no lo hace tanto por temor a ser castigado, como porque ve en ella un punto de referencia que le sirve para conocer la verdad y el bien de las cosas, aunque a veces no las comprenda del todo. La autoridad guarda una estrecha relación con la verdad, porque la representa.

Desde esta perspectiva, la autoridad posee un sentido eminentemente positivo, y aparece, como un servicio: es una luz que orienta a quien la sigue hacia el fin que busca. De hecho, etimológicamente, autoridad viene del verbo latino *augere*, que significa hacer crecer, desarrollar. Quien reconoce una autoridad se adhiere sobre todo a los valores o verdades que representa. “el educador es un testigo de la verdad y el bien” (B. XVI).

Es la persona que ya ha descubierto y hecho propia la verdad a la que se aspira. El educando, por su parte, se confía en el educador: no solo de sus conocimientos sino también porque lo ve dispuesto a ayudarle a alcanzar esas verdades.

No hay que preocuparse tanto por conseguir la autoridad pues ya se tiene por el hecho de ser padres. Pero hay que aprender a ejercerla y sobre todo, a no perderla. Para afianzar esa autoridad basta con ser verdaderamente padres. Mostrar la belleza de la propia vida y querer a los hijos como son. Aunque el actual ritmo de vida puede

hacerlo difícil, hay que encontrar tiempo para estar con ellos, conversar, compartir. Comer juntos al menos una vez al día, por ejemplo. Sirve para conocerse y contar las anécdotas de la jornada.

EVIDENCIAS DEL TALLER



ANEXO E
TALLER N° 3.
APRENDO A VALORARME A MÍ MISMA/O

ANEXO E-1 LECTURA REFLEXIVA



LA MANZANA QUE QUERÍA SER ESTRELLA

Había una vez una manzana que siempre había querido ser una estrella. Nunca quiso ser una manzana. Se pasaba los días pensando, ilusionada, cómo sería una vida brillando desde el cielo.

Cada mañana, sus compañeras manzanas la invitaban a conversar y a contar divertidas historias. Reiteradamente, ella rechazaba la invitación, obsesionada como estaba con el deseo de ser una estrella rutilante.

Un buen día, viendo a las aves ascender hacia el cielo, la manzana les preguntó:

- ¿Dónde duermen de día las estrellas?

Las aves, sonriendo, dijeron:

- No, querida manzana, las estrellas están en el cielo día y noche, pero la gran luz del sol no nos permite divisarlas. Pero ahí están, en el infinito cielo, siempre con luz.

A la pobre manzana se le avivaron los deseos de ser una estrella en el alto cielo, cargada de una luz inagotable. Otro día la manzana le preguntó al viento, que movía con fuerza las ramas del manzano:

- Dime, viento, ¿las estrellas están fijas o se desplazan recorriendo todo el firmamento? Y si se desplazan, ¿quién las mueve?

- Las estrellas se desplazan recorriendo todo el firmamento. Una familia de vacaciones se refugió bajo la copa del manzano, buscando una sombra protectora de los rayos del sol. En medio de la amena conversación, el padre de familia agitó violentamente el tronco del árbol. Y cayeron varias manzanas, entre ellas la triste manzana que quería ser estrella. Una de las niñas la cogió y comprobó que estaba madura. Era una hermosa manzana. La niña estaba feliz. Le pidió un cuchillo a su mamá. Ella le entregó uno muy bien afilado, con la inevitable advertencia.

- Cuidado, cariño, no te cortes.

La niña partió con cuidado la manzana de forma transversal, no del tallo al hoyuelo, sino en horizontal. Y quedó asombrada al ver la estrella de cinco puntas que aparecía

en el corazón de la manzana. Y gritando, llamó la atención de toda la familia:

- Mirad, mirad, qué maravilla. Aquí hay una estrella.

La manzana había vivido triste toda la vida sin darse cuenta de que dentro de sí guardaba una hermosa estrella y de que, para mostrarla, tenía que abrirse y brindarse a los demás.

EVIDENCIAS DEL TALLER



ANEXO F
TALLER N° 4.
SÉ CONTROLAR MIS EMOCIONES

ANEXO F-1
DINÁMICA:
“ADIVINA CÓMO ME SIENTO”

EVIDENCIAS DEL TALLER



ANEXO G
TALLER N° 5.
APRENDO A TRANSFORMAR MIS RELACIONES INTRAPERSONALES

ANEXO G-1
LECTURA REFLEXIVA: “EL PAPEL ARRUGADO”

Contaba un predicador que, cuando era niño, su carácter impulsivo lo hacía estallar en cólera a la menor provocación. Luego de que sucedía, casi siempre se sentía avergonzado y batallaba por pedir excusas a quien había ofendido.

Un día su maestro, que lo vio dando justificaciones después de una explosión de ira a uno de sus compañeros de clase, lo llevó al salón, le entregó una hoja de papel lisa y le dijo:

— ¡Arrúgalo! El muchacho, no sin cierta sorpresa, obedeció e hizo con el papel una bolita. —Ahora —volvió a decirle el maestro— déjalo como estaba antes...

Por supuesto que no pudo dejarlo como estaba. Por más que trataba, el papel siempre permanecía lleno de pliegues y de arrugas.

Entonces el maestro remató diciendo:

—El corazón de las personas es como ese papel. La huella que dejas con tu ofensa será tan difícil de borrar como esas arrugas y esos pliegues.

Así aprendió a ser más comprensivo y más paciente, recordando, cuando está a punto de estallar, el ejemplo del papel arrugado.

Reflexión:

Este cuento pone de manifestación la importancia de controlar la ira, saber gestionar nuestras emociones y expresar nuestro desacuerdo y enfado con asertividad. No se trata de no enfadarse: sino de saber gestionarlo, y de saber expresar nuestro malestar, disconformidad o enfado sin atacar al otro, siempre desde el respeto, no recurrir nunca a la violencia pues es dañino tanto para los demás como para nosotros mismos. Es importante saber gestionar las frustraciones o nuestro enfado sin perder los papeles. Ser sincero o expresar nuestras emociones no justifica hacerlo de cualquier modo, es importante fomentar la paciencia, control de nuestras emociones y comunicación asertiva con los demás. El respeto ha de ser un valor fundamental en nuestra vida: gracias al respeto nos evitaremos ir por la vida arrugando papeles

EVIDENCIAS DEL TALLER



ANEXO H
TALLER N° 6.
CON MOTIVACIÓN VEO LAS COSAS POSITIVAMENTE

ANEXO G-1

LECTURA DE REFLEXIÓN: “EL SOL BRILLANDO... Y YO CIEGO”

Estas palabras me las comentó hace muchos años un cieguito en un parque de Los Ángeles, donde yo, como joven, me senté a pasar las horas del día sintiéndome muy triste y solo. El cieguito, ya muy anciano, se entretenía en dar de comer a las palomas y entablamos conversación.

Le comenté hasta cierto punto algo de lo que estaba sintiendo y el ancianito me preguntó:

-¿Has visto lo lindo que brilla el sol?

Sin darme cuenta que a quien me hablaba no podía ver, le contesté:

- En realidad ni me había fijado.

El anciano me contestó:

-“ EL SOL BRILLANDO Y TU CIEGO...”

Han pasado muchos años de aquel encuentro y muchos años para darme cuenta que muchas veces vamos por la vida “CIEGOS”. Nos levantamos con el “PROBLEMA” y caminamos todo el día con el “PROBLEMA” y el sol y la vida brillando a nuestro alrededor y no lo vemos.

No permitas que pase tu día sin mirar aquello hermoso que te rodea. No pierdas ni un minuto más oscureciendo tu vida la de otros a tu alrededor. Todos tenemos problemas, pero recuerda que éstos son nuestra oportunidad para aprender y crecer.

QUE NO PASE UN DIA MÁS DONDE TERMINE DICHIENDO:

“EL SOL BRILLANDO... ¡Y YO CIEGO!”.

EVIDENCIAS DEL TALLER

