

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA



MEMORIA LABORAL

(Actualización y Presentación del Trabajo de Intervención)

P.E.T.A.E.N.G.

**TÉCNICAS PSICOEDUCATIVAS PARA MEJORAR LA
RESILIENCIA EN ADULTOS DE LA ETAPA DE
APRENDIZAJES ESPECIALIZADOS DEL C.E.A. COREA
DE LA CIUDAD DE EL ALTO**

Para obtener el Grado de Licenciatura

POR: LILIANA JUDITH GUTIERREZ PINTO

TUTOR: M. Sc. GINA CYNTHIA CECILIA PEREZ SANCHEZ DE LORIA

LA PAZ – BOLIVIA

JUNIO, 2021

DEDICATORIA

Dedicado este trabajo de intervención a mis pequeños hijos Caleb y Keyla por su paciencia y por ser mi fuente de energía e inspiración.

AGRADECIMIENTO

A mi familia, por el aliento y la comprensión permanente frente al esfuerzo.

A la M. Sc. Gina Cynthia Cecilia Perez Sanchez de Loria, por sus aportes y críticas constructivas que hicieron posible la culminación de mi trabajo de intervención.

A cada uno de los docentes de la Carrera de Psicología con los que tuve el honor de enriquecer mi aprendizaje.

RESUMEN

El objetivo de este trabajo es mejorar la resiliencia de adultos en la etapa de aprendizajes especializados del Centro de Educación Alternativa “Corea” de la Ciudad de El Alto a través de la intervención de técnicas psicoeducativas.

Se define la resiliencia como la capacidad del ser humano de enfrentar positivamente las situaciones adversas, superarlas y ser transformadas para acceder a una vida significativa y productiva para sí y para la sociedad en la que está inserta.

El tipo de intervención es de desarrollo y formación, en el que se desarrolla las actividades referentes a los contenidos de la resiliencia, la que está vinculada al área de la psicología educativa, aplicado en una población de 20 sujetos mayores de 19 años de edad.

Se inicia con la evaluación diagnóstica a través de las técnicas e instrumentos de índole cualitativa; se centra en describir los factores resilientes en personas adultas de ambos géneros, mediante un cuestionario estructurado para el pre test y la prueba RESI-M para el post test.

Los resultados obtenidos, muestran que la aplicación de las técnicas psicoeducativas que mejora la resiliencia, optimiza positivamente sus habilidades personales, aumentando su conocimiento en la relación interpersonal con sus pares, a expresar sus emociones de manera adecuada, reconocer sus fortalezas y debilidades, a construir una autoestima sana, encontrando confianza en sí mismo, trazarse objetivos y metas.

Palabras claves: Resiliencia, fortalecimiento, adultos

SUMMARY

The objective of this work is to improve the resilience in adults on the lap of specialized learning of the Centro de Educación Alternativa “Corea” of El Alto city through intervention of psychoeducative techniques.

The resilience is meant as the capacity of the human to face positively adverse situations, to overcome them and to become to get access to a significative and productive life for itself and the society in which it is.

The kind of intervention is of development and formation in which it develops the activities referent to the content of the resilience, that is related to the psychology educative area, applied on a population of 20 subjects older than 19 years old.

It starts with a diagnosed evaluation through the techniques and instruments of qualitative nature, it is centered on describing the resilient on adult people from both genders, through a questionnaire structured for the pre test and the RESI-M test for the post test.

The obtained results shows that the application of the psychoeducative techniques that improves the resilience optimizes positively their personal skills, increasing their knowledge on the interpersonal relation with their pairs, to talk about their emotions in an appropriate way, recognize their strengths and weaknesses, to build a good self esteem, finding confidence on themselves and making objectives and goals.

Keywords: resilience, strengths, adults.

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTO	II
RESUMEN.....	III
SUMMARY	IV
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	4
CONTEXTO INSTITUCIONAL.....	4
1.1. DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN.....	4
1.1.1. Misión	7
1.1.2. Visión.....	7
1.1.3. Objetivos institucionales:	7
Objetivo General:	7
Objetivos Específicos:.....	7
1.1.4. La estructura Organizacional del CEA “Corea”	9
1.1.5. Área de acción de la institución	9
1.2. IDENTIFICACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA	11
1.2.1. La Educación alternativa	12
1.2.1.1. Estructura curricular de la educación alternativa	14
1.2.1.2. Bases Curriculares de la Educación Alternativa.	14
1.2.1.3. El sujeto de la educación andragógicas.....	16
1.2.1.4. Modalidades de la educación de jóvenes y adultos.....	16
1.2.1.5. La educación y el trabajo	17
1.2.1.6. El trabajo del adulto y su educación	18
1.2.1.7. Antecedentes de la Educación Alternativa en Bolivia	18

1.2.1.8. Surgimiento de las modalidades en educación Alternativa.....	20
1.2.2. La Resiliencia	21
1.2.2.1 Construyendo la resiliencia	23
1.2.2.2. Características de la resiliencia	23
1.2.2.3. El sujeto resiliente	24
1.2.2.4. Promover la Resiliencia	26
1.2.2.5. Adversidades y Resiliencia	29
CAPÍTULO II	30
PLANIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN.....	30
2.1. DEFINICIÓN DEL ÁREA	30
2.2. DISEÑO DEL PLAN DE ACCIÓN CONFORME AL ÁREA DE.....	31
INTERVENCIÓN	31
2.2.1. Plan de acción	31
2.2.1.1. Diagnostico	31
2.2.1.2. Objetivos	33
2.2.1.3. Estrategias de intervención	33
2.2.1.4. Técnicas e Instrumentos.....	35
2.2.1.5. Actividades	36
Módulo I: Habilidades para la vida/apoyo externo - “yo tengo”	44
Módulo II: Fortaleza interna - “yo soy” “yo estoy”	45
Módulo III: Habilidades para la acción –“yo puedo”	46
2.2.2. Cronograma	47
CAPITULO III.....	48
RESULTADOS DE INTERVENCIÓN.....	48
3.1. DESCRIPCIÓN DE LOS RESULTADOS	48

3.1.1. Primera Parte:	49
Características de los sujetos de intervención.....	49
3.1.2. Segunda Parte:.....	57
Resultados obtenidos de los factores: “yo tengo”, “yo soy”, “yo estoy” (pre-test)	57
3.1.3. Tercera parte.....	64
Resultados Obtenidos antes (pre test) y después (post test) de la intervención.....	64
3.2. ANÁLISIS DE LOS HALLAZGOS	67
CAPITULO IV	70
DESCRIPCIÓN DE LA PROYECCIÓN PROFESIONAL	70
4.1. PLANTEAMIENTOS DE FUTUROS DESAFÍOS A NIVEL PROFESIONAL	70
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	72
SIGLAS.....	
ANEXOS	

INDICE DE CUADROS

Cuadro 1	
Estructura Organizacional C.E.A. “Corea”	9
Cuadro 2	
Área de intervención	31
Cuadro 3	
Contenido de las actividades.....	37
Cuadro 4	
Plan de acción	47

INDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1	
Edades de los participantes	50
Tabla 2	
Causas para el abandono del subsistema educativo regular.....	51
Tabla 3	
Ocupación de los participantes.....	53
Tabla 4	
Responsabilidades y compromisos a cargo del participante	54
Tabla 5	
Alcance de los ingresos de los participantes	56
Tabla 6	
Comparación de puntaje pre test - post test	65
Figura 1	
Edad de los participantes.....	51
Figura 2	
Razones para el abandono del subsistema educativo regular.....	52
Figura 3	
Ocupación de los participantes.....	54
Figura 4	
Responsabilidades de los participantes	55
Figura 5	
Ingreso de los participantes.....	57
Figura 6	
Personas alrededor en quienes confío y me quieren	58
Figura 7	
Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas	59
Figura 8	
Personas que quieren que aprendan a hacer las cosas por sí mismo	60
Figura 9	
Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o si estoy en peligro.....	61
Figura 10	

Preguntas yo soy	62
Figura 11	
Pregunta yo estoy	63
Figura 12	
Comparación de puntaje pre test - post test	65

INTRODUCCIÓN

El trabajo de intervención titula “Técnicas psicoeducativas para mejorar la resiliencia en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del C.E.A. Corea de la Ciudad de El Alto”, se vincula al área de la psicología educativa, por las acciones a desarrollarse y por su formación.

El Centro de Educación Alternativa (CEA) “Corea” es dependiente de la Dirección Distrital de Educación El Alto 1, se ubica en la zona Tahuantisuyu, Av. Chinchasuyu N° 100, Distrito Municipal 5 de la ciudad de El Alto. Trabaja de manera comunitaria una serie de acciones que involucran a todos los actores educativos, para proponer acciones educativas y comunitarias a partir de la conformación de la Comunidad de Producción y Transformación Educativa (CPTE), Diagnóstico Comunitario Participativo (DCP) y estos se concretizan en acciones programados en el Proyecto Socio Comunitario Productivo (PSP). Las ofertas de atención son: nivel primario, nivel secundario y técnico básico-auxiliar - medio.

Los estudiantes adultos de la etapa de aprendizajes especializados del CEA “Corea, en el que se efectúa la intervención, afrontan desafíos, como: bajos recursos, número de integrantes dentro de la familia, embarazos tempranos, familias desintegradas, huérfanos de padre y madre, inequidad de género, nivel socioeconómico, situación sanitaria a causa de la pandemia COVID 19; estas cargas psicológicas de emociones negativas hacen que los participantes muestren la falta de capacidad para recuperarse, el de sobreponerse o adaptarse con éxito a las adversidades, los cuales inciden en el fracaso o abandono escolar. Por estas características, se identifica como problemática: ¿Cómo fortalecer las capacidades resilientes ante situaciones adversas a través de la aplicación de técnicas psicoeducativas, de los estudiantes adultos de la etapa de aprendizajes especializados del CEA Corea de la Ciudad de El Alto?

Por consiguiente, como objetivo general planteado, es: “Fortalecer las capacidades resilientes en los adultos de la etapa de aprendizajes especializados del Centro de Educación Alternativa Corea, que permitan potenciar sus propios recursos, mediante la aplicación de técnicas psicoeducativas”

La definición del área de intervención es la Psicología educativa, basada en las ciencias psicológicas y ciencias de la educación. “Se ocupa del estudio de los comportamientos o procesos psicológicos que se presentan en el proceso de enseñanza - aprendizaje, involucrando en diferentes niveles a los actores de la comunidad educativa, se encuentra interrelacionada con la psicología del aprendizaje.” (MINEDU, Psicología, desarrollo humano y cambio educativo, 2019, P.19).

Es por eso, las técnicas aplicadas se ponen a desarrollar en las participantes actividades de manera oral, escrita, con movimientos y gestos, siendo estas: Explicaciones teóricas, Técnicas Psicoeducativas a ejecutarse (Auto revelación, con iniciativa e imaginación, yo soy... y el FODA personal), Espacios de reflexión, y Control de evaluación y participación. Los instrumentos empleados, son: fichas de aprendizaje, diapositivas, ficha de evaluación y cuadros prediseñados.

Es así, que la organización del trabajo de intervención lo componen los siguientes capítulos:

El primer capítulo, hace la descripción de las características esenciales del contexto institucional (misión, visión, objetivo institucional y objetivos específicos), la estructura organizacional y las áreas de acción de la institución. Por último, hace una descripción de la problemática identificada que está vinculada al área de la Psicología Educativa.

El segundo capítulo, identifica el diseño del plan de acción conforme al área de intervención, esta se vincula a la psicología educativa como área de aplicación; la población es de adultos mayores de 18 años, el tipo de intervención es de desarrollo y formación. Continuando, se desarrolla las características del plan de acción y se describe: la obtención del diagnóstico, los objetivos, las técnicas e instrumentos, las actividades y el cronograma del proceso de aplicación.

El tercer capítulo, muestra los resultados de la intervención haciendo una descripción de las Técnicas Psicoeducativas que se desarrolla, aplicado a los adultos de la etapa de aprendizajes especializados del C.E.A. “Corea” de la Ciudad de El Alto, especialmente a una muestra de 20 sujetos comprendidos en un grupo etario de 19 a 60 años. Los resultados

del registro fueron tomados en dos momentos: el primero pre-test, al inicio de la investigación fase diagnóstica y antes de la aplicación de la intervención; el segundo post test, posterior al desarrollo de la intervención. De acuerdo al análisis de los hallazgos a través de la intervención de las técnicas psicoeducativas, proporciona herramientas que les ayuda a mejorar su nivel de afrontamiento de manera positiva de los participantes, potenciando su resiliencia ante condiciones de dificultad a los que están expuestos constantemente.

Por último el cuarto capítulo, presenta el planteamiento de futuros desafíos a nivel profesional, de los que se mencionan: aprender a reconocer los proyectos sociales, entregar técnicas y herramientas para que las personas potencien sus habilidades, integrarse a equipos interdisciplinarios, hacer lectura de análisis de la realidad, respetar todo lo que plantea el código de una conducta ética y profesional, todo trabajo realizarlo a través de un seguimiento, visión de la realización de proyectos de investigación y principalmente realizar una práctica psicológica innovadora para encontrar soluciones creativas.

CAPÍTULO I

CONTEXTO INSTITUCIONAL

1.1. DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Antes de iniciar con la descripción de la institución, es importante resaltar que el Sub Sistema de Educación Alternativa y Especial está destinado a la Educación Humanística y técnica de Personas Jóvenes y Adultas mayores de 15 años. El área de Educación Humanística comprende los niveles de Educación Primaria de Personas Jóvenes y Adultas, Alfabetización y post-alfabetización (EPA) y Educación Secundaria de Personas Jóvenes y Adultas (ESA). El trabajo de intervención se realiza con estudiantes adultos pertenecientes a la Etapa de Aprendizajes Especializados, que corresponden al nivel 5° y 6° de secundaria, y que tienen cumplidos como mínimo 18 años de Edad.

La institución en la que se aplicará el trabajo es el Centro de Educación Alternativa “Corea” con Código SIE 40730321, dependiente de la Dirección Distrital de Educación El Alto 1; se ubica en la zona Tahuantisuyu, Av. Chinchasuyu N° 100, Distrito Municipal 5 de la ciudad de El Alto. Organizado por una Dirección General dirigido por el Lic. Victor Cadena Mamani, Dirección Académica dirigido por el Lic. Hugo Mamani Bonifacio y Dirección Administrativa y Producción dirigida por la Lic. Sofía Chávez Quisberth. El trabajo se rige por las normativas vigentes de nuestro país, como: Resolución Ministerial N° 001/2018, Resolución Ministerial N° 069/2013, Resolución Ministerial N° 873/2014, Resolución Ministerial N° 277/2016 y otros documentos sobre orientación de gestión institucional y Curricular, documentos emanados desde el Viceministerio de Educación Alternativa y Especial (VEAyE), todo dentro del nuevo Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo (MESCP), con la aplicación de las nuevas políticas estructurales y coyunturales.

El trabajo de la institución es de carácter comunitario, con una serie de acciones que involucra a todos los actores educativos a partir de la conformación de una Comunidad de Producción y Transformación Educativa (CPTE), para el cual se realiza la lectura de la realidad a través del Diagnóstico Comunitario Participativo (DCP) y por último, la

información es reflexionada, jerarquizada y priorizada, sobre las problemáticas, necesidades y potencialidades y/o vocaciones productivas en los diferentes componentes: Social y político, Económico y Productivo, de Identidad Cultural y Educativo; todos estos elementos son propuestos por el Viceministerio de Educación Alternativa y Especial (VEAyE) para la Gestión Institucional y Curricular, plasmado en acciones y proyecciones institucionales del Proyecto Sociocomunitario Productivo (PSP).

El Proyecto Sociocomunitario Productivo (PSP) es la jerarquización de necesidades, problemáticas y potencialidades del Centro, debe responder a la realidad y diversidad del contexto, se articula con diferentes áreas o especialidades en la Educación Técnica Tecnológica de Adultos (ETA) y Educación Humanística de Adultos (EPA y ESA) del Centro. Compuesto por elementos curriculares, como: Objetivo holístico, Metodología del MESCP, Recursos educativos y el Sistema de evaluación, visualizado en las planificaciones curriculares semestrales y modulares de las/los maestros.

Identificación de potencialidades, vocaciones, problemas y necesidades:

Potencialidades/ vocaciones

- Relaciones con autoridades.
- Convenio binacional con la Embajada Coreana.
- Fortalecimiento a la Educación Productiva en el Marco de la PND, PMD y la Agenda 2025.
- Participación orgánica de los actores sociales de la comunidad.
- Unidades Educativas fiscales en el entorno.
- Existencia de instituciones de salud, eclesiásticas y otros.
- Convenios interinstitucionales.
- Posibilidad de convertirse en el Centro Tecnológico (MESCP).
- Crecimiento vegetativo de la Población.
- Variedad de especialidades educativas de formación técnica tecnológica.

- Bachillerato humanístico acelerado.
- Reconocimiento de saberes y conocimientos.

Problemáticas

- El Alcoholismo en la comunidad.
- Falta de valores y principios comunitarios.
- Falta de acceso a vías de transporte.
- Medio ambiente contaminado.
- Inseguridad ciudadana en la comunidad.
- Falta de fuentes de empleo.
- Pocas oportunidades laborales por falta de formación técnica productiva.
- Falta de motivaciones y autoestima en la comunidad.
- Falta de compromiso social en la Comunidad.
- Carencia de políticas para la organización de micro y pequeñas.

Necesidades

- Elaboración y consolidación de bases institucionales del centro.
- Concientización a la población de una cultura ciudadana.
- Motivación sociocomunitaria sobre la educación productiva.
- Fortalecimiento a los emprendimientos productivos de la comunidad.
- Coordinación horizontal con los actores de la comunidad.
- Crear espacios para fortalecer los valores sociocomunitarios.
- Implementación de las políticas para la organización de micro y pequeñas empresas (MYPEs).

La Misión, la visión y los objetivos del Centro de Educación Alternativa “Corea” son:

1.1.1. Misión

El Centro de Educación Alternativa “Corea” se constituye en un referente de la educación alternativa, en el nuevo Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo, con una infraestructura y equipamiento adecuado y actualizado, de acuerdo al avance tecnológico de las especialidades técnico – humanístico, desarrollando convenios interinstitucionales con un enfoque productivo y autogestionario para el Vivir Bien.

1.1.2. Visión

Desarrollamos procesos de formación y cualificación de personas jóvenes y adultas, técnico- humanísticos en el marco de una formación integral, holística, profesional, tecnológica e inclusiva; con una nueva currícula flexible, actualizada y contextualizada bajo el enfoque modular sociocomunitario productivo, tomando en cuenta sus potencialidades para el desarrollo de sus capacidades, con facilitadores de formación profesional pertinente.

1.1.3. Objetivos institucionales:

Objetivo General:

Desarrollamos principios y valores comunitarios a través de procesos de educación, capacitación y formación de personas jóvenes y adultas, con conocimientos teóricos, técnicos y tecnológicos, para que de esta manera puedan ser promotores de cambios sociocomunitarios, productivos, económicos, humanos y espirituales que lleven a una transformación de su propia realidad, de sus familias y comunidades hacia el Vivir Bien.

Objetivos Específicos:

Institucional

Realizamos acciones de organización y coordinación con la comunidad educativa, utilizando recursos y estrategias para atender necesidades de las personas jóvenes y adultas, buscando una gestión administrativa de calidad.

Pedagógico

Organizamos procesos educativos de formación en educación técnico humanística para personas jóvenes y adultas, rescatando los conocimientos y saberes de nuestros pueblos, logrando una educación descolonizadora, intracultural, intercultural, comunitario y productiva.

Medio Ambiente (Cuidado de la Madre Tierra)

Preservamos el medio ambiente a través del conocimiento y práctica del uso adecuado de los recursos naturales, en armonía con la Madre Tierra.

Infraestructura

Realizamos acciones comunitarias para el mantenimiento, modernización, actualización y ampliación de la infraestructura y equipamiento, de acuerdo a los avances tecnológicos.

Económico productivo

Desarrollamos proyectos socioproductivos autogestionarios de acuerdo a las potencialidades y cadenas productivas de la ciudad de El Alto, para promover emprendimientos productivos en los participantes del CEA “Corea”.

Participación Social

Fortalecemos la comunidad educativa mediante acciones sinérgicas, desarrollando valores y principios socio comunitarios para el Vivir Bien.

1.1.4. La estructura Organizacional del CEA “Corea”

Cuadro 1

Estructura Organizacional C.E.A. “Corea”



1.1.5. Área de acción de la institución

El Centro de Educación Alternativa “Corea” trabaja con la Educación de Personas Jóvenes y adultas (EPJA) y presenta las siguientes ofertas:

Educación Humanística

Educación Primaria de Adultos (EPA), lo conforma:

- ✓ Aprendizajes Elementales

- ✓ Aprendizajes Avanzados

Educación Secundaria de Adultos (E.S.A.), lo conforma:

- ✓ Aprendizajes Aplicados
- ✓ Aprendizajes Complementarios
- ✓ Aprendizajes Especializados

Educación Técnica Alternativa (ETA)

Área Industrial, lo conforma:

- ✓ Confección textil
- ✓ Sastrería- modistería, Carpintería-metal mecánica, Confección de ropa típica

Área de servicios, lo conforma:

- ✓ Electrónica- electrotecnia
- ✓ Mecánica automotriz
- ✓ Sistemas informáticos
- ✓ Belleza integral
- ✓ Gastronomía y alimentación
- ✓ Idioma aimara
- ✓ Educación Parvularia

Área Comercial, lo conforma:

- ✓ Contabilidad
- ✓ Secretariado ejecutivo

Área Artes, lo conforma:

- ✓ Educación musical

1.2. IDENTIFICACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA

Bolivia vive tiempos de cambios, como tendría que haber sucedido en la Educación de Personas Jóvenes y Adultas, y en la educación alternativa en general; pero aun es considerada como una educación “No Formal”, siendo reconocida en la Ley de Reforma Educativa (1994) como la segunda gran área del Sistema Nacional de Educación, en la práctica los gobiernos la han relegado a un lugar secundario.

Los jóvenes y adultos participantes de EPJA/EA son la población analfabeta (13.3% de la población, INE 2001); desertores del sistema escolar que no lograron culminar la primaria o la secundaria por diferentes causas (30 % de la población); población vulnerable o en situación de riesgo (con necesidades educativas especiales debido a discapacidades físicas o mentales) que no logran acceder a la oferta educativa (10 %). Se ha ignorado o minimizado esos datos, consiguiendo poca valoración de la sociedad civil, tal vez por la poca atención que le ha dado el Estado.

Los estudiantes que pasaron la edad escolar no pueden ser parte de la educación regular y como una oportunidad surge el Centros de Educación Alternativa “Corea”, es decir, estas personas al incorporarse a la institución esperan poder continuar y concluir su formación.

La institución se caracteriza por estar dirigido a personas que por diversos factores dejaron de estudiar y buscan superación, satisfacer sus necesidades educativas, laborales y familiares. Los estudiantes adultos de la etapa de aprendizajes especializados del área humanística son adultos mayores de 18 años de edad, que por diferentes situaciones vivenciales se dedican a trabajar desde temprana edad en un mercado laboral en condiciones de desigualdad, cargando varias responsabilidades de la familia y el trabajo, que limita la continuidad de sus estudios, afectando su salud y su vida académica, dificultando su desarrollo cognitivo y personal.

Entre los desafíos que atraviesan los estudiantes adultos, son: bajos recursos, número de integrantes dentro de la familia, embarazos tempranos, familias desintegradas, huérfanos de padre y madre, inequidad de género, el nivel socioeconómico, entre otros indicadores. Por último, les toca superar toda la crisis socioeconómica ocasionada por la emergencia

sanitaria de la pandemia del COVID 19, que les causa: incertidumbre en la salud, duelo, presión económica, dificultades para continuar sus estudios, el trabajo, tiempo de ocio, los amigos, la familia, la pérdida de libertad, la aparición del aburrimiento; todas estas situaciones tienen potentes cargas psicológicas que les generan: ansiedad, miedo y apatía, incertidumbre, exceso de información, cambios emocionales y otros.

Ante estas situaciones adversas que deben pasar los estudiantes, surgen las preguntas ¿Cómo fortalecer la autoestima, la iniciativa, la capacidad de relacionarse y sobreponerse a experiencias negativas? ¿El conocimiento de diferentes técnicas psicoeducativas cómo potenciará su capacidad de afrontamiento, el recuperarse, el de sobreponerse y adaptarse con éxito a las adversidades? ¿Cómo ayudar a prevenir el fracaso y abandono escolar?

Ante estas interrogantes se deberá potenciar las fortalezas y capacidades de los estudiantes adultos de la etapa de aprendizajes especializados del Centro de Educación Alternativa “Corea” de la Ciudad de El Alto, mediante la aplicación de técnicas psicoeducativas que posibilite la búsqueda de posibles soluciones resilientes.

1.2.1. La Educación alternativa

Entendemos la educación alternativa como aquellos modelos pedagógicos que se encuentran apartados, epistemológica y/o metodológicamente, como proceso de enseñanza y aprendizaje no formal.

Para el ex Viceministro de Educación Alternativa, Noel Aguirre (2005), señala que “En el contexto boliviano tendríamos que entender por educación alternativa a la educación No formal, la de jóvenes y adultos, la extra escolar, la técnica – laboral y fundamentalmente a la educación popular y educación originaria. La educación es “alternativa”, además, no solo porque brinda oportunidades de satisfacer las necesidades socio - educativas de los excluidos de la Educación Regular, sino también por su enfoque está orientado por una educación en la vida y para la vida; integral y abierta; con raíces familiares y comunitarias; participativas inclusiva e intercultural; crítica y orientada a la transformación social” (P. 8).

La educación alternativa responde a necesidades y expectativas educativas de las personas jóvenes y adultas una posibilidad y modalidad educativa, para disminuir la discriminación y marginación, una forma de liberación; donde se considera la participación de los estudiantes hacia la superación.

La educación alternativa atiende aquella población o a quienes no pueden desarrollar su formación educativa en la educación regular, es decir, esta educación responde a la urgencia de satisfacer las necesidades educativas de las personas jóvenes y adultas una posibilidad de continuar con el proceso educativo.

El área formativa del subsistema de Educación Alternativa comprende:

- La educación no formal de jóvenes y adultos
- La educación extraescolar, como es la técnica laboral
- La educación popular.

Debe entenderse la Educación Alternativa como una posibilidad y una oportunidad para todas las personas (sin distinción de edad, sexo, ni condiciones sociales), con un enfoque que es “preparar para la vida”; ayuda a educar y satisfacer las Necesidad Básicas (NEBAS), a practicar en plenitud la educación como un derecho fundamental del ser humano.

Este tipo de educación da énfasis a los niveles de primaria y secundaria, en la formación y capacitación técnica de la población joven y adulta, atiende preferentemente a los sectores más vulnerables que se hallan en situaciones de marginalidad, desventajas y desigualdades. La educación alternativa está orientada, prioritariamente, a la atención y servicio de las poblaciones periféricas recientemente constituidas, como resultados de migraciones forzadas carentes de los servicios educativos más básicos.

La importancia de la educación alternativa es una opción para una población (sin límite de edad) que requiere retomar o continuar con la educación hasta terminar la secundaria y continuar con otros estudios. En ese ámbito, los centros de formación ofrecen beneficios y una solución a las necesidades educativas (aprender a leer, escribir y obtener

conocimientos); sin duda generan la igualdad de oportunidades, a la vez disminuyen la desigualdad social y el analfabetismo. También se debe destacar que esta educación abre el camino de la formación y permite mirar un futuro con mayores oportunidades sociales y laborales.

La identidad de la educación alternativa, se dirige a los sectores populares de la ciudad, de las zonas urbanas – marginales y rurales y hacia las personas pobres, marginados y excluidos de la educación regular, se dirige a una población determinada, que buscan la superación y la continuidad de la educación.

1.2.1.1. Estructura curricular de la educación alternativa

El currículum está basado en la participación y experiencias de la vida comunitaria e intersectorial de las personas jóvenes y adultas, asume un carácter diverso y flexible; esta educación tiene un carácter amplio y se desarrolla a lo largo de la vida. “En cuanto al currículum de la educación alternativa, se plantea un currículum abierto y flexible basado en las necesidades, intereses y problemas de la comunidad como espacio vital del participante, respetando su realidad cultural, idioma, religión (Currículo base de la educación de personas jóvenes y adultas, 2011, P. 24)

Con respecto a esta educación, se ha ido haciendo más compleja por la diversidad de la población, pues, tienen diferentes características socioculturales y laborales. Entonces, tomando en cuenta la Ley de la Reforma Educativa 1565, el plan de estudio del Centro de Educación Alternativa (C.E.A.) cumple jornadas académicas semanales de cinco días, de lunes a viernes, de horas siete a nueve de la noche. En la malla curricular se encuentran integradas materias científicas y técnicas.

1.2.1.2. Bases Curriculares de la Educación Alternativa.

El subsistema de Educación Alternativa y Especial tiene dos ámbitos: Educación Alternativa y Educación Especial. La Educación Alternativa está compuesta por dos áreas: La educación de personas jóvenes y adultas que asume un carácter diverso, flexible y enriquecido por una práctica que supera la formalidad y la tradicional idea escolarizada de la educación y la educación permanente que tiene un carácter amplio, menos formal y

se desarrolló a lo largo de la vida (currículo base de la educación de personas jóvenes y adultas La Paz, 2011, P. 24).

La educación alternativa está organizada y planificada para que puedan desarrollar las capacidades y habilidades de manera constructiva, participativa y positiva en las acciones educativas de personas jóvenes y adultos. La estructura curricular está organizada bajo los siguientes componentes: área del saber, conocimientos, niveles de primaria y secundaria. El campo de los saberes y conocimientos se constituye en un espacio de construcción teórico – metodológico.

El subsistema de la educación alternativa es diverso, flexible y enriquecido específicamente para los estudiantes jóvenes y adultos. Se caracteriza por ser único, diverso y plural, porque “garantiza calidad y tiene alcance nacional, fortaleciendo las expresiones de vida, cultura, lengua identidad de las diversas naciones y pueblos indígenas originarios campesinos” (currículo base de la educación de personas jóvenes y adultas, 2011, P. 27).

En la Nueva Ley Educativa “Avelino Siñani – Elizardo Pérez” establece un currículo para el área de Educación Alternativa y se caracteriza por ser: flexible, integrador y articulador e integral:

1. **Flexible:** Porque se adecua las características de acuerdo a diferentes necesidades laborales, intereses, demandas y expectativas, mediante modalidades de atención presencial, semipresencial y a distancia.
2. **Integrador y articulador:** Porque integra lo humanístico con lo técnico a partir de los campos de saberes y conocimientos, a través de una organización curricular.
3. **Integral:** Desarrolla las cuatro dimensiones de la persona: Ser, Hacer, Saber y Decidir; e integrando la práctica, teoría, valoración y producción a través de estrategias y metodologías apropiadas.

A la vez, estos integran determinadas áreas de saberes y conocimientos, de las cuatro materias de la educación alternativa de adultos de secundarias, como ser: Lenguaje, Ciencias, Sociales, Ciencias de la Naturaleza, Matemática.

1.2.1.3. El sujeto de la educación andragógicas

El sujeto de la educación andragógica es el adulto que busca las acciones educativas hacia el desarrollo de las personas, una pedagogía basada en los conocimientos que permite hacer frente a los desafíos de la vida social, laboral y productiva.

El adulto, es comprendido como alguien capaz de dirigir su vida y la de su familia. Su actividad social es el trabajo; también se vincula con la actividad educativa, por la necesidad de superación. Una de las características del adulto es demostrar su personalidad a través de su autonomía, decidiendo libremente. Al haber llegado a su mayor crecimiento, el adulto asume la responsabilidad de sí mismo y la de su familia, para las distintas situaciones de la vida cotidiana como ser: problemas sociales, económico y otros aspectos del diario vivir. La educación de adulto es una opción educativa no formal y habilita el desarrollo de una pedagogía basada en la adquisición de los conocimientos que permiten hacer frente a los desafíos de la vida social laboral y productiva de los adultos.

1.2.1.4. Modalidades de la educación de jóvenes y adultos

La modalidad de la educación de personas jóvenes y adultas, se desarrolla bajo un sistema de educación no formal inclusiva de la población joven y adulta, que, a la vez, promueve la justicia y la equidad social. En sí, es un equivalente de la educación regular porque complementa saberes y conocimientos básicos, en función de los intereses de las personas excluidas y marginadas de educación regular. Con esta modalidad posibilita la continuidad de la educación del nivel secundario o mejorando su situación en el ámbito laboral y productivo. Es decir, permitiendo a las personas a una mejor participación en el quehacer educativo.

La educación se desarrolla a través de diferentes modalidades de acuerdo al factor situacional de los estudiantes. Se puede referir en tres vías fundamentales de atención: la presencial, la semipresencial, la distancia o autodidacta.

- a. **La modalidad presencial:** se caracteriza porque los procesos educativos se desarrollan en interacción directa con el maestro y el estudiante.
- b. **La modalidad semipresencial:** es decir combina entre momentos de aprendizaje presencial y momentos de aprendizaje de auto estudio de parte del estudiante controlado por el profesor.
- c. **La modalidad a distancia o autodidacta:** es aquel estudiante que desarrolla una educación diferida en espacio y tiempo, utilizando la tecnología. El autodidactismo desarrolla un aprendizaje autónomo orientado o guiado por el profesor.

El nivel Secundario: Es un espacio donde se dan procesos educativos destinado a los estudiantes jóvenes y adultos, es decir, mayores a quince años de edad. El nivel secundario tiene una duración de seis semestres referenciales, desarrollando saberes y conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes, orientado al quehacer socio – comunitario productivo permitiendo a las personas al desempeño laboral. Por la acción realizada otorga el Diploma de Bachiller Técnico Humanístico, posibilitando la continuidad de la educación superior o simplemente una educación técnica.

1.2.1.5. La educación y el trabajo

La población joven y adulta tiene la necesidad de estudiar, para superarse socialmente, culturalmente y económicamente, para aspirar a mejores condiciones laborales. La ausencia educativa genera obstáculos y dificulta el desarrollo personal, es por eso que la educación es una esperanza de superación constante, sin ella una persona queda rezagado o postergado en la vida.

Estas personas jóvenes y adultas/os son responsables de sus actividades, de sus responsabilidades en su actividad laboral y educativo, su satisfacción personal de lograr sus objetivos, contribuye a su autoestima.

1.2.1.6. El trabajo del adulto y su educación

En el ámbito socioeconómico se destaca una diversidad de trabajos formales o informales, donde el trabajo se constituye en una posibilidad para el desarrollo económico y social, de las personas.

Se considera adulto a toda persona de más de 18 años, pero ahora la categoría también incluye a los niños/as, adolescentes jóvenes y adultos que por situaciones de la vida asumen responsabilidades de adulto, es decir, se desarrollan en condiciones diferentes a las normales de su edad; como los niños, jóvenes y adultos que trabajan, se casan o son padres a temprana edad, la mayoría de la población trabajan de manera temporal en diferentes actividades y servicios, como obligación ciudadana todos deben ingresar a la escuela y a la educación superior durante la adolescencia y la juventud, y solo después trabajar.

Se debe destacar que a partir de los dieciocho años de edad ya es apto para incorporarse a una actividad laboral, sea manual o intelectual, con o sin experiencia. Cada persona es independiente y autónoma, por tanto, tiene la capacidad de asumir responsabilidades propias para la subsistencia o independencia. Como una forma de mejorar la calidad de vida, el joven y el adulto aprovechan los centros de educación para continuar con su proceso formativo, sin embargo, el trabajo es un determinante que en momentos obstaculiza la educación.

El trabajo tiene varias exigencias que generan aspectos negativos en el rendimiento académico de los estudiantes, es así que la mayoría de las personas adultas tienen desventajas, sea en el empleo o en la educación.

1.2.1.7. Antecedentes de la Educación Alternativa en Bolivia

En Bolivia, según la Ley 1565 de la Reforma Educativa, la Educación Alternativa se divide en tres modalidades: La Educación de adultos, la educación permanente y la educación especial, donde pueden asistir todas las personas mayores de 15 años de edad que no hayan alcanzado los niveles de escolaridad de educación formal o regular.

Esta educación estará compuesta por la educación de adultos con las modalidades de educación no formal, una educación acelerada en los niveles primaria y secundaria para la población joven y adulta.

Plan Nacional de Alfabetización Elizardo Pérez incorporando la educación popular para el cambio social, político y económico, proceso que marca, entre otras características sociales:

- Una educación alternativa con clara visión ideológica y política.
- Plena participación social sin exclusiones.
- Contra hegemónica y de liberación interna.
- De construcción de un país con reconocimiento de las diferencias internas.
- Y fundamentalmente una educación alternativa de liberación, transformación y justicia social

La educación del adulto se oficializa desde el 1955, ofreciendo oportunidades educativas a las personas jóvenes y adultos, esta educación compromete la participación de todos los sectores de la sociedad. Y asume la característica de una educación remedial, desde 1968 entra en vigencia con sus diferentes modalidades de una educación acelerada para la población joven y adultas/os.

El enfoque educativo viabiliza la escolarización de los trabajadores, obreros, campesinos, mineros y artesanos; para el mismo, el Estado posibilitó la integración nacional de todas las personas con igualdad de oportunidades para disminuir la discriminación.

Bajo la presidencia del general René Barrientos Ortuño ponen en vigencia el Decreto Supremo N°8601 de 4 de diciembre de 1969, con el mismo consolidan el Subsistema de Educación de Adultos a través de la Dirección Nacional de Educación de Adultos hacia la formación integral de sus participantes. La Reforma Educativa de 1968 y 1969 introduce la capacitación técnica – ocupacional para lograr mano de obra.

1.2.1.8. Surgimiento de las modalidades en educación Alternativa

Los Centro de Educación Media de Adulto (CEMA) funcionó a partir de 1969, con dos tipos de participantes regulares y autodidactas, impartiendo conocimientos desde el Nivel Inferior al Medio Superior, creando la posibilidad del bachillerato por madurez y suficiencia de los participantes.

En 1970 se instaura el Sistema de Educación de Adultos y la Educación No formal y las siguientes modalidades de la educación alternativa, como ser:

En 1975 se crean los Centros Integrados (CI) con el propósito de superar las dificultades provenientes del uso de metodologías en la educación de adultos. En 1976, mediante Resolución Ministerial N°294 se norma las modalidades de la educación de adultos y la educación No formal estableciéndose, las siguientes: Educación Básica de Adultos (EBA), que comprendía seis grados: uno inicial, tres complementarios y dos avanzados, con una duración de tres años. El centro de Educación Media del Adulto (CEMA) que funciono a partir de 1969, con dos tipos de participantes regulares y autodidactas, impartiendo conocimientos desde el Nivel Inferior al Medio Superior; creando la posibilidad del bachillerato por madurez y suficiencia. El Instituto Boliviano del Aprendizaje (IBA) ofertaba una propuesta curricular de formación técnica de mano de obra calificada para adultos en la modalidad de enseñanza acelerada y nocturna.

En 1995, con la creación del centro de educación alternativa acelerada para adultos CEMA, EBA en la modalidad de educación a distancia, con la finalidad de apoyar en la formación del Bachillerato pedagógico y andragógico facilitar la continuidad en la formación superior del estudiante joven y adulto a continuar con esfuerzo.

En los últimos tiempos se vive un momento de cambio y transformaciones de las políticas socioeducativas, de ahí se presenta un nuevo Sistema Educativo Plurinacional, el mismo, dispone que la educación sea un derecho fundamental para todas las personas.

Es una opción educativa que se ofrece a los jóvenes y adultos, se organiza en Educación Primaria de Adultos (EPA). Educación Secundaria de adultos (ESA) y educación técnica de adultos (ETA), modalidades que se ofrecen al educando a partir de 15 años de edad.

Las personas jóvenes y adultos, deberán aprovechar las oportunidades educativas destinadas a satisfacer las necesidades básicas de aprendizaje, una educación acelerada con las modalidades educativas para la población. Porque estas personas no han sido parte de la educación regular por diferentes razones, una oportunidad está los centros de educación nocturno. Estos están en conformidad a los intereses, necesidades, edad y características socioeconómicas y socioculturales de la población usuaria de educación de adulto.

La educación alternativa como área del sistema educativo boliviano, mantiene tres modalidades.

- Educación de adultos
- Educación permanente
- Educación especial

1.2.2. La Resiliencia

A nuestro país se lo considera que se encuentra en vías de desarrollo, sufre procesos de empobrecimiento y desigualdades sociales, generando frustración y resentimiento. Sin embargo, todos los seres humanos poseen la capacidad resiliente, capacidad que permite poder enfrentar día a día los eventos negativos que acontecen. En esos enfrentamientos se ponen a prueba las fortalezas y capacidades de cada individuo, como así también se practican posibles soluciones que promuevan cambios para reducir la inequidad y el sufrimiento.

La Resiliencia puede ser entendida como “La capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad” (Grotberg, 2008). Otras definiciones exponen: “Se denomina en la actualidad resiliencia a lo que se entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas” (Melillo, 2000, P. 85). Estos dos

conceptos son similares, en general en las diversas definiciones persisten ciertas nociones claves, tales como: riesgo, amenaza al desarrollo humano, adversidad, dolor o estrés.

La resiliencia implica una cierta referencia moral, implica que la persona debe superar la situación de adversidad que lo atraviesa dentro de las normas culturales bajo las que se encuentre inmerso. La resiliencia en sí misma es una propuesta de superación constante a la separación entre objetividad y subjetividad, nos conduce a indagar sobre el hombre y su devenir.

En relación a esto Galende (2008) plantea que la resiliencia centra su atención particularmente en las víctimas y en los factores de riesgo, como así también forma parte de la experiencia común de aquellas personas que tuvieron éxito frente a la adversidad y pudieron enriquecerse a partir de la experiencia.

Peña (2009) describe la resiliencia como la “capacidad humana universal que se manifiesta cuando un individuo se ve expuesto a condiciones de riesgo o adversidades, permite afrontar de modo efectivo dichos eventos y salir fortalecido o transformado positivamente por ellos. Este proceso se da en una interacción recíproca entre las influencias del ambiente y el individuo, a través de la adaptación o transformación constructiva y conduce a un desarrollo sano y productivo”.

Pese a las distintas definiciones existentes, que en su mayoría se diferencian por la teoría de base que las origina y en los contextos que se aplican, existen aspectos que se comparten, que hay ciertas características que el concepto implica necesariamente. Primero, el experimentar éxito a pesar de exponerse a situaciones de riesgo; segundo, adaptarse a la adversidad manteniendo las competencias personales, y finalmente, salir favorecido y tener un ajuste positivo tras la crisis.

Las intervenciones en resiliencia, ya sean a nivel individuales o colectivas, persiguen el objetivo fundamental que es promover comportamientos resilientes que asegure el desarrollo sano de los sujetos que se encuentran o encontraron en riesgo. Al respecto Galende (2008) plantea que se debe actuar sobre los vínculos que se establecen entre los sujetos vulnerables y el medio que los rodea, potenciando sus capacidades resilientes.

1.2.2.1 Construyendo la resiliencia

La resiliencia se construye a lo largo de toda la vida junto al acompañamiento de otros factores significativos, como ser un entorno. Lo que contribuye a sobreponerse de cualquier tipo de padecimiento es la posibilidad de buscar y descubrir recursos internos que posea el individuo y al mismo tiempo pueda ser beneficiario de recursos externos que se desplieguen alrededor de él.

Es posible construir la resiliencia a partir de la interacción del individuo con su entorno, tomando en cuenta factores internos, externos, de riesgo y protectores. Mediante la promoción de los mecanismos protectores propios de cada uno en interacción con el entorno protector y facilitador, se intenta lograr la superación de las situaciones adversas. Esta indica que la resiliencia es un refuerzo a la capacidad y los recursos internos de la persona, ya que estos son los que contribuirán en la superación de las situaciones dolorosas, por las cuales la persona se ve atravesada, mejorando así su calidad de vida.

Las personas que demuestran habitualmente ser resilientes (ser capaces de enfrentar la adversidad, superarla y lograr salir fortalecido o transformado por esta), no son personas especiales o con mayores capacidades que otras, todos pueden ser resilientes, el desafío está en poder promoverlo desde lo individual, familiar y social, siendo necesario poner en juego diversas áreas del conocimiento.

1.2.2.2. Características de la resiliencia

Todo sujeto tiene la capacidad para poder ser resiliente, y poder así enfrentar los eventos negativos de la vida. Este enfrentamiento hace que el sujeto sea más sensible y fuerte, lo convierte en un ser resiliente, lo cual genera mayor conciencia para promover cambios que reduzcan el sufrimiento.

Hay que tener presente que la resiliencia no es una característica estable de la persona, sino una capacidad que se va construyendo en interacción con el entorno durante toda la vida, según Simpson (2008, P. 55):

- “No es absoluta: No implica invulnerabilidad, ni negar el pasado doloroso, sino superarlo.

- Resulta de la interacción con el medio social: Éste debe ser la malla, la red que sostiene al sujeto en este tejido.
- No significa recuperarse o volver al estado inicial: como se plantea en la acepción física del término, sino es una manera distinta de vivenciar situaciones conflictivas, lo que ayuda al sujeto a vivir nuevas experiencias”.

1.2.2.3. El sujeto resiliente

Entre estos pilares, Suárez Ojeda (1997. Citado por Melillo y otros, 2001) menciona:

- a. **Introspección:** Capacidad de poder preguntarse a sí mismo y darse una respuesta sincera, es consecuencia del desarrollo equilibrado de la relación de las tres instancias psíquicas: yo, súper yo e ideal del yo. Se pone en juego aquí la autoestima del sujeto.
- b. **Independencia:** Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.
- c. **Capacidad de relacionarse:** Ésta es una consecuencia de la necesidad vital que manifiesta todo ser humano. Es la habilidad para establecer lazos e intimidad con otra gente, para equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros.
- d. **Iniciativa:** Exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Implica una relación adecuada entre el súper yo e ideal del yo.
- e. **Humor:** Encontrar lo cómico en las situaciones poco agradables para la persona. Esto muestra como la percepción de una situación puede reconfigurarse súbitamente y producir un cambio de efecto y comportamiento del sujeto. Mediante el humor el sujeto rehúsa sentir lo doloroso de la realidad, aunque sin desconocerla ni desmentirla. Significa un triunfo del yo a pesar de lo desfavorable de las circunstancias reales.

- f. **Creatividad:** Sería la capacidad que tiene el individuo para generar condiciones de vida aptas para los deseos y ambiciones, en otras palabras, constituye la capacidad de generar las condiciones de satisfacción en el mundo.
- g. **Moralidad:** Consecuencia de extender el deseo personal de bienestar hacia otras personas, capacidad de comprometerse con valores; este elemento ya es importante desde la infancia, pero sobre todo a partir de los diez años.
- h. **Autoestima consistente:** Es la base de los demás pilares y fruto del cuidado afectivo consecuente del niño por parte de un adulto significativo.

De acuerdo a Grotberg (2003) existen una serie de estudios que enumeran características o factores resilientes que colaboraban en la identificación de aquello que resultaba útil y efectivo en el momento de superar la adversidad. La misma autora las organiza en factores de apoyos externos (que promueven la resiliencia), la fuerza interior (que se desarrolla a través del tiempo y que sostiene a aquellos que se encuentran frente a alguna adversidad) y por último los factores interpersonales (siendo estos la capacidad de resolver problemas cuando se debe enfrentar la adversidad). Luego Grotberg (1995) sintetiza y organiza los factores en “Yo tengo, Yo soy, Yo puedo”. Los cuales se definen como:

1. **Yo tengo** (apoyo externo). Una o más personas dentro del grupo familiar en las que puedo confiar; una o más personas fuera de mi entorno familiar en las que puedo confiar; límites en mi comportamiento; personas que me alientan a ser independiente; buenos modelos a imitar, acceso a la salud, educación, servicios de seguridad y sociales que necesito.
2. **Yo soy** (fuerza interior): Generalmente tranquilo y bien predispuesto, alguien que logra aquello que se propone y que planea para el futuro; una persona que se respeta a sí misma y a los demás; responsable de mis propias acciones y acepto sus consecuencias; seguro de mí mismo, optimista, confiado y tengo muchas esperanzas.

3. **Yo puedo** (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos): Generar nuevas ideas o nuevos caminos para hacer las cosas; realizar una tarea hasta finalizarla (P. 20-21).

Estos factores pueden promoverse por separado, pero cuando la persona se enfrenta con una circunstancia adversa se combinan los factores de cada una de las categorías según la necesidad. Muchas de las personas disponen de estos recursos, sólo que a veces desconocen que los tienen o simplemente no saben cómo utilizarlos frente a la adversidad.

Puede suceder que el accionar resiliente se concentre en ciertas áreas y no en otras, quizás resulta más fácil aplicar estos recursos en aquellas circunstancias sobre las cuales se tiene conocimientos, no siendo así en situaciones nuevas o de alto riesgo, experimentando la pérdida de control ante la situación.

1.2.2.4. Promover la Resiliencia

Recordemos que la resiliencia puede ser promovida en cualquier etapa de la vida de una persona, esto puede pensarse en términos de ladrillos para la construcción del crecimiento y el desarrollo, cada uno de ellos se corresponde con las edades y etapas de crecimiento comunes a todas las personas. “Estos ladrillos están compuestos por la confianza, la iniciativa, la aplicación, la identidad, la intimidad, la capacidad para generar y la integridad” (Grotberg, 2003, P. 22).

El principal factor a desarrollar para promover la resiliencia debe corresponderse con la etapa de desarrollo que el niño, joven o adulto esté transitando. Para esto, es importante realizar una revisión teniendo en cuenta cuales son los factores resilientes que han sido desarrollados hasta ese momento en la persona.

- a. El primer factor que se debe desarrollar en niños y jóvenes es la **confianza**, siendo esta la base para los siguientes factores resilientes. Cuando logran desarrollar la confianza en ellos mismos comienzan a establecer relaciones de confianza con otros. Si la persona no puede confiar en sí misma puede ocurrir que se vuelva dependiente de otros por sentir que estos son mejores que él. Por esta razón es importante a la hora de promover la resiliencia en niños y jóvenes construir una

relación de confianza. A partir de la confianza con los otros, se preparan para aceptar límites e imitar modelos (yo tengo), son capaces de ser solidarios y optimistas (yo soy), y de establecer relaciones interpersonales exitosas (yo puedo).

- b.** La **autonomía** sería el siguiente factor a desarrollar. Esta se define como “Independencia, libertad, la capacidad de tomar nuestras propias decisiones” Cuando los niños y jóvenes comienzan a ser autónomos la voluntad y el deseo de aceptar límites en sus conductas se fortalece (yo tengo), se promueve el respeto de ellos mismo y de los demás, siendo activada la empatía y la solidaridad como así también el hacerse responsable de sus propios actos (yo soy), se comienza a ver un mayor manejo de sus sentimientos y emociones (yo puedo). Se considera a la autonomía como pilar fundamental para la promoción de la resiliencia y para reforzar otros pilares ya activados.
- c.** El siguiente punto es la **Iniciativa**, “siendo esta la capacidad y la voluntad de hacer las cosas. Tener la voluntad y posibilidad de probar es importante para generar la iniciativa, en todos los ámbitos de la vida se requiere tener iniciativa, ya sea para el arte, la ciencia, la resolución de problemas, etc.
- d.** Cuando se estimula la iniciativa, se refuerza la **confianza** con los otros, se pueden reconocer los límites del comportamiento (yo tengo), se refuerza la sensación de sentirse tranquilos y predispuestos, mostrarse responsable de las acciones realizadas, como así también seguros de contar con capacidades (yo soy). Al sentir confianza por los objetivos logrados se estimulan nuevas ideas o modos de hacer las cosas, pudiendo expresar lo que se piensa y siente, manejar las propias conductas y pedir ayuda cuando se lo considere necesario (yo puedo).
- e.** El siguiente corresponde a la **aplicación** que se define como “el poder llevar adelante una tarea de manera diligente”. Esta se desarrolla en el transcurso del colegio, perfeccionándose las habilidades académicas como sociales. Dentro de la categoría (yo tengo) es importante destacar los buenos modelos a imitar y el poder comenzar a ser independientes, luego en la categoría (yo soy) lo que se pretende

es que el sujeto sea responsable de sus acciones logrando establecer objetivos y planificar para el futuro. Seguidamente en la categoría (yo puedo) se debe poder realizar una tarea hasta finalizarla, resolver problemas y pedir ayuda cuando se considere necesario.

- f. La última, el desarrollo de la **identidad**, este pilar completa los cinco pilares fundamentales de la resiliencia, toma de cada etapa evolutiva los factores resilientes más importantes y los integra para poder utilizarlos frente a alguna situación adversa. Para poder promover la identidad es necesario poder desarrollar capacidades interpersonales, sobre todo aquellas que contribuyan en la resolución de los conflictos.

Para lograr el desarrollo y la integración de los pilares de la resiliencia es importante tener en cuenta y destacar ciertas pautas, como:

1. Equilibrar la autonomía con la ayuda.
2. Moderar las consecuencias de los errores con amor y empatía para que el joven se permita el fracaso sin sentir temor a la pérdida de la aprobación.
3. Dialogar y negociar sobre algunos límites para aumentar la independencia.
4. Incentivar al adolescente a aceptar la responsabilidad de las consecuencias de su comportamiento, mientras se le demuestra confianza.
5. Alentar y moderar la flexibilidad para elegir distintos factores resilientes cuando una situación adversa cambia.

Es importante tener en cuenta que la promoción de la resiliencia implica los atributos del sujeto como así también la combinación de estos con el medio ambiente, la familia, la sociedad y la cultura, con lo cual al hablar de resiliencia se debe considerar la complejidad propia de un proceso que se lleva a cabo en un sistema de interacciones, donde el sujeto es una parte del todo.

1.2.2.5. Adversidades y Resiliencia

Cuando la persona es sorprendida por la adversidad, es posible que se genere cierto grado de estrés, siendo este el desencadenante de algún tipo de enfermedad y/o padecimiento; ante un acontecimiento traumático se produce un corte en el yo del sujeto, que a diferencia de los mecanismos de defensa, se apunta en este caso al desenvolvimiento de los recursos con que el sujeto cuenta para poder superar los efectos del padecimiento, o sea potenciar las capacidades y habilidades no afectadas por el hecho traumático para poder asimilarlo, procesarlo y utilizarlo como una herramienta para el crecimiento personal.

La resiliencia comienza a activarse cuando la persona experimenta adversidad, la cual debe ser enfrentada y superada lo antes posible. La secuencia de respuestas ante la adversidad es: prepararse para sobrevivir a mediante y aprender de (Grotberg E, 2003). Así mismo, el problema es mayor cuando la persona ya se encuentra atravesada por la adversidad, se generan reacciones que no suelen ser proactivas, por ende, se va perdiendo el control de la situación.

CAPÍTULO II

PLANIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

2.1. DEFINICIÓN DEL ÁREA

El aprendizaje es el resultado de la vinculación entre la psicología y la educación, de ahí que “La psicología educativa pretende comprender y mejorar los procesos de enseñanza y aprendizaje. Los psicólogos educativos ofrecen sus propios conocimientos y métodos, pero también se valen de los conocimientos y los métodos de la psicología y otras disciplinas relacionadas con el estudio del aprendizaje y la enseñanza en situaciones cotidianas” (Woolfolk, 1996, P.19). El trabajo de intervención “técnicas psicoeducativas” es para mejorar la resiliencia en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del CEA “Corea” de la Ciudad de El Alto, es un conjunto de actividades desarrolladas a través de técnicas psicoeducativas orientadas a fortalecer las capacidades resilientes, específicamente en las dimensiones, como: las habilidades para la vida, fortaleza interna y habilidades para la acción.

La construcción de la resiliencia desde el punto vista de un desarrollo individual considera que el “concepto de la resiliencia forma parte de las interacciones con su entorno, en el ecosistema formado por el individuo, su familia y otros ámbitos sociales más o menos próximos: la escuela, la comunidad amplia y otros factores socioculturales vigentes en cada momento histórico. La construcción de la resiliencia depende del funcionamiento de los factores individuales, familiares y socioculturales y sus continuas interdependencias” (Revista de psicodidáctica, 2005, P.70)

De este modo el presente trabajo está vinculado a la psicología con el tema de la resiliencia, apoyándose en autores que lo definen, como: Un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad, de los cuales se distinguen tres componentes:

1. La noción de adversidad.
2. La adaptación positiva o superación de la adversidad.

3. El proceso considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales” (Luthar, S., Cicchetti, D. & Becker B, 2000, P. 543)

Y, por último, con el libro “La resiliencia en el mundo de hoy” en el que indica “la resiliencia es la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad” (Grotberg, 2009, P. 25)

2.2. DISEÑO DEL PLAN DE ACCIÓN CONFORME AL ÁREA DE INTERVENCIÓN

El trabajo de intervención es titulado: “Técnicas psicoeducativas, para mejorar la resiliencia en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del CEA “Corea” de la Ciudad de El Alto”, el que se define de la siguiente manera:

Cuadro 2

Área de intervención

Área	Población	Tipo de intervención
Psicología Educativa	Adultos mayores de 18 años	Desarrollo y formación

2.2.1. Plan de acción

2.2.1.1. Diagnostico

El trabajo de intervención usará técnicas e instrumentos de índole cualitativo, que se centra en describir los factores resilientes en personas adultas de ambos géneros, mediante un cuestionario estructurado para el pre test y la prueba RESI-M para el post test.

La población serán personas adultas, que para pertenecer a la etapa de aprendizajes especializados deben tener la edad mínima de 18 años de edad, basados en la norma “Suele afirmarse que es el conjunto de personas mayores de 15 años que han abandonado el sistema de educación formal o los que nunca ingresaron en él, por no haber tenido la oportunidad” (Bolivia:Decreto Supremo 23950. Artículo 67 de 1 de febrero de 1995) son los que acceden a este subsistema de educación.

La muestra seleccionada es de carácter intencional, se trabaja con sujetos mayores y con dificultades de afrontamiento ante el bombardeo de factores estresantes.

Las técnicas para la recolección de datos fueron a través del cuestionario estructurado de la resiliencia y la prueba RESI-M:

Los instrumentos que se contemplan son: el cuestionario y la escala de resiliencia para adultos.

Aplicación del pre-test.

La primera prueba que se aplicó es el cuestionario elaborado con preguntas estructuradas. Como base para el cuestionario fueron las fuentes interactivas de la resiliencia: “Yo tengo”, “Yo soy”, “Yo estoy”, “Yo puedo” (Grotberg, 2002) teniendo en cuenta las características de los estudiantes (Ver Anexo 2).

Aplicación del post-test

Al finalizar el desarrollo de las actividades de las técnicas psicoeducativas, se aplicó la prueba RESI-M.

La escala contiene 43 preguntas, 54 opciones de respuesta en escala Likert: nunca, algunas veces, casi siempre y siempre. Evalúa la resiliencia partiendo de cinco dimensiones y una puntuación alta refleja fortaleza en cada una de ellas, que son:

(1) Fortaleza y confianza en sí mismo (preguntas 1 al 19)

Claridad en los objetivos, esfuerzo para alcanzarlos, confianza en sí mismos, optimismo, y tenacidad que presentan los individuos.

(2) Competencia social (preguntas 20 al 27).

Competencia de los individuos para relacionarse con los demás, facilidad para hacer amigos, hacer reír a las personas y disfrutar de una conversación.

(3) Apoyo familiar (preguntas 28 al 33).

Apoyo que brinda la familia al individuo, lealtad entre los miembros de la familia y la existencia de visiones similares de la vida, así como la existencia de tiempo compartido.

(4) Apoyo social (preguntas 34 al 38).

Apoyo de amigos en momentos difíciles, personas dispuestas a ayudar, dar aliento y se preocupen por el individuo.

(5) Estructura (preguntas 39 al 43).

Capacidad de las personas para organizarse, planificar actividades y el tiempo, así como tener reglas y actividades aún en momentos difíciles (Ver Anexo 3).

2.2.1.2. Objetivos

A. Objetivo General:

Fortalecer las capacidades resilientes en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del Centro de Educación Alternativa “Corea”, que permitan potenciar sus propios recursos, mediante la aplicación de técnicas psicoeducativas.

B. Objetivos Específicos

- Promover el desarrollo de características y capacidades resilientes como estrategias y recursos para afrontar circunstancias y eventos estresantes.
- Estimular el reconocimiento de las propias emociones y el autocontrol de las mismas.
- Generar espacios de contención emocional en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del CEA “Corea”.
- Desarrollar habilidades que contribuyan a mejorar la resiliencia en los adultos.

2.2.1.3. Estrategias de intervención

La metodología vivencial para el trabajo de intervención “Técnicas Psicoeducativas” para mejorar la resiliencia en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del CEA

“Corea” de la ciudad de El Alto, es generar espacios que posibiliten vivencias a través de una secuencia de momentos de reflexión y que estas se conviertan en experiencias.

La planificación de las acciones a realizarse es:

1. Identificación del contexto
2. Identificación del problema
3. Objetivos: generales y específico
4. Identificación de técnicas e instrumentos
5. Planificación de las actividades: técnicas psicoeducativas
6. Aplicación del trabajo de intervención
7. Análisis y descripción de los resultados
8. Planteamientos de propuestas futuras

La Coordinación de la intervención, el desarrollo de la intervención está a cargo de la postulante, de acuerdo a la planificación de las actividades y el cronograma. El rol, de la misma, es inductivo, tolerante ante las necesidades y capacidades de los participantes, considera las características de la población, crea contenidos flexibles y dinámicos adaptados a la modalidad semi presencial, debido a la situación sanitaria que se enfrenta por el COVID 19.

Lugar y horario, la intervención se realiza en instalaciones del Centro de Educación Alternativa “Corea”, el presencial en el horario del turno tarde (14:00-15:30) y el virtual en horario a convenir con la Institución.

Se desarrolló las actividades en una extensión de 4 encuentros con un tiempo de una y media de hora de duración aproximadamente, se pactó con la institución previamente los momentos de la aplicación.

2.2.1.4. Técnicas e Instrumentos

Las técnicas e instrumentos utilizados en el proceso de intervención tienen como fin fortalecer las capacidades resilientes de los participantes adultos y para el logro de los objetivos se trabajó con las siguientes técnicas e instrumentos:

Técnicas:

1. **Explicación teórica**, se realiza una explicación breve, con un lenguaje sencillo y claro sobre los conceptos más importantes del tema, evitando posibles distorsiones del concepto.
2. **Técnicas psicoeducativas a ejecutarse**, en este momento se pone en práctica todas las técnicas psicoeducativas que los adultos desarrollan de manera oral, escrita, con movimientos o gestos, y algunos de manera virtual. Estos están acorde a las temáticas que se desean que aprendan los participantes, entre estos están:

Técnica: Autorevelación.

Técnica: Con iniciativa e imaginación.

Técnica: Yo soy...

Técnica: El FODA personal.

3. **Espacios de reflexión**, en este espacio se socializa ideas, opiniones, sentimientos, emociones, afectos y experiencias de forma grupal o individual.

Instrumentos:

1. **Fichas de aprendizaje**: Para socializar sus apreciaciones ante una actividad, presentan fichas, exponiendo a todo el grupo.
2. **Diapositivas**: Se prepara explicaciones breves y didácticas para la comprensión clara de los conceptos; estos son presentados al inicio de cada actividad.

3. **Ficha de evaluación:** Esta acción sirve para evaluar el alcance de los objetivos de cada encuentro y son analizados en los diferentes encuentros.
4. **Cuadros prediseñados:** Se elaboran cuadros según la actividad, que deben ser trabajados por los participantes, estos son preparados en fotocopias.

2.2.1.5. Actividades

Las actividades están dirigidos a los participantes adultos de Aprendizajes Especializados del CEA “Corea” de la Ciudad de El Alto. Se desarrolló en una extensión de 4 encuentros, con un tiempo de dos horas cada una, dos veces por semana, las que son estipuladas previamente con la institución.

En los encuentros se aplicó diferentes técnicas psicoeducativas, se realizan explicaciones de los contenidos, dinámicas, reflexiones y presentación de fichas. Es necesario hacer conocer que por motivos de la pandemia COVID 19 e instrucción del Ministerio de Educación y Culturas, las actividades académicas de la gestión 2021 se desarrollaron bajo tres modalidades: presencial, semipresencial y a distancia; para el cual será necesario la adecuación de las actividades según las necesidades y demandas de los participantes.

La finalidad de la aplicación de las técnicas psicoeducativas en los participantes, es que aprendan de las experiencias y se fortalezcan sus capacidades resilientes; para que éstas sean aplicadas en su vida cotidiana. Es por ello, que los contenidos planificados se desarrollaron de forma gradual, clara y simple.

Cabe considerar que las intervenciones virtuales se realizaron por video conferencias y diapositivas; se determinó las plataformas de trabajo previo acuerdo con la institución. Con estas actividades se proponen favorecer a la reflexión, la crítica en relación a su vida y el cambio de hábitos.

En este sentido, las actividades se organizaron en tres módulos: habilidades para la vida, Fortaleza interna y habilidades para la acción; cada uno de ellos con un objetivo, con explicaciones de cómo se desarrollan cada una de las técnicas psicoeducativas, los recursos necesarios y la valoración de los mismos.

Cuadro 3

Contenido de las actividades

ENCUENTRO	CONTENIDOS
Encuentro de Presentación	Dinámica de bienvenida. Explicación de las actividades y los objetivos. Explicación de la resiliencia.
Desarrollo de los módulos	Módulo I Habilidades para la Vida Encuentro 1: Asertividad/ independencia Encuentro 2: Creatividad
	Módulo II Fortaleza Interna Encuentro 3: Autoestima
	Módulo III Habilidades para la acción Encuentro 4: Proyecto de vida
	Cierre Dinámica: intervención de los participantes. Reflexión por parte de la responsable de la intervención.

Nota: El cuadro 3, se observa el resumen los contenidos de intervención. Se inició con la presentación de los contenidos a desarrollarse, seguido con el desarrollo de los tres módulos: habilidades para la vida, fortaleza interna y habilidades para la acción (realizado en diferentes fechas); en cada módulo se realizó encuentros, en cada uno se plasmó diferentes técnicas psicoeducativas, como ser: autorevelación, con iniciativa e imaginación, yo soy... y FODA personal; por último, el cierre de reflexión y agradecimiento por la participación.

A. Módulo I: Habilidades para la vida/apoyo externo - “yo tengo”

Las habilidades para la vida, son destrezas psicosociales que facilitan a las personas afrontar en forma efectiva las exigencias y desafíos de la vida diaria, es decir, son destrezas psicosociales para aprender a vivir.

Las habilidades para la vida son genéricas, o sea que una misma habilidad tiene aplicación en distintas situaciones cotidianas y de riesgo psicosocial.

Un elevado nivel de desarrollo en habilidades para la vida facilita a la persona: tener éxito en los procesos de negociación, mejorar su credibilidad, respeto, reconocimiento y asume el liderazgo de manera exitosa.

Encuentro 1: Asertividad/ independencia

Objetivo: Fomentar la importancia de la comunicación de lo que uno piensa, quiere y siente haciendo prevalecer sus derechos y respetando de otros.

Procedimiento:

1ª Se realiza la explicación teórica de la: “**La asertividad**”, tema para que los participantes potencien sus relaciones sociales y personales, esta es la clave en las habilidades sociales es saber comunicarse con asertividad y empatía; para sustituir esa comunicación agresiva e incluso pasiva.

Se resalta temas como:

- La asertividad en el trabajo y familia, permite llegar acuerdos más fácilmente y obtener los beneficios de un buen clima psicológico.

2ª A continuación se trabaja la Técnica psicoeducativa: “Autorevelación”

- Se trabajó en grupos de 4 personas.
- Se comienza trabajando la Ficha 1. Puntualizamos aspectos positivos de la persona, indicamos algo que se puede mejorar de ella y las palabras de aliento que se puede emplear (Ver Anexo 4).

3ª Espacio de reflexión:

- Se explica en plenaria la importancia de expresar lo que uno piensa, quiere y siente; ¿Por qué respetar los derechos de uno y de los demás? Ficha 2 (Ver Anexo 5).

4ª Llenado del control de evaluación y participación., Fichas 3 (Ver Anexo 6).

5ª Recursos

Humanos:

- Responsable del trabajo y participantes.

Materiales

- Diapositiva, proyectora, laptop, mesas, sillas, pizarra, hojas de colores.
- Marcadores, bolígrafos, tijeras, maskin.
- Fotocopias de fichas de trabajo.
- Celular para grabar y fotografías.

Encuentro 2: Creatividad

Objetivo: Promover la capacidad de la creatividad, como: intuición, imaginación, iniciativa, la creación de nuevas ideas o soluciones innovadoras para afrontar problemas de la vida cotidiana.

Procedimiento:

1ª Se inició con la explicación teórica de la: “**Importancia de la creatividad en la vida cotidiana**”, contenido con él se empieza a fortalecer la iniciativa, imaginación y creatividad, con estas se busca soluciones nuevas e innovadoras a problemas cotidianos.

Se resalta temas como:

- Pensamientos creativos.
- Factores que caracterizan a la creatividad.
- Factores que favorecen el proceso creativo.
- Factores que inhiben la creatividad.

2ª A continuación se trabajó la Técnica Psicoeducativa: Con iniciativa e imaginación.

- Se trabajó en grupos de 3 personas.
- Se lee una lista de problemas cotidianos, todas las respuestas conllevan a decisiones con resultado inciertos, Ficha 4 (Ver Anexo 7).

- Plantean las maneras de crear soluciones innovadoras en relación a los problemas. Explican las razones por las que consideren adecuadas estas soluciones.

3ª Espacio de Reflexión: se la explica en plenaria.

- Explicar las iniciativas que motivan a imaginar la creación de soluciones positivas o asumir riesgos ante situaciones importantes.

4ª Llenado del control de evaluación y participación, Ficha 5 (Ver Anexo 8).

5ª Recursos:

Humanos

- Responsable del trabajo y participantes.

Materiales

- Diapositiva, proyectora, laptop, mesas, sillas, pizarra, hojas de colores.
- Marcadores, bolígrafos, tijeras, maskin.
- Fotocopias de fichas de trabajo.
- Celular para grabar y fotografías.

B. Módulo II: Fortaleza interna - “yo soy” “yo estoy”

La fortaleza interna, hace referencia al desarrollo de la fortaleza intra psíquica o recursos internos que cada persona puede fortalecer en su interacción con el ambiente, y que conforman su identidad y que le protegen de la adversidad. Incluye un sentido de autonomía, control de impulsos, autoestima, sentimientos de empatía y afecto.

Es muy relevante el vínculo afectivo con una persona significativa, con la cual pueda relacionarse de manera cálida y estable. Por lo tanto, este fortalecimiento tendrá como consecuencia una mejoría en la autoestima de la persona.

Encuentro 3: Autoestima

Objetivo: Generar en los participantes conciencia de que todos poseen cualidades positivas y la importancia de recibir y dar elogios.

Procedimiento:

1ª Se realiza la explicación teórica de la: “**Importancia de la Autoestima**”, tema con el que los adultos empiezan a elevar y cuidar su autoestima identificando los factores que la potencia y el cuidado de los factores que amenazan.

Se resalta temas como:

- Reconocer lo valioso que es adquirir confianza en sí mismos para resolver sus problemas de manera positiva, sin dejar acobardarse por los fracasos y dificultades que experimente.

2ª A continuación se trabaja la Técnica Psicoeducativa: “Yo soy...”

- Se trabajó primero de manera individual y luego en parejas.
- Primero, se escribe características que considere positivas de sí mismo (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades...).
- A continuación, por parejas, deben vender sus cualidades escritas. Uno hará el papel de vendedor y otro de comprador, y después cambian los papeles. El vendedor expondrá las razones por las que al comprador le conviene adquirirlos, Ficha 6.
- Finalmente, se pregunta a los participantes las dificultades que han tenido a la hora de completar la frase de “Yo soy...”, a la hora de véndelos y se anotan en la pizarra.
- De lo que se trata es hacer una comparación lo más realista posible de si (Ver Anexo 9).

3ª Espacio de Reflexión: Se explica en plenaria

- ¿Por qué a las personas les es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos en algunos momentos?
- ¿Por qué se elige modelos con quien compararse, y depende de con quién nos comparemos, nos evaluamos más positiva o más negativamente?
- Presenta: cualidades positivas de sí mismos, que consideren importantes.

4ª Llenan del control de evaluación y participación, ficha 7(Ver Anexo 10).

5ª Recursos:

Humanos

- Responsable del trabajo y participantes.

Materiales

- Diapositiva, proyectora, laptop, mesas, sillas, pizarra, hojas de colores.
- Marcadores, bolígrafos, tijeras, maskin.
- Fotocopias de fichas de trabajo.
- Celular para grabar y fotografías.

C. Módulo III: Habilidades para la acción –“yo puedo”

Las habilidades para la acción, son habilidades interpersonales o sociales de resolución de conflictos. Habilidades que le permitirán trazarse objetivos y metas que le serán útiles en su vida diaria, así como, en el cumplimiento de los mismos, sin dejarse influenciar por los demás de manera negativa y lograr realizar un proyecto de vida a corto, mediano o a largo plazo.

Encuentro 4: Proyecto de vida

Objetivo: Generar en los participantes espacios de reflexión sobre quién es y hacia dónde se dirige en su vida, visualizando las herramientas y estrategias que requieren para llegar a la meta o metas propuestas, de tal manera que decidan elaborar un proyecto de vida y se comprometan con él.

Procedimiento

1ª Se realiza la explicación teórica del: **“El Proyecto de vida”**, tema con el que los participantes empezaron a ordenar sus prioridades, valores y expectativas, para alcanzar de forma realista sus perspectivas.

Se resaltarán temas como:

- Definir objetivos y metas claras para la toma de decisiones acertadas.
- Conocer sus herramientas para lograr las metas personales.

- Focalizar su energía en lo que quiere alcanzar.

2ª A continuación se trabajó la Técnica Psicoeducativa, “El FODA personal”

- Se trabajó de forma individual.
- Llena una ficha: Piensa y escribe aquellas Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas que identifica de sí mismo, Ficha 8 (Ver Anexo 11)

3ª Espacio de Reflexión: Se explica en plenaria

- Lo que ama hacer,
- Lo que el mundo necesita.
- Por lo que les pueden pagar y sus talentos.
- Para lograr llegar a su propósito

4ª Llenado del control de evaluación y participación., Ficha 9 (Ver Anexo 12).

5ª Recursos:

Humanos

- Responsable del trabajo y participantes.

Materiales

- Diapositiva, proyectora, laptop, mesas, sillas, pizarra y hojas de colores.
- Marcadores, bolígrafos, tijeras, maskin.
- Fotocopias de fichas de trabajo.
- Celular para grabar y fotografías.

Cierre de la intervención

- Dinámica: ronda de intervención de los participantes.
- Palabras de Reflexión y conclusión por parte del responsable de la intervención.

Cuadro 4

Plan de acción

Módulo I: Habilidades para la vida/apoyo externo - “yo tengo”

ENC.	OBJETIVO	CONTENIDOS	DESARROLLO	REC.	EVAL.
1 Asertividad/ independencia	Fomentar la importancia de la comunicación de lo que uno piensa, quiere y siente haciendo prevalecer sus derechos y respetando de otros.	Explicación Teórica “La asertividad”	Introducción del tema	Responsable Diapositivas Proyectora Papel y bolígrafo Fichas de temáticas	Llena do de Fichas diseñadas
		Técnica psicoeducativa “Autorevelación”	Puntualizamos: Aspectos positivos, lo que puede mejorar y palabras de ánimo		
		Espacio de Reflexión: La comunicación asertiva	Explicación en plenaria		
2 Creatividad	Promover la capacidad de la creatividad, como: intuición, imaginación, iniciativa, la creación de nuevas ideas o soluciones innovadoras para afrontar problemas de la vida cotidiana.	Teórica “Importancia de la creatividad en la vida cotidiana”	Introducción del tema		
		Técnica psicoeducativa “Con iniciativa e imaginación”	Plantean las maneras de crear soluciones innovadoras para los problemas.		
		Espacio de Reflexión: creación de soluciones positivas	Explicación en plenaria		

Nota: Este cuadro resume la organización y desarrollo del Módulo I “habilidades para la vida”, tiene dos encuentros, el primero de asertividad/ independencia y el segundo de Creatividad

Módulo II: Fortaleza interna - “yo soy” “yo estoy”

ENC.	OBJETIVO	CONTENIDOS	DESARROLLO	REC.	EVAL.
3 Autoestima	Generar en los participantes conciencia de que todos poseen cualidades positivas y la importancia de recibir y dar elogios.	Explicación Teórica “Importancia de la Autoestima”	Introducción del tema	Responsable Diapositivas Proyectora Papel y bolígrafo Fichas de temáticas	Llenado de Fichas diseñadas
		Técnica psicoeducativa “Yo soy...”	Escribir características que considere positivas de sí mismo (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades).		
		Espacio de Reflexión: Cualidades positivas de uno mismo	Explicación en plenaria		

Nota: Este cuadro resume la organización y desarrollo del Módulo II “Fortaleza interna”, desarrollado en un encuentro: la autoestima; posee su objetivo, contenido, desarrollo de actividades, recursos y evaluación.

Módulo III: Habilidades para la acción –“yo puedo”

ENC.	OBJETIVO	CONTENIDOS	DESARROLLO	RECURSOS	EVAL.
4 Proyecto de vida	Generar en los participantes espacios de reflexión sobre quién es y hacia dónde se dirige en su vida, visualizando las herramientas y estrategias que requieren para llegar a la meta o metas propuestas, de tal manera que decidan elaborar un proyecto de vida y se comprometan con él.	Explicación Teórica “El Proyecto de vida”	Introducción del tema	Responsable Diapositivas Proyectora Papel y bolígrafo Fichas de temáticas	Llenado de Fichas diseñadas
		Técnica psicoeducativa “El FODA personal”	Piensa y escribe aquellas Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas que identifica de sí mismo		
		Espacio de Reflexión: Lo que ama hacer, el mundo necesita y lo que les pueden pagar	Explicación en plenaria		

Nota: Este cuadro resume la organización y desarrollo del Módulo III las “habilidades para la acción”, desarrollado en un encuentro, proyecto de vida; posee su objetivo, contenidos, desarrollo de actividades, recursos y evaluación.

Cuadro 4

Plan de acción

2.2.2. Cronograma

N° ACTIVIDAD	INICIO	FINAL	DURACIÓN	23/03/2021	25/03/2021	26/03/2021	29/04/2021	30/03/2021	02/04/2021	05/04/2021
ENCUENTRO 1: Asertividad/ independencia La técnica: autorevelación	23/03/202 1	25/03/202 1	2							
ENCUENTRO 2: Creatividad La técnica: Con iniciativa e imaginación	26/03/202 1	26/03/202 1	1							
ENCUENTRO 3: Autoestima La técnica: YO SOY...	29/03/202 1	30/03/202 1	2							
ENCUENTRO 4: Proyecto de vida La técnica: El FODA personal	02/03/202 1	05/04/202 1	2							

CAPITULO III

RESULTADOS DE INTERVENCIÓN

Para el procesamiento e interpretación de los resultados obtenidos en el trabajo de intervención, mejorar la resiliencia a través de las Técnicas psicoeducativas, aplicado a los adultos de la etapa de aprendizajes especializados del C.E.A. “Corea” de la Ciudad de El Alto, se realiza a una muestra de 20 sujetos comprendidos en un grupo etario de 19 a 60 años de edad.

Los resultados del registro de observación de comportamiento resiliente fueron tomados en dos momentos: el primero pre-test, al inicio de la recolección de datos fase diagnóstica, antes de la aplicación de la intervención; el segundo pos test, posterior al desarrollo de la intervención.

Asimismo, los resultados de la frecuencia de capacidades resilientes se presentan en una interpretación de pre-test, pos-test y comparación de resultados; conformado por gráficos y tablas que muestran la frecuencia de los resultados logrados, expuestos tanto a nivel general como específico.

Complementando lo expuesto, se realiza un análisis de cuestionario elaborado con preguntas estructuradas con las fuentes interactivas de la resiliencia: “Yo tengo”, “Yo soy”, “Yo estoy”, “Yo puedo”.

Para comparar el rango del pre-test y post-test en el mismo grupo se aplicará la prueba RESI-M. La escala contiene 43 preguntas, 54 opciones de respuesta en escala Likert (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre) y evalúa la resiliencia partiendo de cinco dimensiones y una puntuación alta refleja fortaleza en cada una de ellas, que son: fortaleza y confianza en sí mismo: competencia social (preguntas 20 al 27), apoyo familiar (preguntas 28 al 33), apoyo social (preguntas 34 al 38) y estructura (preguntas 39 al 43)

3.1. DESCRIPCIÓN DE LOS RESULTADOS

Para una mejor comprensión de los resultados se encuentran organizados de la siguiente manera:

- En la primera parte, se describe las características de los sujetos, obtenidas a través de un cuestionado diseñado, identificando: Edad de los sujetos, causas para el abandono del subsistema de educación regular, ocupación, responsabilidades y compromisos a cargo, y alcance de los ingresos (Ver Anexo 1).

- En la segunda parte, al inicio del trabajo de intervención, se realiza la fase diagnóstica a través del cuestionario (pre-test), destinadas a identificar los factores:
 - “Yo tengo”, con preguntas: Personas alrededor en quienes confié y me quieren, personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas, personas que quieren que aprenda a hacer las cosas por mí mismo, y personas que me ayudan cuando estoy enfermo o si estoy en peligro.

 - “Yo soy”, con preguntas: Una persona feliz, capaz de reírme cuando alguien dice algo gracioso, una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño, feliz cuando hago algo bueno para los demás, respetuoso con los demás, capaz de aprender lo que mis profesores me enseñan, agradable y comunicativo con la gente que me rodea, y capaz de ponerme en el lugar de alguien que lo pasa mal.

 - “Yo estoy”, con preguntas: Triste, dispuesto a responsabilizarme de las consecuencias de lo que hago, seguro de que todo saldrá bien, y contento con mi forma de ser (Ver Anexo 2).

- En la tercera parte, después del desarrollo de las actividades de intervención, la fase evaluativa con la comparación de resultados con la escala de resiliencia RESI-M, pos-test (Ver Anexo 3).

3.1.1. Primera Parte:

Características de los sujetos de intervención

Primeramente, se muestran los datos obtenidos de la población con la que se trabajó, relacionados con las características que se han considerado necesaria obtener en la etapa de diagnóstico de los adultos, que forman parte de la intervención. Los datos a ser

expuestos son: edad de los participantes, causas para el abandono del subsistema de educación regular, ocupación y actividades que desarrollan, responsabilidades a cargo de los participantes e ingreso de los sujetos.

Tabla 1

Edades de los participantes

Edades de los sujetos				
Edades	Varones	Mujeres	Frecuencia	Porcentaje
19- 20 años	3	3	6	30%
20-30 años	4	5	9	45%
30-40 años	2	0	2	10%
40-50 años	2	0	2	10%
50-60 años	1	0	1	5%
TOTAL	12	8	20	100%

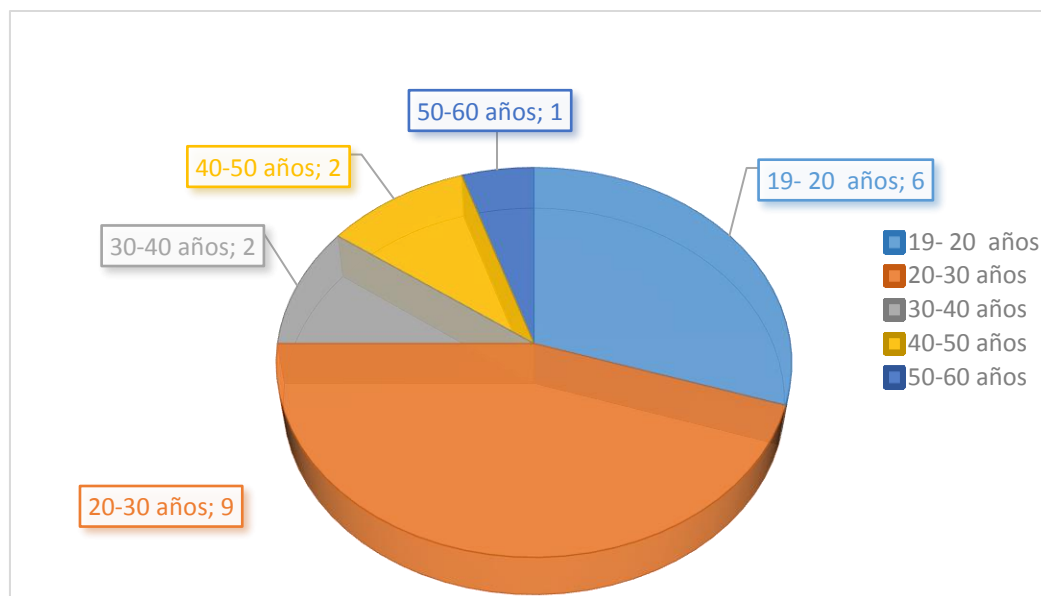
Fuente: elaboración propia

Nota: La tabla 1, del total de la población se observa que entre varones 12 y mujeres 8, indica: la mayoría de los estudiantes están comprendidos en la edad de 20 a 30 años (45 %), seguido de las edades 19 a 20 años (30%), de 30 a 40 (10%), de 40 a 50 (10%), y el menor porcentaje entre 50 a 60 (5%).

De acuerdo a los datos obtenidos de los encuestados, el promedio de edad con mayor población está entre los 20 a 30 años, el mismo está plasmado en la siguiente figura 1.

Figura 1

Edad de los participantes



Fuente: elaboración propia.

Tabla 2

Causas para el abandono del subsistema educativo regular

Abandono del subsistema de educación regular				
Causas	Frecuencia			Porcentaje
	Varones	Mujeres	Total	
Económicos	6	3	9	45%
Familiares	3	2	5	25%
Otro	1	0	1	5%
Salud	1	0	1	5%
Maternidad/paternidad	1	2	3	15%
Desigualdad	0	1	1	5%
TOTAL	12	8	20	100%

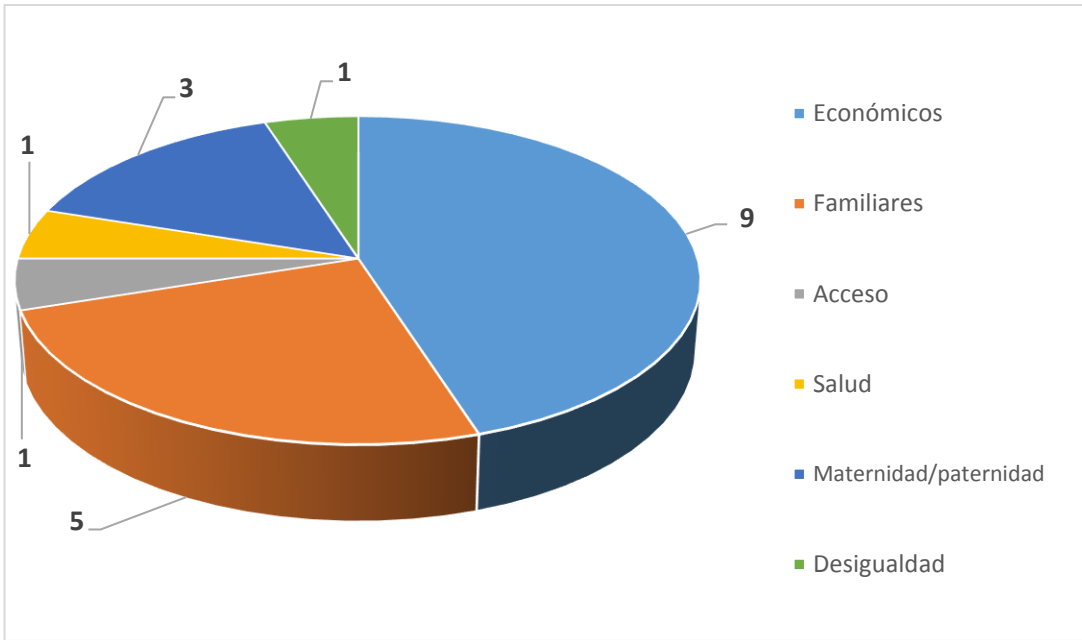
Fuente: elaboración propia

Nota: La tabla 2, brinda información sobre las causas por las que abandono del subsistema de educación regular, entre ellos: siendo preponderante los recursos económicos (45%), seguido por los familiares (25%) en ambos sexos y en tercer lugar por razones de maternidad/ paternidad (15%). En menor (5%) incidencia por razones: salud, desigualdad y otros.

La mayoría de los estudiantes sí abandonaron sus estudios por el factor económico (9), tanto en varones como en mujeres.

Se corrobora los datos obtenidos en la figura 2, que hay otras razones para abandonar los estudios.

Figura 2
Razones para el abandono del subsistema educativo regular



Fuente: elaboración propia

Tabla 3

Ocupación de los participantes

Ocupación de los sujeto				
Actividad	Frecuencia			Porcentaje
	Varones	Mujeres	Total	
Desempleado	0	2	2	10%
Comerciante	3	3	6	30%
Empleado	3	1	4	20%
Chofer	2	0	2	10%
Artesano	3	0	3	15%
Agricultor	0	1	1	5%
Labores de casa	0	2	2	10%
TOTAL	12	8	20	100%

Fuente: elaboración propia

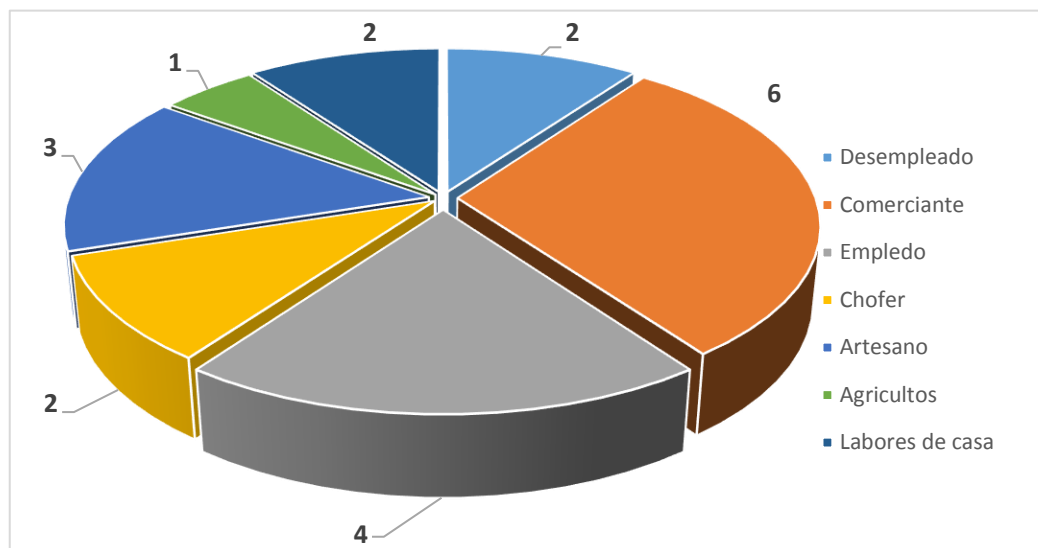
Nota: La tabla 3, muestra datos respecto a los rubros de ocupación de los participantes, siendo el preponderante el comerciante (30%), el empleado (20%), en tercero artesanos (15%), cuarto el chofer (10), desempleado (10), labores de casa (10), y por último agricultor (5%).

En cuanto al sexo, la ocupación o actividad laboral que desarrollan los estudiantes paralelamente a las clases académicas, la principal es el comercio, que le da oportunidad de ser desarrollado en diferentes horarios.

Se corrobora los datos obtenidos en la figura 3, que refleja resultados de diferentes rubros que el estudiante se desenvuelve.

Figura 3

Ocupación de los participantes



Fuente: elaboración propia

Tabla 4

Responsabilidades y compromisos a cargo del participante

Responsabilidades y compromisos a cargo del sujeto				
Responsabilidades	Varones	Mujeres	Total	Porcentaje
Económico	12	8	20	100%
Familia	10	7	17	85%
Hijos	7	6	13	65%
Trabajo	11	7	18	90%
Sociales	2	1	3	15%
Hermanos	1	1	2	10%
Padres	0	1	1	5%

Fuente: elaboración propia

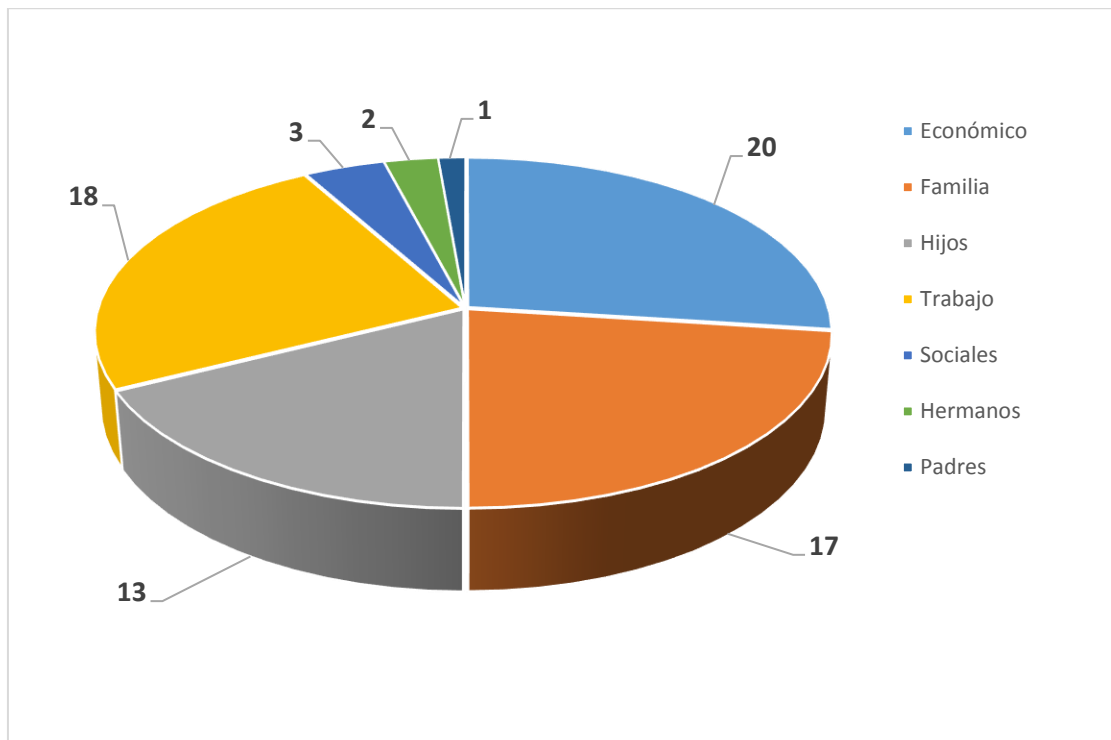
Nota: De acuerdo a los datos de la tabla 4, referente a las responsabilidades y compromisos que está a cargo de los participantes, que tanto varones como mujeres son aportantes o está comprometido para contribuir con la familia e hijos; el total de respuestas está porcentuado de acuerdo a los veinte sujetos participantes.

La mayoría (100%) de los estudiantes manifiestan a la económica, el trabajo (90 %), tercero la familia (85 %), cuarto los hijos (65 %), las obligaciones sociales (15%), los hermanos (10 %) y por último los padres (5 %).

Se corrobora los datos obtenidos en la figura 4, que refleja los resultados; así mismo los veinte sujetos, expresan: responsabilidad principal el económico 20, el trabajo 18, la familia 17, los hijos 13, compromisos sociales 3, los hermanos 2 y padres 1.

Figura 4

Responsabilidades de los participantes



Fuente: elaboración propia

Tabla 5

Alcance de los ingresos de los participantes

Alcance de los ingresos de los sujetos				
Ingresos	Frecuencia			Porcentaje
	Varones	Mujeres	Total	
Sin ingreso	0	2	2	10%
Al día	9	6	15	75%
Insuficiente	6	3	9	45%
Ahorro	3	2	5	25%

Fuente: elaboración propia

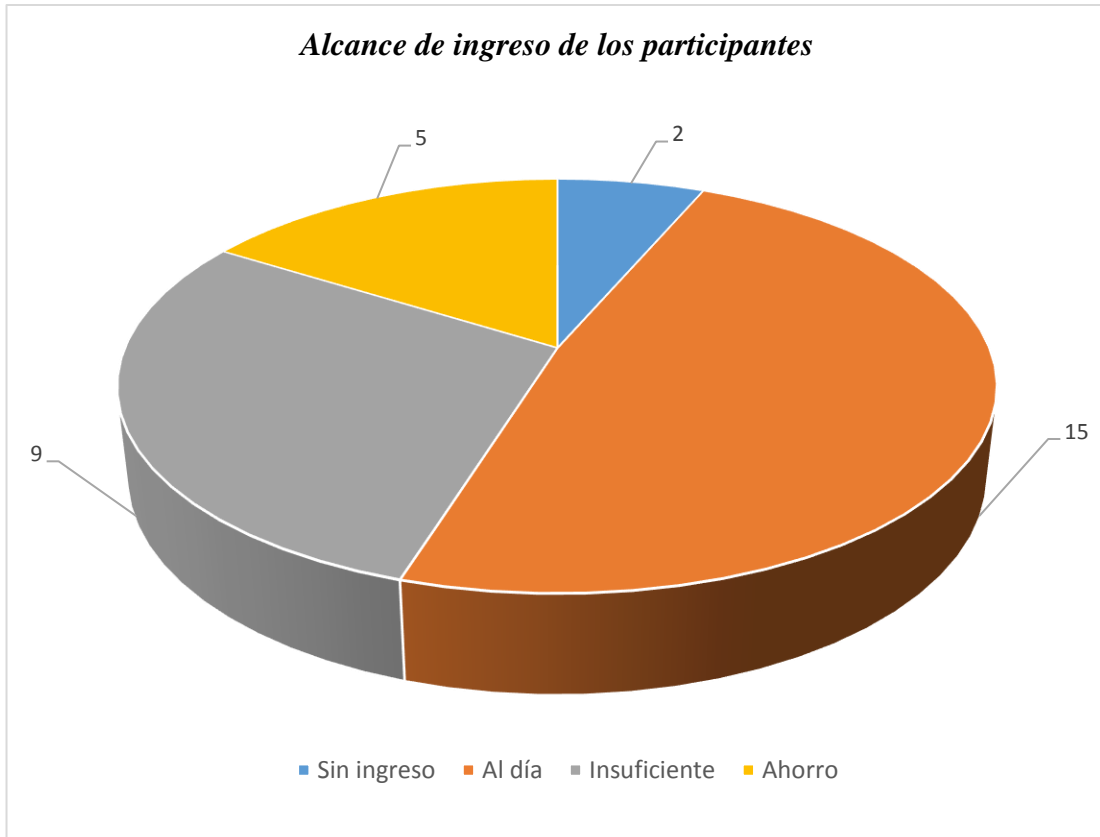
Nota: Se observa en los datos porcentajes de la tabla 5, en donde tanto varones como mujeres tienen actividades económicas con el que perciben o generan un salario, que llega a ser: al día, insuficiente, para el ahorro y sin ingresos.

El alcance de los ingresos según los gastos o necesidades que deben cubrir, es: primero es al día (75%) generado en diferentes actividades, segundo insuficiente (45%), tercero la cantidad de recursos que genera ayuda al ahorro (25%) y por último esta los sin ingresos (10%).

Se corrobora los datos obtenidos en la figura 5, que refleja los resultados, que expresan: dependen del ingreso del día (15 sujetos), indican que los ingresos son insuficientes (9 sujetos), logran ahorrar (5 sujetos), y están sin ingresos (2 sujetos).

Figura 5

Ingreso de los participantes



Fuente: elaboración propia

3.1.2. Segunda Parte:

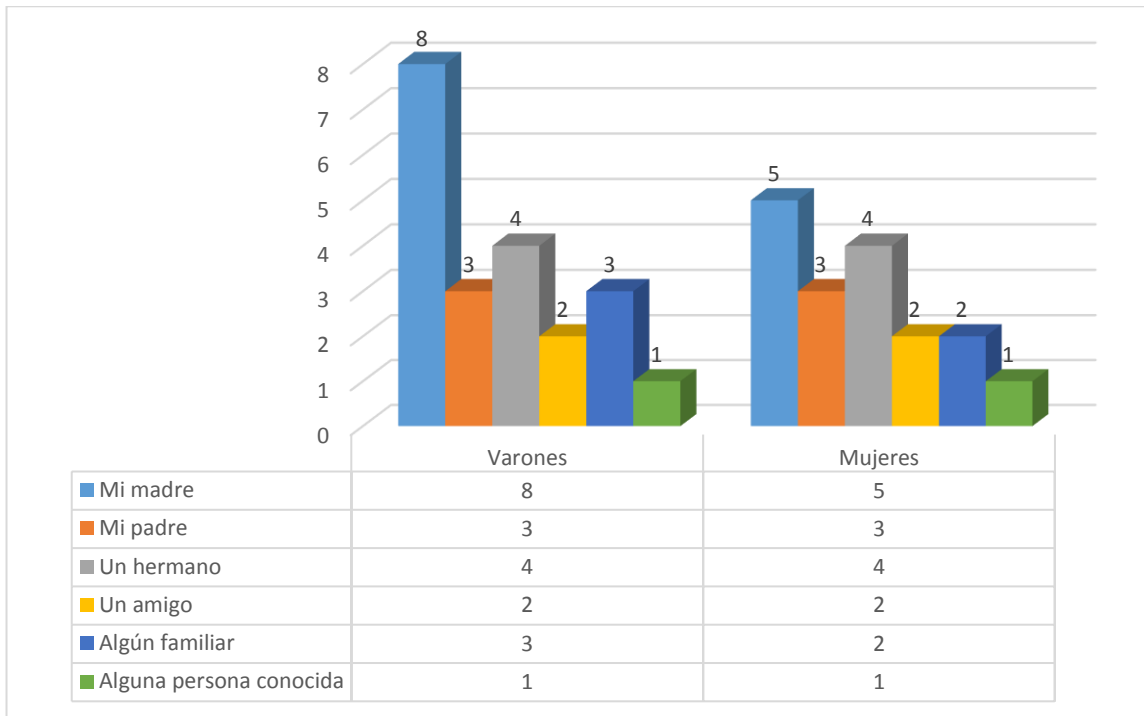
Resultados obtenidos de los factores: “yo tengo”, “yo soy”, “yo estoy” (pre-test)

Los gráficos expuestos a continuación muestran y explican las diferentes características y factores resilientes de la población de personas adultas que participan en el trabajo de intervención. Se organizó de acuerdo a las características que presentan los factores de apoyo externo (que promueve la resiliencia), la fuerza interior (que se desarrolla a través del tiempo y que sostiene a aquellos que se encuentran frente a alguna adversidad) y por último los factores internos (capacidad de resolver problemas cuando se debe afrontar a la adversidad). Se aplica el cuestionario que sintetiza estos factores: YO TENGO (apoyo externo), YO SOY (fuerza interior), YO ESTOY (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos)

A. Factor: yo tengo

Figura 6

Personas alrededor en quienes confío y me quieren



Fuente: elaboración propia

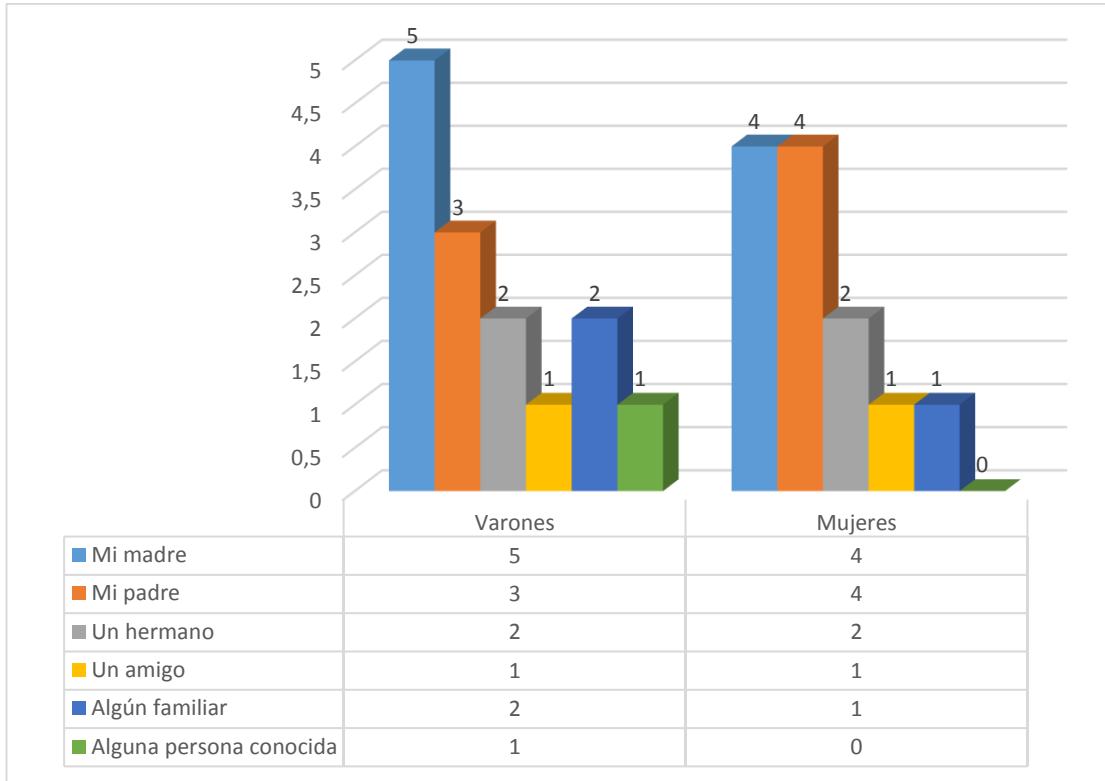
Nota: Como se observa en la Figura 6, en relación al factor “YO TENGO” y respecto a la pregunta “Personas alrededor en quienes confío y me quieren”, de un total de doce varones, refieren: como primera persona confiable la madre (8), segundo a un hermano (4), tercero algún familiar (3) o el padre (3), cuarto un amigo (2) y por último alguna persona conocida (1).

De un total de ocho mujeres, identifican: la madre (5) como confiable y persona que la quiere, a un hermano/a (4), el padre (3), un amigo (2) o algún familiar (2), y por último alguna persona conocida (1).

Estos resultados muestran la confianza hacia los padres, y no de la misma manera hacia otras personas.

Figura 7

Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.



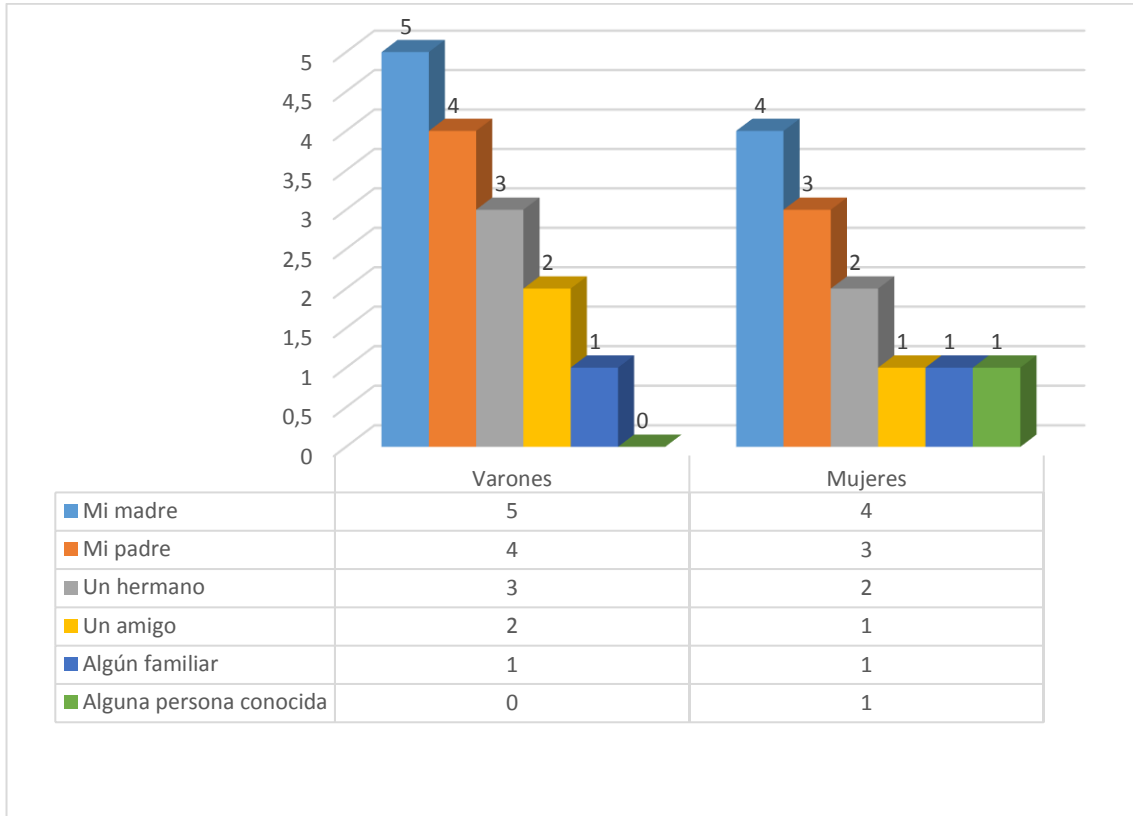
Fuente: elaboración propia

Nota: En la figura 7, con respecto a la pregunta “Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas”, se observa que en los resultados del pre-test, en lo que refiere el factor YO TENGO de un total de doce varones, expresan que: la madre (5) es la que pone límites, seguido el padres (3), los hermanos (2) o algún familiar (2), y por último un amigo (a) o alguna persona conocida (1).

Con respecto a las mujeres, considera como personas que les ponen límites para aprender o evitar peligros y problemas, como: primera la madre (4) o el padre (4), segundo el hermano/ a (2), tercero un amigo (1) o alguna familia (1) y por último alguna persona conocida (0). Estos resultados muestran que algunos padres son los que les ponen límites y no así las otras personas.

Figura 8

Personas que quieren que aprenda a hacer las cosas por mí mismo



Fuente: elaboración propia

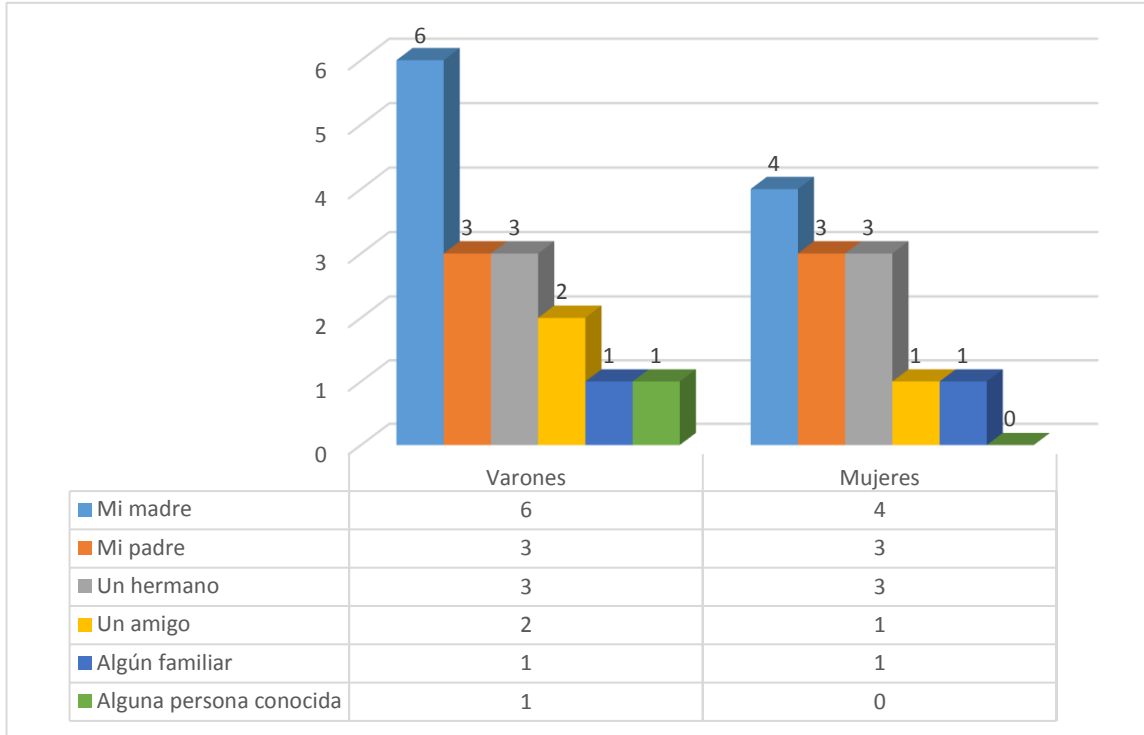
Nota: En los datos obtenidos en la figura 8, se observa que de acuerdo a las respuestas de la pregunta “Personas que quieren que aprendan a hacer las cosas por sí mismo”, de un total de doce varones, indican: a la madre (5) como motivadora, seguido por el padre (4), los hermanos (3), un amigo (2), un familiar (1) y alguna persona conocida (0).

Se observa que, en caso de las mujeres, consideran a la madre (4) como persona que quieren que aprendan por sí mismas, seguido por el padre (3), un hermano (2), y por último un amigo (1), algún familiar (1) o alguna persona conocida (1).

Estos resultados muestran, en ambos géneros, a la madre motivadora y que poya su aprendizaje.

Figura 9

Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o si estoy en peligro.



Fuente: elaboración propia

Nota: Los datos obtenidos en el pre-test representado en la figura 9, se observa que en relación a la pregunta “Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o si estoy en peligro”, de una población de doce varones, refieren: la madre (6) de la que reciben ayuda, el padre (3) o un hermano (3), un amigo (2), y por último algún familiar (1) o alguna persona conocida (1).

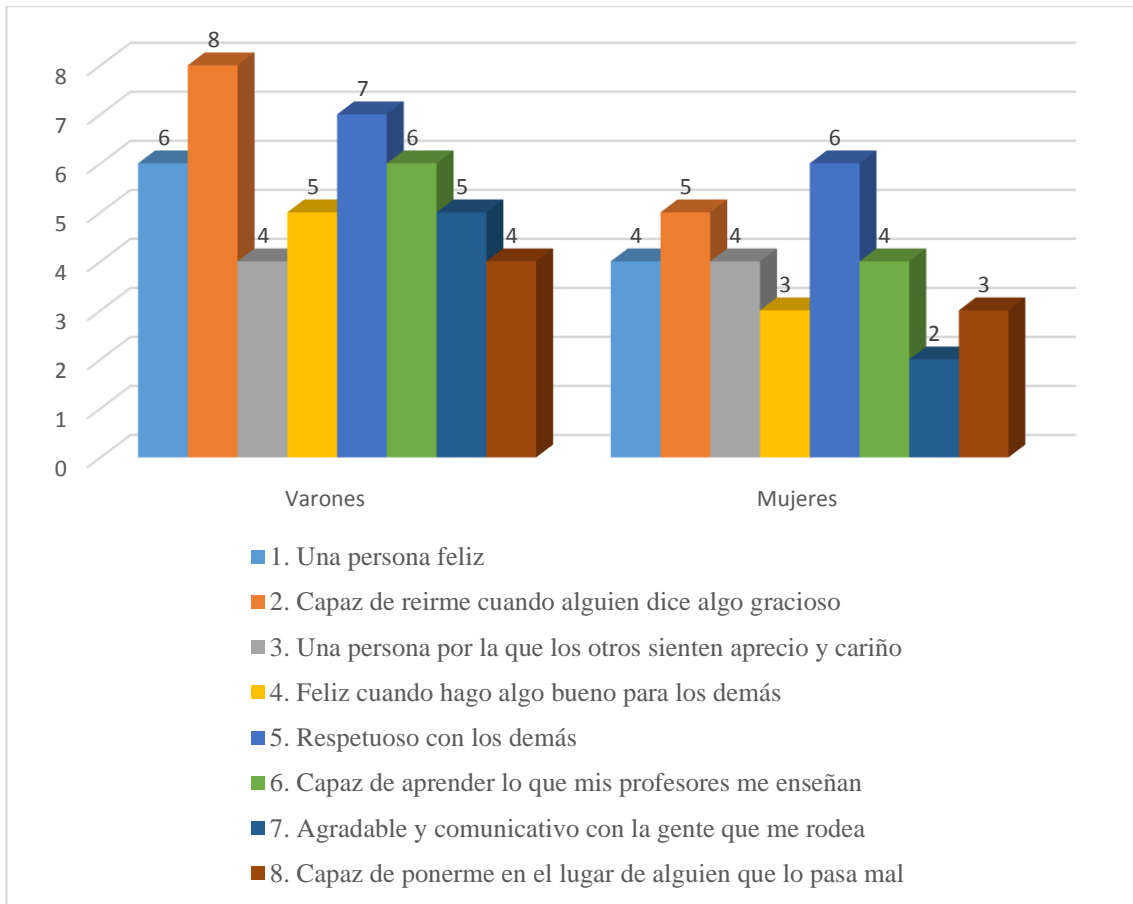
En caso de las mujeres, en una población de ocho, indican: la madre (4) como la persona que brinda ayuda, seguido por el padre (3) o un hermano (3), un amigo (1) o algún familiar (1).

En ambos géneros consideran primero a las madres como fuente de ayuda ante alguna dificultad, seguido por el padre y no así a las otras personas.

B. Factor: yo soy

Figura 10

Preguntas yo soy



Preguntas	Varones	Mujeres
Primero	6	4
Segundo	8	5
Tercero	4	4
Cuarto	5	3
Quinto	7	6
Sexto	6	4
Séptimo	5	2
Octavo	4	3

Fuente: elaboración propia

Nota: Como se observa en la figura 10, el factor “YO SOY” (fuerza interior) en el que se destaca el respeto a sí mismo y a los demás, se la identifica en el cuestionario con un grupo de 8 preguntas; como respuestas de una población de doce varones, son: la mayor que son capaz de reírse cuando alguien dice algo gracioso (8), respetuoso con los demás (7), una persona feliz (6) o capaz de aprender lo que el profesor le enseñe (6), feliz cuando hace algo bueno para los demás(5) o agradable y comunicativo con la gente que le rodea (5), una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño (4) o capaz de ponerse en el lugar de alguien que lo pasa mal (4).

En una población de ocho mujeres las respuestas, son: respetuosa con los demás (6), capaz de reírse de algo gracioso (5), persona feliz (4), persona por la que los otros sienten aprecio (4) o capaz de aprender de los profesores (4), feliz cuando hace algo bueno (3) o capaz de ponerse en el lugar de alguien (3), agradable y comunicativo con la gente (2).

Estos resultados muestran en ambos casos, puntajes intermedios y bajos con respuestas repetidas.

C. Factor: yo estoy

Figura 11

Pregunta yo estoy



Fuente: elaboración propia

Nota: Como se observa en la figura 11, los resultados obtenidos en el pre-test de las capacidades interpersonales y de la resolución de conflictos en YO ESTOY, se generan nuevas ideas o nuevos caminos para hacer las cosas. El cuestionario se basó en cuatro preguntas, de una población de doce varones y ocho mujeres, al que respondieron: primero, refieren dispuestos a responsabilizarse de las consecuencias de lo que hace (7 varones) (5 mujeres); segundo, Triste (6 varones) (4 mujeres) o contento con mi forma de ser (6) (4 mujeres), tercero, seguro de que todo saldrá bien (5 varones) (3 mujeres).

Los resultados muestran un puntaje intermedio, en ambos géneros.

3.1.3. Tercera parte

Resultados Obtenidos antes (pre test) y después (post test) de la intervención.

Al finalizar el trabajo de intervención con técnicas psicoeducativas para mejorar la resiliencia en adultos, se aplicó la prueba RESI-M como post-test, con el objetivo de evaluar si los puntajes inicialmente obtenidos con el cuestionario de resiliencia de los factores “Yo tengo”, “Yo soy”, “Yo estoy”, cambiaron los resultados.

Para la calificación de los resultados de las pruebas aplicadas, se determinó un criterio de evaluación que permitiera promediar los puntajes. Para ello las respuestas de cada categoría se ubicaron en una escala de 0 a 10 puntos.

De acuerdo con la aplicación de la escala de resiliencia mexicana (RESI-M), después del trabajo de intervención y el cuestionario inicial (pre-test), se observa los siguientes resultados:

Tabla 6

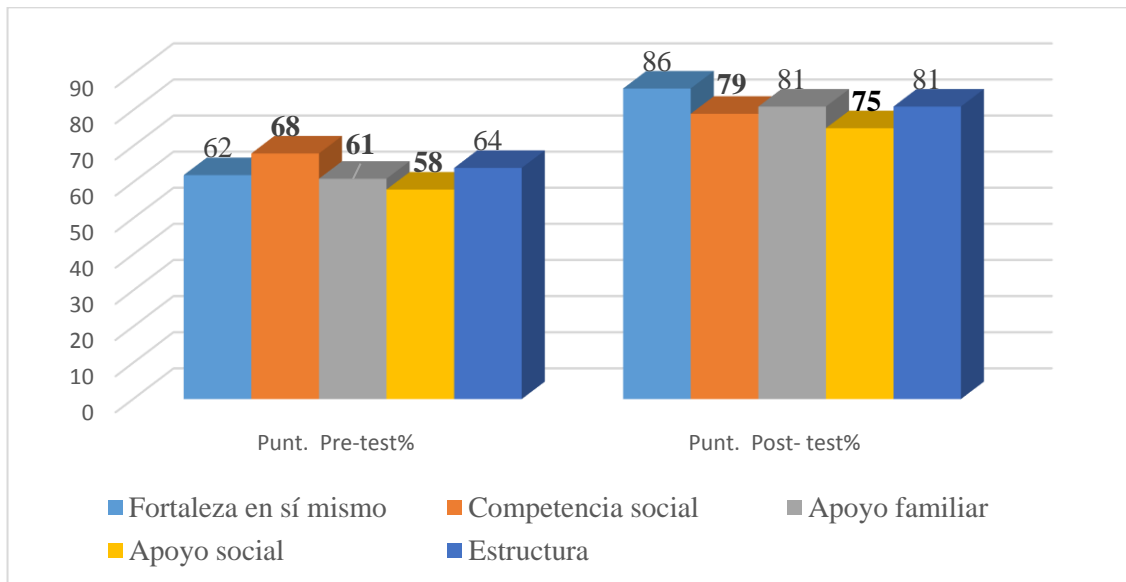
Comparación de puntaje pre test - post test

Comparación de puntaje pre test - post test			
Ítems	Categorías	Punt. Pre-test%	Punt. Post- test%
(preguntas 1 al 19)	Fortaleza en sí mismo	62	86
(preguntas 20 al 27)	Competencia social	68	79
(preguntas 28 al 33)	Apoyo familiar	61	81
(preguntas 34 al 38)	Apoyo social	58	75
(preguntas 39 al 43)	Estructura	64	81

Fuente: elaboración propia

Figura 12

Comparación de puntaje pre test - post test



Fuente: elaboración propia

Nota: Se observa en la Tabla 6, “Comparación de puntaje pre test - post test” muy evidente el aumento significativo en los puntajes obtenidos del pre-test al post-test. Es decir que, para el caso de las cinco dimensiones, luego de la intervención se observa resultados positivos respecto a los obtenidos en el pre-test.

La dimensión Fortaleza en sí mismo que evalúa: claridad en los objetivos, esfuerzo para alcanzarlos, confianza en sí mismos, optimismo y tenacidad que presentan los individuos; en el pre-test las respuestas llegan a un 62%. Ya en el post-test esta misma dimensión, después del desarrollo de la intervención se logra un 86%.

La dimensión competencia social que evalúa: competencia de los individuos para relacionarse con los demás, facilidad para hacer amigos, hacer reír a las personas y disfrutar de una conversación en el pre-test llega a un porcentaje de 68 %, en el post-test este porcentaje cambia a un 79 %.

La dimensión apoyo familiar que evalúa: apoyo que brinda la familia al individuo, lealtad entre los miembros de la familia y la existencia de visiones similares de la vida, así como la existencia de tiempo compartido; inicialmente los resultados llegaron a un 61 %. Después del trabajo de intervención para mejorar la resiliencia, se observa un porcentaje de 81%.

La dimensión apoyo social que mide: apoyo de amigos en momentos difíciles, personas dispuestas a ayudar, dar aliento y se preocupen por el individuo; en el pre-test se observa un valor porcentual de 58%. Es en el post-test que después del desarrollo de las actividades del trabajo de intervención se logra una respuesta de 75% de valor.

La dimensión estructura que mide: capacidad de las personas para organizarse, planificar actividades y el tiempo, así como tener reglas y actividades aún en momentos difíciles en el pre-test hay un valor de 64% de las respuestas. Y por último en el post-test se nota los cambios de respuesta llegando a un puntaje de 81%.

Se observó que en las respuestas del pre-test los participantes se inclinan con mayor frecuencia a las escalas de nunca, alguna vez y poco a casi siempre; es en el post-test que

ve observa cambios en la selección de las escalas, que hay inclinación mayor a casi siempre y siempre.

3.2. ANÁLISIS DE LOS HALLAZGOS

Los hallazgos muestran aumento en los puntajes de la Escala de resiliencia RESI-M, la cual se observó después de haber concluido el trabajo de intervención; de cuyos resultados se puede deducir que el impacto de estas actividades para los adultos de aprendizajes especializados participantes, la mejora de su resiliencia fue satisfactorio; ya que los puntajes aumentaron en gran medida desde la primera prueba (cuestionario de resiliencia: yo tengo, yo soy, yo tengo) aplicada.

En el proceso del trabajo se registran los resultados cualitativos que dan cuenta de la percepción de los participantes respecto a la intervención y desarrollo de las actividades, especialmente al final de la última actividad compartieron su aprendizaje y lo que se llevan para su vida, de ahí se extraen elementos fundamentales, como por ejemplo, que la gran mayoría comentó que apreciaron significativamente las actividades porque aprendieron de sí mismos al hablar de los problemas y contar con el apoyo de los demás.

Con respecto a cada una de las sesiones de los encuentros que se desarrollaron fue según la clasificación siguiente:

Módulo I: habilidades para la vida/apoyo externo “yo tengo”, con el encuentro 1: asertividad/ independencia, y encuentro 2: creatividad.

Módulo II: fortaleza interna - “yo soy” “yo estoy”, encuentro 3: autoestima.

Módulo III: habilidades para la acción –“yo puedo”, encuentro 4: proyecto de vida.

Se pueden analizar varios hallazgos, a partir de las apreciaciones y comentarios de los participantes. Primero se demostró que las actividades en general obtuvieron una aceptación favorable en el grupo, puesto que participaron activamente y se involucraron en cada una de las tareas desarrolladas. Especialmente, la actividad relacionada con la confianza, fue aquella que mayor fuerza generó en el grupo, porque les hizo reflexionar que confiar en uno mismo y en los demás es fundamental para resolver y afrontar cualquier

problema o para tomar una decisión importante. Los participantes comentaron que fue muy valioso poder confiar en uno mismo y en sus compañeros, porque eso les generó tranquilidad y seguridad; adicionalmente compartieron experiencias personales o situaciones similares que vivieron, quisieran vivir o poner en práctica lo aprendido en su diario vivir, ya sea con su familia, amigos y compañeros de trabajo.

La sesión de los encuentros que desarrollaron la autoestima y el proyecto de vida, tuvo un resultado sumamente satisfactorio, la mayoría de los participantes consideran que al tener objetivos y metas reales son importantes, y consideran que son personas que tienen un propósito en la vida y que, sobre todo, que, a pesar de sus circunstancias, merecen lo mejor porque son valiosos.

Durante todas las sesiones, fue esencial recordarles a los participantes que siempre deben valorar su historia de vida, para realmente encontrar la aplicación de lo que aprendieron; que, partiendo de ello, los participantes pueden identificar factores de riesgo, los cuales proporcionan la base para el proceso resiliente y para la construcción de un afrontamiento positivo ante la dificultad.

Respecto a la comunicación y reflexión, fue una habilidad que se trabajó durante todas las actividades, puesto que en cada sesión debían comunicar sus pensamientos, situaciones y creencias.

Referente a las actividades desarrolladas para la evaluación y participación, se obtuvo una buena apreciación, puesto que cada uno pudo explicar cómo está comprendiendo los conceptos nuevos para su acción resiliente ante las adversidades.

El trabajo de intervención proporcionó herramientas importantes para que los participantes puedan afrontar de manera positiva condiciones de dificultad a los que están expuestos constantemente, puesto que se enfrentan a sus propias historias y deben lograr trabajar a partir de eso, mediante la reflexión de sus decisiones, comportamientos y actitudes frente a la vida.

El análisis muy importante y que no se puede dejar de lado, son las características del desarrollo de la aplicación del trabajo de intervención, debido a la emergencia sanitaria del COVID 19 que se vive actualmente, se obligó a una intervención de las actividades planificadas de dos formas: virtual y presencial, con limitaciones que exigen los protocolos de bioseguridad. Estos son desafíos que se debe afrontar y responder de la forma más creativa el profesional del área de psicología.

Bajo esta mirada, es fundamental poder tener una visión positiva y de reconocimiento hacia los adultos, los que, apelando a sus fortalezas, potencialidades, sensibilidad, necesidad de participación y afán por aprender fortalecer su resiliencia.

El trabajar bajo la concepción de la resiliencia, realizó aportes fundamentales para poder pensar en los adultos desde sus aspectos positivos y desde la salud, los cuales pueden ser promovidos, y poder tener una mirada sistemática e inclusiva de la problemática abordada y no quedarse solo con la falta o con lo negativo, sino más bien poder pensar en construir su personalidad desde los propios recursos.

Finalmente, es importante tener en cuenta que promover la resiliencia no es solamente lograr personas resilientes, sino personas y comunidades, que a partir de experimentar de otra manera sus recursos y potencialidades, puedan ganar en autonomía e integración, así como su transformación, logrando un empoderamiento de la comunidad.

CAPITULO IV

DESCRIPCIÓN DE LA PROYECCIÓN PROFESIONAL

4.1. PLANTEAMIENTOS DE FUTUROS DESAFÍOS A NIVEL PROFESIONAL

A lo largo del desarrollo del trabajo de intervención “Técnicas psicoeducativas” para mejorar la resiliencia en adultos de la etapa de aprendizajes especializados del C.E.A. “Corea” de la Ciudad de El Alto, se ha percibido ventajas y desventajas en torno al desarrollo del potenciamiento de la resiliencia, las cuales conducen a nuevas interrogantes que, en un futuro no muy lejano, será motivo de incursionar en capacitaciones más profundas.

Considero que la experiencia de las actividades desarrolladas en la intervención, cada sesión en el que se aplicó las técnicas psicoeducativas, se identificó que la población de personas adultas no cuentan con el apoyo psicológico de ningún tipo en sus sectores de actividad, lo mismo ocurre en los Centros Educativos, que en el aula se trabajó solo las ramas troncales curriculares y con horarios limitados; pero se siente la necesidad y la demanda de recibir apoyo especializado en el área de psicología para mejorar sus condiciones de estudio y vida.

Como desafíos profesionales futuros, se mencionará los más esenciales a priorizar:

- En la actualidad, aprender o construir los proyectos sociales, y entregar herramientas para que las personas potencien sus habilidades. Por ejemplo, la capacitación de los involucrados en la educación para que sean transmisores, es decir, herramientas que potencien sus habilidades y destrezas, y transmitan a otros conocer y aplicar.
- Como profesional de psicología es necesario conocer y aplicar técnicas y herramientas que ayuden a las personas a un enriquecimiento de temas como, por ejemplo: la resiliencia como prevención, y para ello tener una capacitación actualizada para poder brindar ayuda o apoyo efectivo a las personas que la requieran.

- Siempre integrarse a equipos interdisciplinarios, con otros profesionales para enriquecer las intervenciones con las personas o en las instituciones.
- Hacer una lectura analítica de la realidad para tener un buen manejo de las demandas, sociales o de la comunidad.
- Percibir las situaciones psicológicas y sociales reales que se viven, no escapar de ellas, para orientar hacia los cambios en las diferentes áreas de la persona, especialmente en la psicología.
- Trabajar respetando todo lo que plantea el código de una conducta ética y profesional en las intervenciones.
- Todo trabajo realizarlo a través de un seguimiento sistemático y protocolar y no como una receta tradicional.
- Tener visión de la realización de proyectos de investigación, fundamentado en un trabajo de campo para percibir los problemas o necesidades de la comunidad.
- Principalmente realizar una práctica psicológica innovadora, para encontrar soluciones creativas (como no enseña la pandemia COVID 19), basado en una dimensión integral humana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acasigue, P. I. (2017). *Fortalecimiento de la capacidad resiliente en Adolescentes de 12 a 18 años con vivencias de calle del proyecto luz de esperanza - El Alto*: Tesis de Licenciatura en psicología. Universidad Mayor de San Andrés-UMSA.
- Aguirre, L. N. (2005). *La educación alternativa en Bolivia, analices y propuestas al congreso nacional de educación. Foro educativo Boliviano Actores sociales para el dialogo y la proposición*. La Paz: Coordinación Nacional.
- Aliaga, J. y otros (2002). *Educación Alternativa Análisis y propuestas de política pública: Bolivia – La Paz* (CEBIAE)
- Bermúdez S. M. (2017). *Aplicación de juegos didácticos para la resiliencia en el marco de la cátedra de la paz*, Bogota: Tesis de magister en educación. Universidad Libre Facultad de Ciencias de la Educación Instituto de Posgrado Centro de Investigaciones.
- <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/10890>
- Brunete, M. (2015). *Taller de risoterapia: cómo utilizar el humor para hacer grupo* (Archivo PDF).
- https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/programas-de-educacion-ambiental/hogares-verdes/tallerrisoterapia2015_tcm30-171889.
- Decreto Supremo N° 23950. 1 de febrero de 1995. La Paz – Bolivia.
- Ministerio de Educación, Viceministerio de Educación (2018). *Psicología, desarrollo humano y cambio educativo*. Escuelas Superior de formación Profesional de Maestras y Maestros.
- www.minedu.gob.bo
- Grotberg E.H. (2009). *La resiliencia en el mundo de hoy*. España: Editorial Gedis.
- <https://scholar.google.es/scholar-Interamericana>.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., y Becker, B. (2000). *La construcción de la resiliencia: Una evaluación crítica y directrices para el trabajo futuro*. Teachers College, Columbia University, Nueva York, NY.
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1885202/?oi=ggp>
- Papalia, D. y otros (2005). *Desarrollo Humano*. 9° edición. México: McGraw-Hill
- Prato, R.S. (2016). *La resiliencia como herramienta de reinserción social para jóvenes que han atravesado un proceso de judicialización*. Argentina. Taller psicoeducativo: Trabajo final de Graduación
- Rovira, I. (2019). *Técnicas para el entrenamiento de habilidades sociales* (Archivo PDF).

<https://psicologiaymente.com/social/tecnicas-entrenar-habilidades-sociales>.
www.cult.gva.es/orientados

Taborga, J. (1996). *Revista de la Reforma Educativa*. La Paz, Editorial. La Papelera S.A.

Tintaya, P. (1999). *Diseño de Investigación*. La Paz: EDCON.

Uriarte Arciniega, J. (2005). *La resiliencia una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo*. *Revista de Psicodidáctica*, Volumen (10). España.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17510206>

Viceministerio de Educación Alternativa y Especial (2012). *Currículo Base de la Educación de Personas Jóvenes y Adultas*. Documento de Trabajo. Edición: VMEAyE.

www.minedu.gob.bo

Viceministerio de Educación Alternativa y Especial (2012). *Planes y Programas Área Técnica Productiva- Humanística*. Edición: VMEAyE.

www.minedu.gob.bo

Woolfolk A.E. (1996) *“Psicología educativa”*. México: Ediciones Prentice-Hall Hispanoamericana.

SIGLAS

CEA	Centro de Educación Alternativa
CPTE	Comunidad de Producción y Transformación Educativa
DCP	Diagnóstico Comunitario Participativo
EPA	Educación Primaria de Personas Jóvenes y Adultas, Alfabetización y post-alfabetización
ESA	Educación Secundaria de Personas Jóvenes y Adultas
ETA	Educación Técnica Alternativa
MESCP	Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo
PSP	Proyecto Socio comunitario Productivo
VEAyE	Viceministerio de Educación Alternativa y Especial
NEBAS	Necesidades Básicas

ANEXOS

ANEXO 1

ENTREVISTA PARA ADULTOS DEL C.E.A. "COREA"

I. Datos Generales:

Lugar y fecha de nacimiento: _____/_____/_____

Departamento _____ Nacionalidad _____

Sexo: _____ Edad: _____

Estado civil: _____

Ocupación actual: _____

II. Causas para el abandono del subsistema educativo regular

- a. Económica
- b. Familiar
- c. Acceso
- d. Salud
- e. Maternidad/ paternidad
- f. Desigualdad

III. Ocupación de los participantes

- a. Desempleado
- b. Comerciante
- c. Empleado
- d. Chofer
- e. Artesano
- f. Agricultor
- g. Labores de casa

IV. Responsabilidades y compromisos a cargo del participante

- a. Económica
- b. Familiar
- c. Hijo/ s
- d. Trabajo
- e. Sociales
- f. Hermanos
- g. Padres

V. Alcance de los ingresos de los participantes

- a. Sin ingreso
- b. Al día
- c. Insuficiente
- d. Ahorro

¿Cuántos años dejaste de estudiar? _____

ANEXO 2

CUESTIONARIO (PRE-TEST)



- Personas alrededor en quienes confío y que me quieren.
¿Quiénes son? SÍ NO
 mi madre mi padre un hermano
 alguien de mi familia un amigo otras personas que conozco
- Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.
¿Quiénes son? SÍ NO
 mi madre mi padre un hermano
 alguien de mi familia un amigo otras personas que conozco
- Personas que quieren que aprenda a hacer las cosas por mí mismo.
¿Quiénes son? SÍ NO
 mi madre mi padre un hermano
 alguien de mi familia un amigo otras personas que conozco
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o si estoy en peligro.
¿Quiénes son? SÍ NO
 mi madre mi padre un hermano
 alguien de mi familia un amigo otras personas que conozco
- Claro lo que quiero estudiar en el futuro SÍ NO



- Una persona feliz. SÍ NO
- Capaz de reírme cuando alguien dice algo gracioso. SÍ NO
- Una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño. SÍ NO
- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto. SÍ NO
- Respetuoso con los demás. SÍ NO
- Capaz de aprender lo que mis profesores me enseñan. SÍ NO
- Agradable y comunicativo con la gente que me rodea. SÍ NO
- Capaz de ponerme en el lugar de alguien que lo está pasando mal. SÍ NO



- Triste. SÍ NO
- Dispuesto a responsabilizarme de las consecuencias de lo que hago. SÍ NO
- Seguro de que todo saldrá bien. SÍ NO
- Acompañado de amigos que me aprecian. SÍ NO
- Contento con mi forma de ser. SÍ NO

ANEXO 3

ESCALA DE RESILIENCIA RESI-M (POST-TEST)

Instrucciones: A continuación, encontrará una serie de afirmaciones. Por favor indique con una X en el recuadro de la derecha. La respuesta que elija para cada una de las afirmaciones que se le presentan. No deje de contestar ninguna de ellas. Sus respuestas son confidenciales. Muchas gracias por su colaboración.

Sexo:

Edad:

Escolaridad:

Ítem	Nunca	Alguna Vez	Casi Siempre	Siempre
1.- Lo que me ha ocurrido en el pasado me hace sentir confianza para enfrentar nuevos retos.				
2.- Se dónde buscar ayuda.				
3.- Soy una persona fuerte.				
4.- Se muy bien lo que quiero.				
5.- Tengo el control de mi vida.				
6.- Me gustan los retos.				
7.- Me esfuerzo por alcanzar mis metas.				
8.- Estoy orgulloso de mis logros.				
9.- Sé que tengo habilidades.				
10.- Creer en mí mismo me ayuda a superar los momentos difíciles.				
11.- Creo que voy a tener éxito.				
12.- Se cómo lograr mis objetivos.				
13.- Pase lo que pase siempre encontrare una solución.				
14.- Mi futuro pinta bien.				
15.- Sé que puedo resolver mis problemas personales.				
16.- Estoy satisfecho conmigo mismo.				
17.- Tengo planes realistas para el futuro.				
18.- Confío en mis decisiones.				

Ítem	Nunca	Alguna Vez	Casi Siempre	Siempre
19.- Cuando no estoy bien, sé que vendrán tiempos mejores.				
20.- Me siento cómodo con otras personas.				
21.- Me es fácil establecer contacto con nuevas personas.				
22.- Me es fácil hacer nuevos amigos.				
23.- Es fácil para mí tener un buen tema de conversación.				
24.- Fácilmente me adapto a situaciones nuevas.				
25.- Es fácil para mí hacer reír a otras personas.				
26.- Disfruto de estar con otras personas.				
27.- Se cómo comenzar una conversación.				
28.- No tengo una buena relación con mi familia.				
29.- Disfruto de estar con mi familia.				
30.- En nuestra familia somos leales entre nosotros.				
31.- En nuestra familia disfrutamos de hacer actividades juntas.				
32.- Aun en momentos difíciles, nuestra familia tiene una actitud optimista hacia el futuro.				
33.- En nuestra familia coincidimos en relación a lo que consideramos importante en la vida.				
34.- tengo algunos amigos/familiares que realmente se preocupan por mí.				
35.- Tengo algunos amigos/familiares que me apoyan.				
36.- Siempre tengo alguien que puede ayudarme cuando lo necesito.				
37.- Tengo algunos amigos/familiares que me alientan.				
38.- Tengo algunos amigos/familiares que valoran mis habilidades.				

Ítem	Nunca	Alguna Vez	Casi Siempre	Siempre
39.- las reglas y la rutina hacen mi vida más fácil.				
40.- Mantengo mi rutina aun en momentos difíciles.				
41.- Prefiero planear mis actividades.				
42.- trabajo mejor cuando tengo metas.				
43.- Soy bueno para organizar mi tiempo.				

ANEXO 4

Fichas 1: Asertividad/ independencia

Técnica 1: autorrevelación

SITUACIÓN	“Puntualizamos aspectos positivos de la persona”	“Indicamos algo que se podría mejorar de ella”	PALABRAS DE ÁNIMO
Ente una pelea de pareja
Ante algún problema del trabajo

ANEXO 6

Fichas 3: Control de evaluación y participación

	C. Pasivo	C. Asertivo	C. Agresivo
VENTAJAS			
DESVENTAJAS			

ANEXO 7

Fichas 4: Creatividad

Técnica 2: Con iniciativa e imaginación

PROBLEMA COTIDIANO	PROPUESTA: SOLUCIÓN INNOVADORA	CONSIDERACIONES PARA SER SOLUCIÓN ADECUADA

ANEXO 8

Fichas 5: Control de evaluación y participación

Nro.	ITEMS	Siempre 3	En ocasiones 2	De vez en cuando 1	Nunca 0
1	Soy una persona curiosa e interesada en las opiniones de los demás.				
2	Busco oportunidades para resolver problemas.				
3	Respondo creativamente a los cambios de mi vida y los uso para redefinir mis objetivos y analizar planes para alcanzarlos.				
4	Estoy dispuesto (a) a desarrollar y experimentar con mis propias ideas.				
5	Me baso en mis corazonadas y percepciones.				
6	Puedo reducir las decisiones complejas a unas cuantas preguntas sencillas, apreciando la situación general.				
7	Soy bueno (a) para promover mis ideas y obtener apoyo para ellos.				
8	Veo más adelante que muchas personas con las que me relaciono; pienso a largo plazo y comparto mi visión con otros.				

ANEXO 9

Fichas 6: Autoestima

Técnica 3: “yo soy”

Escribe características que considera positivas de ti mismo

CUALIDADES	IDENTIFICADAS
Habilidades	
Logros	
Destrezas	
Conocimientos	
Capacidades	

ANEXO 10

Fichas 7: Control de evaluación y participación

AUTOESTIMA

1. Escoge la opción correcta para cada afirmación



2. Responde (SI) o (NO)

- a. Una persona con autoestima alta desea ser otras personas
- b. Una persona con autoestima alta tiene confianza en sí mismo
- c. Una persona con autoestima alta se deja manipular por los demás
- d. Una persona con autoestima alta se considera una persona valiosa
- e. Una persona con autoestima baja se siente derrotado antes de intentarlo
- f. Una persona con autoestima baja no tiene buena opinión de sí mismo
- g. Una persona con autoestima alta no se acepta tal y como es

3. Escoge la alternativa correcta para completar la oración.

- a. Tener autoestima permite el _____ rendimiento escolar.
- b. Nos ayuda a mantener una _____ relación con los demás.
- c. A ser _____ personas.
- d. Tener autoestima permite _____ de nosotros mismos.

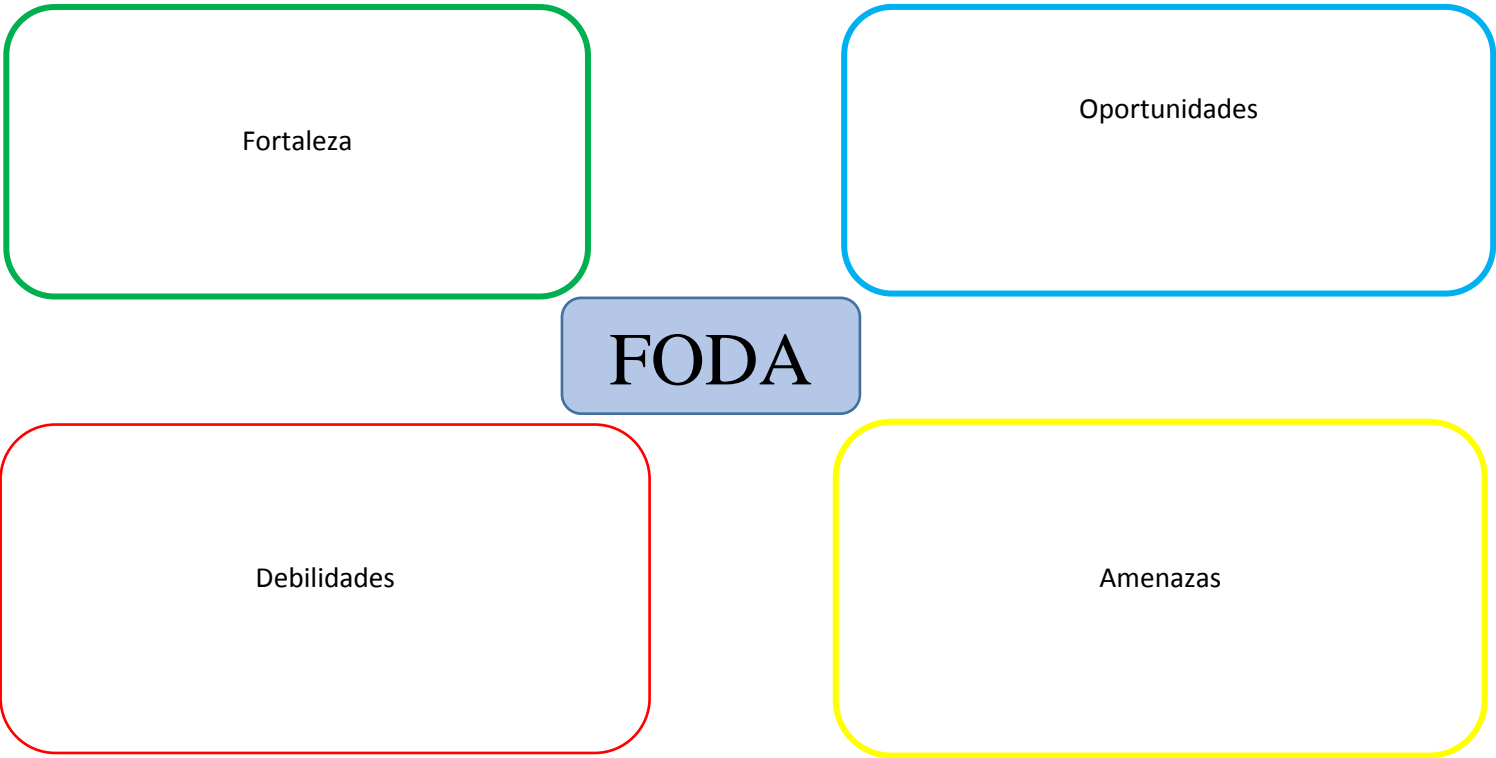
ANEXO 11

Fichas 8: Plan de vida

Técnica 4: FODA personal

Nombre completo:.....Edad:.....

Ocupación:.....



ANEXO 12

Fichas 9: Control de evaluación y participación

Mi visión de la vida

Viajemos al futuro para vernos a nosotros mismos...

Quién quiero ser _____

Qué quiero tener _____

Qué quiero hacer _____

Qué no me gustaría ser _____

Mi misión en la vida

Lo que quiero hacer en mi vida...

Qué es lo que quiero hacer para mí mismo en esta
vida _____

Qué contribución quiero hacer al mundo _____

El objetivo de mi vida

Lo que quiero lograr en la vida... _____

Mis metas a corto plazo

En los próximos meses... (Lo que quiero hacer mientras permanezca en el Proyecto)

1.- _____

2.- _____

3.- _____

Mis metas a largo plazo

En los próximos 2 ó 3 años... (Puedo ser lo que quiero cuando ya no esté en el Proyecto)

1.- _____

2.- _____

3.- _____

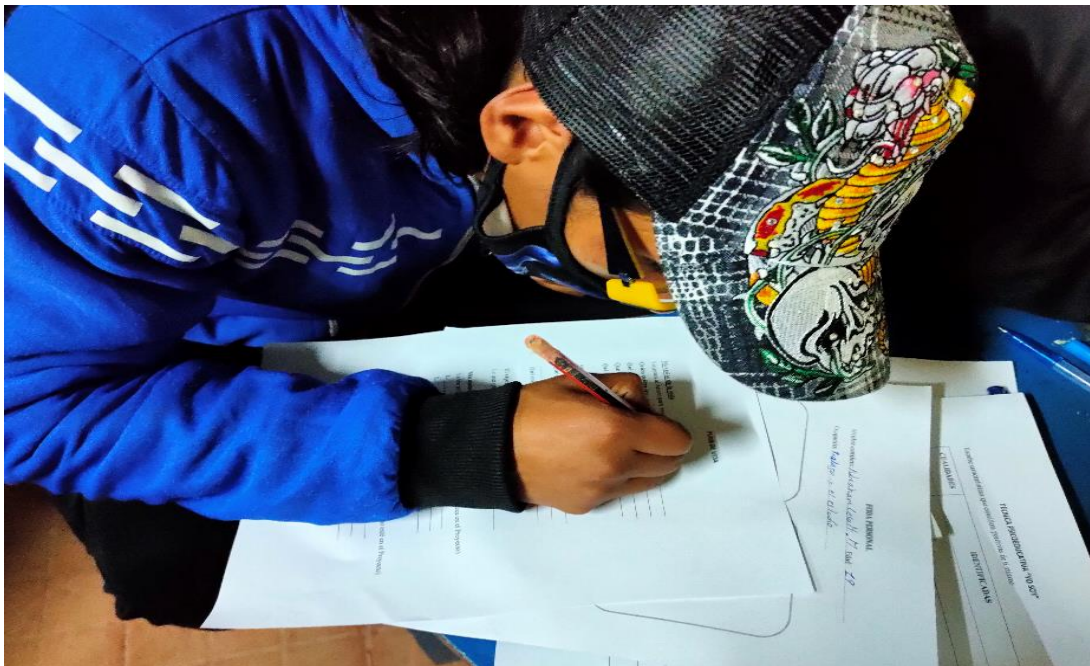
ANEXO 13

ESCENAS DEL DESARROLLO DE LA INTERVENCIÓN

ESPACIO DE EXPOSICIÓN TEÓRICA



APLICACIÓN DE LOS TECNICAS PSICOEDUCATIVAS



ESPACIO DE REFLEXIÓN



ESPACIOS DE CONTROL DE PARTICIPACIÓN

