

El proyecto de vida como motor de desarrollo personal y profesional

Laura Isabel Morales Castaño
Diana Ximena Pineda Giraldo
Johana Andrea Rojas Montoya

Universidad Católica Luis Amigó

Trabajo de grado

Asesora:

María Victoria Restrepo Tobón

23 de noviembre de 2024



Tabla de contenido

Contexto Institucional	3
Identificación General.....	3
Reseña Histórica	4
Misión	4
Visión.....	5
Modelo de Intervención 360°	5
Planteamiento del problema	6
Diagnóstico psicosocial	9
Justificación	14
Objetivos.....	17
Referentes conceptuales	18
Plan operativo.....	40
Referencias	46

Contexto Institucional

La Fundación Juan Felipe Gómez, más conocida como la Juanfe es una organización sin ánimo de lucro nacida hace 20 años en la ciudad de Cartagena de Indias, Colombia; dicha fundación enfoca su accionar en aras de quebrantar los ciclos de pobreza y vulnerabilidad de las madres adolescentes de las ciudades de Cartagena de Indias, Medellín y Bogotá. En la fundación, la problemática del embarazo adolescente es comprendida como una de las principales causas de la prolongación de la pobreza en el país; es por esto que la Juanfe lucha con dicha problemática por medio de la implementación de un modelo de desarrollo social innovador, llamado Modelo 360°; con la implementación de este modelo se atiende dicha problemática de una forma multidimensional e integral, pues este modelo contempla a las jóvenes como seres biopsicosociales y por tal razón se llevan acciones en pro de mejorar no solo las condiciones económicas de las jóvenes sino también su salud (física, emocional y mental).

Identificación General

Nombre: Fundación Juanfe

Razón social: Fundación Juan Felipe Gómez Escobar

Nit: 806.009.227-1

Dirección: Carrera 42 # 48-35

Teléfono: 480-88-33.

Municipio/Barrio/Corregimiento: Medellín, Comuna 10, La candelaria

Departamento: Antioquía

Reseña Histórica

La Fundación Juanfe nace en el año 2000 en Cartagena de Indias; ciudad declarada patrimonio histórico y cultural de la humanidad, el surgimiento de la fundación se da en un contexto social en el cual el 68% de la población de dicha ciudad vivía en condiciones de extrema pobreza, con la tasa de mortalidad infantil más alta del país y la tercera en América Latina. Bajo este contexto social y motivada por dos experiencias en particular: una de ellas, el fallecimiento de un bebé de dos semanas de nacido en la clínica de maternidad Rafael Calvo, debido a la falta de recursos económicos por parte de la madre de 14 años del infante para la realización de un tratamiento médico y la otra la muerte de su propio hijo; Catalina Escobar creó la fundación Juan Felipe Gómez Escobar, hoy en día conocida como la Juanfe, en aras de establecer una empresa social en memoria de su hijo, que empodera a madres adolescentes y salvará a su vez la vida de niños que, por falta de recursos económicos estaban destinados a fallecer, razón por la cual viajó a Anaheim, en el estado de California, Estados Unidos, para entender cómo esta ciudad había logrado ser la ciudad con la menor prevalencia de mortalidad infantil en el hemisferio, para replicarlo en Cartagena. (Fundación Juanfe, s.f.)

Misión

Transformar la realidad de la infancia y adolescencia más vulnerable. Nos dedicamos a proteger y promover sus derechos, generando los espacios adecuados para su desarrollo y propiciando su inclusión en la sociedad. A través de nuestro Modelo de Intervención 360°, buscamos empoderar a las madres adolescentes para romper el ciclo de la pobreza, brindándoles educación, formación laboral, atención de salud sexual y

reproductiva, apoyo emocional y orientación en su proyecto de vida. Nuestro compromiso es crear un futuro más justo y equitativo para todas las personas. (Fundación Juanfe, s.f.)

Visión

Ser un referente regional para la igualdad de género, la inclusión, el desarrollo social sostenible y la lucha contra la pobreza. (Fundación Juanfe, s.f.).

Modelo de Intervención 360°

El Modelo de Intervención 360° de la Fundación Juanfe es una solución integral diseñada para ayudar a las adolescentes madres a construir un futuro próspero y romper el ciclo de la pobreza. A lo largo de dos años, este modelo transforma a las madres adolescentes, empoderándolas y brindándoles habilidades para tomar decisiones informadas y responsables. Se enfoca en proporcionar educación, formación laboral, salud sexual y reproductiva, apoyo emocional y orientación para fortalecer su autoestima y habilidades sociales. El objetivo es que estas jóvenes maximicen sus capacidades y accedan a oportunidades laborales y sociales, mejorando así su calidad de vida y la de sus familias. (Fundación Juanfe, s.f.)

Planteamiento del problema

El fenómeno de las madres adolescentes en Colombia, especialmente en Medellín, ha experimentado un crecimiento constante. Según el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA):

La región de América Latina y el Caribe (ALC) tiene la segunda tasa estimada de fecundidad en adolescentes más elevada del mundo, de 66,5 nacimientos por 1000 adolescentes de 15 a 19 años en el período 2010-2015, frente a una tasa mundial de 46 nacimientos por 1.000 adolescentes en ese grupo etario (p.21).

En Colombia, una de cada cinco madres es adolescente, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS 2015) del Ministerio de Salud y Profamilia. Estos embarazos están ligados a menores niveles educativos y socioeconómicos: el 48% de las jóvenes madres sólo había cursado la educación primaria y, según indica el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF 2013), las adolescentes que se encuentran en el quintil más bajo de riqueza reportan un 18,4% más de incidencia en embarazos que las del quintil más alto. También incide la violencia machista, la falta de acceso a métodos anticonceptivos y una educación sexual deficiente.

La mortalidad materna es una de las principales causas de muerte en las mujeres de 15 a 24 años en la región de las Américas, y el riesgo de muerte materna se duplica en madres menores de 15 años en los países de ingresos medianos y bajos. En el país, 1.900 adolescentes y jóvenes mueren cada año durante el embarazo, el parto y el posparto ENDS (2015).

Ahora bien, el embarazo en la adolescencia no es solo un problema de salud pública. Hoy en día, es reconocido como uno de los principales factores que perpetúan la pobreza en los países en vías de desarrollo. Esto, porque incrementa la brecha de género, las desigualdades socioeconómicas, y las situaciones de vulnerabilidad y de exclusión.

Además, tiene implicaciones no sólo individuales, sino también colectivas: afecta negativamente la vida de la gestante, de sus hijos y de sus comunidades. Los hijos de madres adolescentes tienen más probabilidades de un bajo rendimiento escolar o de abandonar los estudios; y las niñas, en particular, de repetir la historia y convertirse también en madres adolescentes.

Una de las principales consecuencias del embarazo en adolescentes es la deserción escolar, que tiene un impacto en sus oportunidades de desarrollo, de completar su educación y de incorporarse al mercado laboral. Según el estudio “Determinantes del embarazo en adolescentes en Colombia”, realizado por Profamilia y Fundación Plan en 2015, por cada adolescente que ha tenido un embarazo y continúa asistiendo a una institución educativa, hay 9 que ante el embarazo abandonan la escuela; y por cada adolescente que ha tenido un embarazo y ha aprobado algún año de educación superior, hay 11 que han tenido un embarazo y no acudieron a una institución educativa. (Fundación Juanfe, s.f.)

Frente a esta problemática, en la ciudad de Medellín se encuentra la Fundación JUANFE, cuyo objetivo es "transformar la realidad de la infancia y la adolescencia más vulnerable, protegiendo y promoviendo sus derechos, generando los espacios adecuados para su desarrollo y propiciando su inclusión en la sociedad". (Fundación Juanfe, s.f.)

Es importante tener presente que estas madres deben afrontar numerosas dificultades para salir adelante, entre las que se destacan los problemas económicos, una red de apoyo escasa o inestable, dificultad para la toma de decisiones, entre otras, y, aunque la Fundación les proporciona algunas herramientas centradas en el desarrollo personal y la formación académica, estas no resultan suficientes para que ellas construyan un proyecto de vida sólido y logren el empoderamiento y la autonomía necesarias para vivir dignamente.

Construir un proyecto de vida puede ser una tarea desafiante debido a una serie de factores personales y externos, por lo cual, podemos definir otros factores que dificultan realizar esta construcción:

1. Falta de Autoconocimiento: desconocer intereses y pasiones.
2. Definición de objetivos: metas poco claras y falta de flexibilidad (no adaptarse a cambios del entorno).
3. Recursos limitados: La falta de dinero puede limitar las opciones disponibles para alcanzar ciertos objetivos, Acceso a Educación y Oportunidades: Sin acceso a una buena educación o a oportunidades laborales, es más difícil alcanzar ciertas metas.
4. Influencia Externa: Presiones Sociales y Familiares, eventos inesperados (Situaciones como enfermedades, crisis económicas o desastres naturales pueden desviar o dificultar el progreso).
5. Gestión del tiempo y la disciplina: procrastinación, mala planeación.
6. Emociones y salud mental: Estrés y ansiedad.

Por lo tanto, surge la necesidad de plantear la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las dificultades que enfrentan las madres adolescentes vinculadas a la Fundación JUANFE, en su sede de Medellín, para la construcción de sus proyectos de vida?

Diagnóstico psicosocial

Con el propósito de identificar situaciones consideradas problemáticas para las estudiantes de la Fundación JUANFE, que puedan obstaculizar la planificación de su proyecto de vida, se llevó a cabo un estudio con una muestra de 16 estudiantes, en lo que respecta a la muestra, es importante destacar que se solicitó a los docentes de la Fundación que hicieran una selección de aquellas jóvenes que enfrentan dificultades para proyectarse hacia el futuro y que carecen de claridad respecto a sus metas, también que tuvieran dificultad de adaptación al entorno, poca o nula red de apoyo, dificultades económicas, dificultad en resolución de conflictos, no tienen claro que quieren para sus vidas, no tienen claro sus propósitos. Para ello, se utilizó un árbol de problemas, el cual permite identificar y visualizar de manera sistemática las causas y efectos de un problema específico. Esta herramienta es poderosa, ya que desglosa un problema complejo en sus componentes más básicos, lo que facilita su comprensión y la identificación de soluciones efectivas.

El creador del diagrama causa-efecto Kaoru Ishikawa permitió que se elaborara un gráfico para que fuera más comprensible, siendo una metodología utilizada por más de 70 años, que ha tenido algunas modificaciones y se ha actualizado de acuerdo con su contexto, es así como se comienza a darle importancia al árbol de problemas buscando desarrollar ideas creativas que identifiquen las posibles causas del “conflicto o problema” pero que también pueda explicar las consecuencias del problema. Como lo cita textualmente Barbará (2021) que “gran parte de la contribución del árbol de problemas es facilitar a los actores el conocimiento de la situación problemática, generando un entendimiento común, así como el análisis de las alternativas de actuación y la viabilidad para desarrollarlas”.

Este instrumento no solo es considerado para planificar una evaluación si no que es un tipo de evaluación que permite que quien evalúa pueda describir y comprender mejor la naturaleza de la población a evaluar.

En lo que respecta a la muestra, es importante destacar que se solicitó a los docentes de la Fundación que hicieran una selección de aquellas jóvenes que enfrentan dificultades para proyectarse hacia el futuro y que carecen de claridad respecto a sus metas, también que tuvieran dificultad de adaptación al entorno, poca o nula red de apoyo, dificultades económicas, dificultad en resolución de conflictos, no tienen claro que quieren para sus vidas, no tienen claro sus propósitos. Una vez definidas las participantes, se les convocó a un salón de la Fundación, donde se socializó el consentimiento informado y se les informó que trabajarían en tres grupos, 2 de 5 integrantes y uno de 6 integrantes respectivamente; allí se construyó un árbol de problemas sobre el tema principal de proyecto de vida.

Antes de comenzar, se les explicó el procedimiento para crear el árbol, indicando que el tronco representaría el tema principal, en este caso, el proyecto de vida; las raíces serían las causas que les impiden definir ese proyecto de vida; y las hojas representan las consecuencias que se presentan.

Una vez completados los tres árboles por los subgrupos, se procedió a analizar la información recopilada, sintetizando para crear un árbol general. En este árbol general, se identificaron las siguientes causas en las raíces:

- Problemas de salud.
- Inseguridad en sí mismas.
- Falta de apoyo familiar y social.

- Falta de compromiso e interés.
- Desmotivación.
- Falta de manejo emocional.
- Falta de dinero.

Por otra parte, en las hojas se destacan las siguientes consecuencias:

- No desarrollarse profesionalmente.
- No tomar decisiones claras y acertadas.
- No alcanzar logros y metas.
- Estrés.
- No tener las metas claras.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, durante la elaboración del árbol, algunas jóvenes encontraron dificultades al momento de tomar decisiones sobre qué colocar. Se cuestionaron mucho sobre las causas de estas dificultades, y en los grupos discutieron ideas que reflejaban las distintas dificultades que enfrentaban para tomar decisiones de manera conjunta. Algunas, mencionaron que los problemas de salud propios, de sus hijos o de familiares a veces interrumpen muchos proyectos, ya que eran responsables del cuidado de la persona enferma. En ocasiones, este período de cuidado se prolongaba, lo que dificulta aún más la toma de decisiones y la ejecución de proyectos. Entre risas nerviosas y miradas de temor, algunas mujeres mencionan a sus compañeras la dificultad que enfrentan al carecer de una red de apoyo sólida: un cuidador para sus hijos, una familia que las respalde en su camino hacia la meta que hoy se proponen. Este camino ha sido difícil debido a circunstancias como ser juzgadas por ser madres a temprana edad, por no contar con la presencia del padre de sus hijos y por las dificultades económicas que

enfrentan, las cuales se agravan al no tener a alguien que las acompañe en esta travesía, ya que algunas viven solas con sus hijos. Todo lo mencionado provoca que muchas de ellas se sientan desmotivadas, llenas de miedos y con deseos de renunciar al proceso. Algunas manifiestan que muchas veces les dijeron que no eran capaces de progresar, que no eran inteligentes y que el papel de las mujeres se limitaba al hogar. Esto ha minado la confianza en sus propias capacidades y les dificulta gestionar sus emociones.

Después de la conversación anterior con sus compañeras, se les preguntó a las jóvenes sobre las posibles consecuencias de los problemas que habían mencionado, como la falta de dinero y el manejo emocional deficiente, entre otros aspectos. Ellas respondieron con consecuencias claras que habían estado constantemente cuestionando durante el ejercicio. Una de las principales preocupaciones era no lograr convertirse en profesionales, ya que expresaron un profundo temor debido a su falta de confianza en sí mismas y en sus habilidades. Muchas de ellas mencionaron haber completado el bachillerato en dos años, mientras que otras lo hicieron en seis meses, lo que las hace sentirse en desventaja frente a quienes terminaron el bachillerato de manera tradicional. Además, mencionaron que a menudo no logran alcanzar sus metas debido a la falta de apoyo, la falta de confianza en sí mismas o en otras personas.

Durante el ejercicio, algunas admitieron no tener claro qué quieren en la vida, y la dificultad para visualizarse alcanzando o logrando algo en el futuro. Les resulta difícil tomar decisiones y cuestionan su propia capacidad para ver las oportunidades que otros logran percibir. Todas estas situaciones, generan estrés y una falta de claridad sobre el siguiente paso que quieren dar en sus vidas lo cual compromete la permanencia en la Fundación y dificulta la consolidación y compromiso de un proyecto de vida.

Finalmente, se destaca que esta problemática forma parte del ámbito psicosocial, ya que involucra diversas áreas de la vida de las madres adolescentes, como lo personal, familiar y social. Estas áreas se pretenden abordar mediante la propuesta de intervención.

Es importante aclarar que cuando se habla de una problemática psicosocial, esta se refiere a “los acontecimientos vitales negativos, o una dificultad ambiental, un estrés familiar o personal, una insuficiencia en el apoyo social o en los recursos personales u otro problema relacionado con el contexto que genera alteraciones en una persona” (Castro, 2003, p. 1).

Así pues, la no consolidación de un proyecto de vida en las madres adolescentes es una problemática que tiene repercusiones psicológicas y comportamentales, ya que muchas veces ellas no cuentan con herramientas como la gestión de emociones, o la resolución de problemas que les ayude a enfrentar situaciones cotidianas. También tienen problemas con sus familias por falta de comunicación asertiva y apoyo; con sus parejas en cuanto a la gestión y distribución del tiempo para cuidar a los hijos, lo cual interrumpe el proceso académico puesto que no asisten a las clases porque no tienen quién les cuide a los hijos. No cuentan con los recursos económicos para tener una vida digna, lo que se traduce en condiciones alimenticias precarias, viviendas en mal estado, dificultad de desplazamiento, ropa inadecuada para ir a las prácticas de la técnica, etc.

Justificación

El presente trabajo de grado surge de la necesidad de abordar de manera clara y realista la construcción del proyecto de vida de las madres adolescentes vinculadas a la Fundación JUANFE. Se busca tener en cuenta sus fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas, las cuales vivencian a diario. Es decir, se pretende partir de sus experiencias narrativas desde una perspectiva psicosocial que considera el ser madre adolescente.

Para Villa, (2012) la perspectiva psicosocial:

Es una forma de enfocar la realidad que posibilita escenarios de actuación que comprenden los fenómenos humanos desde una visión integral y que, por lo tanto, plantean alternativas, soluciones y procesos incluyentes que se despliegan en el tiempo y que producen nuevas subjetividades en marcos de mayor justicia, equidad, desarrollo a escala humana, sana convivencia y paz (p. 362).

Ahora, es importante destacar que en Medellín no se encuentran fundaciones o corporaciones que ofrecen apoyo psicosocial, educativo y laboral a madres adolescentes. Se realizó una búsqueda en diferentes bases de datos para identificar la existentes en la ciudad que aborden la situación particular de esta población, no teniendo éxito en dicha investigación, por lo que se puede hablar de la singularidad de la Juanfe en la misión de transformar la realidad de la infancia y adolescencia más vulnerable, dedicándose a proteger y promover sus derechos, generando espacios adecuados para su desarrollo y propiciando su inclusión en la sociedad.

Entre las bases consultadas, está la página web¹ de la Federación Antioqueña de ONG donde están inscritas más de 90 ONG que trabajan en temas como la educación, vivienda, salud, discapacidad, adulto mayor, niñez y familia, comunicaciones, economía solidaria, derechos humanos, ciudadanía, paz y ruralidad entre otros temas, no obstante se revisó detalladamente cada una de las asociaciones, corporaciones y fundaciones inscritas y se verificó que no registra una entidad que trabaje los objetivos de la Fundación JUANFE.

También se realizó la búsqueda en el directorio o página web² de agrupaciones del banco de información de la Alcaldía de Medellín donde se encuentra información relacionada con grupos focales en donde se incluyen grupos vulnerables y de especial protección, a fin de proveer una herramienta opcional como base de consulta para la ciudadanía, proponentes y público en general y no se evidenciaron proyectos relacionados con la temática de apoyo a madres adolescentes.

El propósito de JUANFE, es ayudar a las madres adolescentes a salir adelante, alcanzar sus metas y mejorar su calidad de vida, tanto para ellas como para sus hijos. La Universidad Católica Luis Amigó se beneficia de este proyecto al utilizarlo para evaluar y potenciar los conocimientos adquiridos por sus estudiantes durante su formación académica. Además, este proyecto apunta al cumplimiento de la Misión de esta institución de educación superior, la cual dicta:

¹ <https://faong.org/nosotros/>

² <https://www.medellin.gov.co/es/secretaria-suministros-y-servicios/banco-de-informacion/directorio-de-agrupaciones/>

La Universidad Católica Luis Amigó es una Institución Católica, de carácter privado, creada y dirigida por la Congregación de Religiosos Terciarios Capuchinos para generar, conservar y divulgar el conocimiento científico, tecnológico y cultural y para la formación de profesionales con conciencia crítica, ética y social; con el fin de contribuir al desarrollo integral de la sociedad. (Secretaría general, 2023)

Finalmente, esta propuesta es significativa tanto para la sociedad como para la Fundación JUANFE. Si las madres adolescentes logran establecer un proyecto de vida sólido, se reducirá el riesgo de deserción académica y laboral, así como la probabilidad de un segundo embarazo, la exposición a la violencia y el consumo de sustancias psicoactivas, entre otros aspectos.

Objetivos

General:

Reconocer las dificultades que enfrentan las madres adolescentes vinculadas a la Fundación JUANFE, en su sede de Medellín, para la construcción de sus proyectos de vida.

Específicos:

1. Realizar un estudio detallado de las principales barreras y desafíos que enfrentan las madres adolescentes vinculadas a la Fundación JUANFE en Medellín al intentar construir sus proyectos de vida, a través de la aplicación de un árbol de problemas, encuestas y entrevistas.
2. Diseñar un programa de apoyo psicosocial y educativo dirigido a las madres adolescentes atendidas por la Fundación JUANFE en Medellín, con el fin de fortalecer sus capacidades para la consecución exitosa de sus metas personales y profesionales.

Referentes conceptuales

Madres adolescentes y embarazo

La adolescencia puede ser vista como un desafío y una oportunidad de aprendizaje a través de las experiencias, donde el pensamiento y forma de ver el mundo genera cambios y se adquiere madurez a nivel emocional y físico. Pero para todas las personas no es igual, porque puede traer miedos e incertidumbres con dificultad para construir un proyecto de vida o tener independencia.

La palabra adolescente proviene del latín *adolescere* que significa crecer o madurar. Dependiendo de la manera cómo transcurre esta etapa, se define en gran medida la calidad de vida en las siguientes etapas del ciclo vital, el grado de desarrollo del potencial humano y, en consecuencia, el capital social al que un país apuesta.

(Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, 2015, p. 14)

El inicio de la sexualidad a una edad temprana, puede traer consigo riesgo de embarazos prematuros, siendo en muchos casos, ocasionado por falta de conocimiento, orientación y educación en temas relacionados con una sexualidad responsable, por otro lado, falta de acompañamiento en esta etapa de la vida. Según Quintero y Rojas (2015), el embarazo adolescente puede explicarse cuando la adolescente es aún dependiente de su núcleo familiar de origen, pero no se puede dejar a un lado cuando la joven comienza a tener su ciclo menstrual.

Partiendo de lo anterior, se considera que el embarazo adolescente es un problema de salud pública teniendo un alto impacto. Diferentes entidades buscan mitigar la cantidad de embarazos a temprana edad, ya que, estos afectan diferentes grupos sociales y la

economía. A nivel mundial se han llevado a cabo estrategias como el empoderamiento femenino, mayor importancia en la economía ya que asocia la maternidad adolescente con el incremento de pobreza, deserción escolar, empleos de baja remuneración y vivir en condiciones precarias. Dado a lo anterior, entidades gubernamentales y no gubernamentales se han unido con el propósito de reducir cifras de embarazo adolescente, en donde hoy en día se cuenta con fundaciones y programas que buscan mitigar, pero hay que tener en cuenta que aún se presenta una cifra alta de madres adolescentes en América latina.

Naccarato (2015) indica que la maternidad adolescente puede ser vista como una fuente de afecto o una vía de escape ante problemas familiares, como la violencia sexual o doméstica. Según Oliveira-Monteiro (2010) las adolescentes embarazadas enfrentan riesgos relacionados con el uso de drogas, el consumo de alcohol, entornos violentos o inseguridad habitacional. También se observan patrones culturales que incentivan comportamientos sexuales riesgosos. Así mismo, añade que las adolescentes tienen un alto riesgo en ginecología y obstetricia, y a menudo evitan los centros de salud por vergüenza, optando por la medicina tradicional si sus familias la utilizan.

Por su parte, González y Molina (2007) señalan que la maternidad adolescente a menudo perpetúa un ciclo de desventajas, ya que muchas madres adolescentes fueron hijas de madres adolescentes. Esto puede deberse a factores biológicos, socioculturales y familiares, lo que refuerza la transmisión intergeneracional del fenómeno, así mismo, según datos comparativos entre una muestra de 255 madres adolescentes y sus hijas adolescentes, el 22,4% de las madres fueron comprensivas ante el embarazo de sus hijas, el 54% aspiraba que sus hijas terminaran la enseñanza media antes de quedar embarazadas, pero solo el

35% de las hijas tenía esa meta. Además, el promedio de edad de embarazo de las madres fue de 22 años, mientras que el de las hijas fue de 16.

El embarazo adolescente ocurre típicamente entre los 13 y 19 años, afectando tanto física como emocionalmente a las jóvenes y generando desafíos en áreas como la salud, educación y bienestar socioeconómico. Este fenómeno está vinculado a la falta de educación sexual adecuada, uso limitado de anticonceptivos y factores familiares que influyen en la toma de decisiones. La Organización Mundial de la Salud [OMS], (2024), indica que el embarazo adolescente es más común entre jóvenes con menor nivel educativo o en situación de pobreza, perpetuando la desigualdad. Además, prácticas como el matrimonio infantil y el abuso sexual incrementan los riesgos. Así mismo, dicha entidad colabora con diversas organizaciones para mitigar este problema mediante programas de prevención, promoción de la salud y recolección de datos. En 2019, se registraron aproximadamente 21 millones de embarazos entre adolescentes de entre 15 y 19 años, de los cuales el 50% fueron no deseados. Las complicaciones de salud para las adolescentes y sus bebés, como el bajo peso al nacer y el nacimiento prematuro, son comunes.

López (2005) destaca que el embarazo adolescente afecta áreas como la psicosocial, con deserción escolar y limitación de aspiraciones, y la afectivo-personal, donde las relaciones con los padres suelen ser difíciles. Ibarra (2003) añade que, aunque hoy las personas maduran más rápidamente, las incidencias de embarazo adolescente siguen teniendo profundas repercusiones. Venegas y Nayta (2019) subrayan que este fenómeno genera desigualdad, afectando la integración social de las madres adolescentes y creando un ciclo vicioso de pobreza.

De acuerdo a la [OMS] (2024), el embarazo en la adolescencia es un fenómeno mundial con causas claramente conocidas y graves consecuencias para la salud, la sociedad y la economía; tiende a ser mayor en población con menos educación o estratos socioeconómicos bajos, se evidencian matrimonios infantiles y abuso sexual de niñas poniendo en riesgo de embarazo a temprana edad y a menudo no deseado, generando graves problemas mentales, interrumpiendo un plan de vida y haciendo que su círculo familiar siga cayendo en la extrema pobreza. se evidencia abuso sexual de niñas, matrimonios infantiles, embarazos no deseados a temprana edad, graves problemas mentales y la interrupción del plan de vida generando que su círculo familiar siga cayendo en la pobreza extrema.

En línea con lo mencionado anteriormente, se presentan cifras alarmantes, y aunque algunos líderes buscan reducir esta problemática, las estadísticas siguen siendo preocupantes. Según la misma entidad, en 2021, se reportó que 650 millones de niñas fueron obligadas a contraer matrimonio, muchas veces presionadas por sus familias, sin tener la capacidad de decidir sobre el retraso de la maternidad o el uso de métodos anticonceptivos. Esta institución también señala que algunas adolescentes eligen quedar embarazadas debido a las dificultades para acceder a la educación o al empleo, ya que en ciertas culturas la maternidad es más valorada que otras oportunidades.

Esta realidad refleja una grave violación de los derechos humanos de niñas y mujeres, quienes enfrentan embarazos no deseados a edades tempranas, lo que frecuentemente las condena a una vida en la pobreza. Además, la OMS (2024) señala que, junto con temas como el matrimonio infantil, la pobreza y el embarazo adolescente, la violencia sexual es un problema importante, aproximadamente 120 millones de niñas

menores de 20 años han sido víctimas de abuso sexual por parte de familiares, vecinos o personas cercanas. Estas cifras reflejan cómo la violencia sexual está intrínsecamente ligada a la desigualdad de género, afectando desproporcionadamente a las niñas, aunque también impacta a los niños.

En cuanto a un aspecto legal del embarazo adolescente, varía considerablemente entre países, estando influenciado por marcos normativos que buscan proteger tanto los derechos de las adolescentes como de los recién nacidos. Se puede decir que se han implementado políticas públicas centradas en la educación sexual integral y en la accesibilidad a métodos anticonceptivos han logrado reducir significativamente las tasas de embarazo adolescente, pero no se puede desconocer que aún se deben seguir fortaleciendo los programas de acompañamiento y educación para que los adolescentes al momento de iniciar su sexualidad sea de forma responsable.

Por otra parte, según Martínez (2021) las:

Políticas Públicas del Embarazo Precoz en Medellín- Colombia En Colombia, las acciones encaminadas a la prevención del embarazo adolescente se han dado desde el ámbito legislativo, las cuales parten desde la misma Presidencia de la República a través de los Ministerios de Protección Social y de Educación, como también de la Alta Consejería para la Mujer, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), hasta la Corte Constitucional. En este sentido, La Ley de Infancia y Adolescencia, el Código de Infancia, el Conpes Social, las Sentencias de la Corte Constitucional y las políticas de los organismos internacionales marcan un derrotero a seguir en pos de generar políticas públicas y acciones eficaces para reducir los

índices de embarazo adolescente y con ello proteger no solo una generación de jóvenes, sino también las siguientes (párr 56).

Como se mencionó anteriormente, si bien Colombia ha presentado avances en la prevención del embarazo adolescente, continúa siendo un reto significativo con la implementación de nuevas políticas donde se garanticen los derechos de los adolescentes y la garantía de atención en servicios de salud sexual y reproductiva continúa., un marco legal sólido, acompañado de políticas públicas efectivas, es clave para garantizar los derechos de las adolescentes embarazadas y para reducir las tasas de embarazo adolescente a nivel global.

Proyecto y sentido de vida

El proyecto de vida es una herramienta que permite a las personas proyectar y establecer metas a corto, mediano y largo plazo, guiando así sus acciones cotidianas. Este proceso facilita enfrentar diversas circunstancias de la vida, auto conocerse en cuanto a habilidades y debilidades, y poner en práctica vivencias que contribuyan a la construcción de dicho proyecto. Cada individuo, conforme a sus necesidades, gustos y destrezas, desarrolla un proyecto de vida único (Vaño, 2010).

A su vez, González (2016) destaca que el proyecto de vida otorga sentido a la existencia, ya sea que se desarrolle de manera intencionada o no. Esta proyección abarca diversas áreas de la vida humana, como lo personal (gustos, habilidades y destrezas), lo familiar (donde la familia a menudo influye en la consolidación de metas), lo espiritual y afectivo (creencias frente a los medios y objetivos que deben alcanzarse). También señala aspectos socio-políticos, culturales, económicos y laborales, los cuales pueden variar entre

grupos de personas y afectar tanto el logro de objetivos como el desarrollo personal y profesional, el cual cambia a lo largo del ciclo vital debido a factores individuales y sociales.

Por su parte, para Hernández (2003):

El Proyecto de Vida se distingue por su carácter anticipatorio, modelador y organizador de las actividades principales y del comportamiento del individuo, que contribuye a delinear los rasgos de su Estilo de Vida personal y los modos de existencia característicos de su vida cotidiana en todas las esferas de la sociedad. (p. 8).

También se puede analizar el proyecto de vida desde una perspectiva psicológica humanista donde nos muestra que la persona es la única que determina su proyecto de vida, como lo refería Maslow (1990) “las personas autorrealizantes están sin excepción, involucradas en una causa exterior a su propio cuerpo, en algo externo a sí mismos. Están dedicadas a trabajar en algo, que es muypreciado por ellas; en algo llamado vocación” (p. 56). De acuerdo a lo mencionado, permite evidenciar cómo las personas son las que toman la decisión hacia dónde quieren dirigir sus gustos, lo que aman y dedican todo su esfuerzo en la consecución de lo tan anhelado para sus vidas.

En cuanto al sentido de vida es importante reconocer que este concepto aporta dirección, propósito y motivación a la experiencia humana. De acuerdo con Smith (2017) diversos estudios han demostrado que tener un propósito y significado en la vida contribuye a un mayor bienestar general, mejora tanto la salud física como mental, fortalece la resiliencia, mejora la autoestima y reduce el riesgo de depresión.

La falta de sentido de la vida puede llevar a sensaciones de vacío, desorientación y falta de propósito, lo cual afecta el bienestar emocional y el funcionamiento cotidiano. Sin embargo, cada individuo experimenta este vacío de manera diferente, percibiendo el mundo desde su propia perspectiva.

Al analizar el sentido de la vida, varios autores ofrecen distintas definiciones. Frankl (1946) lo concibe como una búsqueda intrínseca de significado que motiva al ser humano, incluso en situaciones de sufrimiento. Sartre (1993) sostiene que la existencia precede a la esencia, lo que significa que cada persona debe crear su propio propósito a través de sus decisiones y acciones.

Teniendo en cuenta lo anterior, el proyecto de vida es un medio que le puede permitir a cada persona alcanzar objetivos, en cuanto al sentido de vida da un propósito y motivación para alcanzar esos objetivos. Ambos se relacionan, el sentido de vida permite tener una dirección a los objetivos que quiero en el proyecto de vida, estableciendo las acciones necesarias para cumplir las metas, generando así bienestar emocional.

Ambos conceptos pueden considerarse como la clave para lograr una experiencia de vida plena. Cuando el sentido de vida está claro, es más fácil desarrollar un proyecto de vida que sea coherente con los valores, propósitos y metas deseables. De esta manera, la persona no solo realiza actividades día a día, sino que cada paso que da, cada decisión que toma, está enfocada con su propósito, lo que le hace sentir una sensación de realización y satisfacción por el cumplimiento de las metas establecidas.

Desarrollo personal, familiar y profesional

El desarrollo personal es un proceso mediante el cual los seres humanos buscan potenciar sus fortalezas y alcanzar objetivos, deseos, sueños y anhelos. Este proceso implica enfrentar miedos e inseguridades, con el fin de motivarse por el interés en la superación personal y, sobre todo, en darle sentido a la vida.

Según Arias et al. (2008):

Para lograr crecer o avanzar se deben fijar unas metas, pero que en el logro de las mismas se encontrarán dificultades, lo cual las hace más lejanas y menos accesibles. De aquí se pueden derivar situaciones que conllevan a la depresión, frustración, sentimientos de inferioridad, tristeza, apatía, entre otras (p. 3).

Chappaz (2015) menciona que el desarrollo personal y profesional es un proceso de autoconocimiento que permite optimizar las potencialidades y aumentar capacidades, logrando así los objetivos deseados. Esto resalta la importancia de hacer una introspección para identificar las preferencias y talentos naturales que desarrollan competencias. En línea con esto, Druker (1998), citado por Chappaz (2015), plantea que el éxito proviene de quienes conocen sus fortalezas y valores, y se desempeñan con excelencia.

Por su parte, Spencer y Spencer (1993), citados en Chappaz (2015), consideran que las competencias son cruciales en el desarrollo personal, ya que forman parte de la persona y se relacionan con su efectividad, ofreciendo altos resultados en el trabajo o en situaciones cotidianas. Cardona y Agudelo (2007), citados en Márquez (2022), enfatizan que la satisfacción con la vida se basa en la valoración personal de aspectos como la percepción, satisfacción y expectativas.

La satisfacción, entonces, es un componente esencial del desarrollo personal, ya que permite a los seres humanos elegir, pero esta elección, según Vygotsky (1993), requiere de una educación que se adelante al desarrollo y guíe el comportamiento. Vygotsky destaca cómo la educación actúa como un sistema de regulación personal, actualizando el desarrollo real y fortaleciendo el potencial, lo que permite a las personas convivir y ser mejores (p. 245).

Pérez y Bermúdez (2004), definen el crecimiento personal como un proceso de cambio y transformación en la personalidad que permite un mayor nivel de regulación comportamental y una mejor relación con el entorno, las personas y consigo mismo.

“El desarrollo familiar, por su parte, implica el fortalecimiento de las capacidades de la familia para cumplir sus funciones socialmente asignadas y desarrollar habilidades y competencias” (Gubbins & Berger, 2004, p. 39). A través del ciclo vital, la familia ayuda a sus miembros a alcanzar la madurez y el crecimiento, creando una estructura organizada que refuerza tanto la identidad familiar como la individual. Sin embargo, cuando no hay flexibilidad en esta estructura, pueden surgir disfunciones familiares.

El desarrollo profesional es también un proceso continuo que comienza con la formación académica y se enriquece con la experiencia. Gómez (1999) y Almeida (2021) coinciden en que este proceso depende de las oportunidades que ofrece el entorno para fortalecer las habilidades, pero debe equilibrarse con el desarrollo personal para ser exitoso. Si uno de estos aspectos se descuida, el equilibrio se rompe.

“En el ámbito empresarial, el desarrollo profesional está vinculado a la motivación, competitividad y desempeño, lo que a su vez maximiza el éxito organizacional” (Padilla et

al., 2015, p. 111). Además, este desarrollo se relaciona con la construcción de un proyecto de vida que refleja tanto la libertad individual como las condiciones sociales y económicas que abren oportunidades para el crecimiento personal y profesional (Romero, 2004).

Finalmente, Suárez y Vélez (2018) destacan que la familia es la primera red de apoyo y que un ambiente familiar saludable es fundamental para el desarrollo personal y social. La familia juega un papel clave e importante en la adquisición de habilidades sociales, contribuyendo al desarrollo emocional y social de sus miembros.

Según lo anterior, la familia, como primera red de apoyo, juega un rol crucial en este proceso al proporcionar el espacio y las herramientas necesarias para el desarrollo emocional y social. Un ambiente familiar saludable promueve habilidades sociales y emocionales que son fundamentales para enfrentar los retos personales y profesionales de la vida adulta. En este sentido, la educación también se convierte en un factor determinante, ya que no sólo proporciona conocimientos, sino que también regula el comportamiento y fortalece el potencial de cada individuo, como plantea Vygotsky.

Por otro lado, el desarrollo profesional no puede desvincularse del personal, ya que ambos se retroalimentan y contribuyen al crecimiento integral de la persona. La satisfacción en el ámbito laboral depende tanto de las competencias adquiridas como del equilibrio emocional y personal. En el contexto empresarial, esto se traduce en mayor motivación, competitividad y desempeño, elementos que, al estar alineados con el desarrollo personal, permiten alcanzar un éxito más amplio y sostenible.

Concepto psicosocial

De acuerdo a la explicación de Medina et al. (2007) lo psicosocial guarda una estrecha relación con hechos traumáticos sobresaliendo así una conexión entre lo individual y lo colectivo dejando evidenciar que es relevante realizar algunas transformaciones en el ciclo vital, el interés por el enfoque psicosocial creció especialmente después de eventos históricos como la Segunda Guerra Mundial, la guerra de Vietnam y otros conflictos mundiales. En dichos contextos, se hace evidente el impacto de los traumas personales y sociales, tanto en hombres como en mujeres, independientemente de la magnitud del acontecimiento.

Así mismo, plantean que "el carácter psicosocial de una experiencia está dado por la dimensión intersubjetiva e intrasubjetiva, inherentes a la naturaleza de las relaciones entre los sujetos" (p.180). Esto significa que existe una relación intrínseca entre lo psicológico y lo social, permitiendo comprender las situaciones humanas como parte de un todo integral.

Por su parte, Goffman (1971), referenciado por Páramo (2008), sostiene que "las personas están envueltas permanentemente en diferentes dramas en los cuales cambian sus roles y actuaciones de acuerdo a la situación" (p. 4). Esta visión implica que los individuos buscan ejercer control sobre el auto concepto que los demás puedan formar de ellos, adaptándose al escenario social en función de la audiencia y las circunstancias.

Para Rodríguez y Ariza (2019), las dinámicas sociales se han destacado por los diferentes conflictos, desde la vida social, política y económica, permitiendo así unos diseños y acciones en lo psicosocial donde esté enfocada a la reconstrucción de lo individual y colectivo.

El enfoque psicosocial se puede analizar desde múltiples perspectivas, a este propósito, es que se refiere Villa (2012) cuando dice:

Se comprende como una mirada, una perspectiva y, al mismo tiempo, una forma de enfocar la realidad que posibilita escenarios de actuación que comprenden los fenómenos humanos desde una visión integral y que, por lo tanto, plantean alternativas, soluciones y procesos incluyentes que se despliegan en el tiempo y que producen nuevas subjetividades en marcos de mayor justicia, equidad, desarrollo a escala humana, sana convivencia y paz. (p. 362).

Otra perspectiva relevante es la de la vulnerabilidad psicosocial. García (2015) la describe como "un factor de riesgo que abarca una exposición alta a comportamientos de salud y consumo, malas estrategias de afrontamiento, baja resiliencia, alto nivel de estrés y dificultades para manejarlo, entre otros" (p. 11). Esto refleja la manera en que las personas enfrentan las situaciones adversas, muchas veces a través de su conexión con los espacios que consideran parte de su identidad, como lo menciona (Páramo, 2008).

En el ámbito laboral, los riesgos psicosociales se manifiestan en las dinámicas entre trabajadores y las organizaciones, afectando tanto la productividad como el bienestar emocional y físico. Según Sierra (2021), estos riesgos surgen de "las interacciones entre el medio ambiente de trabajo, el contenido del trabajo, las condiciones de organización, las capacidades, necesidades y cultura del trabajador" (p. 3), influyendo en su salud y satisfacción laboral.

Finalmente, varios autores como (Blanco y Valera, 2007; Palma, 2020; Rizzo, 2009), manifiestan que el trabajo psicosocial impacta a los individuos, familias, grupos y

comunidades partiendo de sus contextos y realidades, involucrando organizaciones privadas y públicas, así como las diferentes esferas del ser humano (lo individual, social, espiritual, familiar, laboral, académico, económico, entre otros) lo que requiere de diferentes profesionales académicos para su intervención.

Ikigai

El término Ikigai proviene de la cultura japonesa, según Vinaccia (2024):

A finales de la década de 1950, la psiquiatra japonesa Mieko Kamiya trataba a pacientes con lepra. Mientras trataba a estos pacientes, empezó a preguntarse por qué algunas personas podían mantener la esperanza a pesar de encontrarse en una situación tan difícil, pero otras no. (p.268).

Llegó a la conclusión de que se trataba de un sentido experiencial que se capta mejor con la palabra “ikigai” compuesto dos aspectos constitutivos: el “ikigai-kan”, que es el sentimiento del ikigai, y “iki -gai tai-sho”, que es el objeto o la fuente del ikigai.”

Es un concepto filosófico que se refiere a aquello que le da sentido a la vida de una persona, combinando lo que uno ama, lo que el mundo necesita, por lo que puede ser remunerado y en lo que es bueno. Según la teoría del Ikigai, encontrar ese equilibrio es clave para alcanzar una vida plena y satisfactoria.

Según García y Miralles (2016):

Tener un ikigai claro y definido, una gran pasión, da satisfacción, felicidad y significado a la vida. La misión de este libro es ayudarte a encontrarlo, además de

descubrir muchas claves de la filosofía japonesa para una larga salud del cuerpo, la mente y el espíritu. (p.11).

También se explica que el Ikigai es una intersección de cuatro elementos esenciales, el concepto de *ikigai*, de origen japonés, se refiere a encontrar una razón de ser o un propósito que le da sentido a la vida. Este propósito se halla en la intersección de cuatro elementos fundamentales:

Pasión: que se puede definir como aquello que se ama hacer y cada persona disfruta realizar. También puede estar relacionado con intereses personales y esto puede generar satisfacción.

Vocación: se refiere a aquello que se hace bien de forma natural o por instinto, la vocación también está relacionado con los gustos personales.

Profesión: se relaciona con aquella función que se realiza y genera que se tenga un ingreso.

Misión: aquello que tienes para ofrecer a los demás o lo que tienes destinado a realizar en la vida.

En conjunto, estos cuatro componentes del Ikigai se entrelazan para formar una vida con propósito y satisfacción, donde las pasiones, habilidades, contribuciones y recompensas económicas se alinean de manera coherente y significativa, como se ve en esta imagen de García y Miralles, (2016, p.12):



Finalmente, el concepto de Ikigai de la filosofía japonesa, busca integrar aspectos esenciales de la vida, como las pasiones, habilidades, contribuciones al mundo y la compensación económica, para encontrar un sentido de propósito y realización. Como lo explica Mieko Kamiya, el Ikigai combina el sentimiento personal con una fuente externa de motivación, proporcionando un equilibrio entre lo que se ama, lo que se es bueno, lo que el mundo necesita y lo que puede generar ingresos. Al lograr esta intersección, una persona puede experimentar una vida plena y significativa, caracterizada por la satisfacción personal, el bienestar colectivo y la estabilidad económica. Este equilibrio no solo impulsa el desarrollo personal, sino que también conecta con el propósito de contribuir positivamente a la sociedad, lo que refuerza la importancia de vivir alineado con lo que realmente da sentido a la vida.

Diseño metodológico

Este trabajo de grado parte de una investigación cualitativa, la cual según autores como Hernández et al. (2018):

Se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes; y después, para perfeccionarlas y responderlas. (p.7).

Es por ello que, para el proceso de investigación, se utilizó la investigación cualitativa, en donde se buscó comprender las percepciones y los significados de las participantes respecto al tema de interés. Además, el diseño se fundamentó en un estudio de tipo subjetivo, con el cual se pretendía identificar los factores que impiden o les dificultan a las madres adolescentes de la fundación JUANFE desarrollar sus proyectos de vida. Igualmente, se aclara que esto se llevó a cabo por medio de trabajo de campo.

En la fundación JUANFE se encuentran vinculadas un total de 266 adolescentes las cuales participan en las tres fases activas, 112 en la fase 1, 79 en la fase 2 y 75 en la fase 3, teniendo en cuenta el total de población, se determina que los criterios de inclusión para seleccionar la muestra, son 16 jóvenes de las 3 fases que presentaron dificultades para establecer su proyecto de vida. En lo que respecta a la muestra, esta fue elegida por medio

de los docentes de la fundación que a partir del desarrollo percibido de las adolescentes en cuanto a lo académico, personal y social han presentado algunas falencias que impactan significativamente en el establecimiento de un proyecto de vida y por ende en el alcance de metas personales y profesionales.

Para la recolección de la información se empleó una técnica interactiva denominada árbol de problemas, buscando las consecuencias y soluciones del mismo. Inicialmente, las 16 participantes fueron distribuidas lo que dio lugar a la creación de tres árboles iniciales. Posteriormente, se elabora un árbol final con el objetivo de sintetizar la información. La técnica fue elegida puesto que plantear las causas permite a las investigadoras identificar aquellas situaciones que impiden que el proyecto de vida se desarrolle y por tanto establecer los elementos que deben ser intervenidos con el proyecto psicosocial.

Para el análisis de los datos recolectados en la técnica antes descrita, primero, se observó cada uno de los árboles realizados para identificar aspectos en común que impiden el progreso del proyecto de vida, se agruparon en referentes conceptuales para teorizarlos y posteriormente plantear las actividades de la intervención psicosocial que apuntaron a la solución de dichas situaciones. Luego, este análisis fue compartido con las madres adolescentes participantes de la investigación con el fin de confirmar que los elementos identificados, por las investigadoras, como problemáticos son los mismos que ellas consideraron que dificultaban el desarrollo de sus proyectos de vida.

En lo que tiene que ver con los aspectos éticos, según la ley 1090 del 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, los psicólogos que desempeñen su profesión en Colombia se apoyarán en los siguientes principios universales:

como la responsabilidad, competencia, estándares morales y legales, confidencialidad y bienestar del usuario; es por ello que para la recolección de datos del trabajo de grado, inicialmente se presentó una carta formal a la fundación JUANFE donde se detalló el objetivo de la intervención que se realizará con las madres adolescentes. De igual manera, a las participantes se les presentó el debido consentimiento informado, el cual se encuentra al final de este documento en el apartado de anexos, en donde se expuso con claridad todos aquellos aspectos relacionados con las técnicas que se implementaron y con qué fin se llevaron a cabo. Además, cada intervención que se realizó se fundamentó en los principios éticos que caracterizan el ejercicio psicológico, así como en el respeto y la empatía por el otro.

Intervención psicosocial

Teniendo en cuenta que la problemática identificada por medio del diagnóstico está relacionada con el proyecto de vida poco estructurado y consolidado de las madres adolescentes de la fundación JUANFE, se propone realizar una intervención psicosocial con duración de 6 meses que apunte a la solución de dicha problemática; para ello, debe implementarse una serie de actividades direccionadas a los diferentes factores que influyen en la construcción y fortalecimiento del proyecto de vida.

La intervención se divide en tres etapas, la primera está compuesta por dos actividades como lo son la entrevista semiestructurada y una encuesta para las cuales el tiempo establecido es durante los tres primeros meses de la intervención con dos espacios por cada mes. La segunda etapa cuenta con actividades como talleres reflexivos y creación de grupos como redes de apoyo, para ello se dispone de los 6 meses que dura la intervención con una periodicidad semanal. Por último, la tercera etapa está formada por un seminario y otro grupo como red de apoyo. El insumo correspondiente a cada actividad propuesta será compartido en el presente trabajo en la parte de anexos, allí se detalla el paso a paso para su desarrollo.

La entrevista semi-estructurada según Tejero (2021) “recolecta datos a través de preguntas abiertas. Dispone de un guión; sin embargo, se pueden incorporar nuevas preguntas, se puede explicar el significado de las preguntas formuladas, pedir aclaraciones al entrevistado o introducir nuevas preguntas” (p. 68). Por otro lado, la encuesta se entiende como “conjunto de preguntas tipificadas dirigidas a una muestra representativa de grupos

sociales, para averiguar estados de opinión o conocer otras cuestiones que les afectan” (RAE, s.f, p. 1).

Las actividades a ejecutar están planteadas de acuerdo a los objetivos descritos para esta intervención; por tanto, las entrevistas semiestructuradas y las encuestas tienen como finalidad conocer las principales barreras y desafíos que enfrentan las madres adolescentes vinculadas a la Fundación JUANFE en Medellín al intentar construir sus proyectos de vida. Estas actividades o acciones apuntan a cumplir con el plan de la primera etapa.

Con lo que respecta a la segunda etapa, se encuentran las actividades específicas para la intervención que buscan acompañar la problemática encontrada, como lo son los talleres reflexivos, los cuales según Gutiérrez (2016) “Son una metodología de intervención grupal. Se incluye dentro de las metodologías constructivistas en la cuáles los participantes juntos construyen durante la sesión. Se denomina reflexivo debido a que el objetivo es la reflexión sobre el tema de la sesión” (p. 1). Se plantean 3 ciclos de talleres reflexivos distintos cada uno compuesto por 4 temáticas.

Por otro lado, están los grupos como redes de apoyo, el cual “nos brinda la oportunidad de compartir sentimientos, problemas, alegrías, ideas e información con otros individuos que están pasando por la misma experiencia; nos ayuda a tomar conciencia de nuestro problema y atender nuestras propias necesidades” (Red de Grupos de Apoyo Mutuo de Andalucía. s.f, pp. 30). Dentro de estas actividades están los diferentes grupos como lo son: “grupo: círculos de confianza”, “grupo: Mamás unidas” y “grupo: mentoras inspiradoras”

Por último, se plantea el seminario Ikigai como cierre a todas las actividades propuestas. Donde por medio de este se busca que las participantes puedan encontrar una razón de ser o definan un propósito que les permita enfocar su proyecto de vida y definir sus pasiones, vocaciones, misiones y cómo se proyectan profesionalmente.

De acuerdo con la teoría del Ikigai, encontrar ese equilibrio es clave para alcanzar una vida plena y satisfactoria García y Miralles (2016). Para esta propuesta se contará con un experto invitado quien dirigirá el seminario y se enfocará en cómo el proyecto de vida puede ser ese motor de desarrollo personal y profesional. Esta actividad se desarrolla en 4 espacios, dos en el cuarto mes y dos en el quinto mes.

Plan operativo

Objetivos Específicos	Actividades	Meta	Indicadores	Recursos	Fuentes de verificación
<p>Implementar estrategias para la potencialización del empoderamiento femenino de las madres adolescentes vinculadas a la fundación JUANFE en la sede de Medellín.</p>	<p>-Realización de taller reflexivo presencial denominado “Alas para volar”.</p> <p>-Realización de taller reflexivo presencial denominado “Rompiendo mis barreras”.</p> <p>-Realización de taller reflexivo presencial denominado “Mi mapa del tesoro”.</p>	<p>Se espera que el mayor número de población asista a los talleres reflexivos con el fin de que descubran su potencial y sientan la capacidad de alcanzar sus metas.</p>	<p>Aplicación de encuestas de satisfacción que evalúen la percepción de la población asistente respecto a la metodología utilizada.</p> <p>-Los asistentes llevarán un Diario de reflexión donde escribirán las experiencias y aprendizajes experimentados en los talleres realizados.</p>	<p><i>Recurso humano:</i> Personal encargado de dictar los talleres, internos y externos a la Fundación.</p> <p><i>Recursos físicos:</i> Para los encuentros presenciales salón, televisor, <i>video beam</i>, lapiceros, marcadores de colores, cinta, objetos, imágenes, juegos y demás material según lo requiera cada taller.</p> <p><i>Financieros:</i> Presupuesto económico según convenga.</p>	<p>- Listados de asistencia.</p> <p>-Registro fotográfico de los talleres realizados.</p> <p>-Registro de las encuestas de satisfacción</p>

<p>Diseñar programas de apoyo psicosocial y educativo dirigido a las madres adolescentes atendidas por la Fundación JUANFE en Medellín, con el fin de fortalecer sus capacidades para la consecución exitosa de sus metas personales y profesionales.</p>	<p>Implementación de redes de apoyo con la creación de los grupos: “Círculos de confianza”, “Mamás unidas”, “Mentoras inspiradoras” y “Tejiendo sueños”.</p> <p>-Seminario <i>Ikigai</i>.</p>	<p>Se espera que el mayor número de población pertenezca a alguno de los grupos y sean entre ellas misma una red de apoyo.</p> <p>-Con el seminario se pretende que la mayor cantidad de población descubra su propósito de vida y esto les permita definir sus metas personales y profesionales</p>	<p>Aplicación de encuestas de satisfacción que evalúen la percepción de la población asistente respecto a la metodología utilizada.</p> <p>-Registro de asistencia para medir el proceso de cada una de las asistentes.</p> <p>-Realización de una presentación enfocada a sus nuevas metas y proyecciones a nivel personal y profesional.</p>	<p>-Facilitadores que dirigen cada uno de los grupos.</p> <p>- Facilitador con conocimiento en el tema de <i>ikigai</i> quien dirija el seminario.</p> <p>-Salones o espacios externos a la fundación donde se realicen los encuentros.</p> <p>- Material de trabajo según lo requiera cada encuentro y desarrollo del seminario.</p>	<p>-Listados de asistencia.</p> <p>-Registro fotográfico de los encuentros y presentaciones realizados.</p> <p>-Registro de las encuestas de satisfacción.</p>
<p>Realizar un estudio detallado de las principales barreras y desafíos que enfrentan las madres adolescentes vinculadas a la Fundación JUANFE en Medellín al intentar construir sus proyectos de vida, a través de la</p>	<p>-Realización de entrevista semiestructurada a las madres adolescentes.</p> <p>-Realización de encuestas a las madres adolescentes</p>	<p>Se espera que al mayor número de población se le realice la encuesta y entrevista con el fin de conocer aquellas barreras que impiden a las</p>	<p>Categorización de respuestas con el fin de identificar temas recurrentes y así visualizar los principales obstáculos.</p>	<p>Facilitadores que realicen las entrevistas y encuestas.</p> <p>- Salones para realizar las entrevistas y encuestas.</p>	<p>-Listado de firmas como constancia de la ejecución de las entrevistas y encuestas.</p> <p>-Registro fotográfico de la realización</p>

aplicación de encuestas y entrevistas.		jóvenes construir sus proyectos de vida y poder así implementar las acciones necesarias y fortalecer este aspecto.	-Análisis de los datos recopilados con el fin de establecer las barreras que presentan los jóvenes para construir sus proyectos de vida.		de entrevistas y encuestas.
--	--	--	--	--	-----------------------------

Programación de actividades

Actividades	Meses																							
	1				2				3				4				5				6			
	Semanas				Semanas				Semanas				Semanas				Semanas				Semanas			
Etapa 1																								
Entrevistas	X		X		X		X		X		X													
Encuestas	X		X		X		X		X		X													
Etapa 2																								
Taller Alas para volar	X						X						X							X				
Grupo Círculos de confianza		X						X					X								X			
Taller Rompiendo mis barreras			X						X					X							X			
Grupo Mamás unidas				X						X					X							X		
Taller Mi mapa del tesoro					X						X								X				X	
Grupo Mentoras inspiradoras						X						X								X				X
Etapa 3																								
Seminario Ikigai													X		X					X	X			
Grupo Tejiendo sueños													X		X					X				
Presentación final																					X	X	X	X

Presupuesto

Proyecto de vida como motor de Desarrollo personal y profesional	Para el proceso de investigación se utiliza la investigación cualitativa, en donde se busca comprender las percepciones y los significados de las participantes respecto al tema de interés. Además, el diseño se fundamenta en un estudio de tipo subjetivo, en el cual se pretende identificar los factores que impiden o les dificultan a las madres adolescentes de la fundación JUANFE desarrollar sus proyectos de vida.		El Proyecto tendrá durabilidad de seis meses	Se tendrá un encuentro semanalmente durante los seis meses del Proyecto.	
ELEMENTO	TIPOS DE RECURSO	TIPO DE UNIDAD	TOTAL DE UNIDADES	RECURSO	
Profesional (psicólogo)	Sueldo del profesional	Jornada semanal	4 días a la semana	2.800.000 por mes	16.800.000
Profesional (entrevistador)	Sueldo del profesional	Jornada semanal	2 días al mes, durante 3 meses Total: 6 días	32.000 por hora	1'536.000
Papelería	Cuadernos, hojas iris, tijeras, pegas tic, lápices, lapiceros, marcadores, papel bond, pinturas, pinceles, porcelanicron, papel globo, cinta, hilos de colores.	Durante los seis meses del proyecto	266 cuadernos 30 block iris 12 doc. de lápices 12 doc. de lapiceros 30 pegas tic 12 cajas x10 marcadores de colores variados. Rollo de papel bond Vinilos grandes por color	Por mes: 310.000	1'860.000

			10 paq de pinceles 10 bloques de porcelanicon Papel globo por color (10 unidades/cada color) 4 cintas anchas y 6 delgada Hilo por color		
Alimentación (refrigerios)	Alimentación beneficiarias	Jornadas de 4 días a la semana	4 días a la semana Durante 6 meses Total: 103 días	Valor por refrigerio 4500	Valor semanal: 1'197.000 Valor por Proyecto: 7'182.000
Profesional experto en Ikigai	Sueldo profesional	Capacitación al final del proyecto	4 días		5'310.000
Transporte para las beneficiarias	Transporte	Jornada semanal	36 jornadas en promedio	7000 por beneficiara	11'172.000
Infraestructura :salón	Salones con video y sonido	Durante el Proyecto	4 días a la semana Total: 103 días		Se tiene el espacio
					TOTAL: 38'550.000

Referencias

- Almeida García, J. (2021). El proyecto de vida: Un desarrollo organizacional desde lo humano. *Interconectando Saberes*, (11). <https://doi.org/10.25009/is.v0i11.2683>
- Arias, L. Portilla, L. Villa, C. (2008). El desarrollo personal en el crecimiento individual. Colombia, Pereira. Universidad Tecnológica de Pereira.
<https://www.redalyc.org/pdf/849/84920454022.pdf>
- Blanco, A., y Valera, S. (2007). Los fundamentos de la intervención psicosocial. *Intervención psicosocial*, 1, 3-45.
file:///C:/Users/Johana/Downloads/Capitulo_1_Los_fundamentos_de_la_interve.pdf
- Castro López, J. A. (2004). Problemas psicosociales: una aproximación a la consulta. *Revista clínica electrónica en atención primaria*, (4), 0001-6.
https://ddd.uab.cat/pub/rceap/rceap_a2004m7n4/rceap_a2004m7n4a2.pdf
- Chappaz, M. A. (2015). *La motivación en el desarrollo personal y profesional* (Doctoral dissertation, Universidad de Buenos Aires. Facultad de Ciencias Económicas.).
http://bibliotecadigital.econ.uba.ar/download/tpos/1502-1002_ChappazMA.pdf
- Frankl, V. (2015). *El hombre en busca de sentido*. Herder editorial.
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=eAOIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=Frankl,+V.+\(2015\).+El+hombre+en+busca+de+sentido.+Herder+editorial.&ots=Jy_tkrbehp&sig=peEWrfV8Qi3Q7IDU_dKXHg7hd7M#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=eAOIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=Frankl,+V.+(2015).+El+hombre+en+busca+de+sentido.+Herder+editorial.&ots=Jy_tkrbehp&sig=peEWrfV8Qi3Q7IDU_dKXHg7hd7M#v=onepage&q&f=false)

- García Del C, J. A. (2015). Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones. *Salud y drogas*, 15(1), 5-13.
<https://www.redalyc.org/pdf/839/83938758001.pdf>
- García, H., y Miralles, F. (2018). *Ikigai*: los secretos de Japón para una vida larga y feliz. Barcelona: Ediciones Urano, S.A.U. <https://www.onalza.com/wp-content/uploads/2018/03/Ikigai.pdf>
- Gómez, S. G. (1999). El desarrollo profesional: análisis de un concepto complejo. *Revista de educación*, 318, 175-187.
<https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25105w/PPlectura2.pdf>
- González, A. E. (2016). Tercera parte: Educar para la empleabilidad. En V. Hernández Franco (Ed.), *¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo?* (p. 158-226). Fundación Bertelsmann https://www.google.com/url?q=http://orientaratuhiyo.com/wp-content/uploads/2016/09/bertelsmann_guia_padres.pdf&sa=D&source=docs&ust=1731943422165147&usg=AOvVaw0VvCKI-mu66vC8dy_Zr-MD
- González, E., y Molina, T. (2007). Características de la maternidad adolescente de madres a hijas. *Revista chilena de obstetricia y ginecología*, 72(6), 374-382.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262007000600004
- Gubbins, V., y Berger, C. (2004). Bases, conceptos y estrategias: una reflexión desde la perspectiva del desarrollo familiar. *Pensar el Desarrollo Familiar: una Perspectiva Transdisciplinaria*. Santiago: Lom Ediciones.-

https://www.researchgate.net/publication/330509303_bases_conceptos_y_estrategias_una_reflexion_desde_la_perspectiva_del_desarrollo_familiar.

Gutiérrez, G. (15 de septiembre de 2016). *1. ¿Qué es el taller reflexivo? - definición y principios*. arce metodologías. <https://arcemetodologias.wixsite.com/taller/single-post/2016/09/15/1-qu%C3%A9-es-el-taller-reflexivo-definici%C3%B3n-y-principios>

Hernández, O. D. (2003). Proyecto de vida y desarrollo integral humano. *Rev. Internal Creemos.(Puerto Rico)*, 6(1-20), 1-31.

<https://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20150429033758/07D050.pdf>

Hernández-Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). Metodología de la investigación (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana. https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Ibarra, L. (2003). Adolescencia y maternidad. Impacto psicológico en la mujer. Universidad de la Habana. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v20n1/06.pdf>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar.(2013). *Embarazo adolescente en Colombia [infografía]*. <https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/infografia-embarazo-adolescente-colombia.pdf>

López, J. I., Lugones Botell, M., Valdespino Pineda, L., y Ambrosio San Martín, S. (2005). Aspectos psicosociales del embarazo en la adolescencia. *Rev. Cuba. med. gen. integr.* http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252005000300031

JUANFE. (s.f.). *Quiénes somos*. Fundación Juanfe. <https://juanfe.org/quienes-somos/>

Marquez Terraza, A. V. (2022). Sobre la definición de la calidad de vida subjetiva.

Psicopedagógica 13 (17), 173-189.

<https://www.cicuyo.org/ojs/index.php/Psicoped/article/view/141/133>

Martínez, P. (2021). El impacto de las políticas públicas en la reducción del embarazo

adolescente. *Revista de Derecho y Salud Pública*, 15(3), 45-62.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=171509>

Maslow, A. (1990). *La amplitud de la naturaleza humana*. México: Trillas.

<https://es.scribd.com/document/406661894/Abraham-H-Maslow-La-amplitud-de-la-naturaleza-humana-pdf>

Medina Montañez, M. V., Layne Bernal, B., Galeano Heredia, M. D. P., y Lozada Puerto,

C. (2007). Lo psicosocial desde una perspectiva holística. *Tendencias y Retos*,

1(12), 177-189. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4929306>

Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. (2015). *Adolescencia manual clínico*

(segunda ed.). Asunción. [https://www.spp.org.py/wp-](https://www.spp.org.py/wp-content/uploads/2017/08/Manual-Clinico-2015.pdf)

[content/uploads/2017/08/Manual-Clinico-2015.pdf](https://www.spp.org.py/wp-content/uploads/2017/08/Manual-Clinico-2015.pdf)

Ministerio de salud. (2015). *Encuesta Nacional de Demografía y Salud*.

<https://profamilia.org.co/docs/ENDS%20%20TOMO%20I.pdf>

Naccarato, I. D. M. (2015). Entre madres-adolescentes y adolescentes-madres: un análisis

de su trayectoria de vida y los factores que influyen en su configuración. *Debates en*

Sociología, (40), 31-60.

<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/debatesensociologia/article/view/13858/1448>

2

Oliveira-Monteiro, N. R. D. (2010). Percursos da gravidez na adolescência: estudo longitudinal após uma década da gestação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23, 278-288. <https://www.scielo.br/j/prc/a/QbqOPKc5WScPqCt88gHCQjg/?lang=pt>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2024, 10 de abril). Embarazo en la adolescencia. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>

Padilla, A. M. M., de la Rosa, M. A. H., & Luque, E. H. (2015). El desarrollo profesional: una categoría necesaria al hablar de calidad de la formación y la introducción de resultados. *Revista Cubana de Ciencias Informáticas*, 9, 104-121. <https://rcci.uci.cu/?journal=rcci&page=article&op=view&path%5B%5D=1112&path%5B%5D=363>

Palma, C. (2020). Recuperar el legado de Martín-Baró: psicología social de la guerra. *Psicología para América Latina*, (33), 53-65. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2020000100007

Páramo, P. (2008). La construcción psicosocial de la identidad y del self. *Revista latinoamericana de psicología*, 40(3), 539-550. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511493010.pdf>

Pérez, L. y Bermúdez, R. (2004). Aprendizaje formativo y crecimiento personal. Editorial Pueblo y Educación. <https://profesorailianartiles.wordpress.com/wp->

<content/uploads/2013/04/aprendizaje-formacion-y-crecimiento-personal.pdf>
[.https://isbn.cloud/9789591311573/aprendizaje-formativo-y-crecimiento-personal/](https://isbn.cloud/9789591311573/aprendizaje-formativo-y-crecimiento-personal/)

Rizzo, A. A. R. A. (2009). Aproximación teórica a la intervención psicosocial. *Poiésis*, (17).

<https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/189/178>

Rodríguez, D. B., y Ariza, C. G. (2019). Atención psicosocial y salud mental en Colombia: niños, niñas, adolescentes y familias víctimas del conflicto armado. *Gestión de las Personas y Tecnología*, 12(36), 7-21.

<https://www.redalyc.org/journal/4778/477865646002/html/>

Romero Rodríguez, S. (2004). Aprender a construir Proyectos profesionales vitales. *Revista española de orientación y psicopedagogía*, 15 (2), 337-354.

<https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/11637>

Quintero Rondón, A. P., y Rojas Betancur, H. M. (2015). El embarazo a temprana edad, un análisis desde la perspectiva de madres adolescentes. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 222-237. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194238608016>

Quiroz Trujillo, A., Velásquez Velásquez, Á., García Chacón, B., y González Zabala, S. (2021). *Técnicas Interactivas para la Investigación Social Cualitativa*.

ResearchGate.

https://www.researchgate.net/publication/351820988_Tecnicas_Interactivas_para_la_Investigacion_Social_Cualitativa

Red de Grupos de Apoyo Mutuo de Andalucía. (s.f.). Guía para la creación y facilitación de Grupos de Apoyo Mutuo. <https://asocbipolar.com/wp-content/uploads/2017/03/Grupos-de-apoyo-mutuo.pdf>

Sartre, J. P., y Valmar, J. (1993). *El ser y la nada. Ensayo de ontología fenomenológica*. Losada, S.A.

https://www.academia.edu/9473060/El_ser_y_la_nada_Jean_Paul_Sartre

Secretaria general. (2023). *Comunicado 179. Visión y Misión Universidad Católica Luis Amigó año 2023*. Universidad Católica Luis Amigó.

<https://www.funlam.edu.co/modules/documentosjuridicos/item.php?itemid=2120>

Sierra Hernaiz, Elisa. (2021). Delimitación del concepto de riesgo psicosocial en el trabajo. *Foro: Revista de Derecho*, (35), 7-26. <https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.1>

Smith Esfahani, E. (2017). El arte de cultivar una vida con sentido. Los 4 pilares para una existencia rica y satisfactoria. Urano, S.A.U. <https://www.espiritualidadpamplona-irunea.org/wp-content/uploads/2022/05/Emily-Esfahani-El-arte-de-cultivar-una-vida-con-sentido.pdf>

Suarez, P. y Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental. *Revista Psicoespacios*, 12(20): 153-172, Disponible en <https://doi.org/10.25057/21452776.1046>.

Tejero González, J. (2021). Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario. <https://ruidera.uclm.es/server/api/core/bitstreams/fce7592f-03c4-4c13-9f2f-ccee2180a70b/content>

Unicef. (2016). Acelerar el progreso hacia la reducción del embarazo en la adolescencia en América Latina y el Caribe. https://lac.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ESP-EMBARAZO-ADOLESC-14febrero%20FINAL_5.PDF

Vañó, A. C. (2010). Aplicaciones Educativas de la Psicología Positivista. Generalitat Valenciana. https://www.apega.org/wp-content/uploads/2012/11/Aplicaciones_Educativas_-de_la_Ps_Positiva.pdf

Venegas, M., y Valles, B. N. (2019). Factores de riesgo que inciden en el embarazo adolescente desde la perspectiva de estudiantes embarazadas. *Pediatría Atención Primaria*, 21(83), e109-e119. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=366661025019>

Villa Gómez, J. (2012). La acción y el enfoque psicosocial de la intervención en contextos sociales: Podemos pasar de la moda a la precisión teórica, epistemológica y metodológica. *El ágora usb*, 12(2), 349-365. <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Agora/article/view/208/91>

Vinaccia, S. (2024). Ikigai. *Revista de Medicina*, 267-270. <https://revistamedicina.net/index.php/Medicina/article/view/2346/3086>

Vygotsky, L. S. (1993). Pensamiento y lenguaje. Obras escogidas, tomo 2. España. https://www.proletarios.org/books/Vygotsky_Obras_escogidas.pdf

*

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado participantes árbol de problemas.

		CONSENTIMIENTO INFORMADO
INFORMACIÓN BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN		
Título de la Investigación:	Proyecto de intervención psicosocial para la construcción y consolidación del proyecto de vida de las madres adolescentes de la fundación JUANFE.	
Propósito del Estudio	Realizar un diagnóstico participativo con una muestra de las madres adolescentes de la fundación de JUANFE con el fin de conocer las causas de las afectaciones del proyecto de vida de las participantes para posteriormente realizar un proyecto de intervención psicosocial para mitigar las causas halladas.	
Investigadores	Johana Rojas, Ximena Pineda, Laura Morales	
Financiador	Ninguno	
Datos de Contacto	Johanarojasmontoya120@gmail.com	
Lugar	Fundación JUANFE	
Participantes de la investigación	16 madres adolescentes (2 de cada grupo)	
Riesgos	Para evitar incomodidades en los participantes se guardará el principio de la confidencialidad. No se evidencia ningún riesgo a su integridad ni física ni mental.	
Beneficios	Este proyecto podría aportar en los distintos temas que se consideren importantes abordar de acuerdo a lo que surja a través del diagnóstico y el trabajo que se realizara en el aula de acuerdo a la aplicación de las diferentes. Realizar un diagnóstico participativo con las madres adolescentes de la fundación JUANFE, permite, principalmente que el proyecto de intervención psicosocial apunte a mejorar las necesidades que las participantes reconocen que son importantes intervenir para que tengan mejor calidad de vida, y nos las necesidades y problemáticas que las investigadoras consideran. Además, por ser las necesidades que las participantes reconocen y priorizan, el proyecto tendrá mayor acogida en cuanto a participación y disposición para el desarrollo del mismo y así poder alcanzar los objetivos que se proponen.	
Privacidad y confidencialidad	Teniendo presente la Constitución de Colombia de 1991 y la ley 1098 de 2006, la información personal que usted dará a nuestros investigadores en el curso de este	

	<p>estudio permanecerá en secreto y no será proporcionada a ninguna persona diferente a usted bajo ninguna Circunstancia.</p>
Derecho a retirarse del estudio de investigación	<p>Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento. Sin embargo, los datos obtenidos hasta ese momento seguirán formando parte del estudio a menos que usted solicite expresamente que su identificación y su información sea borrada de nuestra base de datos. Al retirar su participación usted deberá informar al grupo investigador si desea que sus respuestas sean eliminadas, en caso de ser positiva su respuesta los resultados de la evaluación serán eliminados.</p> <p>No firme este consentimiento a menos que usted haya tenido la oportunidad de hacer preguntas y recibir contestaciones satisfactorias para todas sus preguntas.</p> <p>Si usted firma aceptando participar en este estudio, recibirá una copia firmada.</p>

CONSENTIMIENTO

Yo, Ana Valentina Landero Estrada, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Ana Valentina Landero

C.C. 1023648740

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Ana Valentina Landero Firma: [Firma]

C.C. 1023648740

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, _____, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Saray Condano
c.c. 1000760836

17/04/2024
Fecha

Firma de investigador

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Saray Condano Firma: Saray

c.c. 1000760836

Diana Pineda

17/04/2024

Firma de investigador

Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Valentino Osorno Garcia, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Valentino Osorno
C.C.

1017924035
Firma de investigador

17 de abril
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Valentino Osorno Firma: Valentino O.

C.C. 1017924035

Diana Pineda
Firma de investigador

17 de abril
Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Ana Videnth Cano Manco, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Ana Videnth Cano

C.C. 120711500

Diana Pineda

Firma de investigador

17-04-2024

Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Ana Videnth Cano Firma: Ana Videnth

C.C. 120711500

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024

Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, _____, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

6137662

C.C.

Henryerlyth F.

Firma de investigador

17/04/2024

Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Henryerlyth F. Firma: Henryerlyth

c.c. 3137662

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024

Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Daniela Márquez Tejedilla, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Daniela
cc. 1037119318

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Daniela Firma: 

cc. 1037119318

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Jenifer David, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Jenifer David
C.C. 1027092789

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/24
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Jenifer David Firma: Jenifer David

C.C. 1027092789

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

CONSENTIMIENTO

yo, Isabella Arango Moreno, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Isabella Arango Moreno
 c.c. 111704793
Arango M.

Firma de investigador

17/04/2024
 Fecha

Confirmo que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Isabella Arango Moreno Firma: Arango M.

c.c. 111704793

Diana Pineda
 Firma de investigador

17/04/2024
 Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, _____, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Katherine Adriana Guerra
C.C. 1012332812

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Katherine Adriana Guerra Firma: Katherine AG

C.C. 1012332812

Diana Pineda

Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Zoraida Mosquera Machinez, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Zoraida Mosquera
C.C.

1075021248
Firma de investigador

17 de Abril 2024
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Zoraida Mosquera Firma: Zoraida

cc. 1075021248

Diana Pinelo
Firma de investigador

17 de Abril 2024
Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Maria Fernanda Golu E., acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Maria Fernanda Golu
c.c. 1022144352

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

Confirmo que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Maria Fernanda Firma: Mafe Golu

c.c. 1022144352

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

CONSENTIMIENTO *

Yo, _____, acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante:

Kelly Johana Daza
cc.10025642153

Kelly Daza
Firma de investigador

17/04/24
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Kelly Johana Firma: Kelly Daza

cc.10025642153

Diana Pinado
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

CONSENTIMIENTO

Yo, Wendy Dayana Maturano M., acepto participar en el estudio: del diagnóstico participativo para la recopilación de información, con el fin de crear una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE en el año 2024.

Declaro que he leído (o se me ha leído) y (he) comprendido las condiciones de mi participación en este estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido respondidas. No tengo dudas al respecto.

Nombre del Participante: Wendy Dayana Maturano

1022144520
C.C.

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha

Confirmando que la información en este consentimiento informado fue claramente explicada y aparentemente entendida por el participante.

Estudios Futuros

El diagnóstico participativo realizado está intencionado para la realización de una propuesta de intervención psicosocial que será entregada a la fundación JUANFE, la cual queda a su disposición para ser ejecutada en algún momento si lo deciden; sin embargo, así la propuesta no sea desarrollada, la fundación tendrá conocimiento sobre el diagnóstico realizado.

Nombre: Wendy Dayana M. Firma: Wendy Maturano

C.C. 1022144520

Diana Pineda
Firma de investigador

17/04/2024
Fecha













Anexo 3. Planeación talleres

Taller “Alas para volar”.

Se busca empoderar a las madres adolescentes por medio de un espacio de reflexión y crecimiento personal donde se les brindará herramientas que les permita enfrentar diferentes desafíos de la vida diaria, potencializando la autoestima, la confianza, la seguridad y fomentando un espacio de apoyo entre las mismas estudiantes, así mismo se busca que las participantes desarrollen habilidades para la toma de decisiones responsables.

El taller alas para volar se divide en cuatro encuentros de 90 minutos cada uno donde se abordarán los siguientes temas:

Autoestima. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Fomentar una autoestima positiva en las participantes y bienestar emocional.

Materiales: hojas de papel blanco y de colores, lápices, colores, marcadores.

Desarrollo:

1. Presentación (10 minutos). Se crea un ambiente cálido y acogedor. Se desarrolla una dinámica de presentación y se explica el objetivo del taller.
2. Reflexión inicial (15 minutos). Se les solicita a los participantes que escriban en un papel lo que significa la autoestima para cada uno. Se solicita una vez termine que las persona que deseen, socialicen su respuesta, de manera voluntaria.
3. Actividad de descubrimiento (20 minutos). Se brinda un espacio donde cada persona escribirá una lista donde colocará sus fortalezas y aspectos positivos. Luego en parejas, le compartirán a la otra persona su lista y revisarán si tienen fortalezas en común. Finalmente, de manera grupal se compartirá la experiencia y entre todo el

grupo se hablará de la importancia de reconocer nuestras fortalezas y las de los demás. *

4. Reconocimiento de pensamientos negativos (15 minutos). Se les solicita a cada uno de los participantes que escriban en una hoja pensamientos negativos que tenga de sí mismo. Luego se les pide que traten de llevar ese pensamiento negativo a uno positivo. Posteriormente se socializa de forma voluntaria al grupo.
5. Cómo me proyecto en el futuro (10 minutos). Se permite un momento de relación donde se acompaña por medio de una meditación guiada donde se invita a los participantes a que se proyecten en un futuro siendo seguras de sí mismos y alcanzando sus objetivos planteados, se coloca música relajante, se invita a las participantes a que se sienten en una posición cómoda, que traten de relajar cada parte de su cuerpo, que respiren lentamente y sienta como el aire ingresa a sus cuerpos e iniciaremos un viaje donde se visualiza un futuro donde ellas son las protagonistas y son muy seguras de sí mismas.
6. Cierre. (10 minutos). Se invita a compartir reflexiones finales de lo aprendido y de la experiencia. Se invita a cada persona que escriba una frase positiva y que se la entreguen a un compañero, la idea es garantizar que todos reciban una frase.

Finalmente se agradece el espacio.

Emociones. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Reconocer las emociones y su impacto en el día a día.

Materiales: hojas de papel blanco y de colores, lápices, colores, marcadores, material didáctico, recorte de imágenes, periodico música relajante.

Desarrollo:

1. Presentación (5 minutos). Se crea un ambiente cálido y acogedor. Se explica el objetivo del taller.
2. Explicación de qué son las emociones (15 minutos). Se explica a las participantes qué son las emociones, cuál es su función y cuáles son las emociones básicas.

¿Qué son las emociones?

Las emociones son reacciones automáticas a estímulos relevantes para nosotros.

Así, las emociones aparecen ante eventos tanto internos (imágenes mentales, pensamientos, sensaciones corporales, otra emoción...) como externos (lugares, personas, situaciones).

¿Cuál es su función?

Su función principal es la adaptación que es la clave para entender la máxima premisa de cualquier organismo vivo: la supervivencia, se les explica por medio de un ejemplo cómo aplica lo de la supervivencia, se les cuenta la siguiente historia, un día cualquiera a una persona en la calle le roban un objeto, todos en esta situación reaccionaríamos de una forma diferente, algunos corren, otros lloran, otros piden auxilio, otros quedan en shock, otros pelean con el atacante y es así como ese temor hace que reaccionemos de una forma u otra y luchemos por nuestra supervivencia. Así funcionan nuestras emociones, ni son buenas ni malas, solo son emociones que nos permiten transitar por diferentes estados y expresar todo lo que sentimos.

Emociones básicas:

Alegría-Tristeza

Rabia/enojo-Miedo

Asco/desagrado

¿Cómo gestionar mis emociones?

Ser consciente de nuestras emociones.

Dar la bienvenida a nuestra experiencia emocional.

Describir nuestras emociones con palabras (ponerles nombre).

Identificar nuestra experiencia primaria.

Evaluar si un sentimiento primario es saludable o no.

3. Reconocimiento de mis emociones (30 minutos). Por medio de una actividad artística, se les entrega diferente material a las participantes y se les solicita que plasmen las diferentes emociones con formas, colores, imágenes o una representación personal, luego se comparte con el grupo. Se coloca música relajante de fondo.
4. Expresión de las emociones (30 minutos). Se invita a que trabajen en grupos de cuatro personas y que por medio de una dramatización creen una historia basada en una emoción, luego se comparte con el grupo.
5. Cierre. (10 minutos). Se invita a compartir reflexiones finales de lo aprendido y de la experiencia. Se invita a cada persona a que escriban en un papel con qué emoción se van del espacio.

Red de apoyo. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Fortalecer las redes de apoyo de los participantes en pos de su bienestar y desarrollo.

Materiales: Post-it de colores, lapiceros, marcadores, cinta.

Desarrollo:

1. Presentación (5 minutos). Se crea un ambiente cálido y acogedor. Se explica el objetivo del taller.

2. Actividad reflexiva (10 minutos). Se invita a cada uno de los participantes que piensen en algún momento de su vida donde se hayan sentido apoyados por alguien y que sintieron en ese momento.
3. Explicación ¿qué es una red de apoyo? (20 minutos). Se explica que es una red de apoyo, porque son importantes, y se aborda con las participantes en qué situaciones sería necesario acudir o pedir apoyo para ellas, se realiza lluvia de ideas con experiencias que ellas hayan vivido.

¿Qué es una red de apoyo?

Es una estructura que brinda soporte a las personas sobre un área determinada, ya sea en salud, empleo, educación o apoyo emocional, entre otros. También se puede definir como el conjunto de personas o relaciones a las cuales se puede acudir cuando se requiere algún tipo de apoyo.

¿Por qué son importantes?

Las redes de apoyo son importantes porque pueden brindar el apoyo necesario en circunstancias donde las personas no saben o no tienen dónde acudir, es importante resaltar que las redes de apoyo pueden estar compuestas por familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo o profesionales de diferentes áreas, también por las diferentes entidades establecidas por los diferentes entes gubernamentales como entidades promotoras de salud, defensoría del pueblo, líneas de apoyo en salud mental, entre otras.

Se les realiza la realiza la siguiente pregunta:

¿Qué entidades conocen ustedes a las que ustedes pueden acudir y en qué situaciones?

Se socializan de manera grupal las respuestas de algunas participantes de manera voluntaria.

4. Identificando mis redes de apoyo (15 minutos). Se les solicita a las participantes que escriban en un post-it una lista de las personas que consideran parte de su red de apoyo, luego se hacen en parejas y comparten la información, se les indica que analicen si tienen redes de apoyo similares. Una vez finalicen, se solicita que peguen en el tablero los post-it con las listas escritas.
5. Ejercicio de visualización (10 minutos). Se invita a cada una de las participantes a que se imaginen qué otras personas podrían hacer parte de la red de apoyo, se escriben los nombres en un post-it y se pegan en el tablero.
6. Ejercicio de comunicación (20 minutos). Se les solicita a las participantes que compartan experiencias donde ellas consideran es difícil pedir ayuda, de esta forma, entre todo el grupo se crean estrategias para poder comunicar efectivamente estas situaciones.
7. Cierre. (10 minutos). Se invita a compartir reflexiones finales de lo aprendido y de la experiencia.

Autonomía. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Fortalecer la confianza en sí mismas para ser más independientes.

Materiales: hojas de papel blanco y de colores, lápices, colores, marcadores.

Desarrollo:

1. Presentación (10 minutos). Se crea un ambiente cálido y acogedor. Se explica el objetivo del taller. Se invita a las participantes que piensen cuál ha sido el logro más grande que han tenido en sus vidas.

2. Ejercicio inicial. (20 minutos). En aras de conocer lo que las asistentes conocen sobre la autonomía se les solicita respondan las siguientes preguntas de manera escrita: ¿qué es para ti la autonomía?, ¿en qué momentos de tu vida eres más o menos autónomo?, ¿qué dificultades has encontrado para desarrollar su autonomía? Una vez finalicen, se le solicita al grupo compartan sus respuestas de forma voluntaria.
3. Actividad grupal (30 minutos). Se realiza de manera grupal una lluvia de ideas donde cada participante colocará en post-it qué factores consideran influyen en nuestra autonomía, esto lo pegarán en la pared, luego de manera grupal se agruparán esos factores en grupos como internos, externos o sociales, finalmente a raíz de esta clasificación se realizará una discusión grupal de los aspectos relevantes y cómo todo esto incide en la autonomía.
4. Reconocimiento de estrategias (15 minutos). Se le solicita a cada participante que piensen en diferentes estrategias para fortalecer la autonomía y se compartirá de manera grupal de forma voluntaria.
5. Cierre. (10 minutos). Se invita a compartir reflexiones finales de lo aprendido y de la experiencia. Se invita a cada persona que escriba de las estrategias vistas cuál considera es más viable para fortalecer su autonomía y escriban un compromiso para colocarla en práctica.

Taller “Rompiendo mis barreras”.

Se busca que las madres adolescentes identifiquen y superen barreras a nivel personal, familiar y social que limitan su desarrollo. Esto por medio de diferentes dinámicas donde ellas reconozcan sus propios recursos y capacidades para enfrentar situaciones difíciles que

no les permiten obtener metas en el ámbito educativo. También se buscará transformar pensamientos limitantes, generando un bienestar integral y que les permita proyectarse hacia un futuro con distintas posibilidades.

El taller rompiendo mis barreras se divide en cuatro encuentros de 90 min cada uno donde se abordarán los siguientes temas:

Identificación de barreras para lograr las metas. Duración taller 90 min.

Objetivo: Desarrollar habilidades que permitan la resolución de problemas.

Materiales: hojas iris, lapiceros, lápices, colores, revistas, tijeras, colbón.

Desarrollo:

1. Inicialmente se hace una actividad de presentación, generando un ambiente cálido, de confianza y de seguridad para las participantes (15 minutos), además de explicar el objetivo del encuentro.
2. Actividad reflexiva (15 minutos) Se les solicita a las participantes ponerse cómodas en las sillas, rectas y con las manos en las piernas, se les pide que cierren los ojos y que respiren, se comienza una meditación guiada donde ellas deben ir recordando de acuerdo a las siguientes preguntas: ¿Qué me inspiraba de niña? - ¿Cuál era mi superhéroe y que era lo que me inspiraba a que fuera mi favorito? - ¿Qué tipo de estrategias utilizaba el superhéroe para resolver las dificultades? - ¿Cuál era el juego favorito que me invitaba a soñar a ser grande? - - ¿Qué dificultades se te han presentado en el transcurso del recorrido? -¿Cómo lograste sortear las dificultades? - poco a poco y cuando cada una considere puede ir abriendo los ojos.

3. Luego se les entrega materiales donde deben ser creativas (salirse de la caja), resolver y responder a la siguiente pregunta: Si tu fueras un superhéroe ¿cómo resolverías las tres más grandes dificultades que más te afligen? (25 minutos)
4. Se realiza una socialización con las respuestas que cada una hizo, y así lograr conocer las diferentes perspectivas que tienen sobre las soluciones a sus dificultades. finalmente, se les pregunta qué consideran que fue lo más retador, que aprendieron nuevo, como veían antes esas problemáticas y que cambió hoy. (20 minutos)
5. Para el cierre se les dará la palabra a tres o cuatro personas que quieran mencionar que les pareció la actividad, que consideran que les aportó, qué harían diferente. El profesional se encargará de hacer el cierre donde recopile la información dada por las participantes, permitiendo dar desde un punto teórico - profesional a lo vivenciado en el taller.

Empoderamiento y herramientas para romper barreras. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Identificar mis pasiones y talentos para una unión exitosa de mi proyecto de vida.

Materiales: hojas de block blancas, iris, colores, lápices, lapiceros.

Desarrollo:

1. Se comienza haciendo acuerdos para iniciar el taller, luego se reparte una ficha bibliográfica a todas las participantes y se les comparte con un gancho, se les brinda indicaciones de que en la parte superior derecha pondrán con cuánta carga llegan ese día (70% - 80%) luego se les menciona que en la parte izquierda superior van a colocar cuál es su superpoder, en la parte inferior izquierda que es eso que las representa (puede ser la profesión, algo que les guste de ellas...), en la parte inferior

derecha deben poner de dónde vienen ellas y en el medio su nombre o cómo les gustaría que las llamarán. Cuando finalicen se darán unos minutos para que compartan con sus compañeras su escarapela y puedan conocer un poco más de ellas. Se explica el objetivo del taller. (15 a 20 minutos)

2. Se inicia con las preguntas ¿Qué es lo más disfrutas hacer? y ¿Para qué soy buena? para las cuales se les entrega materiales como hojas, lápices, colores para que puedan contestar en la forma que consideren posible. (10 minutos) se acompañan en el proceso de elaboración.
3. Luego se les menciona que deben buscar entre sus compañeras con aquella que se identifiquen de acuerdo a sus respuestas, deben crear juntas una exposición para compartir en el grupo sobre lo que disfrutaban hacer y en lo que son buenas, adicional deben buscar en internet más información que permita completar sus pasiones y talentos, y cómo podría unir ambas habilidades. (40 minutos).
4. Se explica desde lo teórico, pero también desde la interacción con las jóvenes sobre el conocimiento o interpretación de lo que es pasión, talento, cuáles son sus diferencias, porque es importante identificar las fortalezas y cómo ayudan a lograr metas, se dan algunos tips para que les permita trabajar constantemente el empoderamiento. Se hace una construcción con las participantes y el profesional, tipo mural de ideas donde van escribiendo en post it lo que significa para ellas cada uno haciéndose paso a paso la explicación (10 minutos).

Pasión: La pasión es una fuerza intensa que nos llena de vitalidad para hacer algo con mucho entusiasmo. Está relacionada con un interés profundo por una causa, idea, persona, actividad u objeto. Cuando nos dejamos inundar por ella, nuestra motivación incrementa y la conexión que sentimos con nuestra propia vida se

fortalece. Con la pasión de nuestro lado no solo enriquecemos cada momento, sino que dotamos de sentido cada instante de nuestra existencia.

La pasión es una realidad que nos autodefine, es decir, que expresa un rasgo significativo de nuestra identidad, de nuestra personalidad. Es importante distinguir entre una pasión y un pasatiempo, ya que son términos que tienden a homologarse. Por ejemplo, una cosa es ser un «trompetista», lo cual constituye una pasión y otra cosa es «interpretar la trompeta», lo que podría tomarse como un pasatiempo.

Talento: la disposición o habilidad innata de un individuo para ejercer una ocupación o para desempeñar una tarea determinada. Es decir, las personas talentosas son aquellas que demuestran una gran facilidad para alguna tarea, especialmente cuando no han recibido entrenamiento para ella o es la primera vez que intentan hacerla.

No existe una definición exacta y universal para el talento, y en muchos sentidos se vincula a la inteligencia y a la creatividad. Sin embargo, es un término aplicable a cualquier capacidad que no responda necesariamente al entrenamiento, la práctica y la formación, sino a la aptitud de base, es decir, a una cierta facilidad innata.

Fortalezas: Las fortalezas de una persona son características, habilidades y cualidades que le permiten sobresalir en su vida personal y profesional. Son patrones de pensamiento, sentimientos y conductas que definen la forma de ser de una persona.

Las fortalezas pueden ser innatas o desarrolladas, y pueden ser de naturaleza técnica, emocional, social o cognitiva. Son importantes para alcanzar metas, enfrentar desafíos y contribuir positivamente al entorno.

Tips para ser una mujer más empoderada:

- Conocerse a sí misma constantemente, analizando quién eres, qué quieres, que no te agrada y qué vas hacer para aceptarlo, cuáles son tus aspiraciones.
- Plantearse unas metas a corto y mediano plazo
- Construye una red de contactos, rodearte de escenarios que sean acordes a tus aspiraciones y metas, al menos de cada evento salir con 5 contactos que sirvan para generar nuevas alianzas.
- Trabaja en tu autoconfianza, eres lo que crees por lo que debes reforzar y mejorar aspectos de temor que no dejan avanzar.
- Capacítate y fórmate en las áreas que consideres importantes, en lo que te guste y te ayude a potencializar habilidades.

5. Finalmente se hace un cierre donde las participantes puedan expresar que resaltan de la actividad, que mejorarían y con que se van. (10 minutos)

Acción y compromiso para romper barreras. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Establecer estrategias de cumplimiento de actividades para alcanzar metas

Materiales: Cuadernos, lápices, lapiceros, colores, revistas, tijeras, pegas tic, papel bond, marcadores

Desarrollo:

1. Se inicia la presentación preguntando a cada participante ¿qué barreras me rodean?, deben prender un cerillo mientras se presentan y responden la pregunta. Se explica el objetivo del taller. (10 minutos)
2. Actividad reflexiva (10 minutos). Se les entrega un cuaderno a cada participante para que puedan responder a la actividad planteada ¿cuáles han sido esas barreras que se han presentado en su camino?, ¿Qué les impide avanzar y lograr lo anhelado? (10 minutos)
3. Explicación sobre lo que es la acción y que se puede lograr con ello: Las acciones de una persona son las conductas conscientes que realiza para alcanzar objetivos y fines. Las acciones son motivadas por las creencias e ideologías de la persona. Una acción implica siempre un motivo, una cuota de voluntad y otra de libertad para elegir entre actuar o no.

Después de contarles que es la acción, se les solicita que escriban en el cuaderno el cual será una herramienta que se utilizará desde su entrega hasta que ellas decidan, deben responder a las preguntas que se hace y como finalidad la idea es que les sirva como estrategia donde deben poner las barreras, dificultades, problemas que se les presentan y ante ello deben dar diferentes acciones para cumplir o lograr con lo esperado, adicional de poner el compromiso que debe adquirir para tener un cumplimiento exitoso, todo esto desde que finalice el taller

¿Que han realizado ellas para llevar a cabo lo que quieren lograr?

¿Cómo se complementa el compromiso y acción?, ¿por qué es importante establecer estrategias para tener un cumplimiento de metas?, ¿qué importancia tiene la acción frente al proyecto de vida? (15 a 20 minutos)

4. Arte de acción: después de dar explicación del tema a trabajar, se les da indicaciones a las participantes que se les hará entrega de un material donde cada una debe plasmar por medio de dibujos, palabras, representaciones, entre otros; ¿cuáles son las barreras que se presentan actualmente en su vida? y ¿cuáles son esas acciones (al menos tres diferentes sobre la misma barrera) que se pueden realizar para lograr lo esperado? Se les da un espacio de 15 minutos para la creación y luego se tendrá una galería de arte sobre las acciones tomadas, todas las participantes pasarán por cada obra y tomarán lo que les llame la atención de cada una para luego hacer un conversatorio sobre lo evidenciado. (40 minutos)
5. Cierre. (10 minutos). Se invita a compartir reflexiones finales de lo aprendido y de la experiencia.

Ceremonia de Liberación de Barreras. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Descubrir la evolución que se tiene del pensamiento y las acciones que les permiten romper barreras.

Materiales: colores, marcadores, hojas de block, lapiceros

Desarrollo:

1. Se hace una actividad para crear un ambiente cálido y acogedor. Se explica el objetivo del taller. (10 minutos)
2. Se les pide a las participantes que escriban en un lado del papel bond que significó para ellas las barreras que se presentaron en sus vidas y hoy qué significa, luego se compartirá con el grupo. (10 minutos)

3. Después de la actividad se les pedirá que escriban una historia sobre ellas como si lo estuviera narrando en tercera persona, describiendo su historia de éxito y empoderamiento, por ejemplo: Alexa es una mujer de 22 años que le gusta.... que no le gusta... cuya pasión es.... que sus habilidades son.... Se buscará compartir las que quieran contar su historia, ideal para ver el discurso que han tomado después de los talleres dedicados a romper las barreras que se han encontrado durante sus vidas. (30 minutos)
4. Posterior a la actividad de su historia se hará una actividad de relajación y reflexión (meditación guiada), inicialmente se buscará que estén cómodas y que puedan iniciar a ver su recorrido, sus miedos, temores, angustias, hasta llegar a reconocer lo que han logrado hoy, cuando abran sus ojos encontraran un certificado el cual tiene su nombre, pero el reconocimiento lo deben asignar ellas de acuerdo a lo reflexionado. Se les dará el espacio para escribir y para compartirnos de qué consideran que se certifican (25 minutos).
5. Cierre (15 minutos). La profesional les da un discurso de cierre y agradecimiento a su esfuerzo y dedicación, les da un espacio a las participantes si quieren hacer entrega de algún reconocimiento para ellas mismas o sus compañeras

Taller “Mi mapa del tesoro”.

Se busca guiar a las madres adolescentes en un proceso de autodescubrimiento donde identifiquen sus metas, sueños, y para que con sus recursos internos puedan trazar un mapa personal hacia el logro de sus aspiraciones. Reconocimiento el tesoro como aquello que más sueñan, el camino como los pasos que deben seguir para esas metas que tienen a corto, mediano y largo plazo

El taller mi mapa del tesoro se divide en cuatro encuentros de 90 minutos cada uno donde se abordarán los siguientes temas:

Identificación del tesoro. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: explorar los gustos y habilidades de los participantes

Materiales: Colores, marcadores, hojas de block, lapiceros

Desarrollo:

1. Bienvenida e introducción: breve presentación del facilitador. Explicar que se buscará identificar gustos y habilidades a través de dinámicas interactivas.
Compartir las reglas básicas: escucha activa, respeto y participación. (10 minutos)
2. Dinámica rompe hielo: actividad breve donde cada participante menciona su nombre y una actividad que disfrutan hacer en su tiempo libre (15 minutos)
3. Reflexión sobre gustos personales: ejercicio de lluvia de ideas: Las participantes escriben en una hoja todo lo que les gusta hacer (hobbies, actividades, temas de interés).
4. Discusión en grupos pequeños: en grupos de 3-4 personas, compartan sus listas y reflexionen sobre por qué les gustan esas actividades.
5. Registro de gustos: cada grupo elige 2-3 gustos comunes y los anota en una hoja grande. (20 minutos)
6. Exploración de Habilidades: actividades de Autoconocimiento: cada participante completa un breve cuestionario o ejercicios que le ayudarán a identificar habilidades (por ejemplo, ¿en qué actividades sientes que eres bueno?, ¿Qué tareas realizas con facilidad?, ¿Qué elogios recibes de los demás?

7. Compartir en Pares: las participantes discuten sus habilidades con una compañera, lo que les ayuda a obtener retroalimentación. (25 minutos)
8. Plan de Acción Personal:
 - Desarrollo de un Plan de Acción: Cada participante escribe un pequeño plan sobre cómo pueden explorar más sus gustos y habilidades en los próximos meses. Pueden establecer metas o actividades específicas.
 - Compromiso personal: Las participantes pueden elegir un compromiso a corto plazo (por ejemplo, un curso, un proyecto o una actividad relacionada con sus gustos y habilidades) (30 minutos)
9. Cierre y reflexiones finales: espacio para compartir: Invitar a algunas participantes a compartir su descubrimiento o compromiso. (5 minutos)
10. Despedida y agradecimientos

Rutina de bienestar. Duración taller 90 minutos.

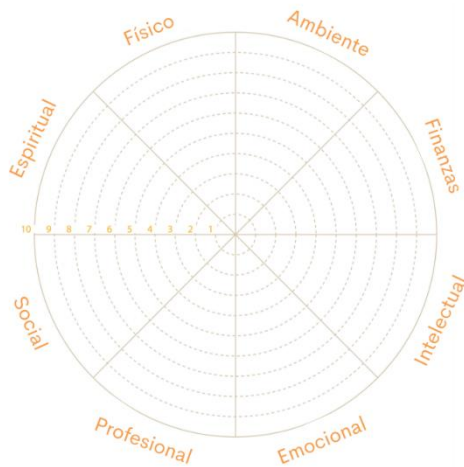
Objetivo: reflexionar sobre los componentes clave del bienestar.

Materiales: colores, marcadores, hojas de block, lapiceros

Desarrollo:

1. Bienvenida y apertura: presentación del facilitador. Explicación de los objetivos: construir una rutina que promueva el bienestar integral. Reglas del taller: participación activa, respeto y confidencialidad. (10 minutos)
2. Dinámica rompehielos: "El Día Perfecto": en parejas, cada participante describe cómo sería su día ideal de bienestar. Luego, algunas voluntarias comparten sus ideas con el grupo. (10 minutos)
3. Exploración de los pilares del bienestar: presentar los cuatro pilares esenciales:
 - Físico: Actividad física, alimentación, descanso.

- Emocional: Gestión del estrés, tiempo para uno mismo.
 - Mental: Estimulación cognitiva y aprendizaje.
 - Social: Conexión con los demás y relaciones saludables.
4. Autoevaluación del bienestar actual: el facilitador pregunta: ¿Qué actividades promueven estos pilares? (15 minutos).
 5. Entregar una "Rueda del Bienestar", donde cada participante evalúa su nivel de satisfacción en cada pilar (0-10). Reflexión individual: ¿Qué área necesita más atención? (15 minutos)



6. Creación de la rutina personalizada: cada participante selecciona al menos una actividad para incluir en su rutina diaria, considerando:
 - Físico: Ejercicio, estiramientos, descanso suficiente.
 - Emocional: Meditación, escribir un diario, actividades relajantes.
 - Mental: Lectura, escuchar podcasts, aprender algo nuevo.
 - Social: Llamar a un amigo, participar en actividades comunitarias.

7. Reflexión guiada: ¿Qué hábito será el más difícil de mantener? ¿Cómo puedo motivarme? Escribir la rutina en una hoja, definiendo horarios y frecuencia. (25 minutos)
8. Establecimiento de compromisos: cada participante escribe un compromiso concreto para poner en práctica desde el día siguiente. Ejemplo: “Voy a caminar 30 minutos cada mañana”.

Opcional: Formar parejas de apoyo para motivarse mutuamente en el cumplimiento de los compromisos. (10 minutos)
9. Cierre y reflexión final: Preguntar: ¿Cuál fue el mayor aprendizaje del taller?

Proyectando mi futuro. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Transformar sueños en metas específicas y alcanzables.

Materiales: Colores, marcadores, hojas de block, lapiceros

Desarrollo:

1. Bienvenida y apertura: breve presentación del facilitador. Explicar la importancia de tener metas claras para alcanzar los sueños. Compartir las reglas básicas: escucha activa, respeto y participación. (10 minutos)
2. Dinámica rompehielos: "El Sueño Compartido": En parejas, cada persona comparte un sueño que tenga (realista o imaginario). Luego, presentan el sueño de la compañera al resto del grupo. (10 minutos)
3. Exploración de sueños personales: entregar papel y lápiz a cada persona para responder las siguientes preguntas:
 - ¿Qué sueño me inspira y me emociona más?
 - ¿Por qué quiero alcanzar ese sueño?

- ¿Qué cambios positivos traerá a mi vida? (15 minutos)
4. Definiendo metas claras: explicación breve sobre el modelo SMART para definir metas.
- S : Específica
 - M : Medible
 - A : Alcanzable
 - R : Relevante
 - T : Temporal (con plazo definido)
5. Actividad: cada participante elige uno de sus sueños y lo convierte en una meta SMART.
- Ejemplo: “Quiero viajar” → “Voy a ahorrar \$500 mensuales durante 8 meses para hacer un viaje en vacaciones”. (20 minutos)
6. Elaboración del plan de acción: cada participante responde:
- ¿Cuál será mi primer paso?
 - ¿Qué recursos tengo o necesito?
 - ¿Qué obstáculos podrían enfrentar y cómo los superaré?
 - ¿Cuál será la fecha límite para mi primer avance? (20 minutos)
7. Reflexión grupal, compromisos y cierre: cada participante comparte un compromiso concreto que asumirá al finalizar el taller. Ejemplo: “Esta semana buscaré información sobre cursos de idiomas.”
- Escribir los compromisos en un mural o tablero (15 minutos).

Elaboración del mapa del tesoro. Duración taller 90 minutos.

Objetivo: Construir un mapa de los sueños

Materiales: Cartulinas, revistas, tijeras, pegamento, marcadores, colores, lapiceros, hojas de block.

Desarrollo:

1. Bienvenida e introducción: presentación del facilitador - breve introducción.
Objetivos del Taller: Explicar que se buscará explorar y representar sueños y metas personales. (10 minutos)
2. Reflexión sobre sueños y metas:
Actividad individual: las participantes reflexionan y escriben en una hoja sobre sus sueños y metas. Guía de preguntas:
 - ¿Qué te apasiona?
 - ¿Qué te gustaría lograr en los próximos 5-10 años?
 - ¿Cuáles son las áreas importantes en tu vida (personal, profesional, salud, relaciones)?Compartir en pares: las participantes se emparejan para compartir sus reflexiones durante 5 minutos. (15 minutos)
3. Introducción a los mapas de sueños: presentación breve: explique qué es un mapa de sueños y su importancia en la visualización de metas, luego, mostrar imágenes o ejemplos de mapas de sueños para inspirar a los participantes. (10 minutos)
4. Creación del mapa de sueños:
 - Instrucciones: las participantes crean su mapa de sueños utilizando imágenes, palabras y frases que reflejan sus aspiraciones.
 - Consejos Creativos: recordarles que no hay un modo correcto de hacerlo; lo importante es que sea personal y significativo.

- Presentación de los mapas: compartir en grupos pequeños de 3-4 personas, las participantes presentan sus mapas y comentan sobre las partes que consideran más significativas. (30 minutos)
- 5. Retroalimentación Positiva: Fomentar un ambiente de apoyo y celebración de los sueños de cada participante. (15 minutos)
- 6. Cierre y reflexiones finales: reflexiones individuales: invitar a las participantes a escribir brevemente cómo se sienten respecto a su mapa de sueños. (5 minutos)
- 7. Despedida y agradecimientos: agradecer a todos por su participación y animarlos a llevarse su mapa y revisarlo regularmente. (5 minutos)

Por otra parte, para complementar los talleres y fortalecer las redes de apoyo de las participantes, se crearán los siguientes grupos, círculos de confianza, mamás unidas, mentoras inspiradoras y tejiendo sueños, se busca crear un espacio de confianza, seguro, cálido, donde las participantes puedan compartir miedos, alegrías y experiencias sin sentirse señaladas o juzgadas por los demás. Se contarán con monitoras en cada una de los grupos, estas serán elegidas por ellas mismas.

Después de elegir con las participantes los temas de acuerdo a los grupos de apoyo se utilizarán diferentes metodologías para llevar a cabo cada temática, la principal sería el aprendizaje participativo por parte de las participantes donde son ellas quienes dan inicio y desenlace a lo planteado para el grupo acompañadas por el profesional, también se tendrán herramientas visuales tales como videos, diapositivas, carteleras, arteterapia, trabajo en equipos para la creación de herramientas que permitan expresar el conocimiento sobre el tema planteado, actividades que permitan evidenciar las habilidades de cada grupo de apoyo, por ejemplo; en el círculo de confianza ver las habilidades que tengan que ver con la

autoconfianza y confianza en otros, creación de mapas de sueños, invitados que compartan sus conocimientos sobre algunos temas específicos, actividades rompe-hielo que den inicio a las temáticas.

No se tendrán temas específicos a tratar, sino que se busca que las participantes se apoderen de estos espacios y ellas mismas elijan los temas a tratar o las diferentes dinámicas, generando entre ellas lazos afectivos, fortaleciendo su empatía, ser apoyo emocional, tener entre ellas sentido de pertenencia y desarrollar habilidades para la resolución de conflictos. Todo esto será acompañado por un profesional que será el apoyo para desarrollar los diferentes temas o ejercicios que ellas propongan.