PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del Programa de Formación**: Atención Psicosocial a Víctimas del conflicto Armado.
- **Código del Programa de Formación**: 33130183
- **Nombre del Proyecto**: Ética y Desarrollo Humano
- **Fase del Proyecto:** Ejecución
- **Actividad de Proyecto:** Determinar las condiciones sociales, económicas, familiares, estilo de vida, relaciones interpersonales de la persona y su familia para prevenir los riesgos de su entorno.
- **Competencia:** Cuidar a la persona en la recuperación de los patrones funcionales según delegación; Ciclo del proceso vital y protocolos institucionales vigentes.
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:

    - ✓ Comprender la multiplicidad de factores que afectan la salud física, mental y psicosocial de las personas víctimas, como consecuencia del conflicto armado, teniendo n cuenta necesidades de asistencia en salud y rehabilitación.
    - ✓ Cumplir con los principios de atención psicosocial a las personas victimas del conflicto armado teniendo en cuenta los enfoques, acción sin daño, diferencial, curso de vida y la interseccionalidad.
    - ✓ Fomentar el cuidado emocional mediante acciones de bienestar y protección de la salud en el ámbito laboral del talento humano que orienta y atiende victimas teniendo en cuenta lineamientos establecidos.
    - ✓ Incorporar en su práctica laboral herramientas para la atención sicosocial a personas victimas del conflicto armado según lineamientos teóricos y prácticos analizados.

- **Duración de la Guía:** 40 horas.

2. PRESENTACIÓN

La atención Psicosocial a Victimas del Conflicto Armado, tiene la finalidad de favorecer la recuperación o mitigación de los daños psicosociales, el sufrimiento emocional y los impactos a la integridad psicológica y moral, al proyecto de vida.

El Ministerio de Salud y Protección Social, oferta la presente propuesta de formación continua en atención psicosocial con la que se espera fortalecer a las víctimas, sus familias, comunidades y colectivos tomando en consideración que el daño psicosocial presente es producto de la vivencia de situaciones traumáticas asociadas a los hechos violentos en el marco del conflicto armado y garantizar la dignificación y reconocimiento de las víctimas, de sus necesidades psicosociales, de tal forma que el efecto de todas las acciones que se desarrollen con ellas contribuyan a su reparación. Por lo tanto garantizar que no sean revictimizadas.

Al concluir las actividades propuestas en esta guía, usted debe aplicar los conocimientos adquiridos al desarrollo de su proyecto de vida que lo encaminará al logro de sus objetivos.

PROYECTO DE VIDA



El proyecto es como un camino para alcanzar la meta: es el plan que una persona se traza a fin de conseguir un objetivo. El proyecto da coherencia a la vida de una persona en sus diversas facetas y marca un determinado estilo, en el obrar, en las relaciones, en el modo de verla vida el proyecto de vida es la dirección que el hombre se marca en su vida, a partir del conjunto de valores que ha integrado y jerarquizado vivencialmente, a la luz de la cual se compromete en las múltiples situaciones de su existencia, sobre todo en aquellas en que decide su futuro, como son el estado de vida y la profesión.

La dificultad mayor para trazar el proyecto de vida reside en tener que tomar una decisión, en tener que elegir una dirección fundamental con exclusión de otra u otras direcciones fundamentales. Frecuentemente ante este compromiso se adopta una actitud de huida que conduce a la persona a un estado de indecisión, es decir, hacia un "conflicto existencial" que, al no ser resuelto, se convierte en crónico.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1 Actividades de reflexión inicial

Antes de desarrollar las evidencias propuestas en esta guía de aprendizaje, es preciso realizar una actividad de invitación y motivación hacia el aprendizaje de esta competencia. Lectura “Mi Vida y mi Experiencia”

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje.

Teniendo en cuenta la temática a trabajar durante esta guía de aprendizaje, se realizará un diagnóstico de los conocimientos previos de los aprendices de la siguiente manera:

- Socialización de respuesta de estudiantes a cerca de los valores, trabajo en equipo, desgaste emocional, buenas relaciones interpersonales, motivación, liderazgo.
-

3.3 Actividades de apropiación del conocimiento (Conceptualización y teorización)

Actividades de aprendizaje Las relaciones interpersonales: los seres humanos estamos llamados a ser mejor cada vez, en verdad es un reto para las instituciones educativas, pero también lo es para cada persona en particular, pues debe intentar por todos los medios a hacerse participe de manera crítica, también obliga a recordar que somos multidimensionales, de tal manera que podemos y debemos desarrollar la individualidad, amor propio, cuidados, aprecio y auto estima, pero al mismo tiempo hemos de ser capaces de proyectarnos a los demás seres sociales, sensible a la necesidad de los otros. La clave de una sana familia o comunidad es aceptar las debilidades para tratar de mejorarlas, y concentrarse en las fortalezas como punto de partida para construir juntos desde lo que realmente somos y no, desde lo que creemos ser. En una relación de cuidado se acompaña y ayuda otras personas, en la que se tiene un alto grado de compromiso con ellas y una sensibilidad especial con las situaciones de vulnerabilidad por las que estas atraviesan.

El cuidado se caracteriza por reconocer a otra persona como diferente con sus particularidades y con sus potencialidades, con la capacidad emocional para contener las crisis o replicar formar violentas.

Actividad 1.

MI VIDA Y MI EXPERIENCIA

Solo yo podré lograrlo nadie puede hacerlo por mí si no quiero, nadie lo hará por mí. Será que me lo merezco. Tengo tiempo para hacerme una limpieza interior.

- Toma una hoja blanca, piensa en una persona que te permita experimentar sentimientos de cariño, ternura, amor, amistad y alegría.

- Pero como todo proceso esa persona hace algo que no me gusta y peleo con ella, inténtalo, dile las cosas que se te ocurran, recuerda que estas molesta (o) con ella.

- En estos momentos eres una persona soberbia y te enojas mucho, pues la persona (hoja) ante tu enojo se queda callada y no te contesta, entonces tomas la determinación de hacerla reaccionar y arrugas la hoja, la vuelves una bolita y expresa todo tu sentimiento de rabia y dolor con la hoja.

- Ha pasado unos minutos y estas meditando en lo que hiciste, y miras la hoja como quedó, que le sucedió, Piensa y ponte en su lugar. ¿Si la hoja tuviera sentimientos como se sentiría, que pensaría de ella misma y que pensarías de ti? Intenta dejar la hoja en el mismo estado en que la encontraste.

  - ✓ ¿Qué pasó con la hoja? - ¿Volvió a ser la misma hoja?
  - ✓ ¿Y si la hoja le pasó lo que le pasó que pasaría con la persona?
  - ✓ ¿A que experiencia de nuestra vida se parece esta situación?
  - ✓ ¿Será que el perdón de los hombres puede ser igual o semejante al de Dios?
  - ✓ ¿Una persona puede quedar igual después de una experiencia como esta?

Actividad 2. **Contestar cuestionario "Proyecto de Vida"**



PROYECTO DE VIDA

Mi nombre es: .....

Edad: .....

Nací en: .....

Mi hogar está formado por: .....

Me gusta compartir con: .....

Mi comida favorita: .....

Mi canción preferida: .....

Que le cambiaría a mi cuerpo: .....

Mi color preferido: .....

Admiro a: .....

En mi tiempo libre me dedico: .....

Mi mayor cualidad: .....

Debo mejorar de mí: .....

Me hace feliz: .....

Me disgusta: .....

Las cualidades que me atribuyen otras personas son: .....

Como está mi auto estima: .....

Los momentos mas tristes de mi vida son: .....

Me arrepiento de: .....

La meta que debo alcanzar a corto plazo: .....

Mediano plazo: .....

Largo plazo: .....

Mis fortalezas son: .....

Mis debilidades son: .....

Cuales son mis oportunidades: .....

Con cual valor me identifico: .....

Estoy orgulloso de: .....

Mis limitaciones son: .....

En quien creo yo: .....

Como soluciono mis problemas: .....

Me gustaría que me vieran en un futuro como: .....

Como te sentiste al realizar tu proyecto de vida: .....

"SIGUE ADELANTE LA VIDA ES MARAVILLOSA SOLO TU PUEDES LOGRARLO, DISFRUTALO"

Actividad 3. ¿Como identificar nuestro propio Desgaste Emocional**?** Responde Cuestionario Síntomas psicológicos, sumar el total de la escala de cero (0) a tres (3), la frecuencia de ocurrencia de situaciones y afirmaciones allí enunciadas refleja nuestro desgaste emocional.

	Síntomas Psicológicos	Nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre
	PENSAMIENTOS				
1	"Tremendizar"(llevar las cosas a su peor desenlace)	0	1	2	3
2	Culparme a mí mismo	0	1	2	3
3	Culpar a otros	0	1	2	3
4	Dificultad para concentrarme	0	1	2	3
5	Guardar rencor	0	1	2	3
6	Pensar y repensar en el mismo asunto	0	1	2	3
7	Criticar constantemente (personas-situaciones)	0	1	2	3
8	Preocuparme	0	1	2	3
9	Pensar que mi mente no está bien	0	1	2	3
10	Necesidad de tener la razón	0	1	2	3
11	Sensación de haber perdido el control	0	1	2	3
	EMOCIONES				
1	Miedo (circunstancias – lugares)	0	1	2	3
2	Sintiéndome como una víctima	0	1	2	3
3	Angustiado	0	1	2	3
4	Melancólico	0	1	2	3
5	Solo	0	1	2	3
6	Irritable	0	1	2	3
7	Con deseos de tirar cosas o de pegarle a la gente	0	1	2	3
8	Sentimientos de culpa	0	1	2	3
9	Sintiéndome hostil (poco amistoso)	0	1	2	3
10	Nervioso	0	1	2	3
11	Desesperanzado en cuanto al futuro	0	1	2	3
12	Con deseos de "esconderme debajo de las cobijas"	0	1	2	3
13	Con la sensación de que los demás no me quieren	0	1	2	3
14	Perturbado por las criticas	0	1	2	3
	CONDUCTAS				
1	Morderme las uñas	0	1	2	3
2	Usar tabaco en cualquier forma	0	1	2	3
3	Tomar tranquilizantes y modificadores del ánimo	0	1	2	3
4	Tomar bebidas alcohólicas	0	1	2	3
5	Llorar mucho	0	1	2	3
6	Problemas con el sueño (dormir mucho o poco)	0	1	2	3
7	Problemas con la comida (comer mucho o poco)	0	1	2	3
8	Dificultades para comunicarme	0	1	2	3
9	Evitar responsabilidades	0	1	2	3
10	Demasiada cafeína	0	1	2	3

TOTAL: _____

Ambiente Requerido

- Aula de clases
- Materiales
  Tablero, marcador, borrador, hojas de block, lápices, revistas.
  Talleres

3.4 Actividades de transferencias del conocimiento

Compartir el conocimiento y experiencia

Estrategia metodológica: Realización de taller y guía

Objetivo: Fomentar el cuidado emocional mediante acciones de bienestar, atención psicosocial a personas víctimas del conflicto armado. Lograr en el aprendiz el desarrollo de habilidades, principios y valores, para mejorar la interacción con otros de acuerdo a las normas de convivencia y su aplicación en el contexto personal y laboral.

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencia de desempeño: Los Valores **Evidencias de Producto:** "Mi vida y mi experiencia" Entrega de la actividad. "Proyecto de Vida" Entrega de actividad	Exposición del tema "Los Valores" Identificar como manejo mis sentimientos de ira, rabia, soberbia. Reconocer mis habilidades y talentos.	Observación Técnica: Análisis de las respuestas "Mi Vida y Mi Experiencia" y socialización de la misma. Análisis de las respuestas "Proyecto de Vida" Entrega de actividad Instrumento: Lista de chequeo**.**

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Estos son algunos de los términos básicos que debemos conocer, identificar y definir en esta guía de aprendizaje.

- **Dignidad:** Valorarse a sí mismo por encima de las necesidades del momento o de las exigencias de los demás.
- **Resiliencia:** Es la capacidad que tiene el ser humano de enfrentarse a las adversidades y aprender del error.

-

- **Cualidad:** Rasgo, componente permanente, diferenciado, peculiar y distintivo de la naturaleza o la esencia de una persona o cosa que contribuye, junto con otros, a que alguien o algo sea lo que es y como es.
- **Atención Psicosocial:** Tiene la finalidad de favorecer la recuperación o mitigación de los daños psicosociales.
- **Reconciliación:** Proceso de largo plazo de personas o sociedades encaminadas a construir un clima de convivencia pacífica.

6. REFERENTES BILBIOGRÁFIA

- ✓ www.minsaludyproteccionsocial
- ✓ www.scielo.sacr
- ✓ www.unidadvictimas.gov.co

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Elsa Patricia Moscote Granadillo**	**Instructora de Ética y Desarrollo Humano**	**Centro Agro empresarial y Acuícola**	**02/09/2024**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					