

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Fecha de ejecución: 13 de agosto de 2025

Lugar de la capacitación: Salón comunal – La inmaculada

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:
<p>“Sexta actividad de educación para la promoción de la salud y prevención de la violencia intrafamiliar”</p> <p>Tema: Abordaje constructivo de los conflictos</p>
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
<p>Fortalecer en las familias de la inmaculada las habilidades de resolución pacífica de conflictos, promoviendo el diálogo, la comunicación asertiva y el respeto mutuo, como estrategias fundamentales para prevenir la violencia intrafamiliar y consolidar ambientes de convivencia armónica y saludable en el hogar.</p>
3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:
<p>Momento 1: Se da inicio a la sexta actividad educativa con la comunidad de la inmaculada, dando un saludo de bienvenida a cada uno de ellos resaltando la importancia de participar en espacios psicoeducativos que les permitirá adquirir conocimientos prácticos que promueven las relaciones al interior del hogar.</p> <p>Momento 2: Se da apertura a la sesión con una actividad rompe hielos enfocada en el perdón, la cual consiste en leerles una lectura nombrada “el peso del temor”, esta con el fin de captar la atención de los participantes y adéntralos en la temática que se trabajara en la sesión, allí los participantes narraron experiencias sobre el perdón, y la importancia de no ser rencoroso frente a las situaciones, puesto que es un sentimiento que generara daño y malestar en sí mismo, muchos de los participantes se mostraron nostálgicos frente a las experiencias socializadas por lo que la profesional realizo un ejercicio de contención emocional. Después se invita a las familias a participar de la actividad “<i>La cuerda de la unión</i>”. Cada familia toma una cuerda y entre todos deben formar un círculo, simbolizando la importancia de mantenerse unidos a pesar de las diferencias.</p>

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Momento 3: Con el propósito de identificar los presaberes que tienen la comunidad se realiza la actividad la caja preguntona para que a través de tingo tanto la persona que tenga la caja reciba una pregunta para ser resuelta ante el grupo.

Después para entrarnos más sobre el tema, se entrega algunos párrafos a las familias para que desde su conocimiento logren responder y dar a conocer su percepción a la temática.

Preguntas orientadoras:

1. ¿Qué entendemos por conflicto dentro de la familia?
2. ¿Creen que el conflicto es algo negativo o puede tener un aspecto positivo? ¿Por qué?
3. ¿Qué tipo de conflictos son los más comunes en su hogar?
4. ¿Cómo reaccionamos normalmente cuando surge un desacuerdo en la familia?
5. ¿Qué emociones suelen aparecer durante un conflicto (enojo, tristeza, frustración, miedo)?
6. ¿Qué estrategias usamos más: gritar, guardar silencio, ¿dialogar o buscar acuerdos?
7. ¿Qué tan fácil es escuchar al otro cuando hay una diferencia?
8. ¿De qué manera influye la comunicación en la resolución del conflicto?
9. ¿Creen que en casa se practica la comunicación asertiva? ¿Por qué sí o por qué no?
10. ¿Qué cambios podríamos hacer en familia para resolver los conflictos de una forma más constructiva?
11. ¿Qué técnicas o acuerdos podrían ayudarnos a prevenir que un conflicto se convierta en violencia?
12. ¿Cómo podemos enseñar a los niños y adolescentes de la familia a resolver sus diferencias pacíficamente?
13. ¿Qué es lo más importante que cada miembro de la familia puede aportar para mantener la armonía?
14. ¿Qué compromiso podemos asumir hoy como familia para mejorar la forma en que resolvemos nuestros conflictos?

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Momento 4: A partir de allí se establece un conversatorio con las familias frente al tema central, con el propósito de brindar herramientas a las familias para que identifiquen la importancia de darle un buen manejo a los conflictos.

Tema central:

El **conflicto** puede entenderse como una situación en la que dos o más personas, grupos o instituciones presentan diferencias de intereses, necesidades, valores o percepciones que generan tensiones o desacuerdos. No siempre tiene una connotación negativa; por el contrario, el conflicto puede ser una oportunidad de aprendizaje y transformación si se maneja de forma adecuada.

La **matriz de análisis de conflictos** es una herramienta que permite comprender de manera ordenada y detallada los factores que intervienen en un conflicto. A través de ella se identifican las partes implicadas, las causas, los intereses, las posiciones y las posibles consecuencias. Su utilidad radica en ofrecer una visión integral del problema, lo cual facilita diseñar estrategias de intervención y resolución más efectivas.

El **abordaje constructivo del conflicto** consiste en enfrentar las diferencias de una manera positiva, utilizando el diálogo, la empatía y la negociación como medios principales. Este enfoque no busca eliminar las discrepancias, sino gestionarlas para que se conviertan en oportunidades de crecimiento personal y colectivo. Así, el conflicto deja de ser una amenaza y se transforma en un proceso que fortalece las relaciones y favorece la convivencia pacífica.

¿Porque es importante darles un buen manejo a los conflictos?

Es importante darles un buen manejo a los conflictos porque estos son parte natural de la vida cotidiana y de las relaciones humanas, especialmente dentro de la familia, donde conviven diferentes formas de pensar, sentir y actuar. Cuando no se gestionan de manera adecuada, los conflictos pueden escalar y convertirse en situaciones de violencia, deteriorar la comunicación, romper vínculos afectivos y afectar la salud emocional de los miembros

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

del hogar. Por el contrario, cuando se abordan constructivamente, los conflictos se transforman en oportunidades de aprendizaje y fortalecimiento de las relaciones. Un buen manejo permite:

- Favorecer la comunicación asertiva, donde cada miembro pueda expresar sus ideas y emociones sin agredir ni callar.
- Promover el respeto y la empatía, reconociendo las necesidades y puntos de vista de los demás.
- Prevenir la violencia intrafamiliar, ya que se reduce la tensión y se buscan soluciones pacíficas.
- Fortalecer los vínculos familiares, al encontrar acuerdos que beneficien a todos y mantener un clima de confianza.
- Desarrollar habilidades socioemocionales, como la tolerancia, la paciencia y la capacidad de negociar.

Darles un buen manejo a los conflictos no significa evitarlos, sino enfrentarlos de manera sana y positiva, de modo que se conviertan en un motor para el crecimiento personal y colectivo, en lugar de ser una fuente de daño y división.

Momento 5: Como parte de afianzar y construir los conocimientos, se organizan las familias y se entregan casos hipotéticos para que lo analicen y así lo puedan representar a los demás, dando a conocer cuales seria la forma mas viable para que se de la solución a cierta situación al interior de la familia.

Caso 1: El uso del televisor: En la familia Ramírez, los hijos discuten porque uno quiere ver caricaturas y el otro fútbol. La mamá interviene y propone que conversen y lleguen a un acuerdo. Finalmente, deciden turnarse: un día elige uno y al siguiente el otro.

Caso 2: Distribución de las tareas del hogar: En la familia Gómez, los hijos adolescentes se quejan de que siempre les dejan las mismas tareas domésticas. El padre propone hacer

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

una lista semanal y rotar las responsabilidades. Todos participan en la elaboración y aceptan cumplir con el nuevo acuerdo.

Caso 3: Diferencias en la pareja por temas económicos: En la familia López, la pareja discute constantemente por los gastos del hogar. Después de una fuerte tensión, acuerdan sentarse a elaborar un presupuesto mensual donde ambos decidan cómo organizar el dinero y qué prioridades cubrir primero.

Caso 4: Uso excesivo del celular: En la familia Hernández, la madre reclama a su hijo por pasar demasiado tiempo con el celular y no cumplir con sus estudios. En lugar de discutir, deciden establecer un horario para el uso del celular y otro para las tareas, llegando a un acuerdo escrito que ambos respetan.

Caso 5: Tiempo en familia: En la familia Torres, los hijos sienten que el padre no comparte tiempo con ellos porque siempre está ocupado en el trabajo. En una conversación familiar, expresan sus sentimientos y acuerdan que al menos dos noches a la semana cenarán juntos sin distracciones.

Momento 6: Se realiza una actividad de aprendizaje basada es construir el aprendizaje entre todos, se invita a los participantes a jugar el gusano preguntas con el animo de lograr afianzar los conocimientos adquiridos en dicho espacio formativo.

1. ¿Qué entendemos por conflicto en la vida cotidiana?
2. ¿Creen que los conflictos son siempre negativos? ¿Por qué?
3. ¿Por qué surgen los conflictos dentro de las familias?
4. ¿Qué diferencia hay entre un conflicto y una pelea violenta?
5. ¿Qué tipos de conflictos se presentan con más frecuencia en su hogar?
6. ¿Cómo suele reaccionar cada miembro de la familia cuando surge un conflicto?
7. ¿Qué emociones predominan en ustedes durante un conflicto (ira, tristeza, frustración, miedo)?
8. ¿Qué consecuencias tiene no resolver a tiempo un conflicto en la familia?
9. ¿Qué beneficios puede tener un conflicto si se maneja de manera adecuada?
10. ¿Qué papel juega la comunicación en la aparición y en la solución de un conflicto?

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

11. ¿Qué actitudes ayudan a que un conflicto se resuelva de forma pacífica?

12. ¿Qué podemos aprender como familia a partir de los conflictos que hemos vivido?

Cierre: Para finalizar se pregunta a las personas como se sintieron en el espacio educativo y que aprendizajes se llevan para su vida personal, social y familiar, así mismo, se agradece su participación y se invita a las personas a llevar esta información con otras familias que hagan parte de la comunidad, con el propósito de generar espacio sanos y agradables para las familias.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

En el espacio educativo realizado en la Institución Inmaculada, enfocado en la resolución de conflictos, se vivió una experiencia enriquecedora en la que las familias participaron con entusiasmo y compromiso. A través de dinámicas, reflexiones y ejercicios prácticos, lograron comprender que los conflictos son parte natural de la convivencia, pero que su manejo adecuado puede convertirse en una oportunidad para fortalecer los lazos familiares. Durante la jornada se observó la disposición de los asistentes para compartir sus experiencias cotidianas y analizar situaciones reales, lo que permitió afianzar sus conocimientos sobre comunicación asertiva, escucha activa y búsqueda de acuerdos.

El ambiente estuvo marcado por la participación constante, el respeto y la apertura, factores que hicieron posible construir aprendizajes colectivos y significativos.

Como resultado, las familias expresaron haber adquirido herramientas útiles para enfrentar los desacuerdos de una manera más constructiva, evitando la confrontación negativa y promoviendo el respeto mutuo. Al finalizar, manifestaron su interés en aplicar lo aprendido en sus hogares, reconociendo que la resolución pacífica de conflictos es clave para prevenir la violencia intrafamiliar y fomentar un clima de armonía.

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

En suma, el encuentro dejó una huella positiva, ya que no solo permitió fortalecer conocimientos, sino también generar compromisos claros para consolidar hogares más unidos, basados en el diálogo y la comprensión.

Yuliet Ramirez G.

NOMBRE PROFESIONAL

PSICOLOGA

T.P: 292930