
	PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 1 de 8

1. DATOS BÁSICOS.	
1.1. FECHA: 15/05/2026	1.5. ELABORADO POR: Profesionales localidad Kennedy Yorleybis Palacios Katherine Tellez
1.2. HORA: 8:00 am -12:00 pm	
1.3. LUGAR: Puerta 6 Corabastos – sector Llano Grande carrera 82 No 38 D - 21 sur Localidad Kennedy	1.6. TEMÁTICA: Jornada de alto Impacto. Autocuidado físico y mental: Dimensión de desarrollo humano: Social Política de salud mental y enfoque diferencial en salud. Actividad: la balanza del bienestar emocional.
1.4. DURACIÓN ESTIMADA: 4 horas	

2. TIPO DE ACCIÓN A REALIZAR	
Taller de Formación	
Espacio de Diálogo Comunitario	
Jornada de Cuidado de La Ciudad	

3. DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN.
Ciudadanos habitantes de calle del Barrio Llano Grande, contando con la participación de un aproximado de 30 personas en un rango etario entre 18 y 70 años.

4. JUSTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD.
<p>Dentro de las estrategias de prevención y la lectura territorial que se desarrolla, se identifican factores protectores que permiten la construcción de habilidades para que la comunidad agencie soluciones idóneas para los ciudadanos en riesgo de habitar la calle así como la dignificación o superación de la habitabilidad en calle, uno de los cuales es la Inteligencia emocional: “Según la versión original de Salovey y Mayer (1990), la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.” Es así como la inteligencia emocional repercute en los estados de bienestar del individuo pues como</p>

	<p align="center">PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES</p> <p align="center">FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE</p>	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 2 de 8


teorizaron Mayer, Salovey y Caruso, 2000; Mayer y Salovey, 1997, 2007), desde el modelo interrelacionado de las cuatro ramas de la inteligencia emocional, la facilitación emocional del pensamiento consiste en que las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción y cognición). Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejemplo, el bienestar facilita la creatividad. Bisquerra, 2020, *Rafael Bisquerra educación emocional*, <https://www.rafaelbisquerra.com/la-inteligencia-emocional-segun-salovey-y-mayer/>.

A partir de la anterior definición se puede establecer que las acciones pedagógicas desarrolladas desde el servicio móvil de abordaje territorial y de prevención para el fenómeno de habitabilidad en calle, para los ciudadanos habitantes de calle y en riesgo de estarlo el cual tiene como objetivo fortalecer las características y dinámicas presentes en esta estructura social las cuales propendan por el bienestar físico y psicológico de los individuos.

Anudado a lo anterior es indispensable realizar las acciones pedagógicas con la población por medio de la visión que otorga el enfoque de derechos, el cual se constituye en una herramienta metodológica y al mismo tiempo en el marco normativo internacional desde el cual los gobiernos diseñan e implementan políticas públicas orientadas al ejercicio pleno de la ciudadanía y de los Derechos humanos. Es decir, las políticas públicas deben apuntar como fin a la garantía de los Derechos para el conjunto de la sociedad" (pág.13), el enfoque territorial, el cual lo plantea David Harvey, que "las relaciones de poder siempre están implicadas en prácticas espaciales y temporales" (Harvey, 1998, citado por Cepeda (2015), pág. 250), de esta forma el territorio más allá de un espacio geográfico se configura como un lugar donde convergen una complejidad de dinámicas entre las poblaciones que habitan los territorios y las características propias de este. Es así como, tanto el territorio configura los sujetos que lo habitan, lo transitan, así como las poblaciones modifican los territorios con sus deseos, conflictos y posibilidades ubicando límites que enmarcan una territorialidad, una apropiación del territorio; Es así como, se pretende movilizar a la comunidad en general frente al fenómeno y la responsabilidad que se tiene como ciudadanos frente al mismo. Para tal fin la actividad propuesta se llevará a cabo por medio dinámicas: la primera permitirá comprender desde la narrativa de los ciudadanos cómo se expresan las emociones y los sentimientos (cuáles son las que con mas frecuencia se usan, de que manera se verbalizan por medio de la comunicación no verbal, entre otras características comportamentales).

Por los argumentos expuestos anteriormente la acción pedagógica que se desarrollara esta enmarcada dentro del concepto de la prevención selectiva, con el acompañamiento de la referente de la política de salud mental de la secretaria distrital de salud.

5. OBJETIVO GENERAL.

	PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 3 de 8

Promover la comprensión de los factores de riesgo que afectan la salud mental y los factores protectores que la pueden favorecer, construyendo herramientas que puedan ser empeladas para el autocuidado físico y mental.

6. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Identificar los beneficios individuales y comunitarios de la promoción de la salud mental y las repercusiones que tiene en la salud física.
- Implementar los ejercicios para el autocuidado de la salud mental socializados en la actividad.

7. RECURSOS NECESARIOS

Recursos:

Material didáctico: papel Kraft con la representación visual de una balanza grande, Post-it, cinta y marcadores

Recurso humano: equipo interdisciplinar del servicio de prevención de la secretaria distrital de integración social.

8. REFERENCIAS CONCEPTUALES

Prevención del fenómeno de habitabilidad en calle:


Es importante tener en cuenta conceptos que permitan entender estas dinámicas sociales desde una mirada política, social y estructural, ya que cuando se habla de riesgo social, sobre todo en países en vía de desarrollo, se encuentran particularidades que abren paso a las desigualdades y a las inequidades, lo cual configura en las sociedades carencias en sus necesidades básicas y diferentes formas de violencia, inseguridad, comportamientos asociados a las adicciones, consumo de sustancias legales e ilegales y venta de las mismas, entre otras.

PREVENCIÓN:

Basados en Devida (2007), quien menciona la prevención como “el conjunto de medidas que se toman con anticipación, antes de que ocurra el fenómeno, o para minimizar sus efectos negativos” (citado en lineamientos para operar programas preventivos. 2015. Pág. 13) se toman como base para la realización de las acciones de la estrategia de prevención del fenómeno de habitabilidad en calle las tres formas de prevención que establece la Oficina de las Naciones Unidas contra la droga y el delito (UNODC) y Ministerio de Salud y Protección Social (MSPS) universal, selectiva e indicada.

RIESGO DE HABITAR CALLE:

Desde una perspectiva sociológica amplia, se tiene en cuenta a Ulrich Beck (1988) quien planteó que los riesgos están asociados a factores sociales y variables relacionales mediadas por la desigualdad social, mientras que otra perspectiva, Luhmann (1993) basado en la

	<p align="center">PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES</p> <p align="center">FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE</p>	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 4 de 8

concepción del Estado de Bienestar propone que el riesgo puede afectar a todas las personas por igual sin distinguir clases sociales, dándole plena responsabilidad al Estado de la protección social de todos sus ciudadanos. De este modo, el riesgo de habitar calle se puede presentar en cualquier persona teniendo en cuenta el tipo de vulnerabilidad y/o fragilidad al que se vea expuesta dentro de su contexto individual, familiar y comunitario, lo cual es no inherente a su clase social o condición económica, pero puede estar relacionado. El riesgo de habitar la calle para una persona, no necesariamente parte de una decisión libre, sino que está mediada por diversos factores tanto externos como internos, que ponen a estas personas en situación de fragilidad y desigualdad social. Así mismo, la falta de oportunidades, las barreras de acceso a las mismas generan brechas y un déficit en cuanto a la capacidad de afrontamiento; por tanto, el riesgo mantiene una relación con las dimensiones políticas, culturales, económicas, ambientales y sociales en los que una persona se desenvuelve. Entonces el riesgo de habitar calle está determinado por la configuración y relación de factores que pueden direccionar a una persona a habitar la calle, por consiguiente, cabe denotar que dichos aspectos varían de acuerdo con la afectación de sus dinámicas relacionales consigo mismo, con el otro y el entorno.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Según la versión original de Salovey y Mayer (1990), la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.

Según Mayer y Salovey (1997: 10), “la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”. La inteligencia emocional se refiere a un “pensador con un corazón” (“a thinker with a heart”) que percibe, comprende y maneja relaciones sociales.

Estos autores han ido reformulando el concepto original en sucesivas aportaciones (Mayer y Salovey, 1993, 1997, 2007; Mayer, Caruso y Salovey, 1999, 2001; Mayer, Salovey y Caruso, 2000).


Una de las formulaciones que se toman como referencia es la siguiente (Mayer, Salovey y Caruso, 2000; Mayer y Salovey, 1997, 2007). La inteligencia emocional se estructura como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas:

1) Percepción emocional.

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

2) Facilitación emocional del pensamiento.

Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción y cognición). Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo,

	<p align="center">PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES</p> <p align="center">FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE</p>	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 5 de 8

desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejemplo, el bienestar facilita la creatividad.

3) Comprensión emocional.

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

4) Regulación emocional

Regulación reflexiva de las emociones para promover el conocimiento emocional e intelectual. Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal para hacer posible la gestión de las emociones en las situaciones de la vida. Habilidad para distanciarse de una emoción. Habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros. Capacidad para mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten.

BIENESTAR EMOCIONAL.

Ser feliz o ayudar a que otros lo sean no es tarea fácil. Desde la perspectiva científica se intenta operativizar la felicidad para poder medirla e influir sobre ella y el término que se utiliza para hacerlo es el de bienestar.


En gran parte de la literatura se han equiparado los términos felicidad y bienestar. Sin embargo, son conceptos diferentes.

Para algunas personas la felicidad consiste en experimentar emociones positivas. Esta definición coincide con una perspectiva occidental sobre la felicidad, que ha sido la más utilizada hasta ahora en los estudios científicos.

Un ejemplo de este enfoque viene de la mano de Martin Seligman, padre de la Psicología Positiva, quien entiende la *“Auténtica Felicidad”* como un conjunto de fortalezas distintivas que permiten disfrutar la vida y asignarle un propósito (Seligman, 2017). Adicionalmente, plantea que el modo de alcanzar la felicidad se obtiene a través de la experimentación de emociones positivas sobre el pasado, el futuro y el presente.

Para otras personas, la felicidad es un objetivo en sí mismo y este enfoque está asociado habitualmente con el fenómeno llamado *“seré feliz cuando...”* que hace referencia a la creencia que tienen muchas personas acerca de cómo alcanzar la felicidad. En este enfoque, las personas persiguen conseguir determinados objetivos (ej. completar una maratón, adelgazar...) para *“dar el salto”* a la felicidad.

Sin embargo, la felicidad no se puede entender en términos absolutos. No es algo que se tiene o no se tiene. Este planteamiento respondería a un abordaje binario del concepto de felicidad, que la concibe como un lugar de llegada, como algo externo que se alcanza o no.

	<p align="center">PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES</p> <p align="center">FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE</p>	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 6 de 8

Un enfoque diferente de la felicidad es el que tiene que ver con deshacerse de algo que resulta perjudicial o doloroso, para dejar paso a estados de calma y equilibrio. Precisamente, esta idea es la que representa la perspectiva oriental de la felicidad.

Enfoque de Derechos Humanos

Comprende principios universales y el fundamento de las garantías jurídicas que implica la acción del Estado y la sociedad, como generadores de condiciones que garanticen el ejercicio de los derechos por parte de todas las personas. Los derechos humanos son inherentes a la condición del ser humano, son inalienables, indivisibles, interdependientes, impostergables e indelegables y se centran en la “dignidad humana” como su esencia. Su carácter integral, permite una visión holística de los seres humanos en su carácter individual o colectivo, atendiendo a sus posibilidades de desarrollo.

El enfoque de derechos plantea el reconocimiento de la familia como un sujeto colectivo y titular de derechos, así como de sus integrantes, y reconoce la importancia de la diada persona-familia como unidad, poniendo de manifiesto el compromiso estatal en torno al respeto, reconocimiento, garantía, promoción, protección, restitución y exigibilidad de los derechos.

El carácter de sujeto de colectivo derechos se fundamenta en lo establecido en la Ley 1361 de 2009, por lo cual las familias tienen derecho a:

1. Una vida libre de violencia
2. La participación y representación de sus miembros
3. Un trabajo digno e ingresos justos
4. La salud plena y la seguridad social
5. La educación con igualdad de oportunidades, garantizando los derechos de asequibilidad, adaptabilidad, accesibilidad y aceptabilidad, en condiciones de universalidad, equidad, calidad y gratuidad.
6. La recreación, cultura y deporte
7. La honra, dignidad e intimidad
8. La igualdad.
9. La armonía y unidad.

Webgrafía:

Ministerio de salud y protección social de Colombia (2018). Política Pública Nacional de Apoyo y Fortalecimiento a las Familias.


<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/politica-apoyo-fortalecimiento-familias.pdf>

Organización panamericana de la salud (2020). Salud mental.

<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental#:~:text=La%20salud%20mental%20es%20un,la%20mejora%20de%20su%20comunidad>

Organización mundial de la salud (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.

Rafael Bisquerra educación emocional (2020). Inteligencia emocional.

	PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 7 de 8

<https://www.rafaelbisquerra.com/la-inteligencia-emocional-segun-salovey-y-mayer/>
Ruiz, A. (2023). Bienestar emocional. <https://www.iepp.es/bienestar-emocional/>

9. DESARROLLO DE LA ACCIÓN SIGNIFICATIVA (Metodología).

MOMENTO 1: Saludo y Bienvenida.

- Introducción a la sesión en el marco de las acciones territoriales de secretaria de Integración social y Salud.
- Breve explicación sobre qué es la salud mental y su importancia, desmitificando estigmas
- Presentación de la analogía de la balanza: "Nuestra salud mental es como una balanza. Hay cosas que pueden inclinarla hacia un lado (los riesgos), y hay otras que nos ayudan a equilibrarla o inclinarla hacia el lado del bienestar (los protectores)."
- Disposición de una balanza gigante (dibujada en un pliego de papel Kraft)

MOMENTO 2: Identificación de factores de riesgo y factores protectores

- Se solicita a los participantes a que piensen en situaciones, emociones o hábitos que creen que pueden afectar negativamente la salud mental. Animar a que sean honestos, pero sin compartir detalles personales si no se sienten cómodos.
- Se distribuyen tarjetas de un color (rodado) y se pide que escriban un factor de riesgo en cada una (ej. "estrés crónico", "aislamiento", "problemas financieros", "discriminación", "falta de sueño", "malos hábitos alimenticios", "uso problemático de sustancias", "acoso escolar/laboral").
- A medida que las completan, se pegan en un lado de la balanza, explicando que "estos son pesos que inclinan nuestra balanza hacia el lado del malestar".
- Ahora, se cambia el enfoque. Se pide a los participantes que piensen en qué cosas les ayudan a sentirse bien, a manejar el estrés o a superar momentos difíciles.
- Se anima a que peguen estas tarjetas en el otro lado de la balanza. "Estos son los elementos que ponemos para contrarrestar los pesos y buscar el equilibrio o el bienestar"


MOMENTO 3: Reflexión y Debate

Con la balanza visualmente cargada en ambos lados, se inicia una conversación a través de las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Qué observamos en la balanza? ¿Hay más riesgos o protectores en nuestra vida colectiva?
- ¿Cómo podemos fortalecer los factores protectores para que superen o equilibren los riesgos?
- ¿Qué tan importante es reconocer ambos para cuidar nuestra salud mental?
- ¿Alguien quiere compartir un factor protector que le haya sido especialmente útil en un momento difícil?

Se enfatiza que la salud mental no es la ausencia de problemas, sino la capacidad de gestionarlos y recuperarse, usando nuestros factores protectores.

Finalmente, se socializan las líneas de orientación psicológica.

	<p align="center">PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES</p> <p align="center">FORMATO TÉCNICO DE ACCIONES PEDAGÓGICAS EN CALLE</p>	Código: FOR-PSS-153
		Versión: 0
		Fecha: Memo Int. 19057 - 10/04/2018
		Página: Página 8 de 8

10. CIERRE DE LA ACCIÓN SIGNIFICATIVA.

Se finaliza solicitando a los participantes que compartan cuáles de las herramientas brindadas en la acción pedagógica consideran pueden aplicar con mayor facilidad en su cotidianidad para cuidar su salud mental y física, así como cuál consideran de mayor dificultad incorporar en sus hábitos diarios.