

Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades

Máster Universitario en Intervención Social en las Sociedades
del Conocimiento

**El arte como mecanismo de resistencia:
propuesta de intervención para mejorar la
resiliencia en adolescentes en situación de
vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín
(Colombia)**

Trabajo fin de estudio presentado por:	Yudy Alexandra Uribe Marín
Tipo de trabajo:	Diseño de Proyecto de Intervención Social
Director/a:	Jesús Moreno Arriba
Fecha:	08/09/2022

Resumen

Los menores de edad, deben enfrentar durante su periodo de adolescencia grandes cambios que suponen confusiones y retos para la mayoría, pero en el caso particular de los adolescentes de la Comuna 1 de Medellín, no sólo deben afrontar las transformaciones propios de dicha etapa, sino también situaciones de vulnerabilidad que se agudizan durante su edad, debido a los fenómenos coyunturales de su contexto, que inciden en su calidad de vida y el goce de sus derechos. Partiendo de este planteamiento, se desarrolla este TFM, el cual tiene por objetivo mejorar la resiliencia en adolescentes de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia) a partir de un programa de intervención que mitigue la situación de riesgo social de esta población. Para ello, se realizó una investigación teórica que fundamentó la propuesta y su enfoque, y que dio paso al diseño de la misma, desde el planteamiento de diez sesiones, encuadradas en una metodología de dinámica de taller, a partir del empleo de técnicas individuales y grupales enmarcadas en el arte y una evaluación con metodología mixta desde tres perspectivas temporales. A través de esta propuesta se reconoce el valor del arte como mecanismo de resiliencia, cuya aplicación en población que habita contextos adversos puede favorecer la mitigación de los riesgos sociales.

Palabras clave: Comuna 1 Popular (Medellín, Colombia), adolescentes, riesgo social, arte, resiliencia.

Abstract

Kids must face major changes during their adolescence, which may suppose states of confusion and new challenges for most of them. But, in the case of the adolescents in the Commune 1 of Medellín, they must not only face the typical transformations of said stage but also vulnerability situations that usually become acute during their age. This affects not only in their quality of life but also compromise their rights. For this reason, this MFP is developed aiming to improve resilience in adolescents of the Commune 1 of Medellín with an intervention program that improves the social conditions of this population. To do this, a theoretical investigation which supports this proposal was developed, and its results are the basis that gave way to its focus and its design. Ten sessions are proposed, framed in a methodology of workshops and dynamics, based on both individual and group techniques with emphasis in arts and an evaluation based on mixed methodologies from three temporal perspectives. Through this proposal, the value of art is recognized as a mechanism of resilience, whose application in the population that lives in adverse contexts can favour the mitigation of social risks

Keywords: Commune 1 (Medellín, Colombia), adolescents, social conditions, arts, resilience.

Índice de contenidos

1.	Introducción.....	8
1.1.	Justificación.....	9
1.2.	Objetivos del TFE.....	13
1.2.1.	Objetivo general.....	13
1.2.2.	Objetivos específicos.....	14
2.	Marco teórico.....	14
2.1.	El concepto de resiliencia: origen y definiciones.....	14
2.1.1.	Factores de riesgo.....	17
2.1.2.	Factores de protección.....	18
2.1.3.	Retos del concepto.....	19
2.2.	La adolescencia.....	19
2.3.	Arte y resiliencia.....	21
3.	Diseño metodológico.....	24
3.1.	Objetivos del programa.....	25
3.1.1.	Objetivo general.....	25
3.1.2.	Objetivos específicos.....	25
3.2.	Beneficiarios.....	25
3.2.1.	Beneficiarios directos.....	25
3.2.2.	Beneficiarios indirectos.....	26
3.3.	Actividades y tareas.....	27
3.3.1.	Sesión 1: Quien soy yo.....	30
3.3.2.	Sesión 2. Cada persona es una narración.....	32
3.3.3.	Sesión 3. Toda vida tiene un propósito.....	35
3.3.4.	Sesión 4. Una experiencia de vida que inspira.....	37

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)	
3.3.5.	Sesión 5. A mi ritmo 40
3.3.6.	Sesión 6. Una experiencia de vida desde la música 44
3.3.7.	Sesión 7. Modelando mis experiencias y emociones 46
3.3.8.	Sesión 8. Danza para la confianza 49
3.3.9.	Sesión 9. Pícnic literario..... 51
3.3.10.	Sesión 10. Todo comienzo tiene un final..... 53
3.4.	Cronograma 55
3.5.	Recursos 56
3.6.	Evaluación 59
4.	Conclusiones 62
5.	Limitaciones y Prospectiva 63
Referencias bibliográficas 65	
Anexo A.	Seguimiento a cada sesión del programa (Colaboradores) 71
Anexo B.	Formato Evaluación de la sesión (participantes) 73
Anexo C.	Con mis habilidades apporto 74
Anexo D.	Decálogo para la autoestima 75
Anexo E.	Metas a corto plazo 77
Anexo F.	Así soy yo 80
Anexo G.	Me anuncio..... 81
Anexo H.	Prueba pretest y postest 82
Anexo I.	Consentimiento informado 84

Índice de figuras

Figura 1. Ubicación de la ciudad de Medellín (Departamento de Antioquia, Colombia).	10
Figura 2. División Política-administrativa de la ciudad de Medellín	11
Figura 3. Ámbitos a abordador a través de las sesiones.....	27
Figura 4. Esquema de las sesiones de intervención	29
Figura 5. Factores y características de la Prueba Escala de Resiliencia (ER).....	30
Figura 6. Cronograma	56

Índice de tablas

Tabla 1. Orden de las sesiones de intervención.....	27
Tabla 2. Introducción al programa	30
Tabla 3. Cada persona es una narración	32
Tabla 4. Toda vida tiene un propósito	35
Tabla 5. Una experiencia de vida que inspira	37
Tabla 6. A mi ritmo	40
Tabla 7. Una experiencia de vida desde la música.....	44
Tabla 8. Modelando mis experiencias y emociones	46
Tabla 9. Danza para la confianza	49
Tabla 10. Pícnic literario	51
Tabla 11. Todo comienzo tiene un final	53
Tabla 12. Recursos necesarios para la implementación de la intervención social	56

1. Introducción

En la etapa de la adolescencia, tienen lugar diferentes procesos de cambios fisiológicos y psicológicos que representan grandes transformaciones en la vida y la cosmovisión de todo adolescente, para quien esta etapa puede resultar emocionante, o por el contrario confusa y difícil, al tenerse que enfrentar a experiencias desconocidas para él, que pueden derivar en comportamientos desajustados y exposición a diversos riesgos.

En el caso particular de los adolescentes (menores entre 13 y 18 años) que viven en los barrios periféricos de la Comuna 1 Popular, situada al noroeste de la ciudad de Medellín (Colombia), son una población que presenta una alta exposición a riesgos sociales que los hace vulnerables ante las múltiples adversidades que esos mismos riesgos conllevan.

Por consiguiente, el desarrollo y/o fortalecimiento de las capacidades de resiliencia, se hace fundamental en esta población, como una alternativa que otorga herramientas que mitiguen esos riesgos sociales presentes en el contexto que habitan.

Por lo anterior, este Trabajo Fin de Máster (TFM), presenta el diseño de una propuesta de intervención social no implementada, con enfoque pedagógico y cultural, para mejorar la resiliencia en adolescentes de la Comuna 1 de Medellín (Colombia), a partir de la ejecución de diez sesiones, bajo la metodología de dinámica de taller, en las que se abordan dos factores (competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida) y cinco categorías (satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia) que según Wagnild y Young (1993), se constituyen en rasgos de una persona resiliente y pueden ser medibles a partir de una prueba que los mismos autores han propuesto.

A partir de lo mencionado, se busca mitigar la situación de riesgo social de los adolescentes de la Comuna 1 de Medellín, contribuyendo al incremento de sus niveles de resiliencia desde el arte como mecanismo de resistencia y con ello a la mejora de su calidad de vida, la cual ineludiblemente se ve condicionada a las particularidades del contexto en el que factores de riesgos como problemas familiares, falta de oportunidades, mala situación económica, consumo de drogas, deserción escolar, exposición a grupos violentos, embarazos a temprana edad, entre otros, son característicos y permean las experiencias de vida de todos los habitantes del territorio, para quienes una propuesta de intervención como la aquí planteada se convierte en herramienta y apuesta para el cambio individual y social.

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

Por otra parte, con el fin de dar cumplimiento a esta propuesta de diseño de una intervención social, se han estructurado cuatro capítulos en los que se desarrollan sus aspectos relevantes. En el primero, se realiza una introducción al tema y a la propuesta, dando a conocer la relevancia del objeto abordado, algunos antecedentes desde los cuales se justifica la necesidad a la que se responde con la intervención y los objetivos del TFM con los que se busca alcanzarlo. En el segundo capítulo, encontramos los aspectos teóricos que fundamentan la propuesta y orientan el enfoque de esta, desde tres apartados: orígenes y definiciones del concepto de resiliencia, la adolescencia y el arte y la resiliencia. En el tercer capítulo, se da paso a la propuesta de intervención social no implementada, desde el planteamiento de sus objetivos, la definición de sus beneficiarios interno y externos, la metodología a emplear, la descripción detallada de las acciones a desarrollar en cada sesión y el diseño de su evaluación. Todos ellos comprendidos como elementos esenciales para orientar el trabajo con los adolescentes. En el último capítulo, se presentan las conclusiones obtenidas en torno al trabajo desarrollado a través del diseño de la propuesta, además del esbozo de sus limitaciones y prospectivas, y las referencias bibliográficas de los documentos consultados y empleados para el desarrollo de toda la propuesta, con lo que se da por finalizado el planeamiento de la misma.

1.1. Justificación

En la etapa de la adolescencia se generan cambios tanto físicos como psicológicos que representan grandes transformaciones en la vida de los menores, originando en ellos nuevas visiones sobre su entorno y nuevas conductas orientadas a alcanzar una mayor independencia psicológica y social (Pineda y Aliño, 1999). No obstante, atravesando a su vez por múltiples crisis y riesgos, cuyo nivel de complejidad y abordaje se hace mayor dependiendo de los contextos que habitan dichos adolescentes.

Este es el caso de los adolescentes (menores entre 13 y 18 años) que viven en los barrios periféricos de la Comuna 1 Popular, situada al noroeste de la ciudad de Medellín (Colombia) (Figura 1).

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

Figura 1

Ubicación de la ciudad de Medellín (Departamento de Antioquia, Colombia)



Fuente: mapainteractivo.net

En el 2020 esta urbe, capital del departamento de Antioquia (Figuras 1 y 2), registraba una población total de 2.533.424 habitantes (DANE, 2020), de los cuales se estimaba que un 30.57 % (173.184) eran menores de 5 años, el 32.28 % (182.869) eran niñas y niños entre los 6 y 11 años y el 37,14% (210.382) correspondía a adolescentes entre los 12 y 17 años, según el informe de proyección del Censo Nacional de Población y Vivienda publicadas en 2020 por el Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas (en adelante DANE).

En lo que respecta propiamente a la Comuna 1 Popular (Figura 2), y a partir de la Proyecciones de Población de Medellín 2016-2020 (DAP, 2015), se considera que su comunidad, en el año 2020, se encontraba en un 31,1 % integrada por niños, niñas y adolescentes entre los 0 y 17 años con relación al total de su población (131.9668). Este porcentaje representa/constituye una cifra significativa y considerablemente alta con respecto a la registrada en las demás comunas y corregimientos de la ciudad.

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

Figura 2

División Política-administrativa de la ciudad de Medellín



Fuente: mapainteractivo.net

Además, este dato sociodemográfico convierte a la Comuna 1 Popular en uno de los territorios más vulnerables a los riesgos sociales que amenazan de manera latente a la población de niños y adolescentes, en general, y a la de esta comunidad en particular. Entre estas contingencias destacan las referentes a los ámbitos de la salud y la educación como sus principales derechos vulnerados, según lo registra la Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos Unidad de Niñez y el Equipo de Política Pública de Infancia y Adolescencia (2020).

En el citado Diagnóstico situacional de niñas, niños y adolescentes de Medellín, publicado en el año 2020, además destaca que “el 76,0 % (285.047) de las NNA (Niñas, Niños y Adolescentes) de Medellín habitaban en territorios con bajas condiciones de vida y con

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)
privaciones en distintas dimensiones, entre ellas: Recreación, entorno y calidad de vida, trabajo, capital físico del hogar, percepción de la calidad de vida, entorno y calidad de vivienda, medio ambiente, escolaridad, libertad y seguridad, salud y vulnerabilidad” (Alcaldía de Medellín, 2019, citado por Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos Unidad de Niñez, 2020, p. 20-21).

Por otra parte, el Informe de Calidad de Vida de Medellín, elaborado en el 2018 por la Alcaldía, indica que en el 2018 la ciudad contaba con más de 10.000 jóvenes, con edades entre los 15 y 16 años, excluidos del sistema educativo formal, y 9.267 estudiantes desertores de dicho sistema entre los niveles de transición y media¹. Mientras que, en materia de salud, en el 2020, la Comuna 1 Popular presentó una tasa de 66,2 % nacidos por cada mil mujeres adolescentes, es decir, 1,7 veces la tasa global de Medellín de ese mismo año, además de 13 casos de suicidio de niños, niñas y adolescentes de 12 a 17 años en el 2020, según lo expuesto en el Informe ¿Cómo va la calidad de vida de los jóvenes de Medellín y el Valle de Aburrá? del mismo año.

Todo ello, indudablemente, evidencia situaciones y fenómenos coyunturales que restringen en los niños y adolescentes el goce pleno de sus derechos. Entre estas problemáticas cabe mencionar-, la delincuencia, el reclutamiento de menores por parte de grupos criminales y la violencia en sus diferentes dimensiones. Estas afecciones limitan así las posibilidades de desarrollo, crecimiento, aprendizaje y dignificación de la vida de este contingente de población. En consecuencia, “haciendo de los individuos de estos territorios, personas más vulnerables a la pobreza y la exclusión social” (Organización Panamericana de la Salud, 2018).

Como revelan los datos e información presentada en los párrafos precedentes, estos fenómenos se han configurado, a lo largo de los años, en la principal característica de sectores como la Comuna 1 Popular de Medellín. Además, estos procesos permean inevitablemente la estructura cognitiva, conductual y emocional de sus habitantes, y de manera especial la de sus adolescentes, quienes en esta etapa se encuentran altamente vulnerables, debido a la

¹ El sistema educativo en Colombia se encuentra conformado por: una educación inicial o de transición (niños y niñas de 45 días hasta los 5 años, una educación preescolar, una educación básica o primaria (cinco grados), una educación secundaria (cuatro grados), una educación media (dos grados y se finaliza con el título de bachiller) y una educación superior (técnicas, tecnologías, pregrados y posgrados). (Mineducación, 2022)

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)
impulsividad y la predominancia de un conjunto de emociones que a su edad suelen ser más preponderantes.

Por consiguiente, el desarrollo y/o fortalecimiento de la capacidad para sobreponerse a las adversidades, o lo que se conoce como resiliencia, se hace fundamental en esta población, como una alternativa que otorgue herramientas que favorezcan elementos claves que mitiguen esos riesgos sociales presentes en el contexto que habitan.

Partiendo de lo anterior, y reconociendo el valor del arte como un componente cultural que se configura en “un proceso dinámico que facilita la interacción pacífica, la reflexión colectiva, la capacidad creadora y una forma de reinterpretar continuamente un espacio social diverso hacia el bienestar de las personas” (Bruzón, 2018, p. 5), además de ser un elemento que posibilita la transformación de individuos y colectivos desde su rol como espectadores y creadores, en este Trabajo de Fin de Máster (en adelante TFM) se presenta una propuesta de intervención social desde un nivel preventivo.

Un proyecto que parte de procesos enfocados en las dimensiones emocional, corporal, cognitiva, social, comunicativa, estética y moral de los adolescentes de la Comuna 1 de Medellín, que acuden a los programas culturales de la Biblioteca Popular N.2 y la Biblioteca Público-escolar de Granizal. Ambas bibliotecas se encuentran ubicadas en la Comuna 1, y a lo largo de la historia se han convertido en un referente artístico, cultural y literario para los habitantes de este territorio urbano.

En este contexto, conocer y entrar en contacto con experiencias de vida y éxito de artistas de las comunas, contenidos artísticos diversos como cine, teatro, literatura, música, humor, entre otros, puede convertirse en un modelo constructivo a seguir por parte de los adolescentes: No en vano, “aun un encuentro de pocas horas puede ser trascendente y cambiar la vida de un adolescente” (UNICEF, 2017, p. 11).

1.2. Objetivos del TFE

1.2.1. Objetivo general

Diseñar una propuesta de intervención social con enfoque pedagógico y cultural, que contribuya a la mejora de la resiliencia en los y las adolescentes de la Comuna 1 Popular de Medellín.

1.2.2. Objetivos específicos

- Realizar una revisión de aquellos estudios que aportan información significativa acerca de las características demográficas y sociales de los adolescentes en Medellín y que contribuyan a fundamentar la justificación de la intervención social.
- Efectuar una revisión bibliográfica de la intervención social en Latinoamérica enfocadas al fortalecimiento de la resiliencia en adolescentes.
- Establecer un conjunto de ideas que permitan encauzar y desarrollar las actividades a plantear en la intervención social desde una integración de los componentes artísticos, psicológicos y pedagógicos.

2. Marco teórico

La adolescencia como concepto ha generado diversas reflexiones en disciplinas como la psicología, la biología, la física, la sociología, entre otras, llegándose a relacionar con diferentes procesos biológicos, psicológicos y sociales como es el caso de la resiliencia.

Así que, con el fin de fundamentar el presente trabajo, el cual se encuentra enmarcado en la temática del arte como mecanismo de resiliencia en adolescentes, se exponen a continuación diferentes planteamientos teóricos de diversos autores, a partir de tres apartados: la resiliencia: origen y definiciones, la adolescencia y arte y resiliencia; los cuales sustentan y explican aspectos relevantes de la propuesta como lo son las acotaciones de cada concepto y la congruencia entre los mismos.

2.1. El concepto de resiliencia: origen y definiciones

El término resiliencia proviene del latín *resilio* que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar” (Becoña, 2006; citado en Vinaccia, Quiceno y Moreno, 2007, p. 145). Su origen suele ser acuñado a la década de los 70, cuando fue empleado por la fisicoquímica para denominar con él a la capacidad de ciertos elementos para recobrar su equilibrio original, después de ser sometidos a una presión que produce su desplazamiento (Norris, 2008, citado en Alejo, Betinotti & Broitman, 2015); aun así, otros autores afirman que este término fue usado mucho antes, y por primera vez, por la ecología, aplicándose a aquellos sistemas que eran capaces de recuperarse después de una situación adversa (Holling, 1973), y otros tantos académicos aseguran que el concepto de resiliencia se viene estudiando aproximadamente desde los últimos 50 años.

Lo que sí está claro, es que estas definiciones son tan sólo conceptualizaciones generales de resiliencia, que han servido como punto de partida a un gran número de reflexiones y teorizaciones en torno a este concepto que ha adquirido relevancia en diferentes disciplinas como las matemáticas, la psicología y la ecología, lo que ha generado que su significado este supeditado al contexto desde el cual sea abordado, de allí que actualmente existan teorías y modelos que lo plantean como capacidad, otros como proceso y otros tantos como un resultado o producto.

Y es que, en la última década del siglo XX, han proliferado las investigaciones que relacionan el término a los estudios del comportamiento humano, y de manera principal, a aquellos enfocados en la población infantil en situación de vulnerabilidad, que se encuentra inmersa en contextos familiares, sociales y culturales adversos para su desarrollo integral; robusteciendo con ello el surgimiento de diversas definiciones para el concepto de resiliencia, como la otorgada por las ciencias sociales, en la que la resiliencia es asumida como una capacidad individual basada en características propias de cada persona, que le permiten triunfar, vivir y desarrollarse positivamente “de manera socialmente aceptable, a pesar de la fatiga o de la adversidad, que suelen implicar riesgos graves de desenlace negativo” (Cyrułnik, 2001, p. 10).

Una autora ampliamente citada en este modelo de la resiliencia como capacidad es Edith Grotberg (1995), quien en un estudio realizado con un grupo niños en estado de vulnerabilidad, descubrió que éstos crecían con una estabilidad psicológica a pesar de las adversidades y dificultades de su entorno, lo que le permitió concluir que estos niños eran resilientes, y entender dicha resiliencia como una capacidad humana universal, que le permite a una persona o comunidad, hacer frente a las adversidades de la vida, minimizando sus efectos e incluso siendo transformado por ellas.

Por otra parte, encontramos que autores como Connor y Davidson (2003), reconocidos por desarrollar la prueba de resiliencia CD-RISC desde la concepción de este término no como una capacidad, sino como una cualidad personal y un constructo multidimensional determinado por circunstancias como el ambiente, el contexto, el género, la edad, la cultura, las afectividades, entre otras, que permite afrontar situaciones adversas. En contraste, Wagnild y Young (1993), las autoras de la prueba *Escala de Resiliencia (ER)* aplicada en adolescentes y adultos, y a quienes se tomará como referencia teórica en la presente propuesta de

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

intervención social, definen la resiliencia más que como una capacidad como una característica positiva de la personalidad que permite afrontar la adversidad, además de un constructo que pueden ser evaluado según dos factores compuestos por cinco características, cuya información se amplía en el apartado de evaluación.

Análogamente, encontramos que áreas como la psicología y la intervención social, conciben la resiliencia más que como una capacidad, como un proceso, desde el cual se promueven acciones que involucran al individuo y a su ambiente social, con la finalidad de superar riesgos para obtener una mejor calidad de vida (García & Domínguez, 2013). Claro ejemplo de ello lo encontramos en Luthar y Cushing (1999), quienes en sus estudios definen la Resiliencia como “un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad” (p. 543), y a cuya definición se unen otros autores más actuales como Masten (2001b), Kaplan (1999), Bernard (1999) y Luthar, Cicchetti y Becker (2000), para quienes la resiliencia es un proceso dinámico en el cual se da una interacción recíproca entre elementos del ambiente y el individuo, permitiendo a éste último adaptarse al momento y superar las adversidades con resultados positivos.

También encontramos la definición de resiliencia como resultado, es decir, centrada en la superación de la adversidad. Esta visión la podemos hallar, por ejemplo, en Lösel, Blieneser y Köferl citado en Braming *et al.* (1989), quienes la conciben como una adaptación efectiva del individuo a eventos rígidos, estresantes y acumulativos de su vida.

Y por último, tenemos una visión holística de la resiliencia, en la que confluyen los tres modelos anteriores, permitiendo entenderla en su conjunto como una capacidad, un proceso y un resultado presente en todo y en todos, partiendo de la premisa, de Masten (2001b), de que los comportamientos de resiliencia son bastante comunes por lo que se suelen presentar más como una norma que una excepción, lo que hace de la resiliencia una característica presente en todos, pero que es poco explorada y desarrollada en la mayoría de personas. Sin embargo, en un documento elaborado por Munist *et al.* (1998), para la Organización Panamericana de la Salud (OPS), en el que se retoman diferentes investigaciones sobre la resiliencia, los autores concluyen que éste no es un concepto absoluto con un único significado, al ser, en palabras de los mismos autores: “la capacidad humana y universal que está presente en las distintas comunidades, etnias y culturas, (...) tiene rasgos y características

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

particulares de acuerdo a los diferentes contextos en que se manifiesta” (p. 11), lo que sigue dejando espacio al debate y al engrosamiento de definiciones en torno a este término.

Por otra parte, y a causa de lo expuesto anteriormente, podemos distinguir en todas las teorizaciones y modelos de resiliencia, unos componentes comunes: la noción de adversidad, la capacidad de adaptación y las dinámicas de interacción entre elementos internos y externos, todos ellos claves al momento de abordar el concepto de resiliencia desde cualquier teoría y modelo.

Pero existen otros dos elementos relevantes, los factores de riesgo y los factores de protección que presentan de diferente forma en cada individuo.

2.1.1. Factores de riesgo

Los factores de riesgo son entendidos como una característica o cualidad, presente en un individuo o comunidad, con altas probabilidades de generar daños físicos, psicológicos o sociales en quienes estén expuestos a ellos (Jiménez y Gallego, 2018).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2016), los factores de riesgo en niños, adolescentes y jóvenes pueden ser individuales (déficit de atención, delincuencia, consumo de alcohol y drogas, fracaso escolar, desempleo), relacionales (escasa vigilancia por parte de adultos, prácticas disciplinarias severas, vínculos afectivos deficientes, desempleo dentro del núcleo familiar, asociación con compañeros delincuentes, ingresos familiares bajos, abuso de sustancias en familiares o allegados), comunitarios y/o sociales (acceso a alcohol y drogas, calidad de la gobernanza del país, pobreza, acceso a armas de fuego, pandillas y tráfico local de drogas ilícitas y desigualdad de ingresos).

Consecuentemente, podemos ver reflejados estos factores en un Informe del Sistema de Alertas Tempranas de Medellín (SATMED), elaborado en el 2021, el cual reporta que entre el 2019 y 2020, los principales factores de riesgo asociados a los jóvenes y adolescentes de la ciudad de Medellín, eran problemas coligados a la pandemia por COVID-19, problemas con el ánimo y salud mental, problemas familiares, falta de oportunidades, mala situación económica, consumo de drogas, deserción escolar, exposición a grupos violentos, embarazos a temprana edad, problemas relacionados con el acceso a internet y factores culturales, de idiosincrasia y de cómo se perciben en la ciudad. Respecto a esta situación, SATMED afirma que el mayor número de caso de adolescentes y jóvenes expuestos a dichos factores de riesgo

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)
se encuentran en la Comuna 1 Popular, la Comuna 3 Manrique y la Comuna 8 Villa Hermosa, lo que desembocó en “mayores índices de vulnerabilidad de los derechos mayores índices de vulneración de los derechos de las niñas, niños, adolescente, jóvenes y sus familias en zonas periféricas y de ladera alta de la ciudad” (Alcaldía de Medellín, 2021, p. 11).

2.1.2. Factores de protección

Son definidos, en palabras de Jiménez y Gallego (2018), como “las características, condiciones o entornos que favorecen al desarrollo de las personas o grupos, reduciendo en muchos casos los efectos de circunstancias desfavorables” (p. 42). Estos factores suelen distinguirse entre factores internos (atributos de la persona) y factores externos (condiciones del entorno), como lo evidencia Cyrulnik (2003) en su libro *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Allí, este autor hace referencia a los factores de protección como recursos internos y recursos externo, refiriendo los primeros a los elementos biológicos y psicológicos del individuo; y los segundos a elementos contextuales o del ambiente a los que pueden acceder las personas. Esta idea insta a que la resiliencia es una conjunción entre lo personal y lo contextual, es decir, entre diversos factores internos y externos que favorecen la superación de la adversidad.

Por su parte Grotberg (2006), en el primer capítulo de su libro *La resiliencia en el mundo de hoy*, también hace alusión a estos factores, refiriéndose a ellos como características que pueden ser organizadas en pueden ser organizadas en factores externos, fuerza interior y factores interpersonales; sugiriendo para su organización tres categorías: yo tengo (apoyo externo), yo soy (fuerza interior) y yo puedo (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos) (p. 20).

De forma semejante lo hacen Wagnild y Young (1993), al considerar que la resiliencia puede ser evaluada a partir de dos factores (competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida) y cinco categorías (satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia)

De igual manera, otros autores como Vanistendael (2006) aluden a los factores de protección, nombrándolos elementos que fortalecen la resiliencia, destacándose entre ellos: las redes de apoyo, la capacidad de encontrar significado, sentido o lógica a la vida, las habilidades sociales

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia) y la sensación de tener cierto control sobre los eventos que se presentan, la autoestima y el sentido del humor.

2.1.3. Retos del concepto

No obstante, y como se puede observar en los postulados anteriores, aunque las teorías y modelos de resiliencia compartan unos elementos fundamentales para la comprensión de esta, aún existe la ausencia de una definición universalmente reconocida.

En el libro *Learning from resilient people: Lessons we can apply to counseling and psychotherapy*, su autor Morleny D. Glicken (2006), cita en reiteradas ocasiones a Mandleco y Perry (2000), para hacer alusión a las preocupaciones de estos respecto a las inconsistencias en la definición de resiliencia por parte de varios teóricos y las posibilidades existentes de que el término sea manipulado a gusto de los investigadores, además de sus enunciaciones en las que explican que aunque se llegase a asumir un término universal de resiliencia, al investigarlo y puntualizar sus dimensiones, las definiciones serían imprecisas.

Esta apreciación de Mandleco y Perry, aunada a las variadas definiciones de resiliencia que surgen a medida que se avanza en las investigaciones sobre el tema, permiten reiterar la idea de que la resiliencia, aunque es un término universal, aún no posee una definición globalmente aceptada, lo que la configura en un constructo complejo para el mundo académico, pero con una enorme riqueza en las aplicaciones prácticas como, lo advertiremos más adelante.

2.2. La adolescencia

La adolescencia es una etapa del ciclo vital, comprendida entre la niñez y la edad adulta, y aunque cronológicamente se hace complejo el precisarla, la Organización Mundial de la Salud (en adelante OMS, 2022) la sitúa como un proceso que transcurre entre los 10 y 19 años de edad.

Durante esta etapa, los adolescentes experimentan y afrontan cambios fisiológicos, cognitivos y psicosociales que influyen en “cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno” (OMS, 2022, párr. 2), por lo que requieren del desarrollo y fortalecimiento de ciertas capacidades conductuales, cognitivas y sociales para lograr, de manera efectiva, las adaptaciones y transiciones propias de esta etapa (Callabed, 2006), pues como lo expresan Vinaccia, Quiceno y Moreno (2007), en su estudio sobre el concepto de resiliencia en la

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

adolescencia: “Cuando los adolescentes perciben que no pueden enfrentar sus problemas de forma eficaz, su comportamiento puede tener efectos negativos no sólo en su propia vida sino también en el funcionamiento de sus familias y de la sociedad” (p. 140).

Es en esta cuestión, variables como la resiliencia entran en juego, al actuar como elemento protector ante posibles resultados negativos, de manera especial en aquellos casos de adolescentes inmersos en contextos hostiles, como lo han evidenciado diferentes investigaciones sobre el tema.

Entre estos estudios se puede destacar el desarrollado por Ferguson y Lynskey (1996) en Nueva Zelanda, con adolescentes pertenecientes a familias con características adversas, en cuyas conductas, expresiones y contextos se identificaron diferentes factores que actuaron como promotores de comportamientos resilientes en dichos sujetos, como la inteligencia y las habilidades para la resolución de problemas.

Algo similar revelaron los resultados del estudio realizado por Amar, Kotliarenko y Abello (2003), el cual fue aplicado a 31 niños colombianos, en edades comprendidas entre los 7 y 12 años, con la finalidad de conocer y comprender, con mayor precisión, los factores psicosociales asociados a sus personalidades resilientes dentro de entornos de violencia intrafamiliar activa y pasiva, destacándose como resultados principales que los niños categorizados como resilientes, presentan características y factores que los protegen de la adversidad y les permiten un desarrollo psicosocial positivo, como el de percibirse a sí mismo como personas *autovaloradas*; adaptarse y autorregularse ante situaciones desagradables; valorar más lo bueno que lo malo y ser capaces de identificar sus emociones para tener un control sobre ellas, a partir de la inteligencia y la habilidad de resolución de problemas.

Las anteriores, son características que se podrían considerar comunes a los adolescentes resilientes, al registrarse como elementos reiterados en los resultados de otros estudios efectuados con esta población, en diferentes partes del mundo, como lo constatan Kotliarenko, Cáceres y Fontecilla (1997) en su estado de arte en resiliencia; Grotberg (1995) en el *International Resilience Project*; Corchado, Díaz y Martínez (2017) en *Resiliencia en adolescentes expuestos a condiciones vitales de riesgo* o Valero et. al. (2022) en su reciente estudio sobre el *Impacto emocional y resiliencia en adolescentes de España y Ecuador durante la COVID-19*, en el cual se comprobó que factores como la resiliencia son capaces de amortiguar el impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud emocional de los

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)
adolescentes, especialmente de aquellos que presentan un perfil constituido dentro de un entorno socioeconómico y cultural adverso.

Lo mencionado, es reforzado por otras investigaciones y reflexiones académicas enfocadas en elementos puntuales como el arte y la creatividad, así como se expone en el siguiente apartado.

2.3. Arte y resiliencia

El arte, al igual que el término de resiliencia, ha supuesto retos en su conceptualización, generando alrededor de un gran cumulo de definiciones y teorizaciones que buscan dotarlo de un significado globalmente compartido, pero como lo afirman Vázquez, Gómez y Lugo (2008), en su libro Historia del arte, a esta no se le puede dotar de una definición exacta que permita entenderla, ya que cada definición variara según el contexto y la historia desde la que sea abordada.

Aun así, algunos han ahondado en la terea de conceptualizar. Un ejemplo es Hegel citado en Huesca (2020), quien la concibe como una actividad espiritual, una producción cultural en la que el ser humano se encuentra reflejado, y de manera similar lo hace Muñoz (2006), quien a través de diversos estudios concluye que el arte es una actividad y una necesidad humana, imprescindible para su desarrollo.

A la par de estos autores encontramos otros tantos como Vázquez, Gómez y Lugo (2008) quienes ofrecen un concepto menos filosófico, desde el cual invitan a entender el arte como una manifestación de la naturaleza y la actividad humana, que favorece la expresión de emociones, experiencias y sentimientos desde el uso de diversos recursos materiales e intangibles.

Pero en lo que coincide muchos de ellos, es que el arte, desde sus diferentes manifestaciones, se configura en una herramienta que favorece la generación, fortalecimiento y sostenimiento de procesos individuales y comunitarios, como el de la resiliencia, al ser empleada en espacios colectivos de interacción, *cocreación*, creatividad y expresión artística, potenciando a su vez los resultados de toda intervención con población en situación de vulnerabilidad (Paczkowski, 2020, Alejo, Betinotti & Broitman, 2015)

Y es que Cyrulnik (2009) expone que además de los factores personales, familiares y sociales que contribuyen a la resiliencia, el arte también juega un rol importante en los procesos que

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

buscan desarrollar comportamientos resilientes, permitiendo transformar emociones, sentimientos y situaciones estresantes y negativas, en una experiencia artística de aprendizaje y crecimiento para cada individuo, al otorgarle la oportunidad de expresarse de manera sana y satisfactoria, sin necesidad de materializar sus emociones y sensaciones en primera persona.

En el libro *Arte y resiliencia*, escrito por Alejo, Betinotti y Broitman (2015), se puede encontrar una referencia a lo anterior, a partir de una recopilación que en él se realiza de un conjunto de experiencias, surgidas de los programas de intervención llevados a cabo por el Programa de Estudios de Resiliencia (CIER) de la Universidad Nacional de Lanús y el programa de Inclusión Cultural, adscrito al Ministerio de Cultura del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, a partir de expresiones artísticas como la danza, el teatro, la música, la poesía, la fotografía, el muralismo y la recreación, los cuales dejan emanar de los participantes una potencialidad creativa, estimulada por un personal debidamente capacitado y sensible ante las situaciones sociales de la población vulnerable, que junto a las voces y vivencias de niños, adolescentes y adultos consignan en este libro la relación y relevancia del arte en el desarrollo de procesos de resiliencia y se comprende el valor de esta capacidad a través de las artes (Alejo, Betinotti & Broitman, 2015).

Del mismo modo, un estudio que parte de la premisa de que las actividades artísticas y el desarrollo de la creatividad son elementos generadores de resiliencia, es el trabajo titulado *Estudio de sistematización de los primeros años de actividad de la Fundación Casa Rafael*, elaborado por la antropóloga social Ramognini (2008). Este estudio tuvo como objetivo, analizar las experiencias de resiliencia en la fundación, determinadas por la implementación de diferentes expresiones artísticas en talleres dirigidos a niños y adolescentes (de 5 a 18 años) en situación de riesgo psicosocial de la Ciudad de Buenos Aires, con el fin principal de ayudarlos a superar la adversidad y a enfrentar creativamente los desafíos de la vida, descubriendo recursos creativos propios. En los resultados se detalla la importancia de dar continuidad al desarrollo de estrategias didácticas que integren y garanticen la participación activa de los niños y padres participantes, a través del arte como generador de procesos de resiliencia.

Por otra parte, Paczkowski (2020), en su tesis doctoral, estudia la importancia del arte para la promoción de la resiliencia en personas que se encuentran en situaciones de vulnerabilidad y de exclusión social en el contexto de la salud mental, concluyendo que existe una relación

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

significativa entre el arte y la resiliencia, vista la primera desde tres dimensiones: el arte y lo creativo, el espacio relacional y el taller de creación, como elementos claves que favorecen la promoción de la resiliencia; además de que el arte opera como una herramienta de expresión y comunicación, que ayuda al bienestar de las personas y contribuye a sus procesos de autoconocimiento.

Otro estudio que mencionar es el de Heise (2014), quien exploró un enfoque resiliente a través de la educación artística en jóvenes expuestos a contextos violentos, haciendo énfasis en la importancia del rol de los educadores en la prevención de los efectos negativos que trae consigo la exposición a situaciones perturbadores o traumáticas del entorno, a partir del fomento de la resiliencia a través del arte.

Por otro lado, una visión diferente, pero con gran significado la aporta el estudio realizado por Mundet, Fuentes y Pastor (2017). Los autores abordaron su investigación desde la perspectiva que tenían 94 profesionales de los Centros Abiertos (Centros de Atención Primaria de Servicios Sociales en Cataluña) sobre la implementación de actividades y lenguajes artísticos, partiendo de los beneficios de estos y el papel fundamental que poseen en el ámbito educativo en niños que se encuentran en situaciones vulnerables diversas. En este estudio se concluyó que los profesionales perciben en el lenguaje artístico un potencial que favorece la inclusión social, además de favorecer la expresión de las emociones por parte de los niños, a la vez que mejorar su autoconocimiento y la confianza en sí mismos y en sus pares.

A nivel de Colombia, encontramos la investigación titulada *Desplazamiento y resiliencia en Niños y Niñas a través del arte*, realizada por Amorocho y Pérez (2012). La investigación desarrollada a partir de una metodología cuantitativa y un diseño *cuasi-experimental*, planteó como objetivo el evaluar la incidencia en los recursos para la resiliencia en niños y niñas en condición de desplazamiento, a través de la implementación de un programa basado en el arte denominado *Resiliarte*. Los resultados obtenidos mostraron que, por medio del arte, los recursos dados para fortalecer la resiliencia se potenciaron posteriormente a los talleres de formación artística, para el Grupo Control.

Otra investigación colombiana, es la de Perdomo (2014), en la cual se buscó evidenciar cómo la enseñanza musical pudo aportar al desarrollo de la resiliencia en niños y jóvenes que fueron víctimas del desplazamiento forzado en Colombia. Encontrándose que la música fue un medio para el desarrollo de la resiliencia, desde la que los niños y jóvenes lograron expresarse y

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

transformar sus emociones y vivencias negativas en una experiencia significativa, posibilitando además la superación de la adversidad, el fortalecimiento de su autoestima, la confianza en sí mismos, la independencia y la resignificación de la situación de desplazamiento forzado.

El estudio realizado a un grupo llamado “Kolectivo Antimilitaristas”, también tuvo lugar en Colombia, específicamente en la ciudad de Medellín. Este fue realizado por Ospina, Salazar y Velásquez (2017) y fue titulado Movilizaciones de acción política de jóvenes en Colombia desde la paz y la no violencia.

En esta investigación, los autores trabajaron con cinco jóvenes habitantes de barrios populares que participaban en procesos de formación artística desde la música, el arte y el teatro, como una alternativa a sus experiencias, siempre amenazadas por factores como la violencia, la guerra y el narcotráfico. Con este colectivo artístico, se dio paso al antimilitarismo como postura, como posición radical de no a la guerra y como puerta a otras oportunidades para los jóvenes de los barrios periféricos de la ciudad. Al final de la investigación, se obtiene entre sus resultados principales la afirmación de que a través del arte y sus prácticas los jóvenes logran expresarse, reivindicar el cuerpo como herramienta política, transformar desde la paz, la democracia y la reconciliación y ampliar sus oportunidades, reconociendo sus potencialidades y otorgando un significado y sentido a sus vivencias y discursos.

A modo de cierre, conviene señalar que el arte desde sus diferentes manifestaciones evidentemente ha favorecido el desarrollo personal de niños, adolescentes, jóvenes y adultos en cada uno de sus contextos, a partir de la exploración de sus habilidad, falencias, emociones y metas, generando afincamientos positivos en la personalidad, la autoimagen y la afectividad de cada persona, y en sus relaciones interpersonales.

3. Diseño metodológico

A continuación, se expondrá el diseño metodológico que guiará el desarrollo del programa de intervención social, con el fin de dar cumplimiento a los objetivos planteados en el mismo.

3.1. Objetivos del programa

3.1.1. Objetivo general

Mejorar la resiliencia en adolescentes de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia) a partir de un programa de intervención que mitigue la situación de riesgo social de esta población.

3.1.2. Objetivos específicos

- Contribuir a la prevención de las conductas de riesgo de los adolescentes y sus consecuencias, a partir del incremento de sus niveles de resiliencia.
- Analizar el perfil resiliente de los participantes antes y después del programa de intervención a partir de los resultados de los test.
- Identificar los niveles de resiliencia de adolescentes que habitan en barrios populares de la Comuna 1 de Medellín, a partir de la aplicación de la prueba Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young, estandarizada en Colombia.
- Medir la efectividad del programa de intervención en resiliencia, a partir de la aplicación de un pretest y posttest (Prueba Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young) a los participantes.

3.2. Beneficiarios

Entendiendo los beneficiarios como aquellas personas receptoras e intérpretes del programa de intervención, se ha establecido para el presente programa dos grupos de beneficiarios: directos e indirectos.

3.2.1. Beneficiarios directos

Los beneficiarios directos se identifican como aquellos que participarán activamente de las actividades del programa, es decir, los adolescentes (hombres y mujeres), con edades comprendidas entre los 13 y 18 años, que viven en los barrios periféricos de la Comuna 1 Popular, situada al nororiente de la ciudad de Medellín (Colombia), y que acuden a los programas culturales de la Biblioteca Popular N.2 y la Biblioteca Público-escolar de Granizal, ubicadas en la misma comuna.

En este orden de ideas, es necesario aclarar que se hace énfasis en este público, inicialmente, con el objetivo de contar con un grupo ya debidamente focalizado y caracterizado por las unidades de información, y con un acercamiento previo al arte y la cultura. Se prevé que estas

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

particularidades aportarán positivamente a una participación voluntaria, constante y activa por parte de dichos beneficiarios, además de contar con un grupo de características similares respecto al rango de edad, atributos sociodemográficos y ubicación geográfica, que permita el desarrollo de unos contenidos delimitados y acordes a dichas características, como un factor importante dentro de cualquier intervención.

3.2.2. Beneficiarios indirectos

Respecto a los beneficiarios indirectos, es decir aquellos que no tienen una participación directa en las actividades del programa, pero aun así se benefician del mismo, podemos contemplar a los familiares y amigos de los adolescentes que participan de la intervención; al considerarse la familia y el círculo social, como dos ámbitos potencialmente generadores de resiliencia en los individuos y a su vez receptores de los resultados de la misma. Es decir, de los comportamientos, pensamientos y proyecciones dominantes en el adolescente en correlación a sus niveles de resiliencia, incidiendo ello, directamente, en las dinámicas y condiciones de dicho círculo familiar y social.

Por otra parte, podemos contemplar también como beneficiarios indirectos a las instituciones culturales que participarán en el desarrollo del programa de intervención de manera articulada con su oferta. Asimismo, a aquellas otras instituciones y grupos artísticos del territorio que, en cuanto a sus índices de participación y apropiación por parte de la comunidad, podrán verse beneficiados. Esto será así al estarse promoviendo desde el programa el componente artístico y cultural como elementos claves para la resiliencia y la mejora de la calidad de vida de los habitantes del territorio de la Comuna 1 Popular de Medellín.

Y finalmente, cabe mencionar a la comunidad en general de la Comuna 1 de Medellín, al ser los adolescentes de la intervención parte activa de sus dinámicas y condiciones sociales, culturales y económicas. Estas características socio-comunitarias necesariamente se verán impactadas por los cambios psicológicos, comportamentales y sociales que se promuevan en los mismos.

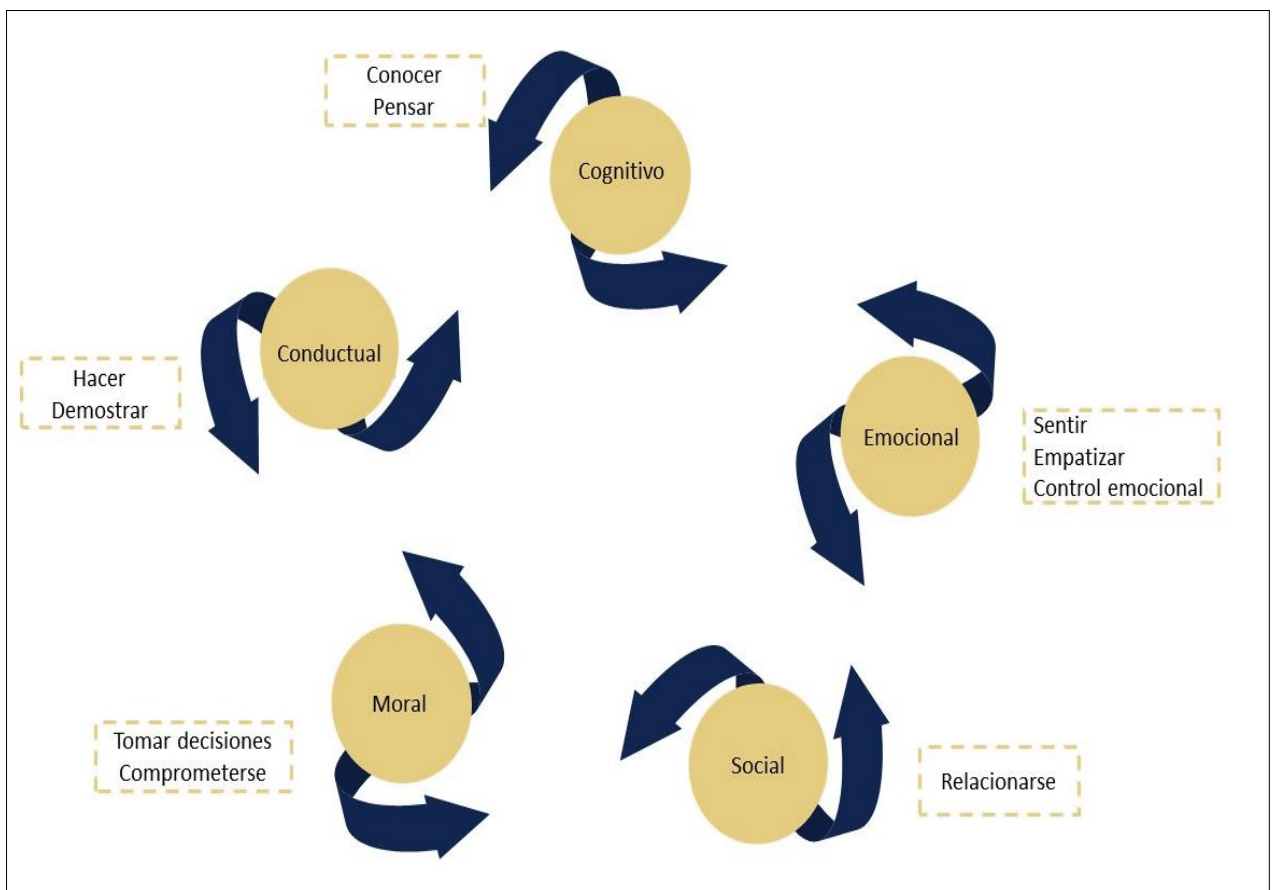
3.3. Actividades y tareas

La actual propuesta de intervención se presenta desde un nivel preventivo, a partir de procesos enfocados en las dimensiones emocional, corporal, cognitiva, social, comunicativa, estética y moral de los adolescentes de la Comuna 1 de Medellín.

En este sentido, se sigue como esquema para su implementación el modelo presentado por Avilés (2013), en su propuesta de intervención para educar las redes sociales, en el que se exponen cinco ámbitos claves para el desarrollo de las actividades (Figura 3), los cuales son compatibles y significativos para la intervención social aquí presentada, y que por tanto se contemplará en su realización.

Figura 3

Ámbitos a abordar a través de las sesiones



Fuente: Elaboración propia a partir de Avilés (2013).

Este modelo se tendrá presente en el desarrollo de 10 sesiones, a partir de las cuales se implementará la intervención social (en el orden que se señala en la tabla 1), asumiendo como

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

metodología central la modalidad de dinámica de taller, a partir del empleo de técnicas individuales y grupales que contemplarán creaciones artísticas, exposiciones, reflexiones, intercambio de experiencias, presentación de historias de vida, representaciones creativas y tareas *inter-encuentros*.

Todas estas técnicas, individuales y grupales, estarán enfocadas en dos ejes. El primero de ellos el acercamiento a experiencias de vida de artistas de la ciudad, como una estrategia para aprender y disfrutar de las experiencias propias y de terceros con alegría, humor y reflexión; y, el segundo, en la ejecución de actividades focalizadas en la creatividad y la expresión artística personal y grupal, como medio para la expresión, la interacción y el aprendizaje.

Tabla 1

Orden de las sesiones de intervención

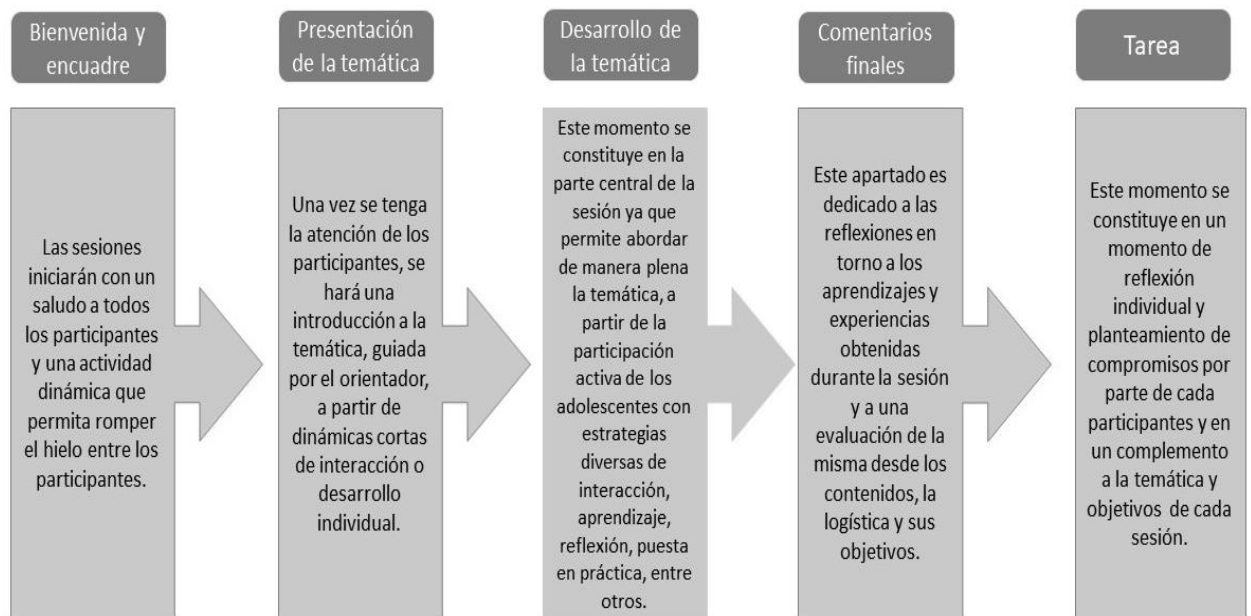
N° de la sesión	Nombre de la sesión	Duración de la sesión
1	Introducción al programa	90 minutos
2	Cada persona es una narración	90 minutos
3	Toda vida tiene un propósito	150 minutos
4	Una experiencia de vida que inspira	90 minutos
5	A mi ritmo	120 minutos
6	Una experiencia de vida desde la música	90 minutos
7	Modelando mis experiencias y emociones	90 minutos
8	Danza para la confianza	90 minutos
9	Picnic literario	90 minutos
10	Todo comienzo tiene un final	90 minutos

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Cada sesión abarcará en su descripción los objetivos, recursos, tiempo de duración y actividades a realizar, siguiendo una estructura general que comprende cinco momentos: bienvenida y encuadre, presentación de la temática, desarrollo de la temática, comentarios finales y tarea, como se refleja en las tablas de la 3 a la 14.

Figura 4

Esquema de las sesiones de intervención



Fuente: Elaboración propia, 2022.

Los contenidos de las diferentes sesiones se encuentran relacionados con los dos factores y las cinco características que estructuran la Prueba Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993) (Figura 5).

Desde estos contenidos se busca transmitir información y conocimientos a los participantes sobre diferentes factores resilientes, considerados pertinentes para afrontar la adversidad que conllevan los riesgos sociales a los que se ven expuestos en su entorno.

Con ello, se trata de generar en cada individuo actitudes positivas ante la vida, búsqueda de bienestar, aumento de la autoestima, mayor valoración de sus capacidades personales y confianza en el otro. Siempre, a partir de los aportes que desde el arte y la cultura se hace a la vida y a las proyecciones de cada individuo, partiendo de sus capacidades resilientes.

Figura 5

Factores y características de la Prueba Escala de Resiliencia (ER)



Fuente: Elaboración propia a partir de Wagnild y Young (1993).

En este orden de ideas, se describe a continuación el desarrollo de cada una de las actividades, especificándose los aspectos más importantes a tener presente para su ejecución.

3.3.1. Sesión 1: Quien soy yo.

Tabla 2

Introducción al programa

Sesión 1. Introducción al programa	
Objetivo: Realizar la presentación del programa y conocer a los participantes a partir de una dinámica de presentación que genere un ambiente de confianza y acercamiento.	Recursos: Hojas de papel bond, lápices de colores, video <i>beam</i> , consola de sonido, bitácoras previamente armadas, prueba pretest (Anexo H)
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: Explicación del programa y aplicación del pretest.

Desarrollo

Bienvenida y encuadre (30 minutos): Se dará inicio a la sesión saludando a los participantes y realizando una corta presentación de los orientadores que acompañarán el desarrollo del programa. Posteriormente, se realizará una dinámica, con el objetivo de que cada participante se presente y así conocerlos y que se conozcan entre ellos, además de ir generando confianza y acercamiento entre los participantes y los orientadores. Este objetivo se le comparte a los participantes ya que es importante que ellos conozcan el porqué de cada acción a realizar.

La dinámica propuesta llevará por nombre *Mi emoji*, y se desarrollará de la siguiente manera: todos los participantes se sentarán en el suelo, formando un círculo. Luego, a cada uno se le compartirá una hoja y lápices de colores, con los que deberán dibujar el emoji que consideren que los representa y colocarán debajo de él su nombre.

Una vez que todos hayan dibujado su emoji, uno a uno deberá ponerse de pie (comenzado por quien este a la derecha del colaborador), decir su nombre y explicar qué es lo que significa su emoji y por qué considera que lo representa o por qué es significativo para él. Una vez finalizada la presentación y explicación de cada participante, se colocarán los emojis en una cartelera, la cual acompañará todo el desarrollo del programa y generará mayor recordación entre los participantes, además de propiciar un interés en quiénes son, a través de un elemento de gran popularidad en el lenguaje de los adolescentes como son los emojis.

Presentación de la temática (10 minutos): Una vez finalizada la dinámica, se pedirá a los participantes que de nuevo se sienten en el suelo, pero mirando hacia el proyector. Una vez estén acomodados, se les explicará en qué consiste el programa al que se les ha invitado a participar, dejando claro sus objetivos, el tiempo de duración, las temáticas a desarrollar en cada sesión y reiterando que la participación es completamente voluntaria, ya que ello aportará positivamente al óptimo desarrollo del programa. Esta explicación se reforzará con la presentación de un cortometraje que ejemplifica y explica la resiliencia (Cortometraje titulado

Tamara:

https://www.youtube.com/watch?v=AR_7OIzszTI&ab_channel=LoqueleoEspa%C3%B1a).

Desarrollo de la temática (30 minutos): Una vez dicho lo anterior, se pasará a la aplicación del pretest (**Anexo H**), aclarando previamente a los participantes en qué consiste dicha prueba, su finalidad y el modo en que la desarrollarán.

Para el desarrollo del pretest, cuyo tiempo estimado es de 15 a 20 minutos, se hace necesario contar con un ambiente adecuado, en el que cada adolescente se sienta cómodo, no tenga interrupciones y no se sienta monitoreada, por lo cual se les permitirá ubicarse en cualquier espacio de la biblioteca y regresar con la prueba al salón del encuentro.

Comentarios finales (20 minutos): en el cierre de la sesión se preguntará a cada uno de los participantes que le ha parecido la presentación del programa y si desea continuar en él. Estas apreciaciones serán consignadas por los orientadores en el formato de seguimiento a cada sesión del programa (**Anexo A**).

También se hará entrega, a cada participante, de una bitácora en la cual se encuentra el material con la documentación acerca del programa y algunas hojas requeridas para el desarrollo de las tareas que se asignarán en ciertas sesiones.

Tarea: los participantes deberán decorar la bitácora de manera creativa, con colores, objetos, dibujos, frases o técnicas artísticas que los representen y presentarla en la próxima sesión.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.2. Sesión 2. Cada persona es una narración

Tabla 3

Cada persona es una narración

Sesión 2. Cada persona es una narración	
<p>Objetivo: Plasmar en una corta narración, a modo de cuento o poema, quién soy, de donde vengo y a dónde quiero llegar, con el fin de hacernos conscientes de nuestra historia de vida, lo que nos caracteriza y</p>	<p>Recursos: tres cajas de cartón, fichas bibliográficas, cuento: Borges y Yo / Jorge Luis Borges, hojas de papel <i>bond</i>, lápices.</p>

diferencia y los deseos que nos mueven cada día.	
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: Satisfacción personal
Desarrollo	
<p>Bienvenida y encuadre (25 minutos): Se dará apertura a la sesión saludando a cada uno de los participantes y preguntando de manera individual como les ha ido en la semana. Ello generará en los adolescentes un sentimiento de reconocimiento y de importancia para el otro. En este saludo también se les pedirá que muestren su bitácora y que expresen porque la han decorado de una u otra manera.</p> <p>Luego de este saludo se realizará una dinámica llamada <i>“Tus dificultades, son mis dificultades”</i>, cuyo objetivo será fortalecer la integración del grupo, que se comprendan mejor unos a otros y promover la empatía y la ayuda mutua.</p> <p>Para el desarrollo de la dinámica se tendrán tres cajas con una abertura en la parte superior. Cada una de ellas se rotulará con los siguientes letreros <i>“Me gustaría superar... Me arrepiento de... Un problema mío es...”</i>. Mientras se rotulan las cajas, los participantes se sentarán formando un círculo en el suelo, y a cada uno se le entregará tres fichas bibliográficas, indicándoseles que en cada una de ellas deberán completar las frases que están en las cajas (<i>“Me gustaría superar... Me arrepiento de... Un problema mío es...”</i>) sin firmar lo escrito.</p> <p>Cuando cada uno haya completado la frase, la depositará en la caja correspondiente. Luego se seleccionará a un participante para hacer un escrutinio de cada caja, el cual consistirá en leer las fichas de cada una y comentarlas entre todo el grupo, aportando soluciones, dando consejos o recomendaciones a lo expresado en cada ficha.</p>	
<p>Presentación de la temática(10 minutos): Luego de la dinámica se pedirá a los participantes que se acomoden en las sillas y mesas que se han dispuesto en el salón con el fin de dar inicio al desarrollo de la temática de la sesión, la cual se enfocará enfocada en continuar promoviendo el acercamiento y conocimiento entre los participantes, además de identificar, en esa apertura hacia el otro, cuáles son sus historias de vida personal, qué los caracteriza y</p>	

cuáles son las motivaciones o propósitos de vida que les impulsa a levantarse cada día y a hacer lo que hacen.

Se manifestará a los adolescentes que para el desarrollo de la temática tendrán un acercamiento al arte de la escritura, más específicamente al cuento o la poesía, explicándose brevemente qué es un cuento y que es un poema, y la estructura y características de cada una de estas composiciones literarias que, como lo expresan Granados, Alvarado y Carmona (2016), permiten relatar lo que pasa, construir identidad, *autoperibirse*, abrir y cerrar heridas adquiridas en la adversidad.

Una vez clarificado lo anterior, se dará paso al desarrollo de la temática.

Desarrollo de la temática (40 minutos): Antes de dar inicio al ejercicio de escritura por parte de los adolescentes, se hará lectura del cuento *Borges y yo*, del escritor argentino Jorge Luis Borges. Una narración corta desde la cual el autor aborda la dualidad del ser, haciendo una breve descripción de él como persona y como escritor, y que servirá de ejemplo para el proceso de escritura de los participantes.

Al finalizar la lectura y abrir un breve espacio para las dudas que puedan tener los adolescentes, se pasará a hacer entrega, a cada uno de ellos, de dos hojas de papel bond y un lápiz, explicándose nuevamente que en ella deberán plasmar, ya sea a través de un cuento o una poesía, su historia de vida, desde lo que son, lo que los caracteriza y las motivaciones en su vida.

Una vez finalizado el ejercicio por parte de todos los adolescentes, se solicitará que de manera voluntaria compartan con los demás lo que han escrito. En este punto se hace necesario contar con la presencia y la atención del/la psicólogo/a colaborador, teniendo presente que, del proceso tanto de escritura, como de verbalización de la misma, podrían emanar diversas emociones que detonen situaciones que requieren de un manejo por parte del colaborador.

Comentarios finales (15 minutos): Al finalizar las narraciones compartidas por los participantes, el responsable de la sesión empezará a mencionar similitudes entre ellas, deteniéndose al final en las motivaciones que cada uno tiene en su vida, para hacer énfasis

en dichas motivaciones como los elementos que le van dando sentido a nuestra vida y configurando nuestra satisfacción personal desde el propósito que se le otorga a esa vida.

Este ejercicio permitirá conectar con la temática de la tarea, cuya socialización en la sesión tres marcará el inicio de su desarrollo.

Para finalizar, se invitará a los participantes a evaluar la sesión, diligenciando el formato diseñado para ello (**Anexo B**) y a realizar la tarea con responsabilidad y entusiasmo.

Tarea: Cada participante deberá pensar que si tuviese la oportunidad de ser un famoso o una celebridad ¿Cuál sería y por qué?, ello lo plasmará en una hoja de papel bond que deberá llevar a la próxima sesión.

Este ejercicio le permitirá a cada adolescente irse dando cuenta de que esas cosas que admiras en un famoso o celebridad, podrían ser las cosas que quieren para su vida, y muy probablemente en ellas esté la clave para clarificar su propósito en la vida.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.3. Sesión 3. Toda vida tiene un propósito

Tabla 4

Toda vida tiene un propósito

Sesión 3. Toda vida tiene un propósito	
Objetivo: Reforzar la satisfacción personal como característica de resiliencia a partir de elementos claves como los propósitos de vida, las habilidades de cada individuo y sus aportes a la sociedad, haciendo consciente a cada participante del significado de su vida y sus contribuciones a la misma.	Recursos: Película El niño que domó el viento / Chiwetel Ejiofor, Video <i>Beam</i> , consola de sonido, palomitas de maíz, formato de tarea: Con mis habilidades apporto
Tiempo de duración: 150 minutos	Temática: Satisfacción personal. Propósitos y habilidades

Desarrollo

Bienvenida y encuadre (5 minutos): Se dará la bienvenida a los participantes, saludando a cada uno por su nombre y preguntándole como le ha ido en la semana. Luego se les pedirá que entreguen la tarea al/la psicólogo/a que acompaña las sesiones, quien las irá revisando y se las entregará en el próximo encuentro.

Presentación de la temática (10 minutos): Luego de la bienvenida y de que los adolescentes hayan entregado la tarea, se les preguntará qué les pareció la realización de la misma. Posteriormente, se les comentará que la finalidad de esa tarea era que ellos fueran pensando en su propósito de vida, ya que toda vida tiene un propósito, así que se les preguntará qué significa esa frase de que toda vida tiene un propósito y que cosas del personaje famoso que eligieron podrían ser parte de su propósito de vida (esto permitirá que cada individuo vaya reflexionado este asunto personal, haciéndose consciente de él desde la verbalización y la socialización).

Después de este acercamiento al tema de los propósitos, se preguntará a quién le gusta ver películas, indicándoles que en esta sesión se tendrá un acercamiento al mundo del cine el cual, cuando nos pone a pensar y no sólo a ser consumidores pasivos, se convierte en una actividad de desarrollo personal (Martín, 2019), generando cambios en el espectador y en la manera como éste percibe su vida.

Luego se dirá que un ejemplo claro de lo anterior lo da la película *“El niño que domó el viento”* haciéndose una breve reseña de ésta, e indicándose a los participantes que piensen, a medida que ven la película, si las características de su protagonista permitirían reconocerlo como una persona resiliente.

Desarrollo de la temática (130 minutos): una vez aclarada la temática, se iniciará la proyección de la película (la cual tiene una duración de 113 minutos) indicando a los participantes que se pueden acomodar en las colchonetas y cojines que se han dispuesto en el suelo, para que puedan disfrutar cómodamente de la película.

Al finalizar la película, se hará un conversatorio sobre los mensajes que nos deja a ésta, a partir de preguntas orientadoras como: ¿Cuáles son los propósitos de vida de William, de su

hermana y de sus padres? ¿Cuáles son las adversidades con las que se encuentra William? ¿Qué recursos emplea William para superar esas adversidades? ¿Qué papel juegan la creatividad y la educación en la película? ¿Cómo incide la familia en los propósitos de William?

Comentarios finales (5 minutos): Para finalizar el conversatorio, el responsable de la sesión hará énfasis en dejar claro a los participantes cómo la resiliencia nos permite mantenernos a flote a pesar de la adversidad y cómo el propósito de vida de William enfocado en ayudar a su comunidad fue el que fortaleció su resiliencia y le permitió superar sus adversidades personales y las de ella, mencionando elementos puntuales de la película como ejemplo.

Tarea: Se hará entrega a los participantes de una hoja de papel, en la que se han dispuestos tres cuadros (**Anexo C**). En el primer cuadro, cada adolescente deberá escribir cuáles son sus habilidades, en el segundo cuáles son las necesidades de su barrio o comuna y en el tercero cómo podría dar solución a esas necesidades desde sus habilidades y que otros elementos necesitaría.

Luego, en la parte baja de la hoja, escribirá una corta reflexión sobre lo siguiente: “Al final de la película aparece William, el personaje real en que se ha basado la película, y dice la siguiente frase: “*Lo intenté y los conseguí*” ¿Qué significa esta frase? ¿Qué mensaje nos deja?

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.4. Sesión 4. Una experiencia de vida que inspira

Tabla 5

Una experiencia de vida que inspira

Sesión 4. Una experiencia de vida que inspira	
Objetivo: Concienciar a los participantes sobre sus niveles de autosuficiencia, a partir de la experiencia de vida de un artista de la ciudad que es referente de resiliencia y arte.	Recursos: papel iris de 10*10, Invitado: El parcero del Popular N°8.

Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: Confianza en sí mismo y perseverancia
Desarrollo	
<p>Bienvenida y encuadre (5 minutos): luego de la dinámica, se revisará la tarea asignada en la sesión anterior, motivando a los adolescentes a que compartan lo que escribieron con el fin de generar una corta conversación entorno a ello y otorgar una retroalimentación por parte de los responsables de la sesión.</p>	
<p>Presentación de la temática (10 minutos): una vez finalizada la socialización de la tarea, se pasará a abordar el tema de la perseverancia y la confianza en sí mismo, solicitando inicialmente a los participantes que definan cada una de estas características, escribiendo su significado en un cuadrado de papel iris que se les otorgará. Luego se les pedirá que socialicen lo que han escrito.</p>	
<p>Desarrollo de la temática (55 minutos): Después de la socialización sobre qué es perseverancia y confianza en sí mismo, se preguntará a cada uno de los participantes si confía en sí mismo y si está listo para un reto. El reto consistirá en realizar, en cinco minutos y de manera individual, una figura de origami con la hoja iris que usaron previamente. Antes de iniciar la realización de la figura (un corazón) se les explicará qué es el origami y cómo este arte se ha usado para generar desarrollos cognitivos, sociales y físicos en las personas, gracias a los momentos de tranquilidad, concentración y creatividad que de él se desprenden, requiriendo también para su práctica grandes dosis de paciencia y perseverancia, que al final generar grandes satisfacciones al lograrse las figuras.</p> <p>Cuando hayan finalizado la figura se les pedirá que la guarden, para que recuerden la confianza que tienen en sí mismo y la perseverancia que siempre los debe acompañar, como ha acompañado a un invitado especial que acompañara la sesión de ese día.</p> <p>En este punto se presenta al invitado con las siguientes palabras:</p> <p>‘El conocer otras experiencias de vida, nos hace reflexionar sobre las propias, y en muchas ocasiones tomarlas como ejemplo para establecer nuestro rumbo, como ha ocurrido con el ejercicio de Famoso por un día. Por lo que en esta ocasión se presentará una historia de vida</p>	

resiliente de un narrador de historias, pues como lo afirman Granados, Alvarado y Carmona (2016) “La resiliencia tiene que ver con contar historias, con la manera como los sujetos narran historias a partir de experiencias vitales fruto del afrontamiento de la adversidad”, por lo que Robinson Posada, un licenciado en artes, actor, escritor y comediante, más conocido como el parcero del Popular N°8, se constituye en el personaje preciso para abordar el tema de la de la perseverancia y la confianza en sí mismo, como dos características de la resiliencia, debido a su experiencia de vida que lo ha llevado a ser un narrador de historias desde el cuento y el humor como manifestación artística que le ha permitido, no sólo contar su historia como resiliente y artista, sino la de los adolescentes, jóvenes y adultos de las comunas de Medellín, además de permitirle comprender el significado de su vida, el propósito de la misma y ser un referente para la vida de los demás, de manera especial de los adolescentes que habitan los barrios de Medellín, cuyas historias de vida y formas de expresarse desde lo oral y corporal, son las protagonistas de sus narraciones y puestas en escena. Así que damos la bienvenida al Parcero del Popular N.8’.

Este invitado conversará con los participantes del programa acerca de la confianza en sí mismo, enfocándola en su historia de vida, su profesión, cómo creó a su personaje: El parcero del Popular N°8, cuáles son los significados que éste encierra, cómo logra inspirar a otros a través del arte, y otras variadas preguntas que surjan de los participantes.

Comentarios finales (20 minutos): Se clausurará la sesión con una corta reflexión por parte del invitado acerca de la perseverancia y la importancia del arte, además de una corta representación de una de las puestas en escena del personaje creado por él (El parcero del Popular N.8)

En este cierre también se hará entrega de la tarea a realizar para la próxima sesión, por parte de cada uno de los adolescentes.

Tarea: cada participante deberá elaborar en su casa una cajita con la técnica de origami. Para la elaboración de dicha caja podrán consultar el cómo hacerlo a alguna persona, en libros, en internet o alguna otra fuente, pero la condición es que ellos mismo sean quienes la elaboren. Una vez realizada la caja, deberán recortar 10 cuadrados de papel de 8*8 y copiar en la parte frontal, de cada uno de ellos, un sueño que tengan (en total serían 10 sueños) y por el lado

contrario que acciones realizarán para conseguirlo (no hay límite de acciones para cada sueño), tomándose el tiempo requerido para ello, ya que es un ejercicio de reflexión que deben hacer de manera completamente consciente.

También deberán llevar a la próxima sesión una caneca de pintura, un balde, un bidón de agua o cualquier otro elemento similar, todos ellos vacíos y que ya no necesiten en casa, además de palos y un puñado de granos (frijol, arroz, maíz o lentejas).

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.5. Sesión 5. A mi ritmo

Tabla 6

A mi ritmo

Sesión 5. A mi ritmo	
Objetivo: Brindar a las participantes herramientas de autodisciplina que mantengan su voluntad de continuar, a partir de reflexiones y ejercicios prácticos a través de la música.	Recursos: una silla, un pañuelo, una caja de cartón, 10 pelotas de ping-pong, consola de sonidos, notas adhesivas, lapiceros, las cajas de origami y los sueños que escribieron en casa los participantes, canecas o tarros plásticos, tijeras, retazos de tela, marcadores, colbón, cinta adhesiva, tres metros de papel Kraft, notas adhesivas de colores, lapiceros, canción: Me levanté de Dave Bolaño
Tiempo de duración: 120 minutos	Temática: perseverancia y autodisciplina
Desarrollo	
Bienvenida y encuadre (25 minutos): Se saludará a los participantes y se dará paso al desarrollo de una dinámica que permitirá reforzar el tema de la confianza en si mismo y la perseverancia y enlazarlo con el de la autodisciplina.	

La dinámica lleva por nombre “Puntería a ciegas”, y tiene como objetivo experimentar cómo influye en la consecución de resultados la confianza en uno mismo y las actitudes de quienes nos rodean.

Para el desarrollo de la actividad se requerirá una silla, un pañuelo, una caja que haga de canasta y 10 pelotas de ping-pong.

Antes de iniciar, se solicitarán tres voluntarios a quienes se les llevará fuera del salón con el objetivo de que no escuche las indicaciones que se le darán al resto de participantes. Dichas indicaciones consisten en lo siguiente: Los tres voluntarios deberán intentar encestar las pelotas de ping-pong con los ojos vendados, pero no será tan fácil para ellos ya que al primer voluntario, el resto de compañeros le estarán gritando y dando indicaciones erróneas con el objetivo de confundirlo y desanimarlo: al segundo no se le dirá nada, ni aun cuando el pregunte cómo lo está haciendo o solicite alguna indicación y al tercero se le animará, se le dará información sobre cómo lo está haciendo e indicaciones correctas para que logre encestar.

Una vez dadas las indicaciones, se dispondrá una silla en el centro del salón y a unos dos metros se colocará la caja que hará las veces de canasta. Luego, se hará pasar al primer voluntario a quien se le vendarán los ojos con un pañuelo, se le sentará en la silla, se le entregarán 10 pelotas de ping-pong y se le indicará que debe encestar la mayor cantidad posible de pelotas en la canasta que tiene al frente. Una vez ha terminado los 10 lanzamientos por parte de este voluntario, se le indica el número de aciertos y se le invita a sentarse con el resto del grupo, pero advirtiéndole que tiene prohibido hablar, aunque lo haga el resto del grupo, hasta que no hayan tirado todos los voluntarios. Estas acciones se repetirán con el voluntario dos y tres.

Una vez hayan tirado todos los voluntarios se darán los resultados de cada uno y se le preguntará a cada uno como se sintió y cuánto confiaba en sí mismo y en sus posibilidades de encestar. Posteriormente se le preguntará a todo el grupo: ¿qué conclusiones sacan del juego? ¿Cómo creéis que influyen en la consecución de los resultados la confianza en uno mismo y en sus posibilidades? ¿Y el tener información durante el proceso de cómo se está realizando la tarea (si se están consiguiendo los objetivos o se está muy cerca o lejos de los mismos)? ¿Cómo influye el comportamiento de las personas que nos rodean? ¿Creen que

las personas con mayor autoestima son más resistentes a la presión del grupo? ¿Por qué?
¿Alguno sintió deseos de ayudar al primer voluntario? ¿Por qué?²

Presentación de la temática (5 minutos): Después de la dinámica se pedirá a dos o tres participantes que recuerden al resto del grupo qué es la perseverancia y si considera que el ejercicio que se acaba de hacer tiene que ver este tema. Luego, se dará paso al tema de la autodisciplina como un pilar clave de la resiliencia, y que, junto a la perseverancia, se constituyen en dos de las causas principales para lograr los éxitos deseados en la vida.

Desarrollo de la temática (75 minutos): Para el desarrollo del tema de la autodisciplina se contará con un invitado experto en instrumentos de percusión, quien a través de su experiencia y un trabajo musical con los participantes reforzará los contenidos de la sesión.

Antes de dar paso a las acciones con el invitado, se reflexionará con los participantes acerca de qué es la autodisciplina y su importancia en nuestras vidas, partiendo de la visualización del vídeo titulado Autodisciplina de Isra García (2020) disponible en https://www.youtube.com/watch?v=dPvgCM0f_0U&ab_channel=IsraGarc%C3%ADa, y del cual se resalta una definición de autodisciplina “intentar las cosas hasta desmayarte” (García, 2020, 2m32s), frase desde la cual se iniciará un corto conversatorio con los participantes preguntando inicialmente por el mensaje que les deja el vídeo y lo que cada uno de ellos comprende por autodisciplina.

Luego del conversatorio, se colocarán dos hojas grandes de papel Kraf en las paredes del salón (una en cada pared). La primera hoja tendrá el título de ‘Sueños que deseo realizar en mi vida’ y la segunda ‘Acciones con las que me comprometo para lograr esos sueños’. Posteriormente, se pedirá a los adolescentes que saquen la cajita de origami que se les pidió hacer como tarea de la sesión anterior, y en la que depositaron sus sueños. Luego se les pedirá que de esos 10 sueños que colocaron allí, hagan una selección de los cinco que consideren que son más importantes para ellos. Una vez realizada esa selección se les pedirá

² Dinámica adaptada de Ruiz, P. (1998). Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes: Proyecto de promoción de la salud mental para adolescentes y padres de adolescentes. <https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

que socialicen con el grupo porque esos cinco sueños son tan importantes para cada uno de ellos.

Después de la socialización, a cada participante se le darán cinco hojas adhesivas, en las que deberá escribir las acciones que considera necesarias para cumplir esos sueños y las cuales se compromete a realizar ese día con autodisciplina. Cuando todos ellos hayan escrito las acciones se les pedirá que coloquen cada hoja en el papel *kraf* que corresponde, señalando que esos papeles estarán allí exhibidos hasta finalizar el programa y que en cada encuentro los deberán observar para que recuerden qué se han propuesto y cuál ha sido su avance en esos sueños y acciones.

Luego de ello, se les presentará al invitado de la sesión. El cual será un experto en instrumentos de percusión con el que construirán a partir de las canecas, baldes, botellas, palos y granos que se les pidió traer, su propio instrumento musical de percusión.

El invitado se presentará, explicará a los participantes el objetivo de la actividad el cual consiste en acercarlos al mundo de la música desde el ritmo, indicándoles de manera breve cómo nace el ritmo, cómo se puede crear ritmo y la importancia de que cada persona le dé un ritmo a su vida, desde lo que hace, cómo lo hace y para qué lo hace, enfocando todo ello en la perseverancia y la autodisciplina, como dos cualidades imprescindibles en la música.

Una vez contruidos los instrumentos de percusión, por parte de cada adolescente, se les proporcionarán elementos como marcadores, pegatinas, cuerdas y retazos de tela para que los decoren. Después, el invitado les enseñará a crear ritmo con sus instrumentos, a partir de un ejercicio práctico donde será muy importante que recuerden todo lo aprendido sobre la perseverancia y sobre todo que disfruten del momento.

Comentarios finales (15 minutos): Para finalizar el encuentro se les presentará a los adolescentes la canción Me levanté de Dave Bolaño (https://www.youtube.com/watch?v=U4Esv6oj31M&ab_channel=DaveBola%C3%B1o), cuya letra motiva a continuar a pesar de las adversidades, a persistir por los sueños y ser feliz. Primero la escucharán y luego con sus instrumentos intentarán seguir su ritmo.

Luego, se les solicitará que evalúen la sesión el formato dispuesto para ello (**Anexo B**).

Tarea: A cada adolescente se le entregará un decálogo para la autodisciplina (**Anexo D**). Debajo de cada regla hay un espacio en blanco, donde ellos deberán graficar, de manera creativa lo expresado en dicha regla, este ejercicio les permitirá tener una mayor recordación del decálogo e ir pensando en el cumplimiento de éste.

Una vez hayan desarrollado lo anterior, deberán definir en una hoja de block 3 metas para los siguientes 15 días con sus respectivas acciones e ir haciendo un seguimiento a estas (**Anexo E**).

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.6. Sesión 6. Una experiencia de vida desde la música

Tabla 7

Una experiencia de vida desde la música

Sesión 6. Una experiencia de vida desde la música	
Objetivo: Concebir la música como una herramienta de resiliencia que permite transmitir y reconocer desde ella situaciones, emociones y realidades propias y de terceros, además de ser compañía, refugio, forma de terapia e instrumento transmisor de calma.	Recursos: hojas de papel bond, lápices, Invitado: Alejandro Londoño (Alkimista), vídeo: La soledad de Daniel Habif
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: sentirse bien solo
Desarrollo	
Bienvenida y encuadre (10 minutos): se iniciará la sesión saludando a cada uno de los participantes del programa. Posteriormente, se preguntará por la primera parte de la tarea que les fue asignada y se les pedirá que la conserven en la bitácora. Luego se socializará la segunda parte, la cual consistía en establecer tres metas para las semanas previas al encuentro, y las respectivas acciones para cada meta. Esta socialización finalizará al culminar la sesión, con un encuentro personal entre la psicóloga y cada participante, con el objetivo	

de valorar de manera individual las dificultades, retos y aspectos positivos que cada participante presente respecto a la tarea y orientarlos frente a ellos, asumiendo el establecimiento y logro de metas como características fundamentales en el fortalecimiento de la resiliencia.

Presentación de la temática (5 minutos): después de la socialización de la tarea se anunciará a los adolescentes que en el encuentro de esa ocasión se continuará explorando y disfrutando del arte de la música, esta vez con el objetivo de ver en ella una herramienta de resiliencia que permite conocernos a nosotros mismos, transmitir nuestras emociones y sentirnos cómodos estando solos y que para ello se contará con un invitado especial.

Desarrollo de la temática (60 minutos): Se invita a pasar al invitado Alejandro Usma, conocido en el mundo de la música urbana como Alkimista, quien se presentará y contará su experiencia en el mundo de la música y el impacto de ésta en su vida.

Posteriormente, el encargado de la sesión preguntará a cada participante cómo se siente cuando está solo y por qué. Una vez se han escuchado a todos los participantes, se les hará una breve reflexión sobre la importancia de otorgarnos un espacio a solas, para escucharnos a nosotros mismo, para sentirnos más serenos y tranquilos, para descansar y pensar con mayor claridad. Esta reflexión se acompañará de un corto vídeo titulado La soledad de Daniel Habif (Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=g1EqppcbATE&ab_channel=DANIELHABIF). Después del video el invitado clausurará la reflexión contando a los participantes cuál ha sido y es su experiencia con la soledad, cómo disfruta de ella y cómo está ella presente en su música. Después de esto propondrá a los adolescentes construir una canción juntos, dándoles algunos tips iniciales para componer.

Para el proceso de composición los participantes se agruparán en 4 equipos (con igual cantidad de integrantes) y cada equipo escribirá una parte de la canción (mínimo dos estrofas por equipo), la cual tendrá como tema La valentía.

Una vez todos los equipos hayan terminado su composición, el invitado tomará lo que cada uno ha escrito y lo convertirá en canción solicitando a los adolescentes que le ayuden a darle

ritmo, a partir de los conocimientos que adquirieron en la sesión anterior sobre como generar un ritmo.

Una vez realizada esta actividad, se solicitará a cada participante que se ubique en el lugar que desee dentro del salón, con un papel y un lápiz que se les dará. En dicho papel deberán plasmar una canción, cuyas letras estarán dedicadas a ellos mismo. Para su realización contarán con 15 minutos, aclarando que aquella persona que no la logre terminar en dicho tiempo, podrá hacerlo desde su casa.

Comentarios finales (15 minutos): La sesión finalizará con un agradecimiento al invitado, con unas últimas palabras de éste hacia los adolescentes y la visualización y corta reflexión del siguiente vídeo ‘Medellín Resiste. Una ciudad transformada por la música / Parte 1 / Shock’ (Disponible en https://www.youtube.com/watch?v=xWyfesKWfTU&ab_channel=AntonioAlarc%C3%B3n).

Tarea: Cada participante deberá pensar en la soledad como su mejor amiga, a quien le escribirá una carta en cuyo final le solicitará encontrarse y disfrutarse de ahora en adelante. Este ejercicio le permitirá a cada adolescente repensar a la soledad desde lo aprendido sobre ella durante la sesión, mirarla y acogerla de una manera distinta.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.7. Sesión 7. Modelando mis experiencias y emociones

Tabla 8

Modelando mis experiencias y emociones

Sesión 7. Modelando mis experiencias y emociones	
Objetivo: Reconocer las emociones que se generan a partir determinadas situaciones de la vida cotidiana y la importancia de reconocerlas y controlarlas desde una concientización sobre las mismas.	Recursos: arcilla, agua, notas adhesivas, palillos de bambú o monda dientes.
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: Ecuanimidad

Desarrollo
<p>Bienvenida y encuadre (10 minutos): Se saludará a cada uno de los participantes y se hace revisión de la tarea, permitiendo que de manera voluntaria los participantes que deseen lean las cartas que escribieron. Teniendo presente que este momento puede despertar sentimientos de nostalgia, angustia, entre otros, en los adolescentes, se hace necesario que el/la profesional de psicología acompañe la actividad.</p>
<p>Presentación de la temática (15 minutos): Una vez se haya compartido la lectura de las cartas, se les pedirá que se acuesten en el suelo y escuchen el cuento titulado: 'El equilibrio del maestro de kung-fu' en el cual se expone la ecuanimidad como una cualidad o valor humano, y que luego conversen entorno a las enseñanzas que deja la historia.</p>
<p>Desarrollo de la temática (55 minutos): se comentará a los adolescentes, que para graficar de manera clara el tema de la ecuanimidad se hará un ejercicio de escultura, el cual consistirá en modelar nuestro cuerpo en arcilla, para ello se le entregará a cada participante media libra de arcilla, alambres y una pequeña tabla.</p> <p>Se iniciará explicando a los participantes qué es la arcilla, sus usos y su modo de manipulación. Luego, se le preguntará quién ha trabajado alguna vez el modelado de arcilla, y aquellos que tengan alguna experiencia serán designados como guías de los que no. Una vez realizado este sondeo se les pedirá que con los materiales que le fueron asignados modelen su cuerpo como una escultura y le otorguen un estado de estabilidad a éste usando su creatividad, es decir que dicho cuerpo no se puede desarmar ni quedar en partes separadas una vez se haya finalizado su creación.</p> <p>Luego de que hayan realizado el modelado, se les pedirá que piensen en aquellas cosas que desestabilizando su mente y su vida (problemas familiares, problemas escolares, injusticias, situaciones económicas, entre otras) y que anoten cada una de ellas en unos pequeños papeles de colores que le serán entregados y que a cada uno le peguen un mondadientes a modo de banderita y lo ubiquen en la cabeza del cuerpo que acaban de esculpir. Después se les pedirá que hagan lo mismo, pero con las emociones que esos problemas les generan, las cuales ubicarán en las partes del cuerpo donde las sienten cada vez que piensan en ellos, y para finalizar, escribirán en los pequeños papeles cuáles creen que son las soluciones para</p>

dejar de sentir o controla esas emociones, cuando lo hayan hecho se les pedirá que miren ese cuerpo que han moldeado y todas las cosas que negativas que han colocado en él.

Después se les solicitará que cierren los ojos e imaginen su cuerpo real con todas esas etiquetas y el gran peso que ponen en ellos, y que además intenten caminar así. Luego, aún con los ojos cerrados se les preguntará que contesten la siguiente pregunta ¿Puedo liberarme de ese peso? Cuando cada adolescente haya contestado se les pedirá que abran los ojos y vayan quitando lentamente las etiquetas de la escultura, a media que la coordinado de la sesión reflexiona en voz alta sobre la importancia de liberar nuestra vida de cargas, de ataduras y problemáticas que sin darnos cuenta le hemos ido añadiendo y que perjudican nuestra estabilidad emocional, psicológica y corporal.

Una vez todos hayan quitado las etiquetas, se les pedirá que intente cubrir los huecos que han quedado en ellas con los banderines que cada uno hizo escribiendo en ellos las soluciones que considera pertinentes para dejar de sentir o controla esas emociones.

Comentarios finales (10 minutos): Cuando los participantes terminen de colocar los banderines. notarán que quedaron muchos huecos sin poder ser tapados, lo que dará paso a reflexionar sobre cómo en la mayoría de las ocasiones nos dedicamos a pensar más en nuestros problemas que en las soluciones y en lo perjudicial de esta acción, ya que nos hiera, nos inmoviliza, hace que perdamos el norte de nuestros proyectos de vida y nuestro estado de estabilidad, el cual cuesta adquirir, así como costo el darle estabilidad al cuerpo de arcilla, pero que con creatividad, perseverancia, calma y ayuda de los que están a nuestro alrededor, se puede conseguir.

Para terminar, se motivará a los participantes para que den algunas conclusiones sobre la actividad y diligencien el formato de evaluación dispuesto para cada sesión.

Tarea: relatar en hojas bond, a modo de diario, lo que le ha pasado en cada día de la semana, las interacciones que ha tenido con su contexto, el modo en que ha vivido o afrontado cada experiencia, cómo le ha afectado y qué podría hacer en otra ocasión para que sea mejor.

Se hace necesario mencionar que, para esta tarea, se hará énfasis en la escritura, recordando que, como se expresó en la sesión 2, la narración es una herramienta de expresión, introspección y reflexión inteligible, en la que la persona se va comprendiendo a sí misma, a

la vez que se va creando desde sus palabras y su propio relato, ordenando y dando significado a su propia existencia (Bruner, 2003, citado por Granados, Alvarado y Carmona, 2016).

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.8. Sesión 8. Danza para la confianza

Tabla 9

Danza para la confianza

Sesión 1. Introducción al programa	
Objetivo: Acercar a los adolescentes a la danza como medio de expresión corporal y emocional, a partir de la capoeira y una experimentación de ésta.	Recursos: consola de sonido, música relajante, Invitados: conjunto de capoeira
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: confianza en sí mismo.
Desarrollo	
<p>Bienvenida y encuadre (15 minutos): Se saludará a cada participante del grupo y se les informará que al final de la sesión el/la psicóloga estará disponible para revisar la tarea con los que deseen hacerlo y conversar sobre ella.</p> <p>Cuando el grupo de participantes se encuentre completo, se les pedirá que se distribuyan por todo el salón y que al escuchar la música se muevan al ritmo de ésta, dejando que su cuerpo la sienta y se exprese a través de ella. A medida que van danzando, la coordinadora de la sesión irá diciendo, de manera pausada, frases como: “siente como fluye la energía por tu cuerpo”, “deja que tu cuerpo manifieste sus emociones”, “siente tu cuerpo como un instrumento comunicante”.</p>	
<p>Presentación de la temática (5 minutos): Cuando finalice la música, y manteniendo a cada participante en el lugar donde quedo, se les preguntará, de manera general, cómo se sintieron en el ejercicio y si lo volverían a hacer. Cuando se hayan escuchado todas las respuestas, el coordinador de la sesión, moviéndose por todo el salón, conversará</p>	

cortamente la danza y cómo ésta permite expresar lo más profundo de nuestro ser y liberarnos de las restricciones cotidianas, además de constituirse en un lenguaje y un instrumento terapéutico porque nos permite expresarnos, exteriorizar emociones, pensamientos y deseos con el lenguaje del cuerpo, tal cual como se hizo en el ejercicio.

Desarrollo de la temática (60 minutos): después de la conversación se pedirá a los adolescentes que se sienten hacia la parte de atrás del salón, dejando un espacio amplio al frente. Una vez se encuentren acomodados, se hará pasar a un conjunto de capoeira, cuyos integrantes serán los invitados especiales de la sesión. El conjunto iniciará bailando en frente de los participantes, luego se presentarán y compartirán su experiencia de vida desde la danza, además de ilustrar un poco a los adolescentes sobre la historia, la incidencia y el empoderamiento que esta manifestación artística le dio a los pueblos negros del Brasil.

Luego se enfatizará que, en la danza, como en cualquier otra manifestación artística, se requiere de disciplina, perseverancia, creatividad y, sobre todo, confianza en sí mismo, enlazando esta característica con un ejercicio de baile que el conjunto de capoeira propondrá a los adolescentes que deseen participar. Dicho ejercicio consistirá en que por parejas realicen un baile de capoeira, siguiendo las indicaciones que los invitados les proporcionarán, enfatizando en la necesidad de confiar en sí mismo y dejar a un lado la vergüenza. Para la preparación del baile, cada pareja contará con seis minutos, y para su presentación se dispondrán dos minutos por baile.

Comentarios finales (10 minutos): al finalizar la presentación de los bailes por parte de los participantes, se hará el cierre del encuentro escuchando las conclusiones de los participantes acerca de los temas, las dinámicas y los invitados que se tuvieron, y el diligenciamiento del formato de evaluación dispuesto para cada sesión (**Anexo B**).

Tarea: Cada participante deberá elegir una canción que sea especial para él, ya sea por su mensaje, por el artista, por el ritmo, por su coreografía, porque la asocia a una experiencia puntual u otro aspecto. Una vez la haya elegido, deberá preparar una presentación de esa canción para la próxima sesión. Esta presentación deberá ser creativa, así que podrá hacer uso de recursos visuales, auditivos, sensoriales, cortas dinámicas, entre otros.

3.3.9. Sesión 9. Pícnic literario**Tabla 10***Pícnic literario*

Sesión 9. Pícnic literario	
Objetivo: reconocer el valor que tiene cada persona desde sus diferencias y cómo ellas aportan a nuestras propias experiencias, desde una reflexión personal y grupal guiada por la lectura.	Recursos: video <i>beam</i> , consola de sonido, manteles, canasta, refrigerios, hojas de papel bond, lápices, colores, cuento: Yo voy conmigo de Raquel Díaz Guerrero
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: aceptación de uno mismo
Desarrollo	
<p>Bienvenida y encuadre (30 minutos): Se saluda a todos los participantes y se les indica que se iniciará la sesión en el salón, pero que posteriormente se desplazarán a otro lugar. Una vez clarificado esto, se da inicio a la socialización de la tarea asignada en la sesión anterior, preguntando previamente a los participantes quien requiere de elementos como video <i>beam</i>, sonido, papelería u otro requerimiento para su presentación, con el objetivo de ir lo preparando mientras que el resto inicia.</p> <p>Cuando se dé por finalizada la presentación de todas las canciones, la coordinadora de la sesión recogerá las principales apreciaciones de la actividad y felicitará a todos por su trabajo y esfuerzo. Después se pedirá a todos los participantes que tomen su bitácora y se dirijan con los orientadores a la parte externa de la biblioteca.</p>	
<p>Presentación de la temática (10 minutos): una vez todos se encuentren en la zona externa indicada, se les comenta que la actividad continuará con un divertido pícnic literario, en el que disfrutarán de una lectura y un refrigerio, a la vez que irán conversando y realizando un corto ejercicio personal, en torno al reconocimiento, la aceptación y el amor propio. En este punto se motivará a los adolescentes a que hablan sobre estos conceptos, ejemplificándolo con hechos de su propia vida.</p>	

Desarrollo de la temática (35 minutos): cuando todos se encuentren introducidos en la temática, se preguntará quien desea ser el lector de una historia. El voluntario leerá el cuento 'Yo voy conmigo' de la escritora Raquel Díaz Guerrero, el cual trae consigo un poderoso mensaje sobre la importancia de querernos y aceptarnos tal cual como somos y hacer cambios en nuestra vida para sí y no para otros, además de invitar a los lectores reconocer que, sólo amándonos a nosotros, seremos capaz de amar y transmitir amor a los demás.

Al finalizar la lectura, se tendrá una corta conversación en torno a la misma con preguntas orientadoras como: ¿Qué sentimos cuando estamos enamorados? ¿Qué sentimientos tiene la protagonista del cuento? ¿Qué hace para sentirse mejor? ¿Qué le aconsejaron sus amigos? ¿Qué le aconsejarían ustedes y por qué? ¿Debemos dejar de ser como somos para ser aceptados por los demás?

Después de la actividad anterior, se repartirá el refrigerio y luego de que lo hayan consumido, se les invitará a realizar una última actividad la cual consiste en que los participantes Imaginen que vas a participar en un concurso, donde se encuentran buscando a personas que sean sinceras consigo mismas y con los demás, para hacerlas parte de un proyecto mundial del que aún nadie tiene mayores referencias.

El primer requisito del concurso es enviar una corta descripción de sí mismo, en la que se destaquen habilidades, miedos, hobbies, saberes, defectos, cualidades, hábitos, sueños, proyectos y cualquier otro aspecto de gran relevancia que te describa; y el segundo requisito es que envíen un dibujo de sí mismos, donde reflejen su apariencia física y lo que han escrito anteriormente. Para la realización de esta actividad se les hará entrega del **Anexo F** y contarán con 20 minutos para su realización.

Comentarios finales (15 minutos): una vez todos hayan finalizado la actividad, se les preguntará cómo se sintieron escribiendo sobre ellos mismo y qué de lo que escribieron lo han adquirido en el tiempo que han participado del taller.

Tarea: para la próxima sesión todos los participantes deberán realizar la actividad titulada *Me anuncio (Anexo G)*, la cual consiste en colocar en una columna qué puede ofrecer a los demás (enseñar a bailar, enseñar a cocinar, hacer tarjetas, escribir poemas, pasear mascotas); y en una segunda sus necesidades, o aquellas cosas qué le gustaría aprender de sus

compañeros y compañeras (clases de maquillaje, apoyo en matemáticas, tips para jugar *minecraft*).

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.3.10. Sesión 10. Todo comienzo tiene un final

Tabla 11

Todo comienzo tiene un final

Sesión 10. Todo comienzo tiene un final	
Objetivo: Realizar la clausura del programa a partir de la evaluación de este por parte de los participantes, a través de actividades dinámicas y la aplicación de la prueba postest.	Recursos: vídeo: memorias de las sesiones, sobres de papel (a modo de buzón), cinta adhesiva, hoja de iris (o de colores), lapiceros, Postest (Anexo H), grupo artístico de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia).
Tiempo de duración: 90 minutos	Temática: Cierre del programa
Desarrollo	
<p>Bienvenida y encuadre (20 minutos): se iniciará la sesión dando la bienvenida a los participantes y realizando con ellos la dinámica de saludo denominada <i>Konichiwa</i> o Saludo Chino, el cual se explicará previamente a los participantes. Luego del saludo, se les pedirá que se sienten en el suelo, que saquen la tarea de ‘Me anuncio’ que les fue asignada en la sesión anterior y la enseñen a sus compañeros, iniciando por el que tienen a su lado derecho, el cual leerá con calma lo que ha escrito su compañero de la izquierda. Cuando la hoja de ‘Me anuncio’ regrese a su dueño, se les pedirá a todos que la peguen en una cartelera que se ha dispuesto en la entrada del salón, donde posteriormente todos podrán ver en conjunto los ofrecimientos o necesidades de sus compañeros y tomarle una foto o apuntes para contactarlos si así lo desean.</p>	

Presentación de la temática (5 minutos): después de la actividad de 'Me anuncio', se comentará a los adolescentes que se encuentran en la última sesión del programa, por lo que el encuentro de ese constará de tres acciones, en las que se recogerán las experiencias que juntos vivieron durante todo el proceso.

Desarrollo de la temática (35 minutos): la primera acción consistirá en presentar a los participantes un corto vídeo, previamente editado, en el cual se muestran los trabajos y actividades realizadas durante el proceso, lo cual dará pie para establecer una conversación en torno a las experiencias positivas y/o negativas de dicho proceso desde las percepciones y opiniones de los adolescentes que hicieron parte de él.

Luego de lo anterior, se realizará una dinámica que tendrá como objetivo el disponer de un espacio para la expresión de sentimientos y emociones entre los participantes, permitiéndoles con ello configurar en sus memorias un momento agradable dentro del programa, además de ampliar y fortalecer esas relaciones que se fueron tejiendo entre ellos.

La dinámica iniciará disponiendo en una pared del salón varios sobres abiertos (a modo de buzones, cada uno con el nombre de un participante).

Una vez se haya corroborado con los participantes que no hace falta ningún sobre, se entregará a cada participante seis hojas iris de diferentes colores, en las cuales deberán escribir y/o dibujar mensajes de apoyo, agradecimientos o propuestas de amistad para cada uno de los compañeros del taller, aclarándose que no es obligatorio firmar dicho mensaje.

Cuando todos hayan terminado de expresar el mensaje en las hojas, se les indicará que pueden introducirlas en los sobres correspondientes a esos compañeros a quienes les escribieron. Cuando cada participante lo haya hecho, se les permitirá descolgar su respectivo sobre y leer el contenido. A medida que van leyendo, la coordinadora puede sugerirles que pueden atesorar esos mensajes y leerlos sobre todo en aquellos momentos donde necesiten levantar el ánimo.

Posteriormente, se reunirán de nuevo a los participantes y se les darán las indicaciones para la realización del postest (**Anexo H**), aclarándose en qué consiste dicha prueba, su finalidad y el modo en que la desarrollarán.

Una vez lo realicen, deberán volver al salón para dar clausura a la sesión y al programa, con la presentación de un grupo artístico de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia).

Comentarios finales (10 minutos): antes de despedir a los adolescentes, se establecerá con ellos una corta conversación, con el objetivo de conocer, por parte de cada uno, cómo se sintió en el taller, qué le aportó a su vida, lo que más le gusto, lo que no le gustó y sus propuestas para otros talleres.

Tarea: ser siempre personas felices, soñadoras y fuertes ante cualquier adversidad.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.4. Cronograma

La propuesta de intervención social está proyectada para ser desarrollada en un tiempo aproximado de cinco meses, a partir de la ejecución quincenal³ de cada sesión, de acuerdo al orden planteado en la tabla 1.

Respecto a las actividades de cada una de las sesiones, cabe mencionar que se encuentran diseñadas para ser ejecutadas con una duración que oscila entre los 90 y 120 minutos en promedio.

Una vez aclarado lo anterior, se prestan el siguiente cronograma en el que se ilustra el orden, los tiempos de ejecución y responsables del desarrollo del programa de intervención social, cuyo cumplimiento es fundamental para alcanzar los objetivos planteados en éste y evitar encarecimientos en el mismo.

³ Cada dos semanas.

Figura 6*Cronograma*

Cronograma de la intervención social																											
Duración de la ejecución del programa en meses			5 meses																								
N° de la sesión	Actividad	Semanas																				Responsables					
		Mes 1					Mes 2					Mes 3					Mes 4						Mes 5				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20						
1	Introducción al programa																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
2	Cada persona es una narración																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
3	Toda vida tiene un propósito																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
4	Una experiencia de vida que inspira																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
5	A mi ritmo																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
6	Una experiencia de vida desde la música																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
7	Modelando mis experiencias y emociones																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
8	Danza para la confianza																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
9	Picnic literario																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						
10	Todo comienzo tiene un final																				Orientadores (psicólogo/a, trabajador(a) social, gestor cultural)						

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.5. Recursos

Para implementar la intervención social propuesta a partir de las diez sesiones planteadas en el apartado de Actividades y tareas, se hace necesario el contar con un conjunto de recursos financieros, materiales, tecnológicos, humanos y espaciales, que favorezcan el desarrollo adecuado de dicha propuesta.

Estos recursos, de manera especial los referidos espacios, mobiliario y tecnología, serán dispuestos por las bibliotecas en las cuales se ejecutarán las diferentes sesiones y por entidades públicas o privadas que se unan al programa. Estas últimas asumirán la mayor parte de los costos financieros del proyecto en lo que respecta a contratación de personal, transporte y software para el análisis de datos cuantitativos y cualitativos.

A continuación, se relaciona en la tabla 12, los recursos ya mencionados y que previamente también han sido descritos en cada una de las sesiones (véase apartado 3.3.1).

Tabla 12*Recursos necesarios para la implementación de la intervención social*

Recursos	Descripción
Recursos administrativos y financieros	Se hará necesario contar con el aval de la Biblioteca Popular N.2 y la Biblioteca Público-escolar de Granizal para ejecutar la intervención, además de suscribir un acuerdo o convenio entre la Alcaldía de Medellín quien administra las bibliotecas públicas de la ciudad, y las diferentes entidades públicas o privadas que deseen unirse al desarrollo del programa de intervención social
Recursos Humanos	<p>Profesionales en:</p> <ul style="list-style-type: none"> * <i>Coordinador(a) del programa</i>: será la persona encargada de orientar el desarrollo y correcto desempeño del programa, desde un control y seguimiento al mismo en todos sus aspectos (objetivos, presupuesto, recursos, tiempos, acuerdos, participantes, logros) * <i>Psicólogo (a)</i>: desempeñará un rol de orientador. Su presencia se hace fundamental en todas las actividades para orientar y acompañar los componentes psicológicos y pedagógicos de las temáticas y las acciones en las que los mismos tengan lugar, antes, durante y después de cada actividad. * <i>Trabajador(a) social</i>: desempeñará un rol de orientador. Será el profesional encargado de orientar el diseño, mejora y ejecución de las temáticas de cada sesión desde sus conocimientos y habilidades profesionales en el ámbito social y de intervención. * <i>Gestor(a) cultural</i>: desempeñará un rol de orientador. Sus funciones se desarrollarán entorno al diseño, mejora y ejecución de las temáticas de cada sesión referentes al componente artístico, cultural y creativo, por lo que acciones como la gestión de artísticas y articulaciones entre los participantes del programa serán el eje de sus actividades. * <i>Procesador y analistas de información</i>: será la persona encargada en recopilar, digitalizar y analizar la información de los diferentes instrumentos

	<p>de recolección empleados en la evaluación del programa.</p> <p>Invitados: El parcero del Popular N.8; Alejandro Londoño (Alkimista); conjunto de capoeira y grupo artístico de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia).</p>
Tecnológicos	<p>Video <i>Beam</i></p> <p>Pantalla de proyección</p> <p>Consola de sonido</p> <p>Dispositivo con acceso a cámara</p> <p>Computador con acceso a internet</p> <p>Música</p> <p>Película: El niño que domó el viento/ Chiwetel Ejiofor.</p> <p>Video: memorias de las sesiones</p>
Espaciales y físicos	<p>Salón con capacidad mínima para 25 personas</p> <p>Zonas verdes alrededor de cada biblioteca.</p> <p>20 sillas</p> <p>5 mesas redondas</p>
Materiales	<p>Papelería: Hojas de papel bond, lápices, lápices de colores, marcadores, cajas de cartón fichas bibliográficas, papel iris, notas adhesivas, tijeras, retazos de tala, colbón, cinta adhesiva, papel <i>kraf</i></p> <p>Impresos: todos los anexos</p> <p>Libros: Borges y yo de Jorge Luis Borges; Yo voy conmigo de Raquel Díaz Guerrero</p> <p>Bitácoras previamente armadas</p> <p>Arcilla, agua, palillos de bambú o monda dientes.</p> <p>Manteles</p> <p>Pelotas de ping-pong</p> <p>Palomitas de maíz</p>

Transporte	Una Vans para el transporte de los participantes entre bibliotecas
-------------------	--

Fuente: Elaboración propia, 2022.

3.6. Evaluación

Los procesos de evaluación, dentro de los programas de intervención tienen como finalidad el apoyar la gestión de los mismos, a partir de acciones de control y seguimiento que permitan estar al tanto de los avances de las actividades y de la vida del programa en general, para de este modo tomar decisiones racionales orientados a la mejora constante y óptima.

Partiendo de lo anterior, la evaluación del presente programa de intervención se centrará en sus objetivos, proceso y resultados, a partir de una metodología mixta, con el empleo de técnicas cuantitativas y cualitativas, la cual, como lo expresa Ballester (2004) citado en Orte *et al.* (2014), nos permite obtener un conocimiento más amplio de los resultados estudiados y por ende un análisis y un conocimiento mayor.

Dentro de este proceso, también se hará necesario el contar con un análisis financiero, que permita valorar la viabilidad del programa desde factores esenciales como: inversión de las partidas presupuestales de cada actividad, uso de los recursos e implementación de los rubros determinados, desde registros y seguimientos financieros claros y ordenados por parte del coordinador del programa.

Para llevar a cabo este proceso evaluativo se conformará un equipo evaluador interno, integrado por el coordinador del programa, y los profesionales de psicología, trabajo social y gestión cultural.

En este orden de ideas, se contratará con una evaluación interna, de tipo formativa e integral, desde las siguientes tres perspectivas temporales:

Evaluación inicial (ex-antes): se realizará antes de iniciar las sesiones centrales de la propuesta de intervención a partir de un pretest, el cual alude a la aplicación de la prueba *Escala de resiliencia* (Eer) desarrollada por Wagnild y Young (1993) y adaptada para el contexto colombiano por Crombie *et al* (2015).

Esta prueba, la cual consiste en un cuestionario de *autorreporte* con 25 ítems, tipo Likert, permitirá identificar las cualidades personales que benefician la adaptación individual o resiliencia de un individuo, es decir, establecer el nivel de resiliencia de los

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

estos y hacer un análisis psicométrico de los mismos, a partir de la evaluación de dos factores y cinco características de resiliencia definidas por Wagnild y Young (1993) (Véase figura 5)

Para su aplicación se requerirá que el grupo de participantes compartan características similares (adolescentes de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia)); que su aplicación se realice en un ambiente adecuado para el participante (cómodo y sin posibilidades de interrupciones), que el orientador no monitorear la prueba para no influir en el resultado y que antes de su realización se otorguen las indicaciones de manera clara y amable (Crombie, López, Mesa y Samper, 2015).

Respecto a su valoración y análisis, se deberán tener presente las siguientes normas de calificación expuestas por Crombie *et al.* (2015):

- Cada uno de los ítems debe ser calificado en una escala de Likert de 1 a 7
- En los casos donde el participante no indique que tan conforme esta con un reactivo, se deberá asignar a esa respuesta vacía la calificación intermedia de 4
- Para calcular la puntuación total de u test, se deberá sumar las respuestas de los ítems, teniendo presente que el puntaje varía entre 25 y 175, siendo los más altos los que indican una mayor resiliencia.

El pretest descrito estará acompañado de una observación directa del comportamiento de los participantes y un acercamiento a sus experiencias de vida, a partir de lo consignado en la bitácora entregada a cada participante y en el diario de campo de cada orientador, como herramientas para la evaluación inicial.

Evaluación procesual (intermedia): consistirá en una evaluación continua, que permitirá realizar un seguimiento al proceso de la intervención y establecer acciones de mejoras, en caso de ser necesario, desde el desarrollo de las actividades y el cumplimiento de objetivos.

Para su realización se emplearán como técnicas la encuesta y la observación, a partir de un cuestionario aplicado a los participantes y un cuestionario aplicado a los colaboradores, después d cada sesión, además del diario de campo de cada orientador y los seguimiento a las bitácoras, en las que los profesionales del programa podrán

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

apreciar las visiones, opiniones, reflexiones y avances de cada adolescente, y con ello la evolución de las actividades, lo acorde de las metodologías y el alcance de objetivos.

Evaluación final (ex-post): esta evaluación permitirá valorar la eficiencia y eficacia de la propuesta de intervención social, mediante la aplicación de un posttest, que corresponderá a la misma prueba de Escala de resiliencia (ER) aplicado en la evaluación inicial, con el objetivo de realizar un comparativo entre los resultados de ambas pruebas y determinar si se presentaron cambios o no en los niveles de resiliencia de los adolescentes entre el antes y el después de las actividades de intervención.

En esta evaluación, se contará con el cuestionario final aplicado a los participantes, donde se escucharán sus voces como participantes centrales de la intervención; y con las observaciones y análisis finales consignados por los orientadores en los diarios de campo, a partir de las conversaciones obtenidas con los participantes en la última sesión, donde se indagará por la metodología, contenidos, logística, resultados y experiencias suscitadas antes y durante las sesiones de intervención.

Todo el diseño evaluativo anterior, permitirá obtener un análisis amplio y enriquecedor sobre la gestión del programa de intervención social propuesto, con el objetivo de mejorar la resiliencia en adolescentes de la Comuna 1 Popular de Medellín (Colombia) a partir del arte.

4. Conclusiones

Desde la presente Trabajo de Fin de Máster (TFM), orientado a diseñar una propuesta de intervención social, para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia), se hace un reconocimiento al arte como mecanismo de resistencia en aquellos contextos caracterizados por la presencia y predominancia de factores de riesgos para la infancia y la adolescencia.

Y es que se logra exponer, desde diversos estudios, postulados teóricos y el mismo diseño metodológico de la propuesta de intervención social, cómo las diferentes manifestaciones artísticas como la música, la escritura, el cine, la pintura, la escultura y el acercamiento a otras experiencias artísticas de personas oriundas del mismo contexto, contribuyen a la generación y fortalecimiento de habilidades de resiliencia en los adolescentes, dese un reconocimiento de sí mismo, una interacción con el otro y una apertura a las realidades del entorno y a la generación de nuevas alternativas para contribuir a su mejoramiento desde lo personal y colectivo.

Lo anterior se refleja en las diez sesiones propuestas para la realización de la intervención social, desde cuyos objetivos y temáticas, pensadas a partir de las propuestas realizadas en diferentes estudios sobre resistencia, se procuró brindar herramientas para el desarrollo de habilidades de resiliencia, partiendo de la lúdica, la creatividad, el acercamiento a otras experiencias y el arte, como eje generador de las dinámicas de introspección, reflexión, integración y puesta en acción de cada uno de los participantes.

Por otra parte, la propuesta se orientó, desde sus planteamientos centrales, a brindar y favorecer espacios de interacción, socialización y aprendizaje significativo para cada participante, partiendo de la generación de confianza, el reconocimiento del otro como igual y un acompañamiento constante y profesional por parte de los orientadores involucrados en su desarrollo, con el fin de obtener una participación activa y voluntaria por parte de los adolescentes y con ellos contribuir a la obtención de los resultados esperados de la intervención social.

Finalmente, es menester hacer mención de la evaluación proyectada para la propuesta de intervención, teniendo presente que ésta parte de un enfoque de evaluación mixta, que aunque no suele ser la más empleada, se ha tomado en consideración ya que posibilita la

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

combinación de técnicas e instrumentos que favorecen la obtención de información y análisis más amplios, además de permitir escuchar las voces de los diferentes participantes (tanto de los beneficiarios como los profesionales) para así conocer desde sus opiniones y aportes, la realidad de la gestión de la intervención en todos sus aspectos.

5. Limitaciones y Prospectiva

Esta propuesta de intervención social permite una ampliación de los conocimientos acerca de la incidencia del arte, desde sus diferentes manifestaciones, en los procesos de resiliencia llevados a cabo con adolescentes en situación de vulnerabilidad, constituyéndose en una posible fuente de consulta para futuras propuestas y estudios, en torno al tema de la resiliencia en adolescentes.

Igualmente, podría aportar al descubrimiento o fortalecimiento de técnicas, estrategias y recursos para realizar intervenciones apropiadas de manera más dinámica y lúdica, no solo en el ámbito cultural, sino también el educativo y psicosocial.

La posibilidad de ampliar el alcance de la intervención del programa a un mayor número de adolescentes ubicados en otras comunas de la ciudad de Medellín,, cuyos contextos presentan características sociodemográficas y riesgos sociales similares a las de la Comuna 1 de Medellín, a partir del desarrollo de un programa de mayor envergadura en cuanto a objetivos, metodología y recursos, favoreciendo con ello el poder medir, a mediano y largo plazo, no sólo el proceso y resultados del programa, sino su impacto en los beneficiarios directos e indirectos de cada contexto.

La ampliación de este alcance, también podría aplicarse a una intervención enfocada no sólo en el adolescente como individuo, sino también que involucre su familia, o miembros relevantes de ésta, teniendo presente el rol de la familia en los procesos de construcción de resiliencia de los niños, niñas y adolescentes, al configurarse en un respaldo para ellos ante la adversidad, el trauma, la tragedia, las amenazas y las situaciones de alto estrés a la que se ven enfrentados estos grupos poblacionales, al habitar territorios con altos índices de riesgos sociales. Por lo que una intervención de mayor alcance podría combinar factores de riesgos y factores protectores, teniendo la familia como eje de estos últimos.

En cuanto las limitaciones, se observa durante el desarrollo del TFM, que aunque han sido muchos los estudios y reflexiones sobre intervenciones en torno al arte y la resiliencia,

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia) enfocadas en la población adolescentes, la mayoría de estos se han llevado a cabo en el ámbito educativo formal o regulado, lo que conlleva a tener que establecer conexiones entre los diferentes planteamientos existentes y el enfoque cultural y artístico formulado desde la propuesta de intervención diseñada, para lograr una fundamentación teórica que aporte a la misma, lo que permite vislumbrar que aún quedan muchos campos por explorar respecto al objeto de este diseño de intervención social, de manera especial a lo que corresponde al ámbito cultural en general, y las artes en particular, teniendo presente que son espacios de gran impacto en la formación, desarrollo e integración social de las comunidades.

Por otro lado, respecto a una futura implementación de la intervención propuesta, será necesario tener presente que los profesionales podrían encontrar limitaciones o dificultades en cuanto a la articulación con instituciones, la disposición de los recursos requeridos o el acceso al público que se desea impactar, por lo que una activa y eficaz gestión de alianzas con entes públicos y/o privados se hace fundamental.

Otro limitante podría encontrarse en los tiempos establecidos para la ejecución de la intervención, por lo que se hace necesario el reconocer previamente a la población y consensuar con ella el tema de horarios y disposición para participar activamente durante el tiempo de duración establecido para dar por culminado el programa.

Finalmente, es de resaltar que, aunque la propuesta no fue desarrollada por cuestiones de disposición de tiempo y condiciones de salud personales, es un diseño que cuenta con todos los elementos requeridos y óptimos para ser aplicado en espacios con las características contextuales establecidas para ello.

Referencias bibliográficas

- Alcaldía de Medellín (2015). *Perfil demográfico 2016-2020. Comuna 01 Popular*. Medellín. https://www.medellin.gov.co/iri/go/km/docs/pccdesign/SubportalDelCiudadano_2/PlandeDesarrollo_0_17/IndicadoresyEstadsticas/Shared%20Content/Documentos/ProyeccionPoblacion2016-2020/Perfil%20Demogr%C3%A1fico%202016%20-%202020%20Comuna%2001_Popular.pdf
- Alcaldía de Medellín (2021). *Informe del Sistema de Alertas Tempranas de Medellín SATMED*. Medellín.gov. https://www.medellin.gov.co/iri/go/km/docs/pccdesign/medellin/Temas/Satmed/Noticias/Shared%20Content/Imagenes/2020/Informe_marzo_2021.pdf
- Alejo, S., Betinotti, V. & Broitman, M. (2015). *Arte y resiliencia*. Ediciones UNL. <https://bv.unir.net:2769/es/ereader/unir/77107>
- Amoroch, M. P. & Pérez, L. P. (2012). Resiliencia y desplazamiento en niñas y niños a través del arte (Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Javeriana). Javeriana. <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/12291/AmorochCruzMariaPaula2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Avilés, J. (2013). Análisis psicosocial del Cyberbullying: claves para una educación moral. *Papeles de psicología*, 34(1), 65-73. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4418713>
- Bernard, B. (1999). Applications of resilience: possibilities and promise. En M. Glantz & J. Johnson (eds.), *Resilience and Development: positive life adaptations*, (pp. 269–277). Plenum Publishers
- Bother, Y., Hernández, Y. & Tibocho, L. (2008). *Prueba de resiliencia para el contexto colombiano PR5*. Universidad Manuela Beltrán.
- Brambring, M., Löesel, F. & Skowronek, H. (1989) *Children at Risk: Assesment, Longitudinal Research and Intervention*. Walter de Gruyter
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 71-82. doi: 10.1002/da.10113. PMID: 12964174.

- El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)
- Crombie, P., López, M., Mesa, M. & Samper, L. (2015). *Adaptación de la escala de resiliencia de Wagnild y Young*. Issuu. https://issuu.com/samperlina/docs/adaptacion_de_la_escalade_resiliencia
- Cyrulnik, B. (2001). *La maravilla del dolor*. Granica.
- Departamento Administrativo de Planeación (DAP). (2015). *Perfil Demográfico 2016-2020*. Medellín. Alcaldía de Medellín. https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/PlandeDesarrollo_0_17/IndicadoresyEstadisticas/Shared%20Content/Documentos/ProyeccionPoblacion2016-2020/Perfil%20Demografico%202016%20-%202020%20Total%20Medellin.pdf
- Cyrulnik, B. (2003). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Gedisa.
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) (2020). *Proyección Censo Nacional de Población y Vivienda*. DANE. <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/censo-nacional-de-poblacion-y-vivenda-2018>
- García, I. (2020, abril 3). *Autodisciplina* [Vídeo]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=dPvgCM0f0OU&ab_channel=IsraGarc%C3%ADa
- García, M. & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- Glicklen, M. (2006). *Understanding Resilience*. In *Learning from resilient people: Lessons we can apply to counseling and psychotherapy*. Thousand Oaks: Sage Publication.
- Granados, L., Alvarado, S. & Carmona, J. (2016). Narrativas y resiliencia. Las historias de vida como mediación metodológica para reconstruir la existencia herida. *Revista CES Psicol.*, 10(1), 1-20.
- Grotberg, E. (1995). *The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children*. Wisconsin.

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

Grotberg, E. (1997). The International Resilience Project: Findings from the Research and the Effectiveness of Interventions. *Psychology and Education in the 21st Century: Proceedings of the 54th Annual Convention of the International Council of Psychologists*. <http://resilnet.uiuc.edu/library/grotb97a.html=note1>

Holling, C. (1973). Resilience and Stability of Ecological Systems. *Annual Review of Ecology and Systematics*, 4, 1–23. <http://www.jstor.org/stable/2096802>

Heise, D. (2014). Stealing and resilience in art education. *Journal of the National Art Education Association* 67(3), 26-30.

Huesca, F. (2020). La forma estética en Hegel: el arte como un vehículo cognitivo. *Tópicos del Seminario*, (43), 105-121. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-12002020000100105&lng=es&tlng=es

Jiménez, V. & Gallego, L. (2018). Resiliencia y arte en un grupo de jóvenes de la comuna 21 de la ciudad de Cali [Trabajo de grado, Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium]. Unicatolica. <https://www.repository.unicatolica.edu.co/handle/20.500.12237/1449>

Kaplan, H. (1999). Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models. En M. Glantz & J. Johnson (eds.) *Resilience and development: positive life adaptations* (pp. 17–84). Plenum Publishers

Kotliarenco, M., Cáceres, I. & Alvarez, C. (Eds.) (1996). *Resiliencia: Construyendo en adversidad*. CEANIM. <https://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-resiliencia%20libro.pdf>

Llanos, M. (2020). Arte, creatividad y resiliencia. recursos frente a la pandemia. *Avances en psicología*, 28(2), 191-204. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n2.2248>

Luthar, S. & Cushing, G. (1999). The construct of resilience: Implications for interventions and social policy. *Development and Psychopathology*, 26(2), 353–372.

Luthar, S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562

Martín, C. (2019). Educar la resiliencia desde la pintura, el cine y el teatro. Revista INFAD De Psicología. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 173–182. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1541>

- El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)
- Masten, A. (2001a). Resilience come of age: Reflections on the past and outlooks for the next generation of researchers. En M. Glantz & J. Johnson (eds.), *Resilience and Development: positive life adaptations*, (pp. 281-296). Plenum Publishers
- Masten, A. (2001b). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Ministerio de Educación (2022). *Sistema educativo colombiano*. Mineducación. <https://www.mineducacion.gov.co/portal/Preescolar-basica-y-media/Sistema-de-educacion-basica-y-media/233839:Sistema-educativo-colombiano#:~:text=El%20sistema%20educativo%20colombiano%20lo,%2C%20y%20la%20educaci%C3%B3n%20superior.>
- Molina, E. M. (2006). Autoestima y adolescencia. *Revista Digital Investigación y Educación (I+E)*, 3(26), 1-8. <https://www.csif.es/contenido/sevilla/general/105637>
- Mundet, A., Fuentes, N. & Pastor, C. (2017). El fomento de la inclusión social infantil a través de los lenguajes artísticos. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, (29), 143-156. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6226985>
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M. A., Suárez, E. N., Infante, F. & Grotberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. Organización Panamericana de la Salud (OPS) – Organización Mundial de la Salud (OMS) – Fundación W. K. Kellogg – Autoridad Sueca para el Desarrollo Internacional (ASDI). <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-resiliencia%20OMS.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). *Violencia juvenil*. WHO.INT. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence>
- Organización Panamericana de la Salud. (2018). *Acelerar el progreso hacia la reducción del embarazo en la adolescencia en América Latina y el Caribe*. OPS. https://www.unicef.org/lac/media/1336/file/PDF_Acelerar_el_progreso_hacia_la_reducci%C3%B3n_del_embarazo_en_la_adolescenc.pdf
- Orte, C., Amer, J., Pascual, V. & Vaqué, C. (2014). La perspectiva de los profesionales en la evaluación de un programa de intervención socioeducativa en familias. *Pedagogía social*.

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

Revista Interuniversitarias, 24, 163-182.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4727995>

Ospina, H. F., Salazar, M. y Velásquez, V. (2017). El antimilitarismo como postura de vida que habita y transita los cuerpos de jóvenes en un colectivo colombiano. *Aletheia*, 9(1), 38-57.

<https://aletheia.cinde.org.co/index.php/ALETHEIA/article/view/378>

Paczkowski, M. (2020). *Arte y resiliencia. Los relatos de la mediación artística en los contextos de vulnerabilidad y exclusión, desde el propio sujeto* [Tesis doctoral, Universidad Ramón Llull. Mediacionartística].

<https://mediacionartistica.files.wordpress.com/2021/06/tesis-arte-y-resiliencia-maria-paczkowski.pdf>

Pineda, S. & Aliño, M. (1999). El concepto de adolescencia. En Cuba, Ministerio de Salud Pública (Ed.), *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud de la adolescencia* (pp. 15-23). MINSAP. <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/>

Proantioquia (2020). *¿Cómo va la calidad de vida de los jóvenes de Medellín y el Valle de Aburrá?*. Proantioquia. <https://www.medellincomovamos.org/system/files/2021-10/docuprivados/MCV%20C%C3%B3mo%20va%20la%20calidad%20de%20vida%20de%20los%20j%C3%B3venes%20en%20Medell%C3%ADn%20y%20el%20Valle%20de%20Aburr%C3%A1%202020.pdf>

Ramognini, M. E (2008). *Arte y resiliencia en niños en situación de riesgo psicosocial. Estudio de Sistematización de los primeros años de la actividad de la fundación Casa Rafael 2006 a 2008*. Fundación Casa Rafael. Casarafael. https://www.casarafael.org.ar/wp-content/uploads/2012/09/Arte_y_Resiliencia.pdf

Rodríguez, M., Pereyra, M. G., Gil, E., Jofré, M., De Bortoli, M. & Labiano, L. M. (2009). Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia versión argentina. *Revista Evaluar*, 9(1), 72–82. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.465>

Ruiz, P. (1998). *Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes: Proyecto de promoción de la salud mental para adolescentes y padres de adolescentes*. Ministerio de Sanidad y Consumo Centro de Publicaciones.

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

<https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

Secretaría de Inclusión Social, Familia y Derechos Humanos Unidad de Niñez. Alcaldía de

Medellín (2020). *Diagnóstico situacional de niñas, niños y adolescentes de Medellín: Hacia la potenciación de sus subjetividades políticas, la garantía de su desarrollo y su protección integral.* Concejo de Medellín.

<https://www.concejodemedellin.gov.co/sites/default/files/Anexo%201.%20Ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.pdf>

Vanistendael, S. (2006). *La résilience ou le réalisme de l'espérance. Blessé, mais pas vaincu.*

Bureau International Catholique de l'Enfance. Bice. Org.

https://bice.org/app/uploads/2012/06/236publication_la_resilience_ou_le_realisme_de_lesperance_blesse_mais_pas_vaincu_2006_copyright_bice.pdf

Vanistendael, S. (2011). La resiliencia no se construye a cualquier precio, siempre tiene una

dimensión ética. [Entrevista].

https://www.ub.edu/web/ub/es/menu_eines/noticies/2011/Entrevistes/stefan_vanistendael.html

Vázquez, M., L. Gómez, C. y Lugo, C. (2008). *Historia del Arte.* Cengage Learning Editores, S.A.

Vinaccia, S., Quiceno, J. & Moreno, E. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Revista Colombiana*

de Psicología, 16, 139-146.

<http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1011/1471>

Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric. *Journal of nursing*

measurement, 1(2), 165-178.

Anexo A. Seguimiento a cada sesión del programa (Colaboradores)

Seguimiento a cada sesión del programa Colaboradores

Sesión N°	Fecha: __/__/__	Nombre del colaborador y rol:	
Nombre de la sesión:		Lugar de ejecución:	
N° de participantes:	Hora de inicio:	Hora de finalización:	
VALORACIÓN DE LA INTERVENCIÓN POR MOMENTOS			
Momento	Observaciones y percepción		
Bienvenida y encuadre			
Presentación de la temática			
Desarrollo de la temática			
Comentarios finales			
Tarea			
OBSERVACIONES GENERALES			
Actitud de los participantes:			

Metodología empleada:
Tiempo de ejecución de la actividad:
Recursos dispuestos y empleados:
Desempeño de los colaboradores:
Participación de los Invitados:
Logros:
Limitaciones:
Aspectos para mejorar:
Valoración sobre los recursos dispuestos y empleados:
Notas:

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Anexo B. Formato Evaluación de la sesión (participantes)

Evaluación de la sesión Evaluar para mejorar

Sesión N° _____

Fecha: _____

Edad: _____

Barrio: _____

Con el propósito de evaluar la sesión, te invitamos a diligenciar la siguiente encuesta en la que encontrarás 15 ítems a valorar de 1 a 5 según corresponda, de la siguiente manera:

Marca con una **X** la valoración que otorgas a los siguientes criterios, teniendo presente que 1 es la valoración más baja y 5 la valoración más alta.

CRITERIOS DE VALORACIÓN	1	2	3	4	5
Te sentiste cómodo(a) durante la sesión					
Los temas vistos se ejecutaron según lo programado					
El encuentro lleno sus expectativas e intereses					
El taller ha sido útil para conocerte y comprenderte mejor					
El taller te ha sido útil para tener una visión realista de ti mismo y de tus propias posibilidades					
La temática abordada puede ser aplicable en su cotidianidad					
El tiempo de duración de la sesión fue adecuado para abordar la temática y desarrollar las actividades					
Se contó con condiciones favorables en cuanto a instalaciones y equipos durante el encuentro (recursos físicos, tecnológicos, materiales, humanos)					
El colaborador tuvo dominio sobre la temática expuesta					
Fue acertada y coherente la retroalimentación y la solución de inquietudes durante la sesión					
La metodología y recursos empleados fueron adecuados, llamativos y dinámicos					
Tu participación fue adecuada y activa					
La participación de los demás participantes fue adecuada					
Está satisfecho con el programa					

Para finalizar cuéntanos brevemente:

¿Qué es lo que más te ha gustado de la sesión?

¿Qué es lo que menos te ha gustado de la sesión?

¿Qué propuestas de mejora podrías brindar para la sesión?

Agradecemos el haber diligenciado esta encuesta.

Anexo C. Con mis habilidades apporto

Con mis habilidades apporto.

Mis habilidades



Las necesidades de mi barrio o comuna



¿Cómo podría aportar a la solución de esas necesidades, desde mis habilidades?



Fuente: Elaboración propia, 2022.

Anexo D. Decálogo para la autoestima

Decálogo para la autodisciplina

1. Define con claridad tus metas y sueños (mantenlos a la vista) y establece una fecha límite para cada uno de ellos (en días, meses, años)
2. Establece un plan de acción con mínimo 5 acciones a realizar para alcanzar cada sueño, con decisión, confianza y perseverancia.
3. Haz pequeños cambios en tu vida cada semana, hasta convertirlos en hábitos.
4. Afronta los cambios y los temores dando lo mejor de ti.
5. Administra el tiempo de manera proactiva, de acuerdo con las metas que te has planteado. Recuerda que es mejor ya, que más tarde.
6. Sé el protagonista de tu vida y reconoce tus habilidades.
7. Observa las cosas buenas que tienes a tu alrededor y recuérdalas constantemente.

8. Cuida de tu cuerpo y de tu mente.

9. Confía y apóyate en tu red familiar, de amigos y compañeros, que harán que te sientas fuerte en momentos de debilidad.

10. Recuerda todos los días que, la constancia y el compromiso, son la clave del éxito.

Siéntete orgulloso de lo lejos que has llegado y cree en lo lejos que llegarás.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Anexo E. Metas a corto plazo

1. Mi meta es _____

¿Qué haré?

	Semana 1	Semana 2
a. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Al finalizar la semana, marca cada casilla según corresponde: Logrado (✓) Pendiente (X)

¿Por qué lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

¿Cuándo lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

¿Cómo lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

2. Mi meta es _____

¿Qué haré?

	Semana 1	Semana 2
a. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Al finalizar la semana, marca cada casilla según corresponde: Logrado (✓) Pendiente (X)

¿Por qué lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

¿Cuándo lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

¿Cómo lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

3. Mi meta es _____

¿Qué haré?

	Semana 1	Semana 2
a. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Al finalizar la semana, marca cada casilla según corresponde: Logrado (✓) Pendiente (X)

¿Por qué lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

¿Cuándo lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

¿Cómo lo haré?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____
- e. _____

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Anexo F. Así soy yo



Imagina que vas a participar en un concurso, donde se encuentran buscando a personas que sean sinceras consigo mismas y con los demás, para hacerlas parte de un proyecto mundial que marcará la historia de la humanidad.

El primer requisito es enviar una corta descripción de sí mismo, en la que se destaquen habilidades, miedos, hobbies, saberes, defectos, cualidades, hábitos, sueños, proyectos y cualquier otro aspecto de gran relevancia que te describa.

A partir de lo anterior ¿Qué escribirías?



El segundo requisito es que envíes un dibujo de tí, donde reflejes tu apariencia física y lo que has escrito anteriormente.

A large empty rectangular box with a black border, intended for a drawing. In the center of the box, the text 'Así soy yo' is written in a light gray, rounded font.

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Anexo G. Me anuncio

ME ANUNCIO

Nombre: _____ Edad: _____

Lo que puedo ofrecer a los
demás

Mis necesidades.
Lo que me gustaría aprender de mis compañeros

Fuente: Elaboración propia, 2022.

Anexo H. Prueba pretest y postest

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LA RIOJA
FACULTAD DE _____

PRUEBA ESCALA DE RESILIENCIA (ER) (ADAPTACIÓN COLOMBIANA)

Con la finalidad de valorar tu nivel de resiliencia, te invitamos a responder las siguientes preguntas, indicando tu nivel de conformidad con lo expresado en cada una de ellas.

Indicaciones: A continuación, encontrarás 25 preguntas y al frente de ellas una escala del 1 a 7. Deberás leer con detenimiento cada pregunta y asignar a cada una de ellas un número, según a lo que consideres de manera personal.

Ten presente que el **1 representa el menor puntaje**, es decir que está en “**desacuerdo**” y el **7 representa el mayor puntaje**, significado que estás “**de acuerdo**”.

Adaptación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Ítem	En Desacuerdo				De acuerdo		
	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7
2. Suelo arreglármelas de una u otra manera	1	2	3	4	5	6	7
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás	1	2	3	4	5	6	7
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo	1	2	3	4	5	6	7
5. Si debo hacerlo puedo estar solo(a)	1	2	3	4	5	6	7
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7. Generalmente me tomo las cosas con calma	1	2	3	4	5	6	7
8. Me siento bien conmigo mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidido(a)	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas	1	2	3	4	5	6	7
12. Me tomo las cosas una por una	1	2	3	4	5	6	7

El arte como mecanismo de resistencia: propuesta de intervención para mejorar la resiliencia en adolescentes en situación de vulnerabilidad en la Comuna 1 de Medellín (Colombia)

13. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares	1	2	3	4	5	6	7
14. Soy autodisciplinado(a)	1	2	3	4	5	6	7
15. Mantengo interés por las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general encuentro de qué reírme	1	2	3	4	5	6	7
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene sentido	1	2	3	4	5	6	7
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto si hay personas a las que no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

Agradecemos el haber diligenciado esta prueba.

Fuente: Elaboración propia, a partir de Crombie *et al.* (2015).

Anexo I. Consentimiento informado

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LA RIOJA

FACULTAD DE _____

CONSENTIMIENTO INFORMADO

YO, _____, identificado (a) con documento de identidad No. _____, de _____, autorizo al Programa de _____ la participación de _____, de _____ años de edad, en la aplicación de las pruebas que hacen parte de la intervención social que tiene por nombre _____. Así mismo, reconozco voluntariamente y comprendo los alcances del trabajo que será aplicado, y que sus resultados serán utilizados bajo los criterios académicos y de intervención y con la supervisión de las entidades correspondientes.

En constancia firmo, el día _____ del mes _____ del año _____.

Firma Padre / Madre o Tutor (a):
_____. Documento de Identidad No:
_____ de: _____.

Fuente: Elaboración propia, 2022.