

**Estrategias para
implementar la
campaña institucional
Mi Familia, Mi Fuerza**

**Proceso de
capacitación de la
Fuerza Aérea Colombiana**

Julio Abel Niño Rojas
Editor académico



**Estrategias para implementar
la campaña institucional
Mi Familia, Mi Fuerza**

**Proceso de capacitación de la
Fuerza Aérea Colombiana**



**Estrategias para implementar
la campaña institucional
Mi Familia, Mi Fuerza**

**Proceso de capacitación de la
Fuerza Aérea Colombiana**

Julio Abel Niño Rojas
Editor académico



Moncaleano Buitrago, Alexander

Estrategias para implementar la campaña institucional Mi Familia, Mi Fuerza. Proceso de capacitación de la Fuerza Aérea Colombiana/Alexander Moncaleano Buitrago, [y otros nueve autores]; Editor académico, Julio Abel Niño Rojas, Bogotá: Universidad Santo Tomás, 2020.

58 páginas;

Incluye índice y referencias bibliográficas (páginas 53-55)

ISBN: 978-958-782-299-1

E-ISBN: 978-958-782-300-4

1. Relaciones de pareja 2. Familia -- Historia 3. Proyectos de vida 4. Relaciones de familia 5. Relaciones humanas
6. Comunicación en la familia -- Relatos personales – Programas 7. Autoestima I. Universidad Santo Tomás (Colombia).

CDD 616.981

CO-BoUST

© Julio Abel Niño Rojas, editor académico, 2020

© Alexander Moncaleano Buitrago, Claudia Johana López Rodríguez, Diana Janneth Laverde Gallego, Diana Ximena Ramos Martín, Dora Isabel Garzón De Laverde, Elsa de Los Ángeles Rodríguez Caldas, Horacio Duarte Fernández, Juan Camilo Muñoz Millán, Juan Guillermo Manrique y Luz Marina Moncada Torres, autores, 2020

© Universidad Santo Tomás, 2020

Ediciones USTA

Bogotá, D.C., Colombia

Carrera 9 n.º 51-11

Teléfono: (+571) 587 8797, ext. 2991

editorial@usantotomas.edu.co

<http://ediciones.usta.edu.co>

Corrección de estilo: Elisa Amézquita Ospina

Diseño y diagramación: Juliana Pardo Torres

Hecho el depósito que establece la ley

ISBN: 978-958-782-299-1

E-ISBN: 978-958-782-300-4

Primera edición, 2020

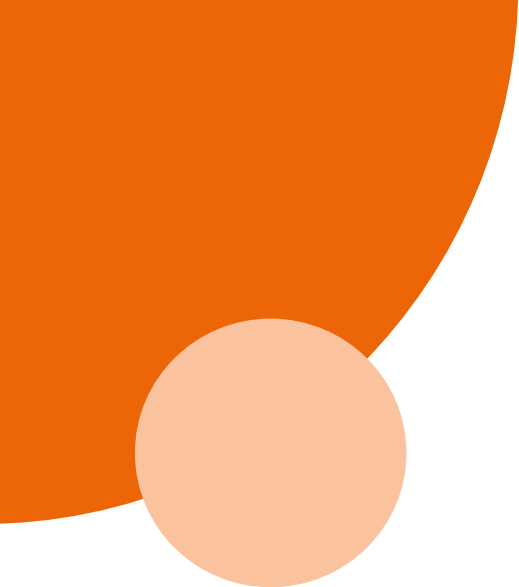
*Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta obra,
por cualquier medio, sin la autorización expresa del titular de los derechos.*

Impreso en Colombia • Printed in Colombia



Contenido

Presentación	6
Palabras de la Fuerza Aérea Colombiana	8
Actividades de capacitación	10
Comunicándonos en familia	11
Entrenando líderes responsables	17
Constructores de sueños	19
Dejando huella	23
Mi familia mi fuerza	29
Encuentro de solteros	33
Encuentro de solteros y casados	40
Caminando desde el corazón	45
Encuentro de parejas	49
Referencias	53
Fuentes complementarias	54
Sobre los autores	56



Presentación

Este documento es producto del desarrollo del proyecto denominado “Ejecución del plan de prevención y promoción a partir de entrenamiento familiar basado en valores, dirigido a las familias de la FAC (Fuerza Aérea Colombiana) en apoyo a la campaña institucional Mi Familia, Mi Fuerza”, el cual fue desarrollado entre la USTA (Universidad Santo Tomás) y el Ministerio de Defensa Nacional de Colombia en 2017.

Los proyectos desarrollados fueron realizados por profesionales docentes y egresados de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás. Estos proyectos se denominaron: Comunicándonos en familia; Entrenando líderes responsables; Constructores de sueños; Dejando Huella; Mi Familia, Mi Fuerza; Encuentro de solteros y casados; Caminando desde el corazón; y Encuentro de parejas.

Comprender la familia como la principal organización humana de la sociedad y de expresión de la cultura permite reconocerla como el eslabón más fuerte dentro de la estructura de las instituciones; de allí que existan leyes para protegerla y promover su bienestar. En este caso, la FAC abre la posibilidad de un acompañamiento a las familias que permita consolidar sus relaciones y vínculos.

Para lo anterior, la USTA –coherente con sus principios de formación integral y humanista– propone este trabajo con las familias, el cual está orientado a posibilitar espacios donde se construyan estrategias con miras a movilizar las capacidades de la familia en sus contextos y en las redes en las que coexiste.

El concepto de familia, abordado desde un enfoque sistémico-construccionista y complejo de las ciencias, permite trascender su comprensión de su composición biológica y los roles asignados socialmente, a una que involucra la interpretación de la construcción de las relaciones afectivas, los patrones interaccionales, los sistemas de creencias y las historias que tejen en sus experiencias vitales. El modelo formativo que se presenta en esta propuesta está centrado en una perspectiva que comprende que el cono-

cimiento emerge de las relaciones y de la posibilidad de interactuar con el otro y aprender con el otro, pretendiendo así la construcción conjunta del cambio que es visible en el contexto en donde está inmersa la familia. De esta manera se definió el taller como la estrategia pedagógica.

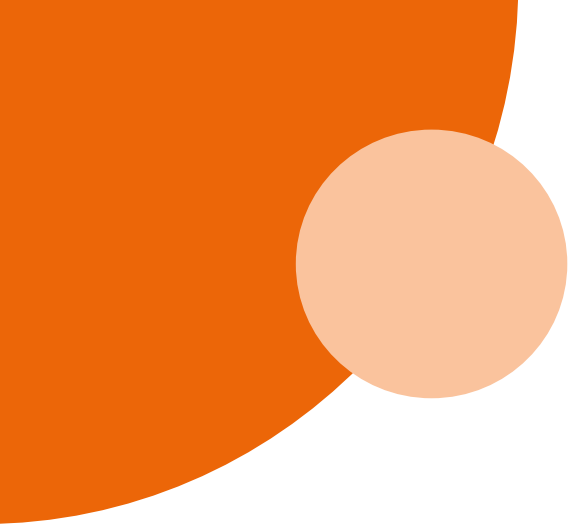
La presente propuesta se caracteriza por un diseño metodológico que permite la construcción de didácticas que promuevan el diálogo, la reflexión y la comprensión contextual de las vivencias de las familias; de tal manera que sea a través de la conversación donde emerjan procesos de cambio y nuevos relatos que constituyan la comprensión de la vida cotidiana. En lo metodológico, los talleres se entienden como el dispositivo de trabajo en grupos y con grupos, y dispone de una serie de prácticas para lograr un efecto, en el cual cobrarán importancia las relaciones entre lo verbal y lo no verbal, lo dicho y lo no dicho, los discursos y las prácticas (Cano, 2012).

De este modo, el taller, como lo afirma Betancourt (2007), permite que los asistentes:

1. Logren la construcción de conocimiento a partir de este y su contacto con la experiencia y la realidad en la que se desenvuelve.
2. Realicen una vinculación teórico-práctica en el proceso de aprendizaje.
3. Experimenten el aprendizaje como seres integrales, articulando lo intelectual y lo emocional.
4. Promuevan la inteligencia social y la creatividad colectiva, en donde el conocimiento se adquiera por un proceso de acción-reflexión.

Teniendo en cuenta lo anterior, el taller se constituye como una estrategia formativa y de capacitación, que permitirá que los participantes generen nuevas comprensiones frente a su manera de ver sus problemas y dilemas; es decir, de forma experiencial y vivencial. Esto permitirá, a su vez, nuevas oportunidades de ver la vida, dando cuenta de lo positivo y creando alternativas para el cambio.

Julio Abel Niño Rojas
Decano Facultad de Psicología
Universidad Santo Tomás



Palabras de la Fuerza Aérea Colombiana

Pocas campañas institucionales han tenido el nivel de aceptación y apropiación alcanzado por Mi Familia, Mi Fuerza. Esto puede apreciarse y verificarse fácilmente, con solo observar la manera en la que la gran mayoría de las damas y los caballeros del aire de nuestra Fuerza Aérea Colombiana se han apropiado de este eslogan para convertirlo en una manifestación de su esencia, de lo que son y de lo que sienten. En ello no ha habido distinción de rangos; y poco importa que se sea oficial, suboficial, soldado o personal no uniformado. Incluso, no está condicionado por el estado civil; que se esté casado o se continúe siendo soltero no impide que se utilice el nombre de la campaña para señalar un sentido de pertenencia y de identidad.

Pueden aventurarse distintas hipótesis para explicar este fenómeno, pero estoy convencido de que todo puede sintetizarse en que, en esas cuatro sencillas palabras, hay un mensaje sensible, fuerte y poderoso, que trasciende hasta convertirse en una declaración en sí misma. De esta forma, decir Mi Familia, Mi Fuerza alude a esa identidad primaria que todos tenemos y lo que sentimos por esos seres queridos más próximos, con quienes directamente compartimos sueños y anhelos, e incluso preocupaciones y problemas, pues entre todos juntos es más fácil luchar, salir adelante y progresar. Poco importa el tipo de vínculo que los una: la afinidad, la consanguinidad o simplemente la amistad. Poco importa que sean muchos o sean pocos, ni tampoco el título que tengan quienes estén en ese círculo íntimo: padres, hermanos, abuelos, tíos, esposa, esposo, hijos o amigos. Todo pasa a un segundo plano, porque lo realmente importante es que la familia es perenne, no tiene límites, no se restringe, ni tampoco se agota, pues siempre está dispuesta a amar y a perdonar.

Es precisamente esa certeza —saber que está allí y que podemos contar con ella— la que nos brinda la fortaleza para levantarnos, erguir la cabeza, despejar la mente y el corazón, disponer el alma y luchar por cumplir nuestra misión. Es claro, entonces, que nuestra Familia nos da la Fuerza, nos motiva y nos inspira a servir con entrega, a cumplir con gallardía, a proceder con carácter, a luchar con honor, a perseverar frente a los retos y las dificultades, y a no rendirnos jamás ante la adversidad. Los integrantes de la Fuerza Aérea Colombiana bien sabemos esto y por ello reconocemos ese sitio preponderante y elemental de la familia, no solo como fundamento social, sino, especialmente para nuestro caso, como cimiento de toda nuestra institución.

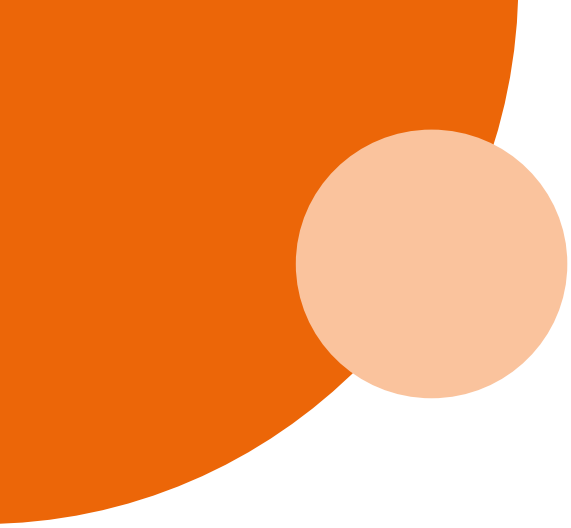
Esta es la razón por la cual la FAC ha desplegado un importante esfuerzo por promover el fortalecimiento de cada una de las familias que, a su vez, integran nuestra gran familia aérea. Esto con el fin de sensibilizar, educar y reivindicar los valores esenciales que estructuran los hogares, de forma tal que allí se forje un espacio en el que se potencie el crecimiento espiritual y emocional de todos sus miembros. Precisamente esta campaña se ha llamado Mi Familia, Mi Fuerza, y ella se ha desarrollado a través de diferentes metodologías, programas y estrategias que son recogidas y expuestas aquí, para así brindarnos un testimonio del gran trabajo cumplido por la Jefatura de Desarrollo Humano, a través de la Dirección de Familia y Bienestar Social.

Este es un trabajo que, como ya mencioné, ha rendido importantes frutos y que más allá de eso reivindicará su mayor logro en el futuro, cuando nuestras familias hayan trascendido, fortalecidas y realizadas. Ahora solo me queda por señalar que el éxito de esta campaña está definitivamente determinado por la participación de cada uno de los integrantes de la FAC y por su compromiso con la mejora en las condiciones de interacción familiar. Por esto, confiamos en que cada uno de ellos contribuya con este esfuerzo institucional, que sencillamente está inspirado en las palabras del escritor británico Sir John Bowring: “Una familia feliz no es sino un paraíso anticipado”.

Carlos Eduardo Bueno Vargas

General

Comandante Fuerza Aérea Colombiana



Actividades de capacitación

Esta cartilla toma el nombre de una de las actividades insignia de la campaña institucional de la FAC Mi Familia, Mi Fuerza.

Este material consta de diversas matrices en donde se desarrollan de manera esquemática las actividades de las nueve temáticas de la campaña institucional *Mi Familia, Mi Fuerza* (objetivo general, temas tratados, justificación, principios orientadores, preguntas orientadoras, descripción de actividades y aprendizajes significativos).

Se presentan las actividades con la mayor especificidad posible, pero se debe entender que su utilización como material pedagógico está sujeta a las competencias del profesional, a las características de los participantes y al contexto de aplicación.

La cartilla se enmarca en temáticas que fueron identificadas como centrales para la FAC y se desarrollaron por parte del equipo de profesionales de la USTA; como producto de ello, para la presente publicación, se realimentaron y ajustaron como guiones de talleres.

Taller *Comunicándonos en familia*

Comunicándonos en familia	
Objetivo general	Brindar herramientas que fortalezcan, sensibilicen y movilicen a cada uno de los participantes para construir un proyecto de vida familiar, el cual sea íntegro en relación con la etapa del ciclo vital en el que cada uno se encuentre.
Temas tratados	• Comunicación en familia • Inteligencia emocional • Autoestima • Fortalecimiento familiar.
Justificación	La familia se concibe como el pilar sobre el que se construye la sociedad; y, en ese sentido, la solidez y la calidad de esta permite que sea pensada como una entidad fuerte en el interior de las instituciones que componen el contexto social. Así, pues, las relaciones humanas, específicamente las familiares, se construyen y manifiestan a través de la comunicación. En ese sentido, la calidad de esta se vuelve la base sobre la cual se construirá el proyecto de vida familiar que cada persona desee poner en marcha de acuerdo con su etapa del ciclo de vida. El encargo social y ético que adquiere el profesional que trabaja con las familias se relaciona, por un lado, con la activación de recursos en el interior de un sistema que, en situaciones denominadas críticas, desarrolla cambios y transformaciones como parte del transitar de una fase del ciclo vital a otra. Por otro lado, se relaciona con las recursividades que se observan en los sistemas humanos, con el fin de propiciar el desarrollo de recursos creativos en los diversos modos de ser familia. La FAC se caracteriza por interesarse y brindar un acompañamiento completo para el desarrollo de las competencias de sus funcionarios y, así mismo, de las personas que integran sus familias. Esto da cuenta del compromiso social de la institución, ya que generar espacios donde se puedan desarrollarlo mejorar las habilidades comunicativas, posibilita que cada una de las personas y miembros de la familia que participan puedan repensar y poner en práctica la construcción de relaciones claras, significativas y afectuosas que marquen sus historias y vivencias. Según Hernández (2005), la familia busca reconocer y resolver las necesidades emocionales de cada uno de sus integrantes, a través de la construcción de relaciones afectivas que determinan el estilo de interacción con otros contextos (laborales, académicos, sociales, entre otros). Con base en esto, resulta importante fortalecer a la familia en su función de brindar seguridad a sus integrantes, para favorecer y posibilitar la expresión y desarrollo de las emociones, y cuidar el desarrollo de estas.

Principios orientadores

Comprender a la familia como un sistema, invita a pensarla como un todo, diferente a la suma de sus individualidades, ya que se reconoce que está conformada por partes interdependientes que posibilitan un conjunto de relaciones mutuamente condicionadas (Hernández, 2005). De este modo, el desarrollo de las relaciones que se construyen en el interior de la familia resulta de gran importancia, ya que es el sistema que garantiza el bienestar general de sus integrantes y posibilita el crecimiento afectivo, el cual será diferente a través del tiempo y momento vital por el que atraviesa la familia.

Estupiñán y Hernández (2007) entienden la familia como unidad o sistema organizado complejamente desde su condición de flexibilidad, movilidad y apertura; y reconocen la transformación constante de esta institución, ya que está sujeta a los cambios en sus condiciones, modos de vinculación y dinámicas culturales y sociales.

Por lo tanto, se configura como principio la capacidad de las familias y de los profesionales para cuestionar generativamente sus propios mitos, creencias y significados de lo que se espera o cree que es la familia desde un posicionamiento ético y estético. Esto conecta con la construcción de vínculos saludables, afectivos y desde una disposición emocional de cuidado entre sus miembros. Reconocer la identidad de la familia representa una comprensión de sus patrones de interacción como secuencias comunicacionales que le brindan sentido y legitimidad al sistema, y su repetición en el tiempo las van estableciendo en principios de relación familiar. Según Hernández (2005) “...el tiempo forma parte de la definición interna de toda organización activa, y la actividad, como fenómeno inherente al cambio, solo ocurre en el tiempo. Además, el cambio es una de las condiciones necesarias para la supervivencia de los sistemas” (p.35). En este sentido, se destaca la autonomía de las familias para asumir esta dimensión temporal como una forma de adaptación a las exigencias de la sociedad.

De manera complementaria, y retomando el hecho de que la familia se constituye como una de las instituciones con mayor fuerza a la hora de evaluar el potencial y el progreso social, vale la pena mencionar la definición de Berenstein (2004):

(...) la familia debe definirse en términos de una “asimetría” que determina la responsabilidad del adulto con respecto al niño. Más allá de quienes integren el grupo familiar, el acento debe estar en la transmisión de la ley y la asunción de los roles esperados de protección y asimetría (basada en una diferencia de saber, no de poder). La función central de la familia sería entonces la protección y cuidado de los más débiles para garantizarles un lugar en el mundo y un desarrollo que no los deje librados a la muerte física o simbólica. (p.75)

Preguntas orientadoras

- ¿Cómo se construyen y deconstruyen las premisas y significados sobre ser familia?
- ¿Cómo desarrollar comunicaciones generativas en las familias?
- ¿Cómo la inteligencia emocional favorece la construcción de vínculos saludables en el interior de la familia?
- ¿Cómo fortalecer el cuidado y la consideración por el otro en las familias?

Tema: comunicación en familia**Actividad 1.** Construcción de expectativas (15 minutos)

Instrucción: se presentan los objetivos de la jornada y la agenda de trabajo. Luego, se exploran las expectativas sobre el tema.

Actividad 2. Dinámica el nudo (15 minutos)

Introducción: se indica que formen grupos de 10 personas. Luego, deben organizarse en círculo y juntarse hasta que queden hombro a hombro. Una vez estén todos juntos, deben cruzar los brazos y tomar la mano del compañero del lado. Cuando están todos entrelazados, sin soltarse las manos, deben desanudarse volviendo a quedar en círculo.

Reflexión (15 minutos):

Al final de la dinámica se establece un diálogo sobre:

- ¿Qué les permitió salir del nudo en el que se encontraban?
- ¿Cuál fue la estrategia utilizada?
- ¿Qué papel tuvo la comunicación y la toma de decisiones para salir del nudo?

Actividad 3. Reflexión inicial sobre la familia (30 minutos)

Instrucción: el facilitador realiza una introducción, en la cual señala que cada familia es diferente y única.

Procedimientos: se le entrega a cada persona un formato que contiene unas preguntas reflexivas para responderlas de manera individual. Las respuestas pueden ser escritas o desarrolladas a través de un dibujo, una imagen o un eslogan que dé cuenta de las características de la familia.

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué caracteriza a mi familia?
- ¿Qué es lo mejor que tiene mi familia?
- ¿Cómo nos cuidamos y demostramos el afecto?
- ¿Qué necesitamos mejorar?

Socialización: por parejas, se realiza una conversación en la que socializan las características de cada familia.

Actividad 4. Características de la comunicación familiar (50 minutos)

Introducción: se socializa con los participantes un fragmento de la película *Relatos salvajes*.

- ¿Qué les llama la atención del relato? y ¿por qué?
- ¿Qué elementos del fragmento pueden suceder en la vida de las familias?
- ¿Qué otras formas de resolver los problemas relacionales conocen?

Socialización: se hace una presentación de las características de la comunicación familiar.

Materiales: 1 micrófono, lápices, hojas impresas con el anexo de las preguntas orientadoras y video: fragmento de la película *Relatos salvajes*. Vínculo del material pedagógico: <https://vimeo.com/140884931>

Actividad 5. Inteligencia emocional: lectura del relato *Mal carácter* (10 minutos)

Instrucción: se proyecta el relato *Mal Carácter* y se pide que los participantes lo lean. Luego, cada participante se toma 5 minutos para generar reflexiones que le permitan hacer conexiones con el manejo transformativo de los dilemas en las familias, en las que se privilegie una comunicación saludable y armoniosa para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

Material: *Los clavos del mal carácter: una gran enseñanza sobre las cosas que valen la pena*. Vínculo del material pedagógico: <https://www.guioteca.com/ser-padre/los-clavos-del-mal-caracter-una-gran-ensenanza-sobre-las-cosas-que-valen-la-pena/>

Actividad 6. Comunicación interpersonal e integridad familiar: juego de roles (40 minutos)

Instrucción: se organizan tres grupos de dos personas. A cada grupo se le dan las fichas de caso.

Procedimientos: actividad: comprador y vendedor, tres de ellos tendrán el rol de vendedores y tres de compradores.

Caso: Don Juan (vendedor) quiere vender un caballo, Relámpago, que es un hermoso semental, pero tiene un problema: tiene quebrada una pata. Él está buscando quién lo compre.

- Antes de iniciar el juego, solo se brinda esta información de presentación del caso a las personas que asumen el rol de vendedor.
- El caballo no ve de noche, se tira por los voladores, se desboca fácilmente, está enfermo y no puede llevar cargas pesadas.

Nota: se le indica a los vendedores que la idea es hacer el mejor negocio con los compradores.

- ¿Quién hizo el mejor negocio?
- ¿Qué errores se cometieron?
- ¿Qué parecido tiene esto con la realidad?

Socialización: se genera un espacio conversacional enfatizando la importancia de construir un proyecto de vida familiar íntegro desde la etapa del ciclo vital donde cada uno se encuentre.

Cierre: para usted, ¿qué fue lo más valioso de este encuentro? Se pedirá a los participantes decir en una palabra el mayor aprendizaje que les dejó el encuentro.

Tema: comunicación y familia

Actividad 1. Familia es emoción

Instrucción: se proyectan en video algunas historias que representan comunicaciones en familia y que permiten visibilizar diversas emociones. Por ejemplo, Mafalda, los Simpson, el Chavo, Betty la Fea, etc.

Procedimientos:

- Con la proyección de las historias y a través de la conversación con el grupo, se visibilizan diversos modos de relación familiar, las emociones que se tejen y las maneras de resolver tensiones.
- También se invita a los asistentes a pensar en cómo actúan ellos como familia, qué los caracteriza y qué podrían transformar para fortalecer y crecer en familia.

Actividad 2. Reconociendo los rostros de la emoción

Instrucción: para esta actividad es importante contar con una presentación con frases o imágenes que generen una emoción; por ejemplo, la foto de un cachorro que suscite ternura, una imagen escalofriante que produzca miedo, un chiste que genere risa, etc. Si no se cuenta con un proyector, es importante tener estas imágenes o frases en físico. Se sugiere como mínimo contar con cinco imágenes o frases.

Procedimientos:

- En un primer momento, se organiza al grupo por parejas: uno será A y el otro B. Los A se deben retirar por un momento para que no vean lo que se les muestra a los B. A los B se les enseñan las 5 imágenes y se les pide que escriban una lista con las emociones que les generó. Es importante que no hablen, solo escriban.
- Luego, se pide que entren los A y que miren a su pareja de frente. En este momento el moderador dirá en voz alta: “1”, que corresponde a la primera frase o imagen que se mostró. En este momento los B deben expresar con su rostro (no pueden hablar) la emoción que sintieron con la imagen o frase n.º 1. Después, se pide a los A que identifiquen la emoción que su pareja les quiere manifestar y, de igual modo, las vayan registrando en una hoja de forma enumerada. Este ejercicio se repite con todas las frases o imágenes.
- Al final, se le enseña a los A las imágenes o frases que se mostraron en un primer momento, para que así tengan la oportunidad de contrastar la emoción expresada con la comprendida.

Preguntas orientadoras

- ¿Qué tan atento estoy a la expresión de las emociones en el diario vivir?
- ¿Qué emociones predominan en el día a día con mi familia?
- ¿Qué puede pasar cuando una emoción es malinterpretada por los demás?, ¿cuál es mi responsabilidad frente a esta situación?
- Cuando mediante gestos, las emociones pueden resultar malinterpretadas, ¿qué tan importante es que las emociones sean expresadas verbalmente?
- ¿Con qué herramientas debe contar el otro para comprender mi emoción?

Materiales: lápices, hojas y diapositivas con imágenes o frases que susciten una emoción.

Aprendizajes significativos

- Apropiar las características para el desarrollo de una comunicación afectiva en familia.
- Comprender la importancia de la autoevaluación para la construcción de relaciones familiares.
- Reconocer el sentir propio y el de los demás para fortalecer la empatía en el hogar.
- Propiciar relaciones democráticas en el fortalecimiento de vínculos saludables.
- Incluir el reconocimiento del otro como factor decisivo en las relaciones que se construyen en la FAC y como elemento de aprendizaje.
- Conocerse más desde sus propias historias y experiencias.
- Incluir a la familia en sus proyectos vitales.
- Darse a conocer de manera distinta ante sus compañeros.
- Referir sus necesidades actuales desde lo emocional.

Fuente: elaboración propia.

Taller *Entrenando líderes responsables*

Entrenando líderes responsables	
Objetivo general	Entrenar a las y los profesionales de trabajo social para que fortalezcan sus habilidades personales y profesionales mediante el desempeño responsable, a partir de sus propias experiencias laborales.
Temas tratados	• Liderazgo, relaciones interpersonales y comunicación • Emociones e inteligencia emocional • El trabajo social y la intervención familiar • ¿Cómo no perderme en la vida cotidiana? • ¿Cómo conectar mis funciones del cargo y el encargo misional de familia? • ¿Qué retos tengo para la redefinición de mi quehacer en el apoyo a las familias?
Justificación	La capacidad de liderazgo en las organizaciones ha sido comprendida como una de las principales fuentes de eficiencia y eficacia necesarias para alcanzar los objetivos institucionales y desarrollar ventajas competitivas. El liderazgo es un proceso de aprendizaje y transformación personal y colectiva, que posibilita saber actuar de manera adecuada en la consecución de metas a nivel personal y profesional. Históricamente, el líder ha sido visto como persona con unos atributos o cualidades innatas dentro de un grupo específico; sin embargo, han sido innumerables las explicaciones para definir y caracterizar sus habilidades. Los líderes se van construyendo en una combinación entre sus características personales y las de sus condiciones de oportunidad de sus contextos de desarrollo sociocultural. Según Arroyo (2012), los líderes que triunfan son aquellos que pueden ajustar su conducta a las necesidades del ambiente organizacional; es decir, que tienen la capacidad para adaptarse al cambio y situarse, según la necesidad, desde un enfoque que dé dirección o apoyo en el momento que se requiera en la organización. Según Madrigal (2009), en algún momento hemos podido tener experiencias de liderazgo, que independientemente del origen de la formación de esta capacidad, siempre genera respeto por los otros y las organizaciones con que interactuamos.
Principios orientadores	La habilidad de comunicación para gestionar el potencial humano y profesional de cada uno de los individuos que conforman la organización. El uso de la inteligencia emocional en cada una de las decisiones que se toman en la organización y en cada relación que se establece con los miembros de esta. La creatividad como habilidad competitiva para la innovación y la resolución de conflictos. El liderazgo es una habilidad que hace más efectivo el desempeño personal y profesional los colaboradores. Al desarrollar esta actividad de liderazgo, los profesionales de trabajo social conocerán las herramientas necesarias para impulsar su desempeño personal y profesional, a través del conocimiento de sí mismos y el desarrollo de sus potencialidades.

Preguntas orientadoras	• ¿Qué nuevas posibles habilidades interventivas puedo desarrollar de cara a las realidades y demandas de las familias en la FAC? • ¿Cómo resignifico y potencializo mis acciones diarias en el sentido misional de la FAC con las familias?
Descripción de actividades	Actividad 1. Responder preguntas (20 minutos) Introducción: para esta actividad se espera que los participantes puedan construir y reconstruir conceptos desde sus experiencias personales. Preguntas orientadoras: • ¿Qué espera un equipo de trabajo de su líder? • ¿Qué actitudes considera que son fundamentales desarrollar para ejercer el liderazgo?
	Actividad 2. Representación de emociones (40 minutos) Introducción: para esta actividad se requiere de un trabajo personal, en el que se reconozcan y entiendan las emociones (miedo, dolor, rabia, alegría, placer y plenitud emocional) con base en situaciones pasadas en el contexto profesional. Actividad 3. Trabajar en usted mismo (30 minutos) Introducción: para esta actividad es necesario que los participantes realicen un pequeño ejercicio de introspección en el que reconozcan sus habilidades, fortalezas, debilidades y logros. Luego, deben construir un plan para mejorar y optimizar cada uno de ellos. Cierre: cada participante debe construir un plan para fortalecer sus debilidades, aprender de sus logros e identificar el líder que hay en cada uno.
Aprendizajes significativos	• Identificar el estilo personal del liderazgo y la forma en la que este influencia a otros. • Reconocer la habilidad de comunicación como determinante en las relaciones personales. • Aprender a gestionar el potencial humano y profesional de los colaboradores. • Lograr una gestión adecuada de las emociones en las relaciones con los miembros de la organización. • Reconocer la creatividad y la innovación como una habilidad competitiva. • Reconocer los recursos personales que promueven la resolución de conflictos. • Estructurar equipos de trabajo altamente efectivos. • Administrar el tiempo, el manejo efectivo de las reuniones y presentaciones efectivas.

Fuente: elaboración propia.

Taller *Constructores de sueños*

Constructores de sueños	
Objetivo general	Entrenar al personal de cadetes de las Escuelas de Formación para la consolidación del proyecto de vida, bajo un enfoque de valores y el reconocimiento de las potencialidades y habilidades en el entorno familiar, social y laboral.
Temas tratados	• Relaciones afectivas consigo mismo y con los demás. • Proyecto de vida centrado en los recursos personales.
Justificación	Se plantea como un espacio de reflexión con base en la experiencia que los participantes tienen en la actividad y en el que está implícito que el ser humano es capaz de resolver situaciones de su vida, así como de buscar estrategias y formas de proyección hacia el futuro, y emprender planes de acción en la vida cotidiana. Desde hace un tiempo, la psicología le ha dado gran validez al desarrollo de las emociones del ser humano en el contexto de las relaciones que construye con la ecología de los sistemas con los que interactúa. El ser humano quiere conocerse a sí mismo, visualizar su presente y proyectarse hacia el futuro. Un ser que está inmerso en una sociedad que inculca principios como el respeto, el sacrificio, el altruismo, la expresión del amor, el buen trato, la comunicación, entre otros. Estos principios están centrados en el cuidado del otro (Paba, Cerchiaro, Miele y Pacheco, 2004). Es por ello por lo que el poder reconocerse a sí mismo de manera apreciativa amplifica la posibilidad de generar identidad, sentido y pertenencia, de acuerdo con los objetivos y planes que los subsistemas familiares, sociales, políticos, académicos, entre otros, proponen. De esta forma, el proyecto de vida es la consecuencia de todas las habilidades, recursos y destrezas que el ser humano puede desarrollar para favorecer a las personas de su núcleo familiar, de su espacio laboral, de su entorno comunitario, de su país y de la sociedad en general. Desde esta perspectiva, los cadetes y alumnos de las Escuelas de Formación contarán con un espacio que les permitirá reconocerse a sí mismos en la construcción de ciudad, de familia y de país, que necesariamente están relacionados con el proyecto de vida que cada uno de ellos puede desarrollar. Para la Universidad Santo Tomás, poder construir espacios de reflexión centrados en el fortalecimiento del saber del ser humano es una misión y un compromiso. Somos hacedores de verdad y coconstructores del crecimiento y formación de la sociedad en general. Somos cocreadores de narrativas que posibilitan el cambio en los sistemas humanos desde una perspectiva constructivista-construccionista-compleja.

Principios orientadores

Con respecto al proyecto de vida como concepto, se reconoce como la capacidad de sintonizar lo personal y lo social, principalmente haciendo una proyección de lo que se espera y se desea como logro en el futuro, mediado por las posibilidades y el contexto (D'Angelo, 1994).

Estos conceptos expuestos tienen en cuenta las diferencias de cada ser humano. No podríamos pensar en un proyecto unificado que los incluya a todos; sería fundamental que cada persona, desde su autonomía, pudiera actuar libremente y con autenticidad.

De la misma manera, consideramos que el ser humano es un sujeto social ins-taurado en el lenguaje, que está inmerso en sistemas y subsistemas que lo in-tervienen. El lenguaje se constituye en la forma de comprender los fenómenos humanos (Echeverría, 1996). Es por ello, que nuestro vehículo es la conversación y quienes lo conducen son el observador y el observado, ya que juntos se incluyen en la construcción de mundos posibles.

La propuesta de conversar sobre un proyecto de vida para las personas, es una apuesta que la psicología realiza para amplificar y potencializar los recursos que como seres humanos tenemos para afrontar la vida. De igual manera, es un espacio para reconocer la autonomía que tiene cada persona para enfrentar circunstancias favorables y no favorables.

Preguntas orientadoras

- ¿Qué circunstancias personales influyen en la construcción de un proyecto de vida?
- ¿Qué recursos, fortalezas y capacidades debo tener en cuenta para favorecer mi proyecto de vida?

Descripción de actividades

Tema: constructores de sueños, una propuesta para el abordaje del proyecto de vida

Actividad 1. El maestro se ha disfrazado (50 minutos)

Instrucción: se debe tener en cuenta que una de las condiciones necesarias para emprender un proyecto de vida es reconocer cuáles son los recursos, fortalezas y potencialidades que como ser humano poseemos para enfrentar el mundo en que vivimos.

Preguntas orientadoras:

- ¿Por qué mi compañero puede ser el maestro?
- ¿En qué aspectos personales puedo reconocerlo?
- ¿Cuáles aspectos podrían ser importantes?

Procedimiento:

- Se dan cinco minutos para que cada participante revise qué aspectos de su vida personal deben mejorar para consolidar su proyecto de vida.
- Al finalizar el espacio, se construyen reflexiones sobre el cuidado, la solidaridad, la autonomía y la toma de decisiones en este momento de la vida.

Cierre:

Aquí se recogen aprendizajes de la actividad y se plantean espacios de ejecución para los proyectos de vida de los participantes.

Actividad 2. Mi proyecto de vida (60 minutos)

Instrucción: para esta actividad se espera contar con un espacio amplio para que los participantes realicen un dibujo de su proyecto de vida, en el que deben incluir las fortalezas y habilidades que les gustaría desarrollar.

Principios orientadores:

- Luego de realizar el dibujo, se ubican en parejas, con la persona que cada uno defina, y comparten su proyecto de vida.
- En el siguiente momento, por binas se reúnen para conversar sobre el trabajo.
- Para finalizar, se reflexiona sobre el proyecto de vida centrado en los recursos de los sujetos (historia del llanero).

Tema: soñadores y creatividad personal**Actividad 1.** La creatividad (20 minutos)

Introducción: este ejercicio busca generar un espacio común de interés, ilusión y construcción de la relación entre los miembros del grupo, con el fin de abrir posibilidades para que se conozcan.

Procedimientos:

- El grupo se ubica en cualquiera de estas dos opciones: en círculo (para espacios amplios con posibilidades de movimiento) o parados en un mismo lugar (para espacios tipo auditorio con pocas posibilidades de movimiento).
- Cada persona debe comentar algo que tenga que ver consigo mismo. Los que coincidan en dicha actividad se mueven (si están en un círculo) o levantan la mano (si están en un auditorio). Por ejemplo, ¿qué tipo de mañana has tenido? *Muévete si bebiste café por la mañana.* Todos lo que hayan bebido café por la mañana se mueven o levantan la mano.
- Se pasa de situaciones cotidianas a afirmaciones como: *muévete si has soñado ganarte la lotería, muévete si sueñas ser papá o mamá, muévete si has dejado de soñar,* etc.
- Finalmente, se invita a cada participante a que reflexione sobre su vida y sus proyectos personales.

Actividad 2. ¿Qué significa soñar? (40 minutos)

Instrucción: se inicia la sesión haciendo una pregunta a los participantes: ¿qué es soñar?

Procedimientos:

Con base en las respuestas del grupo, el facilitador va tomando nota e incentivando a los participantes a buscar múltiples respuestas. Luego, se presenta el video *Te atreves a soñar*. Vínculo del material pedagógico: https://www.youtube.com/watch?v=i07qz_6Mk7g

Cierre: se le realiza la siguiente pregunta a la audiencia: ¿qué cosas nuevas les hace pensar el video sobre los sueños? Luego, se hace una presentación que contiene imágenes, caricaturas e historias sobre los sueños y el proyecto de vida como una construcción permanente.

Actividad 3. Yo Sueño - poema (15 minutos)

Instrucción: se entrega a los asistentes una hoja en blanco.

Procedimientos:

- Cada uno debe escribir un texto tipo poema con base en las palabras de inicio *yo sueño*. El lápiz no se debe separar del papel en ningún momento. Si se para de escribir, se debe empezar de nuevo con *yo sueño*.
- Luego, se pide a los participantes que le pongan un título a su escrito. No es necesario compartirlo. El facilitador debe generar un ambiente en el que se les invite a leer para sí mismos lo escrito y conectarse con ello que sienten y piensan.

Actividad 4. ¿Hacia donde quiero ir?

Introducción: en esta actividad el facilitador genera una reflexión con base en las siguientes preguntas: ¿es posible no tener proyecto de vida?, ¿para qué sirve un proyecto de vida?, ¿hacia donde quiero ir?, ¿me atrevo a saltar hacia lo desconocido?, ¿cómo saco fuerzas para ello? Con dichas preguntas se les invita a pensar en los poemas elaborados anteriormente.

Procedimientos: antes de que los participantes respondan a las preguntas, se mencionan las siguientes recomendaciones:

- No repetir lo que ya se sabe que no funciona.
- Responder ¿qué tipo de relaciones nuevas se pueden crear?
- El sueño tiene un componente “utópico” y otro “realizable” (polo a tierra).
- Enfatizar las capacidades propias, para la propuesta de la resolución.
- La visualización del sueño resulta inspiradora para alcanzarlo.

Una vez identificado el sueño, los participantes deben definir:

- El objetivo: ¿para qué esta acción?
- Identificar el paso a paso en el desarrollo de la idea o *sueño*: ¿cómo se va a realizar?
- Los actores involucrados: ¿quiénes participarán?, ¿con qué recursos cuento para iniciar?, ¿cómo empezar?, ¿cuándo?, ¿cómo?, ¿con quién? y ¿cómo generar recursos nuevos?

Materiales: antes del encuentro, se le indicará a la audiencia que debe asistir con ropa cómoda, proyector y sonido, hojas en blanco, bolígrafos, lápices y marcadores permanentes.

- Reconocer la capacidad de soñar.
- Identificar sueños personales, familiares, colectivos y sus posibilidades de realización.
- Esbozar un plan de acción para el desarrollo de un sueño.

Taller *Dejando huella*

Dejando huella	
Objetivo general	Generar reflexiones y estrategias de cambio personal en la vida familiar, que integren procesos interpersonales relacionados con la capacidad de estar con el otro, reconocer los aspectos positivos, visualizar posibilidades futuras y empoderar al personal de oficiales y suboficiales que se encuentran en cursos de Ascenso en las Escuelas acerca de la importancia de contribuir al fortalecimiento de las relaciones familiares basado en valores.
Temas tratados	• Corresponsabilidad • Estructura familiar y transformaciones • Momento evolutivo de la familia • Sistemas relacionales, tipologías de la familia y valores de las familias • Formas de interacción entre los miembros de la familia.
Justificación	Comprender el ciclo de vida de las familias hace parte la construcción social que tiene esta, en donde se cumple una función autopoyética que busca mantener su organización e identifica procesos interaccionales que dan cuenta de la estabilidad, el mantenimiento y la autorregulación de sus miembros. Las transformaciones familiares definen el mantenimiento y en este las relaciones que son dadas por la transferencia de lo individual a lo familiar. Aquí se hace visible la jerarquización con cualidades únicas que definen los roles de cada uno de los componentes de ese todo, que finalmente son complementarios con la cultura, el contexto y lo social que los rodea. Todo esto en la búsqueda de un proceso adaptativo complejo que permite la supervivencia en un plazo largo a través de la transformabilidad (Hernández, 2013).

Principios orientadores

Se podría decir que entendemos nuestras vidas como historias en las que somos los personajes principales. Estas pueden ser narradas desde distintos roles: niño, joven, novio, esposo, amante o profesional; y en las que podemos relatarlos éxitos, los fracasos y lo que no logramos... Con base en ello, podríamos preguntarnos: ¿quiénes somos?, ¿con quiénes somos?, ¿para qué somos?, ¿en dónde estamos? y ¿con quién queremos estar?

Lo anterior podría responder a los problemas que son parte de las tramas de la vida y que dan cuenta de la secuencia y el desenlace de una película que, finalmente, hace parte de una historia creada por nuestras familias, nuestros amigos, nuestros trabajos, nuestras vivencias. En estas se resaltan los valores y aprendizajes dados por los personajes representativos en la vida.

Pero, ¿qué hace que las familias se consoliden a pesar de los problemas? Como lo refiere White y Epton (1990), citado por Gergen y Gergen (2011), el potencial político de volver a relatar es el que permite que las familias comprendan los problemas como un producto de las condiciones sociopolíticas, que es tomado, en oportunidades, como disfunciones personales.

Lo anterior permite comprender cómo se entiende la familia en un contexto social permeado por creencias, valores, aprendizajes y situaciones sociopolíticas, que deben ser percibidas como una corresponsabilidad entre todos los miembros que la componen. Esto sumado a las distintas interacciones posibles que puedan existir; es así, como comprendemos los mundos y las realidades sin encontrar malos y buenos.

Preguntas orientadoras

- ¿Cómo comprendemos nuestra historia familiar (la de cada uno)?
- Desde mi experiencia, ¿cómo reconozco los valores, mitos y ritos de la familia en donde crecí?
- ¿Cuáles son los rasgos que diferencian mi familia de otras?
- ¿Cuál es momento del ciclo de vida de mi familia?
- ¿Nuestras familias están estancadas?
- ¿Cómo se resuelven los problemas en mi familia?

Tema: conocerte y conocerte

Actividad 1. “Diferentes “tú” desde varios puntos de vista: construcción de historias de vida (10 minutos)

Instrucción: partamos de que el objetivo de este ejercicio eres tú, lector o lectora. ¿Quién o qué eres? Imagina que estás frente a un grupo numeroso de personas de todas las características y nacionalidades.

Descripción de actividades

Procedimientos:

Cada una de estas personas mira y después declara lo que ve ante sí. Por ejemplo:

Para un...

Biólogo
 Peluquero
 Profesor
 Hombre gay
 Cristiano fundamentalista
 Progenitor
 Artista
 Psicólogo
 Físico
 Ganadero
 Médico
 Hindú
 Amante

Tú eres...

Un mamífero
 Un peinado del año pasado
 Prometedor
 Heterosexual
 Un pecador
 Sorprendentemente exitoso
 Un modelo excelente
 Ligeramente neurótico
 Una composición atómica
 Un futuro cliente
 Un hipocondríaco
 Un estado imperfecto
 Una persona maravillosa

Pero si no hubiese nadie para identificarte, entonces, ¿qué serías?, ¿serías algo? Para finalizar la actividad, se organizan grupos de cinco personas y se realiza una reflexión centrada en cómo se sintieron desarrollando el ejercicio.

Materiales: hojas impresas con la columna del lado derecho y bolígrafos.

Tema: prejuicios que nos rodean

Actividad 2. Historias creadas por juicios de valor (20 minutos)

Instrucción: se presenta un fragmento de una película *Relatos salvajes*. Vínculo del material pedagógico: <https://vimeo.com/14088493>.

Preguntas orientadoras

- ¿Cuál es el principal problema de la familia?
- ¿Qué entendemos de la actitud del papá, trabajador y ciudadano?
- ¿Qué pudo haber llevado al actor principal a reaccionar violentamente?
- ¿Cree que esta forma de actuar viene de su familia o es parte de la sociedad en la que vive?
- ¿El actor principal es feliz al final?

Procedimientos: luego de ver el fragmento, los participantes deben reflexionar sobre las preguntas orientadoras y, después, deben conformar grupos de 3-4 integrantes. Cada grupo socializa en primera persona la reflexión general.

Materiales: proyector y sonido, hojas de papel y bolígrafos.

Tema: el cuento en el que el protagonista eres tú

Actividad 3. Rehistoriar a mi familia (20 minutos)

Instrucción: deben formarse grupos de 3-4 integrantes. Cada grupo debe crear una historia de una familia, en la que se debe exponer un problema que sea común entre todos los participantes. Además, esta historia se debe representar por medio de una escultura.

Procedimientos:

- La escultura y la historia se entregan a otro grupo, el cual debe rehistoriar este relato por medio de una escultura nueva que deben esculpir.
- Dos personas de cada grupo deben socializar la experiencia de rehistoriar la familia, explicarla historia y la escultura entregada, así como la rehistoria con la escultura nueva.

Materiales: greda o plastilina, papel y bolígrafo.

Tema: definición de “tu” familia

Actividad 4. ¿Qué vez en la familia? (20 minutos)

Instrucción: se proyecta una imagen y cada uno de los participantes debe observar de manera detallada todo lo que tiene el dibujo.

Procedimientos: los participantes describen lo que observan:

- ¿Encuentra alguna similitud con su familia?
- ¿Qué personaje de los que están allí le parece que está pensando en la familia?
- ¿Con cuál personaje se identifica?

Cierre: con base en el ejercicio anterior se reflexiona sobre lo que es *ser familia*, teniendo en cuenta el momento del ciclo vital de esta.

Tema: estructura familiar y tránsitos

Actividad 5. Idea de pinturas (30 minutos)

Instrucción: se conforman cuatro grupos; uno de los grupos es el pintor y los otros la pintura. El grupo pintor tiene que crear un cuadro con el molde, es decir, con el otro grupo. No debe ser un cuadro normal, sino que tiene que ser una obra auténtica.

Procedimientos:

- Las caras de la pintura deben tener formas expresivas (enfado, insulto, alegría, sorpresa, etc.), pero tienen que ser expresiones que signifiquen a una familia en un estado específico. Esta debe recibir un nombre y el pintor debe describir lo trazado. Luego, se cambian los roles, y el pintor pasa a ser pintado y el pintado a ser pintor.
- Los pintores pueden usar el ambiente como parte de la obra.
- Del grupo en general se escogen dos críticos de arte, quienes evalúan las pinturas y sus nombres, y eligen la mejor de acuerdo con unas categorías preestablecidas.

Materiales: espacio para el desarrollo de la pintura y participantes.

Tema: valores en la familia**Actividad 6.** ¿Para qué? (20 minutos)

Instrucción: los participantes se deben organizar en cuatro grupos. A cada uno se le entrega una lista de tres valores familiares, y cada grupo debe relacionar en un papel para qué sirven estos valores en la vida cotidiana.

Valores de la familia:

- | | |
|-------------------|---------------|
| • Integridad | Sabiduría |
| • Justicia | Consideración |
| • Igualdad | Valentía |
| • Amor | Veracidad |
| • Responsabilidad | Bondad |
| • Libertad | Tolerancia |
| • Justicia | Tradición |
| • Honradez | Respeto |

Materiales: impresión de hojas con los valores, hojas de papel en blanco y bolígrafos.

Tema: ritual de cierre**Actividad 7.** Cicatrices de familia (20 minutos)

Instrucción: se realiza una contextualización sobre la metáfora de las *cicatrices que deja la familia y cómo se pueden sanar*. Luego, se presenta un video relacionado.

Aprendizajes
significativos**Procedimientos:**

- Una vez finalizada la presentación del video *Un ángel llora* de Annete Moreno (2009), se invita a la reflexión sobre la comprensión de los diferentes momentos de los ciclos vitales de la familia y cómo se afrontan con o sin cicatrices.
- Se solicita al grupo que escriba una carta a su familia en la que expresen una cicatriz que quieren cerrar.

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué ocurre en esta familia?
- ¿Identifica el ciclo vital de la familia?
- ¿Cómo deben ser tratados los problemas?
- ¿Cuántas veces se presenta la muerte en esta familia?
- ¿Qué le diría a un amigo que estuviera en una situación similar?

Materiales: proyector de video, sonido, hojas de papel y bolígrafos.

- Vincular positiva y generativamente las crisis que se presentan las familias.
- Comprender la importancia de la construcción permanente del *self* definido en los encuentros.
- Reconocer su rol en el contexto familiar.

Fuente: elaboración propia.

Taller *Mi familia mi fuerza*

Mi familia mi fuerza	
Objetivo general	Resaltar los valores familiares para el fortalecimiento del proyecto de vida como individuo y como integrante de un grupo familiar.
Temas tratados	• Comunicación • Resolución de conflictos • Valores familiares.
Justificación	Algunas de las ideas construidas acerca del funcionamiento de la familia, hacen referencia a que cuando sus integrantes las viven de manera adecuada, representa un factor protector para su desarrollo. De igual modo, se destaca que los niveles de bienestar están determinados por múltiples factores, que no siempre son de autonomía del grupo familiar (Hernández, 2013). Con base en lo anterior, es importante comprender aquellos factores que pueden colocar en riesgo la construcción de dinámicas relacionales que favorecen o no el crecimiento de los sujetos en la familia. En este caso, un factor esencial es la comunicación. Como bien se dijo, existe un trabajo colaborativo entre la familia y la sociedad para la construcción de bienestar. Sin embargo, no todos los factores que ponen en riesgo dicho bienestar pueden ser claramente identificados y asumidos por alguno de los dos grupos. De esta manera se puede comprender la importancia de asumir un postura de corresponsabilidad y no de búsqueda de culpables o víctimas frente a las circunstancias. Por tal motivo, a pesar de la existencia de factores que dificultan la comunicación familiar, es importante reconocer las acciones que se pueden emprender desde la cotidianidad y con los recursos personales, sociales y culturales con los que cuentan los sujetos. En este orden de ideas, se desataca el compromiso social que asume la Fuerza Aérea Colombiana, al abrir un espacio de trabajo que posibilita el crecimiento no solo de la institución, sino de las familias que la integran a través de sus funcionarios. Hernández (2013) destaca que: La familia es un constructo cultural, constituido por valores sociales, tradicionales, religiosos y políticos, puestos en acción por sus miembros en la medida en que la forma que adquiere la familia, así como el estilo de relación entre las personas que la componen y las posturas políticas y religiosas inherentes a su constitución, son todas establecidas por el medio cultural. (p.15) Se retoma lo expuesto, en la medida en que cada familia, aunque no es completamente autónoma, puede interpretar y asumir este dictamen a través de su experiencia y legitimar patrones de relación que definen su identidad, como la construcción de valores familiares.

Principios orientadores	La presente intervención psicoeducativa retoma diversas comprensiones del paradigma sistémico. Algunos de sus principios posibilitaron el abordaje particular y complejo de las temáticas abordadas en el encuentro; por ejemplo, el principio de totalidad, el cual permite pensar a la familia como un sistema que no solamente es definido por sus integrantes, sino que, además, existen otras particularidades/generalidades que la caracterizan. Por otro lado, se retoma la teoría de la comunicación humana a través de la comprensión de los axiomas de la comunicación (Watzlawick, Helmick y Jackson, 1991). En estase identifican factores inherentes a la comunicación, los cuales facilitan o no la construcción de relaciones armónicas entre los seres humanos. El diseño de intervenciones psicoeducativas como esta, basadas en estos principios, promueven la construcción de contextos saludables que favorecen el desarrollo armónico del sujeto en sus dinámicas familiares y laborales.
Preguntas orientadoras	• ¿Cuáles son las características de la comunicación asertiva y con qué recursos personales y sociales cuentan los integrantes de una familia para desarrollarla? • ¿Cómo asumir el conflicto como una posibilidad de crecimiento a nivel personal y social? • ¿De qué forma los valores familiares se convierten en fuente de protección para la familia misma y cada uno de sus integrantes?
Descripción de las actividades	Tema: el reto de ser familia Actividad 1. Presentación y construcción de un contexto para el desarrollo del trabajo (10 minutos) y reto (50 minutos) Instrucción: se inicia resaltando la importancia de trabajar en equipo, ya que alcanzarel reto depende de la manera cómo se organicen todos. Procedimientos: • Se divide el grupo en dos subgrupos: a cada uno de los integrantes se les entrega un pimpón, junto con un adhesivo y un bolígrafo para que puedan marcar cada pelota con el nombre de un ser querido de su familia. Se debe marcar de tal forma que lo puedan identificar fácilmente, ya que pueden existir varias personas que lo marquen con el mismo nombre y el objetivo es que no se confundan. • Se debe elegir un pimpón líder que marcará el inicio de la rotación y el final de la actividad, pues todas las pelotas deben rotarse de mano en mano en el grupo. El objetivo es que cada uno de los participantes comprenda que en sus manos tiene una gran responsabilidad con su familia. • Se debenpresentar las siguientes reglas: • El pimpón se llamará familiar. • Ningún familiar puede caerse. • Ninguno de los integrantes podrá tener dos familiares en sus manos al tiempo. • Ninguno de los integrantes podrá quedarse sin un familiar en sus manos.

- Cada grupo tiene dos intentos de prueba. En la tercera ocasión se inicia formalmente la actividad, ya que deben desarrollarla en el menor tiempo posible. Los dos grupos deben asumir la palabra reto, no como uno consigo mismos, sino como un reto frente a los demás.
- Aunque en ningún momento se indica que durante la actividad están compitiendo con el otro grupo, es inevitable que no exista la sensación de competencia, la cual se reforzará a través de las siguientes indicaciones:
 - Queda poco tiempo.
 - Rápido que el otro grupo ya lo está logrando.
 - Otros grupos lo han hecho más rápido y mejor.

Esto permitirá que el grupo se perturbe y pueda cometer errores.

- Luego, se invita a la reflexión sobre las siguientes preguntas:
 - Teniendo en cuenta que la actividad se basaba en entregar/dar un ser querido en las manos del compañero, en mi familia, ¿qué estoy dispuesto a dar?
 - ¿Cómo me comunico con mi familia para lograr objetivos?
 - ¿Cómo me organizo con mi familia para solucionar conflictos?
 - ¿Qué pienso con respecto a que lo que ocurre en una familia no solo es responsabilidad de los integrantes, sino también de otros actores sociales, que pueden llegar a apoyar o no el cumplimiento de las metas familiares?
 - ¿Cómo manejo la presión social sobre lo que se espera de una familia?

Cierre: el facilitador debe orientar a los participantes para que presenten sus ideas y así construir diversas reflexiones de lo que representa la comunicación familiar.

Tema: mi familia es mi lema, mi escudo

Actividad 2. Características de la familia para afrontar la adversidad (35 minutos)

Instrucción: se da inicio evaluando lo que para los participantes representa el escudo de la Fuerza Aérea Colombiana. Las ideas que surgen de este ejercicio se conectan con el concepto de *sentido de pertenencia* y la seguridad y confianza que genera hacer parte de un grupo. De esta manera, se esboza lo que significa pertenecer a un grupo familiar y se solicita simbolizar gráficamente lo que representa la familia.

Procedimientos:

- De fondo se deben reproducir canciones que inviten a pensar en la familia, la unión y el amor.
- A cada uno de los participantes se le entrega una hoja tipo esquila.
- Se discute sobre lo que representa un escudo.
- Luego, deben construir un escudo que represente a su familia. Este debe tener elementos que caractericen los valores que desean mantener, fortalecer o construir. El escudo debe responder a la siguiente pregunta: ¿qué valores quiero que identifiquen a mi familia? y ¿qué valores nos protegerán?
- Finalmente, a cada uno de los participantes se le entrega una hoja que contiene un listado de indicaciones para mantener una comunicación afectiva y efectiva en casa.

Tema: hablemos claro, pero, ¿cómo?

Introducción:

- Es importante tener presente el momento y el lugar en el que se da la comunicación.
- Los gestos, palabras, volumen de la voz y momento en que se conversa influyen en la comunicación y deben ser acordes con el mensaje.
- En la comunicación es clave la empatía; es importante comprender genuinamente lo que el otro siente o quiere dar a conocer.
- Es importante hacerse responsable de cada palabra, esto posibilita conversar y no juzgar. Se debe hablar a título personal. Por ejemplo, es diferente decir “tienes la culpa de todo” a decir “yo pienso que tú también tienes responsabilidad”.
- Se debe recordar que escuchares diferente a oír. Escuchar implica atención y comprensión.
- En una discusión es muy importante no interrumpir al que habla, los turnos se deben respetar.
- Se recomienda no contraargumentar; por ejemplo: “Me siento mal” –“Pues yo también y más”.
- Se recomienda hablar en el aquí y en el ahora. Traer al tema eventos que ya pasaron o no han sucedido puede ampliar una discusión y dificultar llegar a acuerdos.
- Ser conciso y evitar decorar la información.
- Evitar errores e inexactitudes.

Cierre: la actividad finaliza con la presentación de algunos de los escudos y la intervención de los participantes, quienes deben decir en voz muy alta un valor que quieran que represente a sus familias. Esto se hará en secuencia rápida y finalizará con un aplauso.

Materiales: proyector, sonido, micrófono, carpetas con hojas blancas, bolígrafos, impresión del anexo: *Hablemos claro, pero, ¿cómo?*, pimpones, adhesivos y una esquila por cada participante.

Aprendizajes significativos

- Comprender los valores que se deben fortalecer en familia.
- Fortalecer las competencias para mejorar la comunicación familiar.
- Comprender los aspectos que ponen en riesgo la comunicación a nivel familiar y social.
- Reconocer los factores que promueven el conflicto.
- Reconocer los recursos personales que promueven la resolución de conflictos.
- Desarrollar las habilidades y competencias para trabajar en equipo.

Fuente: elaboración propia.

Taller *Encuentro de solteros*

Encuentro de solteros	
Objetivo general	Brindar herramientas que posibiliten la consolidación de un proyecto de vida familiar de manera responsable, teniendo en cuenta el desarrollo de este en los momentos vitales de soltería, consolidación de pareja o matrimonio.
Temas tratados	• Relaciones afectivas consigo mismo y con los demás • Proyecto de vida como soltero/a • Conformación de pareja • Vida familiar
Justificación	Los procesos implícitos en la construcción de un proyecto de vida, ya sea como soltero o como pareja, implican pensar en la construcción de dinámicas interaccionales que están permeadas por diversos componentes como el social, religioso, cultural, económico, entre otros. Estos configuran y posibilitan la construcción de un marco de referencias que le dan identidad y significado a estos momentos vitales. Tales particularidades se coconstruyen y tejen a través del lenguaje. Según Fonseca y Losada (2001), las separaciones representan cambios sociales que no solamente implican a la pareja, sino que también involucran a sus familias y los seres que la rodean. Por esta razón, se puede pensar que, a nivel de pareja, en una relación conflictiva o armónica no solamente se hacen explícitos factores individuales de los integrantes de esta, sino que, a su vez, emergen factores de orden social, en los que la relación no cumple con las expectativas de los sujetos involucrados. Constituir una relación familiar estable, sólida y armónica representa una revisión cuidadosa del contexto, de lo que cada persona es, lo que puede dar en una relación de pareja y lo que espera de esta relación, para poder asumir de una forma responsable este nuevo estado social de las personas. Con base en lo anterior, la familia de la FAC ha decidido implementar esta intervención grupal, con la proyección de promover una reflexión en los funcionarios solteros e invitarlos a prepararse conscientemente para asumir una relación, ya sea consigo mismo o de pareja, que le sea beneficiosa a nivel personal, social e institucional.

Principios orientadores

La intervención psicoeducativa que aquí se presenta retoma elementos de la terapia narrativa expuesta por Payne (2002), donde se comprende la relación con las personas como una forma de asistir sus inquietudes frente a la situación de vida que ha construido en la actualidad. Para este propósito, se abarcaron los momentos vitales de soltería y relación de pareja, con el fin de comprender las dinámicas relacionales complejas que se pueden llegar a tejer en un contexto institucional como lo es la FAC, y que pueden llegar a conflictuar la experiencia de vida en los proyectos académicos y laborales de la población implícita en esta actividad.

Los discursos sociales contruidos sobre lo que representa la soltería pueden estar enmarcados en premisas dominantes sobre lo que esté en el momento vital del *debe ser*. Por ejemplo, discursos dominantes de orden religioso que plantean que una persona *tiene que* construir una relación de pareja. En este caso, cuando una persona se relaciona rígidamente con estas versiones dominantes y su experiencia de vida no concuerda con lo planteado, su relato personal puede llegar a saturarse y configurar una experiencia vital de dificultad al no cumplir con lo que se estaría esperando.

El diseño de intervenciones psicoeducativas como la presente, a través de estrategias basadas en la educación experiencial, posibilitan la deconstrucción de discursos dominantes sobre la soltería y la pareja. Esto flexibiliza la relación de la persona con estas versiones y disminuye el efecto obstaculizante y opresor de su experiencia, para que pueda adoptar cualquier momento vital como un estilo de vida.

Preguntas orientadoras

- ¿Qué premisas sociales influyen en la construcción de un proyecto de vida como persona soltera o en una relación de pareja?
- ¿Qué referentes personales y sociales tengo sobre lo que representa un proyecto de vida familiar, ya sea en la soltería o en una relación de pareja?

Tema: soltería como decisión de vida o preparación para el matrimonio: historias y patrones culturales

Actividad 1. Construcción de expectativas (10 minutos)

Instrucción: para esta actividad se espera contar con un espacio sagrado, como una capilla, para invitar a los participantes a conectarse con la importancia del ejercicio y facilitar las comprensiones sobre la consolidación del vínculo.

Procedimientos: afuera de la capilla se reciben a los participantes para brindarles las siguientes indicaciones:

- El día de hoy es un día especial, en el día de hoy contraerán matrimonio con la pareja ideal.
- Antes de iniciar con la ceremonia, se les indica que por favor saquen las fotos de ellos junto con la de su ser querido y las lleven en sus manos mientras ingresan a la capilla. No importa que a la actividad asistan acompañados de su pareja, deberán ingresar de manera individual y cargando en sus manos las fotos de sus seres queridos.
- En la capilla sonará la marcha nupcial y los participantes deben ingresar en fila y distribuirse en la capilla.
- Se inicia con una oración hecha por un facilitador, en la que se pide sabiduría para el matrimonio que se va a contraer en este día.

Actividad 2. Características de una relación interpersonal consigo mismo y con los demás (15 minutos)

Instrucción: a cada participante se le hará entrega de un globo y un bolígrafo para que responda a las siguientes preguntas.

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué características debe tener una pareja ideal?
- ¿Cómo se puede mantener una relación?
- ¿Qué puede destruir una relación?

Procedimientos:

- Los participantes deben reflexionar sobre sus respuestas y luego sobre las que les complementaron sus compañeros.
- Se debe hacer énfasis en la reflexión sobre el nivel de compromiso que se debe tener en la construcción de una relación consigo mismo y con los demás. Esto permitirá acercarse a la comprensión de las relaciones como una construcción donde debe alimentarse la triada: tú, yo, nosotros.

Actividad 3. Comprensiones sociales: de lo dominante a lo saturado (15 minutos)

Instrucción: a cada uno de los participantes se le entregará una hoja que contiene un listado de comprensiones basadas en el humor negro sobre lo que representa ser pareja y ser soltero.

Tema: relación de pareja + prejuicios = “mal” matrimonio

Introducción: se leerán las siguientes frases para que por grupos reflexionen sobre estas:

- “Mi mujer y yo fuimos felices durante 2 años, luego, nos conocimos”.
- “Algún día tengo que casarme, no puedo ser feliz toda la vida”.
- “Solo tienes que casarte para aprender sobre los abogados”.
- “Lo bueno de estar soltero es que puedes salir con quien quieras”.
- “Soy soltero/a y hago lo que quiero (...) amor, si lees esto es una broma”.
- “Solteros: Situación Óptima, Libre de Traiciones, Errores Románticos y sin Obligaciones Sentimentales”.
- “Lo mejor de estar soltero/soltera es que vuelves a ser una naranja entera”.
- “La soltería se disfruta, la relación se respeta”.
- “Las parejas tienen el día del amor y la amistad para celebrar, los solteros tienen 364 días para disfrutar”.
- “Si quieres cambiar el mundo hazlo cuando eres soltera/a, si te casas, no te van a dejar ni cambiar de canal”.

Cierre: por grupos, se conversará sobre estas comprensiones, y los facilitadores invitarán a conectarlas con las ideas que surgieron en el ejercicio anterior.

Materiales: proyector y sonido y bolígrafos.

Tema: construcción de una relación saludable consigo mismo y con los demás

Actividad 1. Atados hasta que “nuestras decisiones nos separen” (25 minutos)

Instrucción: los participantes se organizarán en parejas y se les amarrará de las muñecas; el reto es que logren soltarse. Durante el ejercicio se les plantearán las preguntas orientadoras.

Preguntas orientadoras:

- ¿Cómo les pareció el reto?
- ¿Qué sintió en el primer momento en que se ataron?
- ¿Qué ayuda para que no perdieran la calma?
- ¿Qué hicieron cuando ya querían terminar con el juego?
- ¿Cómo relacionarlo sucedido con las vivencias del tema *relación de pareja*?

Cierre: para finalizar, se debe realizar una reflexión sobre lo que representa contraer un compromiso.

Actividad 2. Si estás enamorado, no te cases (40 minutos)

Instrucción: se presentarán algunas premisas de lo que representa vivir en pareja.

Procedimientos: en grupos de 3-4 participantes deberán escenificar situaciones con base en las premisas vistas, manteniendo el formato de un video educativo.

Tema: ser soltero/a, un estado, una decisión, una oportunidad

Introducción: los facilitadores mediante la lectura de diversas frases, orientarán a los participantes para que presenten sus ideas y así puedan construir diversas reflexiones de lo que representa la soltería como opción de vida o como preparación para el matrimonio:

- “Nunca estuve menos solo que cuando estuve conmigo”.
- “Para amar, hay que emprender un trabajo interior que solo la soledad hace posible”.
- “La soltería no es sinónimo de depresión y soledad, es sinónimo de crecimiento y preparación para el presente y el futuro”.
- “La soledad más triste es aquella que se vive al lado de personas equivocadas”.
- “Si te sientes en soledad cuando estás solo, estás en mala compañía”.
- “La soledad no es estar solo, es sentirse así”.
- “No puedes estar en soledad si te gusta la persona con la que estás solo”.
- “La soledad es la única compañía que no abandona”.
- “El mejor momento para tener una pareja es cuando no se necesita”.
- “Antes de pensar en casarte porque se te pasa el tiempo, piensa que pensar de esta forma es perder el tiempo”.

Actividad 1. ¿Aceptas casarte conmigo?: sí, me acepto (60 minutos)

Instrucción: a cada uno de los participantes se le hará entrega de una esquila para que escriban sus votos personales, como aquellas promesas que se le hacen a la pareja en un matrimonio, pero que, para este ejercicio, representarán promesas innegociables consigo mismo.

La actividad se cerrará brindando el espacio simbólico para que cada participante presente el compromiso con el que más se sienta identificado y que quiera compartirlo con las personas que se encuentran en las fotos que usaron en la primera actividad de la jornada.

Materiales: proyector y sonido, cuerdas, esquelas y bolígrafos

Tema: consolidación de la relación de pareja y el matrimonio

Actividad 1. Ni sí, ni no (20 minutos)

Instrucción: a cada uno de los participantes se les entregará cinco billetes de juguete y se les darán las orientaciones pertinentes para trabajar la importancia de comunicarse. Finalmente, se reflexionará sobre el manejo del dinero.

Actividad 2. El cuidado de una pareja (1 hora y 25 minutos)

Instrucción: con este ejercicio se pretende reafirmar las condiciones básicas para consolidar una relación de pareja y las acciones que fortalecen estas condiciones.

Procedimientos:

- Se dividen los participantes en dos grupos y cada uno de estos se subdivide enumerando los integrantes del 1-4, para así obtener cuatro grupos finales.
- A cada participante se le entregará un huevo para que lo marque con su nombre y le coloque dos condiciones básicas para construir una relación sólida.
- Cada subgrupo debe colocar el huevo (se identificará como la semilla) en el centro de un círculo, el objetivo es no traspasar la zona delimitada para este propósito.
- Cuando ya estén todos los huevos en el centro, se le preguntará a los participantes: ¿qué necesita la semilla para germinar? Para esto se usará la analogía del cuidado que le brinda una gallina a su huevo y los sacrificios que debe hacer para lograr dicho fin.
- Luego, se deben recuperarlas semillas del centro del círculo, respetando las mismas indicaciones iniciales.
- Para finalizar, los facilitadores orientarán al grupo para que reflexionen sobre las implicaciones de la construcción de una relación de pareja y los compromisos personales y relacionales que se deben consolidar para que dicha relación perdure en el tiempo.

Materiales: huevos, billetes de juguete o piñata y marcadores.

Tema: ritual de cierre**Actividad 1.** Cuidando el amor (60 minutos)

Instrucción: para esta actividad se sugiere contar con la participación de un grupo musical que promueva, a través de las melodías, la reflexión y conexión con el encuentro.

Procedimientos: cada uno de los participantes deberá escoger una de las imágenes impresas que se encuentran en una mesa. Existen cuatro categorías de imágenes; y sobre cada una se reflexionará con base en las siguientes preguntas:

- Imagen que hace alusión al trabajo: ¿en qué tengo que trabajar para mejorar como persona y como pareja?
- Imagen que hace alusión a un obsequio: ¿qué debo dar o regalar a mí mismo y a los demás?
- Imagen que hace alusión a un brindis: ¿qué merece un brindis de mí y de los demás?
- Imagen que hace alusión a varias emociones: ¿qué cara debo poner ante mi vida y ante la vida de los demás?
- Imagen que hace alusión a un seguro o candado: ¿qué debo cuidar de mí?
- El encuentro finaliza con la presentación de los aprendizajes construidos por los participantes durante la jornada.

Materiales: imágenes impresas sobre el amor, el trabajo, un obsequio, un brindis, varias emociones y un candado.

- Comprender la soltería como una decisión de vida igualmente legítima como el matrimonio.
- Comprender la soltería como un proceso de preparación que puede posibilitar la toma de decisiones sobre el matrimonio.
- Reconocer la importancia del amor propio para la construcción de relaciones interpersonales saludables.
- Comprender las características generales que se esperan en una pareja y la corresponsabilidad en la consolidación de estas.
- Apropiarse de las herramientas relacionales que posibilitan cuidar una relación de pareja.
- Reconocer los aspectos relacionales que pueden destruir una relación de pareja.
- Comprender la triada que debe existir en una relación interpersonal: tú, yo, nosotros.
- Identificar los discursos dominantes que organizan algunos aspectos de una relación de pareja y que pueden llegar a saturar algunos relatos.
- Reconocer los pilares de la comunicación asertiva (saber escuchar, saber pensar y saber hacer).
- Comprender la importancia de saber administrar los recursos económicos aún si se es soltero o se está en una relación de pareja.

Fuente: elaboración propia.

Taller *Encuentro de solteros y casados*

Encuentro de solteros y casados	
Objetivo general	Brindar herramientas que fortalezcan, sensibilicen y motiven a cada uno de los participantes a construir un proyecto de vida familiar íntegro, desde la etapa del ciclo vital donde cada uno se encuentre.
Temas tratados	• Concepto de familia • La estructura de la familia como sistema • La comunicación en la familia • Ciclo vital de los sistemas familiares.
Justificación	Para lograr claridad en este escenario, desde el principio es importante orientar la mirada hacia la familia como un sistema social natural. Este puede ser estudiado desde la configuración de su estructura, así como desde los procesos en los que se hace posible identificar una red de construcciones relacionales, en las que el movimiento de un sujeto incide directa y proporcionalmente en los movimientos de los demás integrantes de la familia. A su vez, el movimiento del sistema familiar incide en los sistemas más amplios de los que hace parte. Desde esta mirada, se reconoce la importancia de diferentes recursos a partir de los cuales se posibilitan estas construcciones en la familia. Al abordar las relaciones humanas, específicamente las familiares, se reconoce cómo estas se construyen a partir de una variedad de recursos y herramientas, en las que la comunicación se posiciona quizá como una de las más relevantes. En ese sentido, la capacidad de consolidar una buena comunicación favorece la solidez de la base sobre la cual se construye el proyecto de vida como familia. En este, cada persona asume un rol importante y adquiere relevancia la etapa del ciclo vital en que se encuentran los sistemas. Desde esta perspectiva, la FAC brinda la posibilidad de posicionarse como un sistema en el cual se hace fundamental el acompañamiento para el desarrollo de las capacidades de sus integrantes, al igual que las de las personas que componen sus familias. Además, se reconoce el compromiso de la institución por medio de la construcción de diferentes espacios a través de los cuales se puedan abordar temáticas que trascienden hacia la configuración de los proyectos de familia de sus funcionarios. De esta manera, cada una de las personas y miembros de la familia que participan encuentran la construcción de relaciones claras, significativas y afectuosas que marquen sus historias. Para articular todo lo anterior, el rol del profesional encargado de la actividad está enfocado en posibilitar un ejercicio reflexivo desde el que emerjan miradas amplias y construcciones alternas con respecto al concepto de familia. Para esto se tiene como base epistemológica una mirada sistémica y compleja, con el fin de trascender la comprensión del concepto de familia más allá de la composición biológica y de los roles asignados en el contexto social.

Como fin último se busca favorecer una mirada en la que se involucre la comprensión de la construcción de vínculos afectivos orientados al fortalecimiento y construcción de recursos que promuevan el desarrollo del sistema. De esta manera, se busca entender a la familia como un sistema en el que sea posible reconocerla dentro de un entramado social que puede facilitar o no estas dinámicas.

El proceso de desarrollo del ser humano se enmarca en una construcción a partir de la cual los sistemas se relacionan unos con otros, lo mismo desde distintos escenarios de interacción con el ambiente. Esta cuestión ha sido tomada en cuenta por Bronfenbrenner (1987), quien considera que la familia es un sistema que define y configura en mayor medida el desarrollo de la persona desde su concepción. Dicho sistema se construye en las interacciones, reglas y ejercicio de las funciones de sus integrantes (Minuchín, 1986).

De la misma manera, en la búsqueda de una mirada más amplia, Hernández (2005) habla de la familia como un sistema que se establece desde el reconocimiento de este como un todo, diferente a la suma de sus individualidades, puesto que se reconoce que está conformada por partes interdependientes que hacen posible la construcción de relaciones mutuamente condicionadas.

De esta forma, la construcción de las relaciones en el interior de la familia adquiere gran importancia, en tanto que es el sistema el que garantiza el bienestar general de sus integrantes y permite que se muevan y logren un crecimiento relevante, el cual será diferente a través del tiempo y momento vital por el que atraviesa la familia.

Los miembros de la familia permanecen en contacto entre sí a partir de una continua serie de intercambio, en el que se hace muy importante la comunicación asertiva. Esto supone una influencia mutua y no una mera causalidad lineal, sino bidireccional o circular, que tiende a mantenerse estable.

Esta forma de construcción, unida a la idea de totalidad a la que anteriormente se alude, es uno de los rasgos que posibilita la mirada sistémica-compleja que busca romper con la causalidad lineal. En este orden de ideas, la postura sistémica trata de abordar el sistema familiar más allá de ver a los miembros por separado, y permitir la reconfiguración de las interacciones que implican a todos –adultos y niños, enfermos y sanos, dominantes y dominados–, porque todos contribuyen a configurar dicho sistema.

De igual modo, se considera que la familia debe ser entendida desde dimensiones culturales, políticas, sociales, religiosas, socioeconómicas, entre muchas otras. Dicha comprensión se articula en un contexto social que define ciertos parámetros desde donde se ve a la familia y desde donde se construye la historia de esta. En este sentido, surgen diferentes sistemas en un mismo contexto, dentro del que hay una interacción constante. Hernández (2005) expresa que la familia debe ser entendida como institución social, como grupo, como construcción cultural y como conjunto de relaciones emocionales.

Preguntas orientadoras

- ¿De qué manera se entienden las premisas y significados sobre el concepto de familia?
- ¿Cómo favorecer la construcción de vínculos saludables en el interior de la familia?
- ¿Qué herramientas se reconocen con respecto a la comunicación como aspecto importante en la relación de los miembros de la familia?
- ¿Cómo se configuran los roles y las dinámicas de la familia con respecto a la etapa de ciclo vital en que se encuentran?

Tema: grupo solteros

Actividad 1. Construcción de expectativas (10 minutos)

Instrucción: se presentan los objetivos de la jornada y la agenda de trabajo. Luego, se exploran expectativas sobre el tema.

Actividad 2. Una red que nos une (15 minutos)

Instrucción: se indica que formen grupos lo más grande posibles (6-8 participantes). Luego, deben organizarse en círculo.

Procedimientos:

- Una vez estén todos juntos, se utiliza una madeja de lana que será la que marque quién tendrá la palabra. El portador de la madeja inicia manifestando una palabra que describa a la familia y luego pasa la madeja a uno de sus compañeros.
- De esta manera se irán pasando la lana uno a otro, hasta que llegue al último. Una vez se complete el ejercicio, se toman las palabras mencionadas para construir una reflexión, en la que cada grupo debe concluir su concepto de familia.

Material: madeja de lana.

Actividad 3. Escenario conversacional “mi familia” (30 minutos)

Instrucción: el facilitador escogerá unos participantes de cada grupo para que pasen al frente.

Procedimientos: una vez se cuente con los participantes, se iniciará una conversación sobre la familia. Dicha orientación estará enfocada en lograr la participación de todos los panelistas, con el objetivo de que surjan los relatos desde las propias experiencias de la vida en familia.

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué define a una familia?
- ¿Cuáles son los roles que se configuran en la familia?
- ¿Cuál es la perspectiva que tiene sobre su vida en familia?

Actividad 4. El teléfono (35 minutos)

Instrucción: se cuenta con tres dibujos de diferentes muñecos (imágenes). Los grupos deben organizarse en una fila y elegir una cabeza (inicio) y una cola (final).

Procedimientos:

- La cabeza será la encargada de dar las instrucciones, mientras que la cola será la encargada de ejecutarlas. La cabeza tendrá que hacer llegar las instrucciones pertinentes para que la cola plasme el dibujo del muñeco que tienen.
- Una vez la instrucción sale de la cabeza, deberá pasara por cada participante en secreto, sin que se pueda repetir la información. Al llegar a la cola, no se podrá cambiar el mensaje ni ayudar a dicho participante al momento de ejecutar las instrucciones.

Cierre: se realiza una reflexión sobre la importancia de la comunicación como herramientas en la construcción familiar.

Actividad 5. Ciclo vital de la familia (20 minutos)

Instrucción: se relatará una historia que haga énfasis en los diferentes momentos del ciclo vital de la familia.

Procedimiento: en grupos (de 3-5 participantes), se irá definiendo con claridad qué etapa corresponde a cada momento del relato. Finalmente, se hará una reflexión de cierre con base en la historia.

Cierre: se pide a los participantes que realicen aportes con respecto a lo que les dejó la jornada. Para ello se retomarán algunas de las palabras empleadas en la dinámica inicial.

Tema: grupo de casados**Actividad 1.** Construcción de expectativas (10 minutos)

Instrucción: se presentan los objetivos de la jornada y la agenda de trabajo. Luego, se exploran expectativas sobre el tema.

Actividad 2. Escenario conversacional sobre los momentos de la vida familiar (70 minutos)

Introducción: se organizan grupos (3-5 personas) de tal manera que se puedan designarlas siguientes etapas de ciclo vital de un sistema familiar:

- Pareja recién conformada (sin hijos)
- Familia con hijos pequeños
- Familia con hijos edad escolar
- Familia con hijos adolescentes
- Familia con hijos adultos/nido vacío
- Jubilación y vejez.

Procedimientos:

- Al tener definidos los grupos, se busca que construyan entre todos lo que representa para ellos la etapa que se les asignó, donde se aborden cambios, dificultades, construcciones, etc. Luego, se les pide que realicen la presentación para todos los participantes de la sesión.
- Una vez culminen todas las presentaciones, se abre un espacio de reflexión conjunta sobre los diferentes momentos del ciclo vital.
- Para el cierre de la dinámica se realiza una construcción que permita abordar la totalidad del ejercicio y las impresiones que dejó este.

Actividad 3. Escenario conversacional sobre los recursos y herramientas de la familia (20 minutos)

Instrucción: con la participación de un representante de cada uno de los grupos, se establece un espacio conversacional sobre aspectos relevantes (roles, normas y límites) y la comunicación como recurso importante en la configuración de los grupos familiares. Dicha construcción se encamina a que se haga posible reconocer estas herramientas en la configuración de diferentes sistemas, generando así reflexiones desde diferentes enfoques.

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué normas son las más relevantes en sus familias?
- ¿Cuál es la importancia de los límites en las relaciones?
- ¿Cuál es la importancia que, como sistema, le dan a la comunicación?

Cierre: se pide a los participantes que realicen aportes con respecto a lo que les dejó la jornada, dentro de lo cual se retoman algunas de las palabras empleadas en la dinámica inicial.

- Reconocer la familia como un núcleo fundamental de la sociedad.
- Comprender las diferentes formas de configuración de familia, así como de los diferentes roles en los grupos familiares.
- Valorar la importancia de la comunicación como herramienta para el afrontamiento de situaciones problemáticas en la familia.
- Conocer las etapas del ciclo vital de la familia y así asumir los roles correspondientes al momento de formar una.
- Identificar que la familia está marcada por un sujeto a los cambios constantes, propios de la vida militar.
- Reconocer que el sentido de la familia, es convertirse en un motor que llena de motivación ante situaciones difíciles.

Fuente: elaboración propia.

Taller *Caminando desde el corazón*

Caminando desde el corazón	
Objetivo general	Brindar un espacio para que las familias de la FAC que han perdido a un familiar puedan reencontrarse con la vida, a partir de construir esperanza basada en el fortalecimiento de los vínculos y la generación de recursos personales y grupales.
Temas tratados	• Dinámicas relacionales y vínculos afectivos en la familia. • La pérdida de seres queridos: una oportunidad para resignificar la existencia. • Reconstrucción de proyectos vitales frente a la pérdida: posibilidad desde la esperanza.
Justificación	La familia está en permanente proceso de desarrollo en relación con su entorno, cada uno de sus integrantes aporta para ello de acuerdo con el momento vital en el que se encuentre. De acuerdo con lo anterior, el desarrollo familiar conlleva procesos de coevolución para el mantenimiento de la integridad y el equilibrio de la familia y sus miembros. Estos procesos dan cuenta de su adaptación y permiten que surja su potencialidad para el crecimiento y capacidad de ser agentes del desarrollo personal y relacional. Cuando se pierde a uno de sus miembros, se llevan a cabo procesos de reorganización que, aunque conllevan caos e incertidumbre asociados con la pérdida, pueden convertirse en una oportunidad para evolucionar hacia nuevos estados de reencuentro y el fortalecimiento de los vínculos afectivos que unen a la familia; así mismo, se generan los recursos que necesitan para enfrentar el dolor y la pérdida. En este caso se requiere fortalecer la capacidad de luchar, superar obstáculos y alcanzar metas. De manera puntual, la familia vive una serie de transiciones cuando se pierde a uno de sus miembros, asociadas estas transiciones a la edad y a las dinámicas de convivencia. Esto da cuenta de experiencias y responsabilidades compartidas que pueden ser fortalecidas, así como de la autonomía personal y la reconfiguración identitaria en la diversidad del sí mismo. Estas experiencias y responsabilidades están asociadas con procesos de maduración y desarrollo, que pueden emerger en cada uno de sus integrantes y que superponen lo individual y lo grupal. Entonces, en esa experiencia se entrelazan las dimensiones del tiempo biológico-histórico-social, asociadas no solo con la edad de la persona que se pierde y de quien pierde al ser querido, sino también con el tiempo e historia compartida como miembros de la familia, así como con el tiempo que lo social y cultural define para los procesos emocionales y psíquicos que implican la pérdida del ser querido. Estos factores pueden ser redimensionados en los vínculos de la familia, en los que surgen recursos y capacidades vitales.

Así las cosas, la familia puede poner a su disposición recursos y capacidades para afrontar la pérdida como:

- Fluidez, flexibilidad, claridad y consistencia de los vínculos afectivos.
- Reorganización de los roles que cada uno de los miembros de la familia puede desempeñar de acuerdo con los diferentes momentos de los ciclos vitales familiares y personales.
- Fortalecimiento de dinámicas relacionales, estableciendo límites claros que propicien manejo de situaciones problemáticas, en las que se pongan en juego la solidaridad y la cooperación, basadas en el diálogo.
- Dinamización de las redes sociales, familiares e institucionales que pueden brindar apoyo.

En este sentido, la familia puede reorganizar la vida mediante:

- Encuentros en los que se recuerde al ser querido para aprender a vivir sin él, y se fortalezcan los vínculos con la familia y la sociedad.
- Crear espacios de diversiones conjuntas y utilización del tiempo libre, que permitan desarrollarse de manera interna y externa.
- Crear condiciones para el crecimiento de la espiritualidad que aporte en madurez y serenidad.
- Crear relaciones que permitan ayudar a otros y ser ayudados mediante diversidad de redes, en las que se fortalezcan la solidaridad y colaboración.
- Creación de valores para la convivencia basada en el respeto y aceptación del otro.
- Buscar ayuda especializada en caso de requerirla.

Estos aspectos pueden ser dinamizados mediante diálogos generativos que posibilitan el surgimiento de nuevas emociones, y con el objetivo de fortalecer, vincular y estimular el aprendizaje para la vida en relación con la experiencia de la pérdida. Esto facilita la construcción de alternativas y recursos personales y grupales que permiten proyectar un futuro con esperanza.

- El vínculo afectivo es un proceso activo de creación de sí mismo y de la identidad familiar, que define el sentido de pertenencia y en el que se inventa la vida en las historias entrelazadas entre los diferentes integrantes de la familia en relación con lo social.
- El vínculo permite organizar formas de interacción y activar sistemas de significación, representado en afectos que dan cuenta de la naturaleza de la relación.
- La muerte de un miembro de la familia es un evento que demanda ajustes y reorganización a nivel individual y familiar. Es una oportunidad para activar el desarrollo y resignificar la vida familiar y de cada uno de sus integrantes.
- El diálogo que moviliza la generatividad humana da curso al desarrollo y al afrontamiento de la adversidad al crear ideas, emociones y acciones de poder, de logros, de competencias y de recursos, para generar nuevas miradas sobre el futuro. Además, permite localizar y destacar los recursos, fuerzas vitales y valores centrales de las personas, de las familias, de las comunidades y de la sociedad en general.

Preguntas orientadoras	• ¿Cómo se fortalecen las cualidades de las relaciones familiares para lograr prestarse apoyo frente al dolor por la pérdida? • ¿Cómo asociamos el desarrollo humano cuando nos referimos a la reorganización de la familia por la pérdida de un ser querido? • ¿Qué implican los vínculos afectivos entre los miembros de la familia? y ¿cómo se pueden fortalecer cuando se pierde a uno de sus miembros? • ¿Qué dice de cada uno de los miembros de la familia y de esta como grupo, lo que logran hacer para superar el dolor por la pérdida? • ¿Cómo quiere recordar la familia al ser querido que perdió? • ¿Cómo puede la familia reconstruir su futuro a partir del aprendizaje que deja la pérdida de uno de sus miembros?
Descripción de actividades	Actividad 1. La fuerza de los vínculos en la familia (30 minutos) Ejercicio: dimensionar los vínculos que se construyen en el contexto de la familia y el sentido de esta. Ejercicio: diálogos relacionales de “ser familia” y la fuerza de sus vínculos. Ejercicio: simbólico de la “familia” de la FAC y los vínculos que allí se construyen con la familia biológica de sus integrantes.
	Actividad 2. La pérdida de seres queridos: una oportunidad para resignificar la existencia (30 minutos) Ejercicio: recordando a nuestros seres queridos y sus voces de aliento y fuerza. Ritual de paso para la reconstrucción de las pérdidas de seres queridos y su impulso para la vida. Ejercicio: nuestros recursos para dar sentido a la existencia. Diálogos generativos de lo posible y realizable al resignificar la existencia frente a la pérdida.

Actividad 3. Reconstrucción de proyectos vitales frente a la pérdida: posibilidad desde la esperanza (30 minutos)

Ejercicio: recreativo de construcción de proyectos individuales y familiares. Diálogos individuales y grupales para construir sentido de vida.

Ejercicio: para reconocer las principales evoluciones y crecimiento de la familia frente a la pérdida. Diálogos para renovar y fortalecer los vínculos familiares y definición de proyectos orientados al futuro desde la esperanza.

Aprendizajes significativos	• Reconocimiento de las pérdidas afectivas y el fortalecimiento de los vínculos en la familia a partir de las pérdidas. • Integración de ideologías institucionales frente a las pérdidas y reconciliación de los vínculos que unen a las familias y a la FAC. • Apropiación de herramientas relacionales que posibilitan enriquecer el vínculo afectivo en los procesos de transición y de cambio durante momentos cruciales de la historia familiar. • Valoración de las diversas dimensiones de los vínculos para fortalecerse frente a las pérdidas, recuperando así el poder personal y redimensionando la vida. • Apropiación de recursos dialógicos generativos para enfrentar y superar las pérdidas, canalizando la fuerza hacia proyectos individuales y familiares con visión de futuro esperanzador.
-----------------------------	--

Fuente: elaboración propia.

Taller *Encuentro de parejas*

Encuentro de parejas	
Objetivo general	Propiciar espacios para sensibilizar y brindar herramientas que fortalezcan la relación de pareja.
Temas tratados	• Dimensión espiritual, afectiva y social individual y de pareja • Sistema de vinculación en la pareja, configuración de pautas y dinámicas relacionales • La relación de pareja y su momento vital • Estilos de vida de pareja y vida militar • Reencuentro y renovación del vínculo de pareja

Justificación

Tratar el tema de la pareja y sus relaciones exige comprenderla en sus transformaciones a lo largo del tiempo, sus diversas formas de conformación y organización, de vinculación afectiva, de estilos de convivencia y comunicación, así como con sus conflictos y formas de manejo de estos. Lo anterior para dar cuenta de la multiplicidad de opciones en la vivencia de estas relaciones dentro de un contexto histórico-cultural.

Las relaciones de las parejas están matizadas por nuevas configuraciones que desbordan la complementariedad tradicional. No obstante, estas relaciones no se ven amenazadas por la construcción de las identidades masculina y femenina, ni el ejercicio de los roles de uno u otro de sus miembros, poniéndose en juego, cada vez más, el ejercicio de la autonomía personal. Las relaciones de hoy están más basadas en la solidaridad, la complicidad y el encuentro amoroso profundo entre sus miembros, con menor dependencia de valoraciones externas legales, sociales y familiares, entre otras.

El tema es insondable por cuanto el mundo amoroso conlleva subjetividades, idealizaciones y emociones intensas, además de fantasías en las que hemos sido socializados desde la cultura: amamos en la pareja la ilusión del amor en sus diversas expresiones, buscando su encaje en la singularidad del vínculo que constituimos.

Dicho vínculo se concreta mediante rituales en el convivir, que están asociados con sistemas de creencias, mitos e ideologías que posibilitan realizar el amor. Este está interpretado en la responsabilidad y el cuidado de la relación, y guiado por el deseo de estar juntos, tendiendo a que la relación de pareja adquiera, con el tiempo, mayores ribetes de madurez afectiva y no esté únicamente guiada por la pasión del primer momento o por el deseo de que el otro satisfaga las necesidades personales.

Así las cosas, podemos definir la pareja como la relación en la cual termina el individuo y empieza lo social. Este es el grupo más pequeño que existe, la organización más compleja y la institución más básica que se constituye entre dos personas que deciden estar juntas en un proyecto común, a lo largo no solo de su propio ciclo vital, sino de etapas por las que pasan los individuos y el grupo familiar al desarrollar una vida conjunta, en la que puede darse o no el hecho de tener hijos.

Siendo así, la pareja da cuenta de permanentes encuentros y desencuentros en la intimidad a lo largo de la relación, con la intencionalidad implícita y explícita de compartir para realizar metas comunes de diversa índole con presunción de continuidad. Esta intencionalidad no se garantiza por ninguna de las formas conocidas de institucionalización del vínculo, como es el matrimonio legal, religioso, unión de hecho, etc.

La creencia en la incondicionalidad del amor de pareja conlleva a desproteger la relación, sumada a su idealización que no nos permite aceptar al ser humano real con el cual compartimos, y a la necesidad de que sean satisfechas nuestras apremiantes carencias humanas que no nos posibilitan ver los deseos y anhelos del otro y responder a nuestra pareja como demandamos que ella responda a los nuestros. Por tal razón, en la familia y en la pareja, así como emergen los más grandes ideales del ser humano y las construcciones más apreciadas de lo afectivo, paradójicamente se muestran las facetas más íntimas y los núcleos más problemáticos. Estos se expresan en conductas abusivas, maltratantes, excluyentes y descalificantes del otro: la mejor manera de “matar el amor” que nos unió.

En este sentido, el vínculo afectivo de conyugalidad o de parentalidad que une a la pareja necesita ser enriquecido permanentemente en rituales que dan cuenta de formas particulares de decirse que se quieren y desean, que les satisface el mundo que comparten y que pueden construir sueños conjuntos. Esto también permite definir cuáles son aquellos aspectos que no alientan el amor y la relación, para poder transformarlos; rituales sin los cuales se pierden los simbolismos y sentidos de una relación que, centrada en el conflicto, deja de ver recursos y opciones. Entonces, la relación de pareja requiere desarrollar miradas apreciativas de lo que funciona, lo bueno de lo que hay y lo que podría ser desde las cualidades y potencialidades de cada uno de sus miembros y de la relación como tal, basadas en diálogos generativos.

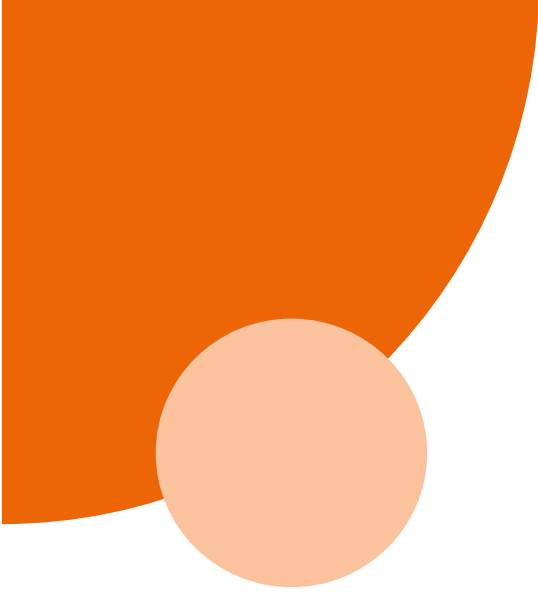
- La pareja se asume en sus relaciones y es reconocida en ciclos y evoluciones a lo largo del tiempo, con diversas formas de conformación y organización, de vinculación afectiva, de estilos de convivencia y comunicación, donde sus conflictos y crisis se pueden convertir en la oportunidad para que surjan recursos y se creen opciones dentro de su contexto histórico-cultural para crecer y transformarse, ejerciendo su autonomía y responsabilidad personal y relacional.
- La construcción del vínculo de pareja se desarrolla en un contexto interaccional, que está enmarcado en historias personales, familiares y socioculturales que implican las imágenes de hombres y de mujeres como formas de percibir el mundo, así como normas y significaciones sociales que inciden en su integración social y conllevan al logro de objetivos comunes e individuales.
- En su coevolución, la configuración de la pareja conlleva diferentes dinámicas de ajuste, entre otras, la afirmación de la autonomía personal y el establecimiento de dinámicas y acuerdos para el curso de la relación como sistema que involucra el sentido de vida personal y de pareja que hace parte de la institución militar.

Preguntas orientadoras	• Los espacios de encuentro para favorecer las relaciones de pareja, en sus conflictos y crisis, implican comprender, en su momento vital y en sus dinámicas de relación, las historias que las configuran como unidad compleja. Esto con el fin de reconocer las construcciones hechas en sus relaciones, acuerdos y desacuerdos en las dimensiones afectiva, social, cultural, económica, parental y espiritual. • Así mismo, desarrollar procesos de diálogo y reflexión en los espacios de encuentro, en relación con dispositivos y estrategias para configurar el cambio en los vínculos y en las relaciones.
Descripción de actividades	• ¿Cómo se constituye la pareja? • ¿Cómo se consolida el vínculo de la pareja? • ¿Qué posibilita la permanencia de la relación de la pareja y su organización para la realización de sus metas? • ¿Cómo enfrentar el conflicto en la pareja? • ¿Cómo ser pareja dentro de la institución militar? Actividad 1. Ser pareja (20 minutos) • Ejercicio: mapeo de la conformación de pareja, familia actual y momento vital. • Ejercicio: diálogos relacionales y dinámicas del ser pareja en el momento presente. • Ejercicio: conciliación de intereses y diferencias en relación con proyectos personales y proyectos de pareja. Actividad 2. Nuestros sueños(20 minutos) • Ejercicio: reconstrucción de expectativas y sueños personales al conformar pareja. • Ejercicio: simbólico de reconocimiento de sueños en lo espiritual, social, afectivo, etc., que les unieron y con los que hoy se sienten más identificados, pues se mantienen vigentes. • Ejercicio: diálogos generativos de lo posible y realizable en la relación de pareja. Actividad 3. Caminando juntos (20 minutos) • Ejercicio: recreativo de recorridos, retos y metas para seguir realizando, que dan vitalidad a la pareja. • Ejercicio: diálogo centrado en reglas particulares para lograr escuchar y comprender la necesidad presente del otro y mi propia necesidad como miembros de la institución militar. • Ejercicio: reconocer las principales evoluciones de la familia en relación con la cultura. • Ejercicio: conciliación de intereses y diferencias en relación con los proyectos personales y los de pareja. • Ejercicio: diálogos generativos que movilizan al cambio como pareja y familia.

Actividad 4. Declaración de amor (20 minutos)

- Ejercicio: renovar el amor, ritualización para actualizar y fortalecer el vínculo afectivo.
- Reconocimiento de prejuicios y mitos que están asociados con historias familiares, sociales y culturales dominantes que contaminan la vida de pareja.
- Identificación de ideologías de género que matizan las relaciones de la pareja.
- Apropiación de recursos dialógicos para enfrentar y superar el conflicto en la pareja.
- Valoración de las diversas expresiones del amor que nutren la vida en pareja.
- Reconocimiento de los diversos momentos y ciclos de la vida de pareja y de familia, y su relación con el conflicto y la crisis, así como su superación.
- Comprensión de las responsabilidades relacionales de la pareja en la construcción de alternativas y caminos de vida guiados por el bienestar.
- Apropiación de herramientas relacionales que posibilitan el enriquecimiento del vínculo afectivo.

Fuente: elaboración propia



Referencias

- Berenstein, I. (2004). *Devenir otro con otro(s): Ajenidad, presencia, interferencia*. Buenos Aires: Ediciones Paidós.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- D'Angelo, O. (1994). Modelo integrativo de los proyectos de vida. Ponencia presentada en el evento Hóminis 02, La Habana, Cuba y *Revista Internacional Crecemos*, 6(1-2).
- Estupiñán, J y Hernández, A (2007). *Lineamientos técnicos para la inclusión y atención de familias*. Bogotá: Centro de Formación, Consultoría y Psicoterapia - Sinapsis.
- Fonseca, J. y Losada, L. (2001). *Diseño y aplicación de un segundo ciclo del taller para personas separadas realizado en el servicio de atención psicológica de la universidad Nacional de Colombia*(tesis inédita de pregrado). Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia.
- Gergen, K. y Gergen, M. (2011). *Reflexiones sobre la construcción social*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Hernández, A. (2005). La familia como unidad supervivencia, de sentido y de cambio en las intervenciones psicosociales: Intenciones y realidades. *RLCSNJ*, 3(1). Recuperado de <http://revistaumanizales.cinde.org.co/rlcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/307>
- Hernández, A. (2013). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Bogotá. Editorial El Búho.
- Minuchin, S. (1986). *Familias y Terapia Familiar*. Barcelona: Gedisa.
- Paba, C., Cerchiaro, E, Miele, M, y Pacheco, E. (2004). *Hacia la Construcción de Tu Proyecto de Vida Profesional*. Bogotá: Gente Nueva.
- Payne, M. (2002). *Terapia narrativa: una introducción para profesionales*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Szifron, D. (Director) (2014). *Relatos salvajes* [Película]. Kramer & Sigman Films, El Deseo, Telefe y Corner Contenidos.
- Watzlawick, P, Helmick, J. y Jackson, D. (1991). *Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas*. Barcelona: Herder.

Fuentes complementarias

- Arroyo, R. (2012). *Habilidades gerenciales. Desarrollo de destrezas, competencias y actitud*. Bogotá: ECOE.
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo: la diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Buenos Aires: Paidós.
- Brehm, S. (1992). *Intimate relationships*. New York: McGraw-Hill.
- Builes, F. (2003). *El abordaje de la educación experiencial*. Bogotá: Autor.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Cyrułnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas*. Barcelona: Gedisa.
- Echeverría, R. (1996). *Ontología del Lenguaje*. Santiago de Chile: Dolmen.
- Esteinou, R. (2004). El surgimiento de la familia nuclear en México. *Estudios de Historia Novohispana*, 31, 99-136. Disponible en <http://www.ejournal.unam.mx/ehn/ehn31/EHNO3104.pdf>
- Estupiñán, J., Orlando, G, y Serna. A. (2006). Dossier n.º 2. Proyecto: Historias y narrativas familiares en diversidad de contextos. Bogotá: Universidad Santo Tomás.
- Flores, F. (1996). *Creando organizaciones para el futuro*. Chile: Dolmen.
- Garzón, D. (2015). *La Pareja. Conferencia escrita para el Seminario Consultoría y Atención en Familia desde El Enfoque Sistémico*. Armada Nacional. Universidad Santo Tomás. Bogotá, Colombia.
- Hallas, U. y Sihvola, S. (2017). *Autorretato YA. Propuesta para el proceso del grupo de crecimiento artístico*. Bogotá: Instituto Iberoamericano de Finlandia.

- Ludewig, K. (1998). *Terapia sistémica. Bases de teoría y práctica clínicas*. Barcelona: Herder.
- Madrigal, B. (2009). *Habilidades directivas*. México: McGraw Hill.
- Maldonado, C. y Gómez, N. (2011). *El mundo de las ciencias de la complejidad. Una investigación sobre qué son, su desarrollo y sus posibilidades*. Bogotá: Universidad del Rosario.
- Maturana, H. (1997). *Biología del amor y el origen de lo humano*. España: Proteo y Prometeo.
- Maxwell, J. (2010). *Liderazgo, principios de oro: las lecciones que he aprendido a lo largo de una vida de liderazgo*. Recuperado de <https://www.overdrive.com/search?q=E5A40591-024B-4E6C-854A-F49D-BB153C67>
- Minuchín, S. (1986). *Familias y Terapia Familiar*. Barcelona: Gedisa.
- Najmanovich, D. y Lennie, D. (2001). *Pasos hacia un pensamiento complejo en salud*. Ponencia presentada en el Primer Seminario Bienal de Implicaciones Filosóficas de las Ciencias de la Complejidad, La Habana, Cuba.
- Navarro, J. Pereira, J. (comp.) (2000). *Parejas en situaciones especiales*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Neimeyer, R. (2007). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. Buenos Aires: Ediciones Paidós.
- Olalla, J. y Echeverría, R. (2001). *Aprendiendo a prender* (tesis inédita de maestría). Universidad Tecnológica de Pereira, Pereira, Colombia.
- Wolk, L. (2007). *Coaching. El arte de soplar brasas*. Buenos Aires: Gran Aldea.

Sobre los autores

Julio Abel Niño Rojas

Licenciado en Orientación y Consejería Escolar, psicólogo y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Par académico del Ministerio de Educación Nacional; autor de varios textos relacionados con la formación y el enfoque sistémico en familia; psicoterapeuta y consultor sistémico familiar; docente, investigador y conferencista sobre el enfoque sistémico en familia en diferentes programas de pregrado y posgrado; decano de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás.

Elsa de los Ángeles Rodríguez Caldas

Trabajadora social, magíster en Terapia de Familia y Pareja Sistémica y magíster en Estudios y Gestión del Desarrollo. Amplia experiencia como docente en programas de pregrado y posgrado en el área de familia; consultora de organizaciones gubernamentales y no gubernamentales para el desarrollo e implementación de programas y proyectos en el área de familia y de desarrollo humano.

Claudia Johana López Rodríguez

Docente de la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia; magíster en Psicología Clínica y de la Familia de la Universidad Santo Tomás; psicóloga de la Universidad Santo Tomás. Experiencia en docencia universitaria, investigación, construcción y ejecución de proyectos de investigación-intervención en las áreas de ciencias sociales y humanas; formulación y ejecución de proyectos psicosociales y comunitarios.

Diana Janneth Laverde Gallego

Psicóloga y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Docente investigadora de la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia de la Universidad Santo Tomás. Experiencia en consultorías y acompañamiento a profesionales de las Fuerzas Armadas y sus familias; investigadora con conocimientos e intereses relacionados con posconflicto y paz, convivencia, atención psicosocial y salud mental comunitaria desde una perspectiva sistémica.

Juan Camilo Muñoz Millán

Psicólogo y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Experiencia en intervención en procesos de restablecimiento de derechos y adopciones del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar; procesos de inclusión de personas con discapacidad en la Secretaría Distrital de Integración Social; participación en proyecto con víctimas de explotación sexual comercial en Instituto Distrital para la Protección de la Niñez y la Juventud (IDIPRON); profesional de salud del grupo territorial Bogotá en la Agencia para la Reincorporación y Normalización de la Presidencia de la República; psicoterapeuta individual de pareja y familia.

Juan Guillermo Manrique López

Psicólogo, magíster en Psicoterapia Psicoanalítica. Psicoanalista y magíster en Antropología. Docente e investigador de la Facultad de Psicología de la Universidad Santo Tomás en espacios académicos relacionados con psicoanálisis, evaluación psicológica, psicopatología y prácticas profesionales clínicas; director y jurado de trabajos de grado.

Dora Isabel Garzón De Laverde

Psicóloga, especialista en Psicología Clínica, psicoanalista y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Docente e investigadora en el campo de familia; conferencista; consultora en instituciones que trabajan con la familia; psicoterapeuta individual de pareja y familia. Ha realizado publicaciones en psicología compleja, terapia familiar en problema de adicción, autorreferencia y estilo terapéutico, consultoría sistémica, violencia familiar, pautas de crianza en Colombia y bienestar y salud en enfermedades crónicas.

Alexander Moncaleano Buitrago

Psicólogo y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Psicólogo educativo del Colegio San Bartolomé La Merced; investigador-interventor en casos de matoneo y cybermatoneo en contextos educativos; psicoterapeuta especializado en el trabajo con familia en temas relacionados con adicciones, trastornos y dificultades propias del contexto educativo.

Luz Marina Moncada Torres

Psicóloga y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Psicóloga clínica con una perspectiva sistémica, compleja y reflexiva de los problemas humanos. Experiencia profesional en la formulación de programas para la promoción, prevención, intervención y evaluación en el campo de la salud mental. Directora de la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia en la Universidad Santo Tomás; docente, investigadora y supervisora de la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia.

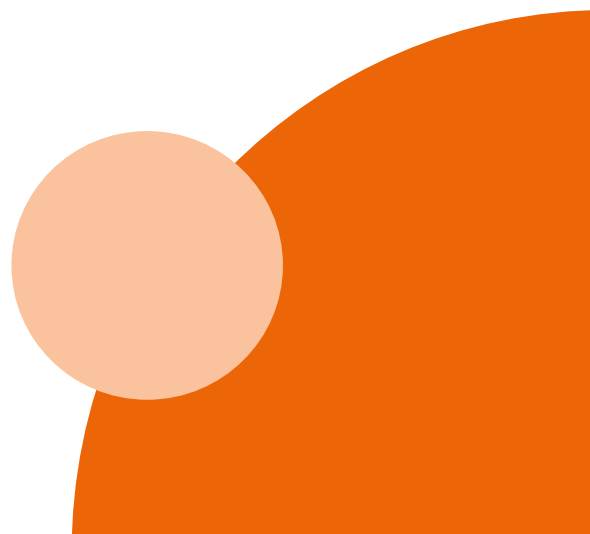
Diana Ximena Ramos Martín

Psicóloga y magíster en Psicología Clínica y de la Familia. Líder del Programa de Desarrollo Integral Estudiantil de pregrado en Psicología; docente y supervisora de prácticas profesionales e investigativas de la Universidad Santo Tomás. Experiencia en el campo de la psicología educativa y clínica; autora y coautora de artículos, guías y cartillas académicas relacionados con los procesos de acompañamiento en la formación integral; experiencia como psicoterapeuta y consultora sistémica familiar.

Horacio Duarte Fernández

Licenciado en Educación Física y especialista en Recreación para la Participación Social. Docente del espacio académico Educación Experiencial en la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás.

Esta obra se editó en Ediciones USTA.
Se usó papel propalcote de 250
gramos para la carátula y papel
propalmate de 90 gramos para páginas internas.
Tipografías de la familia Montserrat y Lora.
2020



Modular

Comprender la familia como la principal organización humana de la sociedad y de expresión de la cultura permite reconocerla como el eslabón más fuerte dentro de la estructura de las instituciones; de allí que existan leyes para protegerla y promover su bienestar.

Este trabajo permite la construcción de didácticas que promuevan el diálogo, la reflexión y la comprensión contextual de las vivencias de las familias; de tal manera que sea a través de la conversación donde emerjan procesos de cambio y nuevos relatos que constituyan la comprensión de la vida cotidiana.



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA