

PROGRAMA YO DECIDO, YO ME CUIDO
PARA EL APLAZAMIENTO DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES¹

MÓDULO 1

PROYECTO DE VIDA Y SEXUALIDAD

Laura Katherine Ovalle Toro
Diana Patricia Muñoz Giraldo²
Martha Lucia Gómez González, PhD³

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

A. Definición y clasificación:

El proyecto de vida es un modelo que orienta a las personas acerca de lo que se quiere ser y hacer, e implica una planeación futura a corto y largo plazo, y puede variar según las necesidades de cada uno. Contribuye a tener un estilo de vida ordenado, direccionando al individuo hacia objetivos personales de logro. Ayuda al individuo a reflexionar sobre sí mismo, desarrolla la imaginación y la representación clara de las metas y aspiraciones, y conduce hacia la elaboración estrategias para su cumplimiento (Suarez, 2018).

De acuerdo con Garcia (2017) es importante tener en cuenta tres factores para elaborar el proyecto de vida y analizar ocho características fundamentales que se derivan de ellos. Estas son:

1. *Valoración de sí mismo*: identificar debilidades para mejorarlas y habilidades para potenciarlas.

1.1 Autoestima: conducta segura sobre la propia personalidad, para su crecimiento personal.

Produce sensibilización de su realidad y posibilidades.

¹ Producto en el marco del Programa Yo Decido – Yo me Cuido para el aplazamiento del embarazo en adolescentes, desarrollado en el Semillero Relaciones Interpersonales y Adolescencia, Programa de Psicología, Universidad Católica de Oriente

² Estudiantes del Semillero relaciones Interpersonales y adolescencia

³ Docente y líder del semillero Relaciones interpersonales y adolescencia, Universidad Católica de Oriente

1.2 Autoconocimiento: ayuda a identificar las posibilidades y transformar las debilidades de cada individuo; ayuda a una planeación estratégica de lo que se quiere, iniciativa a la toma de decisiones y proyectar la vida hacia lo que se quiere construir.

2. *Proyección futura*: plantear objetivos, visión, estrategias y habilidades
 - 2.1 visión-objetivos-estrategias-habilidades: articula el presente a una o más proyecciones a futuro, con el fin de motivar a la persona y que ese plan personal se convierta en acción. Se construyen desde la realidad que tiene en su presente a nivel individual, familiar y social-económico, como referente de las metas a las que aspira y desea poner en práctica a futuro.
3. *Recursos económicos y sistema educativo*: identificar las oportunidades o limitaciones que ofrece el contexto al que pertenece el individuo.
 - 3.1 Contexto: determina la historia de vida de cada persona, desde lo familiar, economía, amigos o referentes culturales. Esto toma peso a la hora de tomar una decisión para sus logros a nivel laboral, profesional o social.
 - 3.2 Recursos económicos: determina las limitaciones o posibilidades que tiene cada persona y direcciona su proyecto de vida.

B. Teorías que lo explican o describen

El proyecto de vida es la estructura de las expectativas vitales, es un constructo personal de aspiraciones y posibilidades; representa la relación del individuo consigo mismo y con su contexto social. Este constructo se vincula con el futuro, buscando adaptar el mundo a sus proyectos (Palomino & Quispe, 2016).

El plan de vida es una misión que el ser humano se propone para sí mismo, con el fin de alcanzar sus metas y lograr bienestar personal, teniendo en cuenta que se va reestructurando y moldeando según sus necesidades; además, es una representación individual-social, puesto que se basa en las experiencias propias, valores y educación adquirida en el transcurso de su vida (Peralta, 2015).

Para complementar el proyecto de vida, el individuo debe identificar cuáles son sus limitaciones económicas, las características de su contexto social y las relaciones interpersonales. Según García (2017), se pueden identificar varios componentes en el proyecto vital:

- Valores esenciales.
- Construcción del plan de acción individual.
- Situación social en su entorno y posibilidades que este ofrece.
- Dimensión espiritual, intelectual, familiar y económico

Por otro lado, un proyecto de vida puede generar frustraciones e indecisiones, cuando no hay claridad de lo que se quiere, no hay apoyo familiar, social o económico, o es irrumpido y/o aplazado por circunstancias que se presentan en su vida y tienen que asumir otras responsabilidades (Jimenez, 2015).

Se empieza a estructurar en la adolescencia y cobra mayor importancia en contextos de bajos recursos, dado a su precariedad económica, se considera que no hay herramientas metodológicas para imaginar una vida a futuro. En este sentido, las dificultades económicas y la desestructuración familiar hacen inevitable el planteamiento de un proyecto de vida a partir de la incertidumbre (Palomino y Quispe, 2016).

C. Relación o influencia sobre el embarazo en adolescentes

Algunas experiencias vitales pueden modificar o afectar el proyecto de vida. Según Oquendo & Buitrago (2016), un embarazo no planeado a temprana edad implica un ajuste significativo a los planes de los y las adolescentes. En este sentido, pueden afectar sus condiciones de vida, aplazando o anulando sus proyecciones futuras, y percibir que la existencia de este nuevo ser, podría constituir un obstáculo para cumplir sus metas, además, esto puede generar vulneración en estas adolescentes en su contexto social y familiar, obstaculizando en el crecimiento personal. (Caballero, 2018).

Este autor llevó a cabo un estudio en Magdalena-Chimbote en el año 2015, a 25 adolescentes embarazadas de 11 a 19 años que se atendían en el Puesto de Salud Magdalena Nueva. Encontró que la mayoría de las jóvenes iniciaron su relación sexual entre los 14 y 16 años (80%), omitiendo el uso de los métodos anticonceptivos en su primera vez (72%). En cuanto al fracaso académico el 72% se retiraron de los estudios al enterarse del embarazo, cuyo motivo principal fue que él bebe no les permitía estudiar (92%). Por otro lado, el 92% tenían como planes de futuro estudiar, ser profesional y casarse una vez graduada (caballero, 2018).

De acuerdo con Caballero (2018), se podrían observar algunas consecuencias asociadas a un embarazo precoz, como el abandono o aplazamiento de sus estudios, complicaciones físicas, trabajo mal remunerado y mayor riesgo de aumentar el número de hijos, donde las posibilidades de tener un estilo de vida adecuado son mínimas, en este sentido, Luttges, et al (2021) realizaron 30 entrevistas semiestructuradas a madres de 20 años o menos de zonas urbanas de Santiago de Chile. Dividieron las participantes en grupos de Embarazo Repetido (RP) y Embarazo No Repetido (NRP). A partir de los resultados, los autores sugieren que cuando se presenta un embarazo en la adolescencia, tener un adecuado enfoque en la realización de proyectos de vida con metas a mediano y largo plazo, constituye un factor protector para que no haya recurrencia en el embarazo, así mismo, estos autores concluyeron que, en términos de salud pública, las estrategias de prevención deben promover métodos anticonceptivos a largo plazo, ofrecer

estrategias para ayudar a las madres jóvenes a continuar su educación, facilitar el logro de proyectos personales y brindar apoyo para la crianza de los hijos.

Cuando el embarazo es no deseado, el proyecto de vida se altera, se puede percibir que ya no tiene posibilidades de mejorar su condición de vida y se limita a lo que ocurra a su alrededor, agregándole a esto el abandono por parte de la pareja y familiares, además, aparecen sentimientos de alegría, tristeza, frustración, desesperación, preocupación por el futuro que les espera a ellas y su bebé y en muchos casos aparece la opción de abortar (Palomino & Quispe, 2016).

Los adolescentes cuando empiezan a elaborar su proyecto de vida, inicialmente lo hacen pensando en independizarse y ser autónomos, pero cuando se encuentran en estado de embarazo, este pensamiento es reemplazado en función al bienestar de su hijo, y todos sus objetivos y metas giran en torno a esta nueva etapa de papá y mamá, transformando su percepción de la realidad y estableciendo unos nuevos comportamientos que les permiten hacerse cargo de su nueva familia. Debido al embarazo a temprana edad, el o la adolescente, asumirán nuevos roles como futuros padres, que seguramente habían programado mucho más adelante en la vida o ni siquiera habían contemplado, y, por ende, reestructurar su proyecto de vida (Peralta, 2015).

En el año 2015 en Ecuador-Quito se realizó una investigación a las madres adolescentes que han atendido su parto en la Unidad Metropolitana de Salud Sur, donde se concluyó que la construcción de un proyecto de vida si ayuda a mejorar los estilos de vida que llevan las madres adolescentes, además se logró detectar que los estilos de vida que las madres adolescentes llevaban eran no saludables, caracterizados por deficiencias y aspectos deficitarios que se evidenciaban en su vida diaria y su calidad de vida. (Peralta, 2015)

En este sentido, Palomino y Quispe (2016) expresan, de acuerdo con su estudio llevado a cabo con adolescentes que asistían al consultorio diferenciado para adolescentes en Ayacucho, Perú, que en las narraciones de las jóvenes se devela cómo el proyecto de vida cambia por el embarazo, las posibilidades de conseguir un empleo bueno y estable con beneficios sociales son muy pocos, debido a su edad, su falta de experiencia y su educación mínima, al no cursar carreras de su elección. Cuando las adolescentes son de estratos medios y altos y quedan en embarazo, se vuelven objeto de discriminación y rechazo social, mientras que en los estratos bajos tienden a tener mayor número de hijos eternizando el círculo de pobreza.

Así mismo, el autor indicó que la gran mayoría de adolescentes embarazadas tenían expectativas de ser profesionales para mejorar su calidad de vida, tener suficiencia económica para disfrutar de las comodidades, viajar y tener un estatus alto. Por otro lado, piensan que el embarazo ha truncado transitoriamente esas expectativas, pues mantienen la esperanza de continuar sus estudios (Palomino & Quispe, 2016)

De forma contraria, en otras ocasiones, el embarazo se presenta como una oportunidad de vida o proyecto de vida, puesto que lo ven como una posibilidad para salir de sus casas, con el fin de

independizarse y seguir sus propias reglas, o también porque la falta de oportunidades son pocas y ven el embarazo como el medio para sentirse realizadas (Quintero & Rojas, 2015).

Cuando hay una buena orientación desde la familia sobre la construcción del proyecto de vida, y es reforzado en el ámbito educativo y el contexto social, se puede identificar en las y los adolescentes el aplazamiento de la maternidad/paternidad para la vida adulta, y la adopción de conductas de autocuidado y prevención efectiva del embarazo (Cusme Rivas & Jalil Vélez, 2019); es por esto la importancia de guiar a los adolescentes a la construcción de su proyecto de vida y así ellos tengan claridad de lo que quieren y tomen conciencia de las dificultades que se pueden presentar en su vida, piensen bien antes de actuar, con el fin de prevenir un embarazo a temprana edad (Jiménez, 2015).

Por otro lado, Antolinez Figueroa, et al (2017) observaron casos en los que la paternidad adolescente favorece el desarrollo de un proyecto de vida en torno a la paternidad, que se concreta en la conformación de una nueva familia, la convivencia con su pareja y la adquisición de responsabilidades económicas, asumiendo la paternidad adolescente como un cambio positivo, pues gracias a ella dejaron de lado conductas de riesgo como consumir sustancias psicoactivas, salir con sus amigos a fiestas y tener relaciones sexuales sin protección. De igual manera, este estudio afirma como la paternidad adolescente contribuye a la consolidación de la masculinidad en los adolescentes varones al asumir el rol de tutores y proveedores económicos de la nueva familia.

Finalmente, investigaciones realizadas con adolescentes gestantes y no gestantes identificaron que los planes de las adolescentes son similares, lo que cambió fue la postergación de algunos planes por parte de las gestantes, así lo muestra Miura, et al (2020) quienes analizaron las condiciones sociales y proyectos de vida de un grupo de 90 adolescentes no embarazadas, adolescentes embarazadas y mujeres embarazadas víctimas de violencia doméstica. Estos autores concluyen que los factores más importantes para las adolescentes embarazadas de corto plazo fueron la estabilidad financiera, residencial y de vida actual y la importancia del apoyo familiar en la consolidación del proyecto de vida, dado que gracias a esto se fortalecían competencias parentales, y el cuidado de sí misma y del bebé.

Referencias:

- Antolinez Figueroa, C., Saavedra Cantor, C. J., Puerto Guerrero, A. H., & Calderón Romero, C. M. (2017). Meaning of parenting as a teenager. *Investigacion y educacion en enfermeria*, 35(3), 348–355. <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v35n3a11>
- Botero Botero, L.D. & Castrillón Osorio, L.C. (2015). La experiencia de la paternidad en adolescentes. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 46, 89-101. Recuperado de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/701/1228>

- Caballero, L. (2018). Contexto Sociodemográfico Y Condiciones De Vida En Adolescentes Embarazadas-Puesto De Salud Magdalena-Chimbote, 2015. *Universidad Católica Los Angeles Chimbote*. Recuperado de:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5405/ADOLESCENTES_CONDICION_FISICA_CABALLERO_VELASQUEZ_LEYLI_TATIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cusme Rivas & Jalil Vélez, (2019). Orientación Familiar Para La Prevención Del Embarazo En Adolescentes. *Revista Cognosis*. ISSN 2588-0578. Recuperado de:
<https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/2227/2358>
- García, K. (2017). Construcción De Proyectos De Vida Alternativos (PVA) En Urabá Colombia: Papel Del Sistema Educativo En Contextos Vulnerables. *Estudios Pedagógicos XLIII*. ISSN 0718-0705. Recuperado de:
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052017000300009
- Jiménez, C. (2015). El Embarazo Precoz Y El Proyecto De Vida De Las Estudiantes De Tercer Año De Bachillerato De a Unidad Educativa Fiscomisional Fray Bartolomé De Las Casallasasaca En El Periodo Lectivo 2013-2014. *Universidad Técnica De Ambato*. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/13107/1/FJCS-TS-179.pdf>
- Luna, M. (2019). Madres adolescentes: cinco historias de una realidad que conmueve. *Infobae*. Recuperado de: <https://www.infobae.com/documentales/2019/06/16/fueron-madres-en-la-adolescencia-y-no-quieren-que-a-sus-hijos-les-pase-lo-mismo-los-embarazos-que-cambiaron-sus-vidas/>
- Luttges, C., Leal, I., Huepe, G., González, D., González, E., & Molina, T. (2021). Pregnant again? Perspectives of adolescent and young mothers who and do not experience a repeat pregnancy in adolescence. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 16(1), 1898317. <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.1898317>
- Miura, P. O., Tardivo, L., Barrientos, D., Egry, E. Y., & Macedo, C. M. (2020). Adolescence, pregnancy and domestic violence: social conditions and life projects. *Revista brasileira de enfermagem*, 73 Suppl 1, e20190111. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0111>
- Oquendo, R & Buitrago, L (2016). Propuesta Psicoeducativa Para Una Vida Sexual Responsable Como Estrategia De La Construcción De Proyecto De Vida En Adolescentes De Noveno

Grado De Bachillerato Del Instituto Educativo Técnico De Comercio Santa Cecilia De La Ciudad De Cali. *Universidad Cooperativa De Colombia*. Recuperado de:

<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/11437>

Palomino, J & Quispe, M. (2016). Embarazo Y Proyecto De Vida Del Adolescente Que Acude Al Consultorio Diferenciado Del Adolescente Y Joven Hospital Regional De Ayacucho, 2014. *Universidad Nacional De San Cristóbal De Huamanga*. Recuperado de:

http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/handle/UNSCH/1086/T-INV_150703.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Peralta, Z. (2015). Construcción De Un Proyecto De Vida Para Contribuir A Mejorar Los Estilos De Vida De Las Madres Adolescentes Atendidas En La Unidad Metropolitana De Salud Sur. *Universidad Centra De Ecuador*. Recuperado de:

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7285/1/T-UCE-0007-219c.pdf>

Quintero, A. & Rojas, H. (2015). El embarazo a temprana edad, un análisis desde la perspectiva de madres adolescentes. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, ISSN:0124-5821. Recuperado de

<http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/626/1161>

Rosas, R. S/F. Cómo Hacer Una Matriz Foda Personal Paso a Paso. *Blog Rosana Rosas*.

Recuperado de: <https://rosanarosas.com/matriz-foda-personal/>

Suarez, A. (2018). Proyecto De Vida: ¿Proceso, Fin O Medio En La Terapia Psicológica Y En La Intervención Psicosocial? *Revista AVFT: Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*. 37(5). Recuperado de:

http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/2489/Proyecto_vida_proceso_fin_medio_terapia.pdf?sequence=3&isAllowed=y

ESTRUCTURA MODULO PROYECTO DE VIDA

TEMAS	SESIONES 40 min	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
Inventario de mi vida	Sesión 1 (adolescentes)	-Reflexiona e identifica sus condiciones y oportunidades individuales -Evalúa las consecuencias de sus comportamientos sobre su vida actual y futura	-Identifica habilidades y retos personales -Planea y proyecta su vida a mediano y largo plazo, con ideas generales viables y de manera amplia -Es capaz de plantear las consecuencias en su proyecto de vida al tener un hijo a temprana edad.
Autobiografía	Sesión 2	Identifica y conoce su historia personal, las personas a su alrededor, su rol en la vida actual y futura, y los obstáculos o facilitadores a partir de sus comportamientos. -Pensamiento Crítico	Gestiona sus relaciones familiares y personales de forma constructiva, fortaleciendo los lazos positivos y expresa sus necesidades de cambio ante las negativas.
Elaboración de metas	Sesión 3	-Análisis sobre sus condiciones actuales, retos y oportunidades -Toma de decisiones -Autoeficacia -Consideración de alternativas	-Proyectarse a corto, mediano y largo plazo de manera realista y objetiva -Poner en marcha las metas y evaluar los logros

SESIÓN 1

INVENTARIO DE MI VIDA

COMPONENTES POR DESARROLLAR

Tema general	Cogniciones	Comportamientos
Inventario de mi vida	-Reflexiona e identifica sus condiciones y oportunidades individuales -Evalúa las consecuencias de sus comportamientos sobre su vida actual y futura	-Identifica habilidades y retos personales -Planea y proyecta su vida a mediano y largo plazo, con ideas generales viables y de manera amplia -Es capaz de plantear las consecuencias en su proyecto de vida al tener un hijo a temprana edad.

Objetivo general:

Elaborar el inventario de vida de los y las adolescentes desde sus habilidades, aptitudes, conocimientos y capacidades personales, evidenciadas desde sus experiencias propias y colectivas.

Objetivos específicos:

- a. Proporcionar herramientas a los y las adolescentes para una mejor identificación de retos y habilidades personales.
- b. Sugerir estrategias a los y las adolescentes encaminadas a una planeación adecuada del proyecto de vida.

Logros esperados:

- a. Sensibilizar a los y las adolescentes sobre su realidad y posibilidades de vida.
- b. Estimular en los participantes sus habilidades e identificar sus debilidades para mejorarlas.
- c. Activar la visualización de los y las adolescentes, para generar posibilidades de cambio personal.

Nota para el facilitador:

Se les brinda a los participantes las instrucciones y descripción de cómo se llevará a cabo las sesiones, sin embargo, estas pueden ser ajustadas de acuerdo con las necesidades y/o situación particular del grupo a trabajar.

En lo posible, realice la actividad completa, ya que es muy importante que los participantes se empoderen del tema, en cuanto al descubrimiento propio, de la búsqueda de sus habilidades y creación del proyecto de vida, para que les permita establecer una visión de sus metas a corto y largo plazo y así haya claridad sobre este término. Establecer empatía y liderazgo a la hora de trabajar en equipo.

ACTIVIDADES

Materiales para la sesión:

- Mascara ¿Quién soy? (Material de apoyo 1)
- Infografía matriz DOFA (Material de apoyo 2)
- Matriz DOFA (Material de apoyo 3)
- Lápices, colores, marcadores.

1.Saludo y presentación del tema: Inventario de mi vida (40 minutos)

Momentos de la actividad:

- Presentación del tema: inventario de mi vida.
- Se les hace entrega de la máscara ¿Quién soy yo? y posteriormente hacer la reflexión final.

ACTIVIDAD 1.

El facilitador iniciará la actividad con un saludo al grupo, se le sugiere usar preguntas como, por ejemplo: ¿Cómo se encuentran hoy? o ¿muchas tareas? Luego, el facilitador explicara que en este módulo se va a trabajar sobre el proyecto de vida, y que en cada encuentro irán avanzando en diferentes aspectos que permitirán revisar este aspecto de la vida, y cómo lo estamos gestionando. Explique al grupo que cada persona tiene una manera de verse en el futuro, a veces a corto plazo como en días o meses, por ejemplo, cuando planeamos que hacer el fin de semana, o si vamos o no a estudiar para un examen, y a veces a largo plazo, como en años, por ejemplo, si queremos hacer una carrera profesional, o en dónde viviremos en 10 años. Muchas personas si siquiera lo piensan, y se pierden de la posibilidad de pensar en lo que desean para su vida y en ver que cada uno tiene el poder de orientar su vida de acuerdo con sus intereses y deseos, y que nada está escrito.

Pídales que expresen sus ideas sobre esto y pregúnteles si alguno/a ha pensado en esto y si ha hecho planes para la vida. Escuche al menos a dos personas y continúe con la primera actividad.

Indique que van a iniciar un taller en el que van a hablar de Inventario de vida, sin dar más información, entable un dialogo con el grupo acerca de los conocimientos previos que se tengan

sobre el inventario de vida; es importante que como facilitador motive a los y las adolescentes a la participación, con cada intervención realice una retroalimentación constructiva al grupo, ya que no hay participación correcta o incorrecta, y así brindarle más seguridad al grupo. Con sus respuestas se retroalimentará al grupo sobre lo que es el inventario de vida, indicando que este es un proceso reflexivo mediante el cual las personas adquieren su propio conocimiento, desde sus habilidades y características, además permite identificar en cada uno los siguientes aspectos

- Auto percepción: consciencia de sí mismos a través de los sentidos.
- Autoobservación: es el proceso que una persona emplea para darse cuenta de sus propias acciones, pensamientos, conocimientos, habilidades, actitudes, sentimientos y movimientos.
- Autoestima: estado mental, en donde interactúan sensaciones, sentimientos y conductas del individuo en pro del desarrollo de confianza y respeto personal.
- Autoaceptación: Es la actitud que tiene cada individuo a la hora de aceptar sus defectos y virtudes de manera coherente. El objetivo de la autoaceptación es tomar consciencia de sí mismo de forma global y positiva.

Posteriormente, se hace entrega de la máscara *¿Quién soy?* (Material de apoyo 1), a cada participante y se les hará saber que van a trabajar individualmente. Pida a cada uno/a que escriba su nombre como lo desee en la máscara que le ha entregado y que cada uno lo vaya colocando en la pared. Se dispondrá el espacio como una galería de arte, y se les pedirá a los y las adolescentes que pasen por cada máscara escribiendo una habilidad que reconozcan en cada compañero/a. Para finalizar, pida que todos pasen y vean lo que les escribieron sus compañeros y reflexione en esta pregunta de forma individual: *¿Qué tan cerca está la apreciación de tus compañeros frente a lo que tú crees que eres?* Pídales que escriban al respaldo de la máscara la respuesta, que será solo para él/ella.

Ahora, pida que se reúnan en grupos de 4 personas y que compartan las respuestas a las siguientes preguntas:

¿Qué piensas sobre lo que te escribieron tus compañeros?

¿Por qué crees que tus compañeros escribieron eso de ti?

¿Cuáles de esas habilidades crees que tienes y por qué?

¿Cuáles de las habilidades que tus compañeros escribieron no crees que tienes y por qué?

¿Qué habilidad que tengas no fue escrita?

Una vez finalizada la socialización, se pasa a realizar una conclusión sobre el inventario de vida, con el fin de que los adolescentes presenten mayor claridad sobre la importancia del conocimiento propio en la vida diaria. Invítelos a participar, preguntándoles:

- ¿Qué tan fácil o difícil les pareció realizar la actividad?*
- ¿Creen que es útil conocerse a sí mismo?*
- ¿Qué tan importante es conocernos para realizar el proyecto de vida?*
- ¿De qué manera nos puede ayudar a conocer nuestras habilidades, retos personales y los comportamientos positivos y negativos para la vida futura a mediano y largo plazo?*

Pregunte si alguien desea expresar algo sobre el tema o dar otro ejemplo, espere a que respondan y posteriormente pase a la siguiente actividad.

ACTIVIDAD 2

Ahora entregue unas hojas en donde estará el esquema para realizar un análisis DOFA (Material de apoyo 3) y la ficha de guía de preguntas (Material de apoyo 2); haga saber a los y las participantes que van a trabajar individualmente. Luego de entregarle al grupo la hoja de trabajo, explique que una matriz DOFA es una herramienta que permite analizar personalmente las Debilidades, Oportunidades, Fortalezas y Amenazas para alcanzar las metas que queremos, comprender mejor la realidad tal cual es, con todos los retos que tiene, y así pensar la mejor forma para alcanzar esas metas que nos hemos propuesto de manera realista.

Después, explique al grupo que la elaboración de la matriz se basa en el análisis de cuatro componentes, a nivel interno (fortalezas y debilidades), o sea, aquellos aspectos nuestros, que dependen de nosotros, y a nivel externo (oportunidades y amenazas), es decir, aquellos aspectos que están fuera de nosotros, en el ambiente, familia, amigos, etc. y a lo mejor no controlamos o no dependen tanto de nosotros, e indique que van a profundizar en cada una:

INTERNOS:

Fortalezas: son aspectos internos con los que cuenta una persona para superar los retos, por ejemplo: educación, experiencia, conocimientos técnicos, actitud y todas aquellas cualidades personales y habilidades propias que pueden dar una ventaja que le ayuda a responder mejor en comparación de los demás; para la realización de este componente se puede guiar de las siguientes preguntas:

- ¿Qué habilidades tienes?*
- ¿En qué te destacas? ¿Qué haces mejor que los demás?*
- ¿Qué actividades te resultan más gratificantes y fáciles de hacer?*
- ¿Qué cosas positivas dicen los demás sobre ti?*
- ¿Qué cualidades o características tienes para superar tus miedos y retos?*
- ¿En qué valores crees y cuáles practicas?*
- ¿Cuáles son tus mayores logros?*

Debilidades: son características internas que un individuo necesita mejorar. Para la realización de este componente se puede guiar de las siguientes preguntas:

- ¿Qué deberías cambiar o mejorar de tu carácter o personalidad?*
- ¿Qué hábitos negativos no te dejan avanzar en tu vida personal?*
- ¿Cuáles son tus principales miedos?*
- ¿Qué evitas hacer?*
- ¿Qué características te afectan negativamente y te alejan de tus metas?*
- ¿Hay algún aspecto de tu persona que te haga sentir incómodo o te avergüence?*

EXTERNOS:

Oportunidades: son circunstancias que el medio ofrece y de las cuales se podría sacar una ventaja o beneficio. para la realización de este componente se puede guiar de las siguientes preguntas:

- ¿Hay algún cambio en tu vida personal que pueda suponer una oportunidad?*
- ¿Existe alguna situación en tu vida (negativa o positiva) de la que este aprendiendo y*

- de la que puedas sacar algún beneficio?*
- ¿Estás haciendo algo que otros no están haciendo?*
 - ¿De qué tendencias recurrentes o nuevas puedes beneficiarte y cómo?*
 - ¿Hay alguna tecnología nueva de la que puedas disponer y sacar provecho?*
 - ¿Hay algún evento, curso, formación o seminario del que puedas obtener algo?*

Amenazas: son situaciones o acontecimientos que impiden o ponen en peligro la consecución de sus objetivos. Para la realización de este componente se puede guiar de las siguientes preguntas:

- ¿Existe alguna situación en tu vida personal o familiar que pueda suponer una amenaza?*
- ¿Deberías hacer algo que otros están haciendo?*
- ¿Qué aspectos externos no te dejan llegar a tus objetivos?*
- ¿De qué se quejan todos en tu sector?*
- ¿tu economía actual o la de tu familia te pueden afectar?*

Pida al grupo que ahora se ubiquen en algún lugar del salón para elaborar su matriz. Organice el espacio para que quede libre el centro, y dígalos que, si desean, se sienten en el piso. De 10 minutos para que escriban en su matriz y pida que lo hagan de forma individual. Intente que queden separados de sus amigos cercanos para que puedan concentrarse en la actividad.

Cierre

Una vez se cumpla el tiempo para completar la matriz, pida que dos personas expresen cómo se sintieron haciendo el ejercicio y analizando estos aspectos de su vida.

Pregunte sobre la importancia de pensar en esto y tomarlo en serio para la vida. Escuche al menos tres participaciones. Agradezca al grupo por sus comentarios e invítelos a terminar el

ejercicio en caso en caso que no hayan terminado toda la matriz, pídales que la conserven hasta la siguiente sesión.

Anexo de sesión:

Material de apoyo 1.



Material de apoyo 2

Elementos Internos

Fortalezas:

- *¿Qué habilidades tienes?*
- *¿En qué te destacas? ¿Qué haces mejor que los demás?*
- *¿Qué actividades te resultan más gratificantes y fáciles de hacer?*
- *¿Qué cosas positivas dicen los demás sobre ti?*
- *¿Qué cualidades o características tienes para superar tus miedos y retos?*
- *¿En qué valores crees y cuáles practicas?*
- *¿Cuáles son tus mayores logros?*

Debilidades:

- *¿Qué deberías cambiar o mejorar de tu carácter o personalidad?*
- *¿Qué hábitos negativos no te dejan avanzar en tu vida personal?*
- *¿Cuáles son tus principales miedos?*
- *¿Qué evitas hacer?*
- *¿Qué características te afectan negativamente y te alejan de tus metas?*
- *¿Hay algún aspecto de tu persona que te haga sentir incómodo o te avergüence?*

Elementos Externos

Oportunidades:

- *¿Hay algún cambio en tu vida personal que pueda suponer una oportunidad?*
- *¿Existe alguna situación en tu vida (negativa o positiva) de la que este aprendiendo y de la que puedas sacar algún beneficio?*
- *¿Estás haciendo algo que otros no están haciendo?*
- *¿De qué tendencias recurrentes o nuevas puedes beneficiarte y cómo?*
- *¿Hay alguna tecnología nueva de la que puedas disponer y sacar provecho?*
- *¿Hay algún evento, curso, formación o seminario del que puedas obtener algo?*

Amenazas:

- *¿Existe alguna situación en tu vida personal o familiar que pueda suponer una amenaza?*
- *¿Deberías hacer algo que otros están haciendo?*
- *¿Qué aspectos externos no te dejan llegar a tus objetivos?*
- *¿De qué se quejan todos en tu sector?*
- *¿tu economía actual o la de tu familia te pueden afectar?*

Análisis DOFA

Material de apoyo 3

Análisis DOFA

Elementos Internos

Fortalezas	Debilidades

Elementos Externos

Oportunidades	Amenazas

SESIÓN 2

AUTOBIOGRAFÍA

COMPONENTES POR DESARROLLAR

Tema general	Cogniciones	Comportamientos
AUTOBIOGRAFÍA	-Identifica y conoce su historia personal, las personas a su alrededor, su rol en la vida actual y futura, y los obstáculos o facilitadores a partir de sus comportamientos. -Pensamiento Crítico	Gestiona sus relaciones familiares y personales de forma constructiva, fortaleciendo los lazos positivos y expresa sus necesidades de cambio ante las negativas.

Objetivo general:

Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de la historia personal, identificando su propio rol en la vida familiar y social.

Objetivos específicos:

- a. Propiciar un espacio en el que los adolescentes recopilen aspectos importantes sobre su historia personal.
- b. Reflexionar sobre el papel de las relaciones familiares y los lazos positivos en la construcción de la autobiografía.

Logros esperados:

Reflexionar acerca de la importancia que tiene al saber quiénes son, con el fin de que puedan confiar en ellos mismos y tomar las decisiones adecuadas y convenientes para su vida.

ACTIVIDADES

ACTIVIDADES

Nota para el facilitador:

Se les brinda a los participantes las instrucciones y descripción de cómo se llevará a cabo las sesiones, sin embargo, estas pueden ser ajustadas de acuerdo con las necesidades y/o situación particular del grupo a trabajar.

En lo posible, realice la actividad completa, ya que es muy importante que los participantes se empoderen del tema, en cuanto a su historia personal, desde su rol familiar y social, para que les permita establecer una visión de sus metas a corto y largo plazo y así haya claridad sobre este término. Establecer empatía y liderazgo a la hora de trabajar en equipo.

Materiales para la sesión:

- Colores, lapiceros, lápices, pliego de papel bond.
- Fotocopias las huellas de diferentes tamaños (Material de apoyo 3)

1.Saludo y presentación del tema: Autobiografía (40 minutos)

Momentos de la actividad:

- Se realiza retroalimentación, no más de 5 minutos de la sesión anterior.
- Presentación del tema: Autobiografía
- Se les hace entrega de las 4 huellas y llevar a cabo la actividad.
- Se hace entrega del papel bond para realizar línea del tiempo con las fotos que cada participante llevará a la sesión.
- Comentario final.

Desarrollo

Inicie saludando al grupo y recordando brevemente los aspectos más importantes que se trabajaron en la sesión anterior, es importante generar un dialogo con el grupo para identificar qué aspectos recuerdan y si existen dudas sobre el tema anterior se sugiere responderlas.

A continuación, entregue a cada participante 4 huellas de diferente tamaño (Material de apoyo 3), e indique que la actividad es individual. Explique al grupo que cada huella representa un periodo de la vida, la primer huella representa la etapa de 0 a 3 años de edad, la segunda huella representa la etapa de 4 a 6 años de edad, la tercera huella representa la etapa de 7 a 11 años de edad, y la cuarta huella representa la etapa de los 12 años de edad en adelante, estas deberá escribirlas en el tablero o indicarle a los y las adolescentes cuales son las edades por huella; ahora los invita a escribir lo que recuerden o les hayan contado sus padres sobre cómo eran ellos en esas etapas. Haga un ejemplo en el tablero, pinte unas huellas y escriba en ellas algunos acontecimientos de la vida, o pida a ellos mismos que le ayuden a dar eventos de vida que pueden ir allí. Motive al grupo a escribir los acontecimientos más relevantes, tanto agradables como difíciles, si ellos lo desean y quieren compartirlo.

Luego entregue a cada participante medio pliego de papel bond para que realicen su propia línea de tiempo pegando las huellas que han construido y hagan un dibujo de ellos mismos, que corresponde a cada etapa.

A continuación, cada participante pegará su línea de tiempo en la pared a manera de galería. Divida el grupo en dos. La mitad se quedará junto a su línea de tiempo y el resto pasará y leerá las líneas de tiempo de sus compañeros. Luego de 10 minutos, pida que inviertan los papeles, lo que estaban al lado de sus líneas de tiempo, ahora pasan a ver los de los demás, y quienes estaban mirando, ahora se van hacia su línea de tiempo. Motive al grupo a que hagan preguntas sobre las líneas de tiempo de sus compañeros y haga un encuadre con el grupo sobre la importancia de escuchar respetuosamente las historias de sus compañeros, además se sugiere que el facilitador propicie un diálogo a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué es lo que más te gusta de tu familia?*
- ¿Cuál es el momento más feliz que recuerdas con ellos?*
- ¿Cuéntanos sobre un reto que hayas tenido que superar con tu familia?*
- ¿Cuáles han sido tus logros hasta el momento?*

Pida ahora que cada uno tome su línea de tiempo y revise lo que ha incluido allí, y los retos que ha tenido que afrontar con su familia, y la manera en que podrían mejorar las cosas con ellos. Invítelos a escribir en la parte posterior de su línea de tiempo, los compromisos que está dispuesto/a a hacer para mejorar las cosas en la familia y en los que el o ella puede aportar y que pongan tiempos en los que van a cumplir esa meta.

Cierre.

Finalmente, el facilitador, explicará la importancia que tiene ser consciente de la propia historia y como a lo largo de los años se va forjando una identidad y cada individuo va descubriendo su rol a nivel familiar y social, factores relevantes en la construcción del proyecto de vida. De igual manera, se sugiere al facilitador agradecer al grupo por compartir cada una de las historias de vida, resuelva dudas o inquietudes y concluya preguntando sobre la percepción del grupo sobre el desarrollo de la actividad.

Anexo de sesión.

Material de apoyo 3.



Imagen recuperada de: <https://es.vecteezy.com/arte-vectorial/2258846-siluetas-huellas-de-bebe>

SESIÓN 3

ELABORACIÓN DE METAS

COMPONENTES POR DESARROLLAR

Tema general	Cogniciones	Comportamientos
Elaboración de metas	-Análisis sobre sus condiciones actuales, retos y oportunidades -Toma de decisiones -Autoeficacia -Consideración de alternativas	-Proyectarse a corto, mediano y largo plazo de manera realista y objetiva -Poner en marcha las metas y evaluar los logros

Objetivo general:

Orientar a los y las adolescentes sobre la elaboración de metas a corto, mediano y largo plazo, a partir de la consideración de alternativas que les permitan tomar decisiones adecuadas

Objetivos específicos:

- a. Generar espacios de discusión para que los adolescentes analicen las condiciones de su vida actual.
- b. Explicar a los adolescentes la importancia de tomar decisiones a partir de la planeación y consideración de alternativas.

Logros esperados:

Reflexionar acerca de la importancia que representa su vida en estos momentos (actividades, personas que los rodean, anhelos etc.) y cómo se verían afectadas sus proyectos y metas en caso de que estuvieran a punto de ser padres o madres.

ACTIVIDADES

ACTIVIDADES

Nota para el facilitador:

Se les brinda a los participantes las instrucciones y descripción de cómo se llevará a cabo las sesiones, sin embargo, estas pueden ser ajustadas de acuerdo con las necesidades y/o situación particular del grupo a trabajar.

En lo posible, realice la actividad completa, ya que es muy importante que los y las participantes se empoderen del tema, en cuanto la elaboración de metas a corto, mediano y largo plazo, a partir de la consideración de alternativas que les permitan tomar decisiones adecuadas.

Establecer empatía y liderazgo a la hora de trabajar en equipo.

Materiales para la sesión:

- Casos (Material de apoyo 5)
- Ejemplo guía mapa mental “Mi plan de vida” (Material de apoyo 6)
- Pliego de papel, periódicos, revistas, tijeras, colbón, colores, marcadores, lapiceros, lápices, vinilos...
- Evaluación del módulo (Material de apoyo 7)

1.Saludo y presentación del tema: Elaboración de metas (40 minutos)

Momentos de la actividad:

- Se realiza retroalimentación, no más de 5 minutos de las sesiones anteriores.
- Presentación del tema: Elaboración de metas.
- Se les hace entrega de casos y sustentación de este.
- Se hace entrega de “mi plan futuro”.
- Comentario final y evaluación del módulo.

Desarrollo

Salude al grupo y motívelos a recordar los aprendizajes que tuvieron en las sesiones anteriores. Posteriormente introduzca el tema para la sesión que será “Elaboración de metas”.

Inicie un diálogo con el grupo sobre lo que ellos entienden por “metas” y “elaboración de metas”, una vez culminen los aportes del grupo pídale que formen subgrupos de 4 personas y a

cada subgrupo entregue dos casos, uno de mujer y otro de hombre (Material de apoyo 5) distinto para analizar, motívelos a compartir sus impresiones sobre el caso que corresponde con las siguientes preguntas:

- *¿Qué piensan sobre el caso?*
- *¿te sientes identificado con la historia?*
- *¿Qué harías si estuvieras en el lugar del protagonista?*
- *¿Qué harías si fueras la pareja del protagonista?*
- *¿Conoces alguna historia similar cercana a ti?*
- *¿Qué consecuencias para tu proyecto de vida habría si vivieras una situación como la de la historia?*

Pase por cada grupo para acompañar los debates y reflexiones, para resolver dudas y compartir ideas preliminares. A continuación, se hará una plenaria en donde algunos grupos expondrán el caso que le correspondió y le contará al resto del grupo las conclusiones a las que llegaron a partir de las preguntas orientadoras. Al finalizar pida al grupo que piense en algunas consecuencias que puede traer para la vida de personas de su edad quedar en embarazo, que cambiaría en la vida diaria, y pregúnteles si conocen amigos/as que estén viviendo esta situación y cómo les ha cambiado la vida ahora. Permita varias participaciones durante algunos minutos.

Ahora continúe con la siguiente actividad. Entregue a cada uno un pliego de papel, en el cual van a elaborar “mi plan de vida”, cada participante de manera individual deberá elaborar un mapa mental (ejemplo guía material de apoyo 6), explique a los y las participantes lo que debe llevar: visión a futuro, misión a futuro, lista de metas de cada aspecto de sus vidas (familiar-afectivo-emocional-espiritual, recreativo, social, intelectual, corporal, ocupacional, económico), y que este se realizará de manera creativa, concreta y específica. Indique que pueden utilizar vinilos, recortes de periódico o revista, colores, y demás materiales que ayuden a su imaginación. Esta actividad debe iniciarse en la sesión, para aclarar dudas o inquietudes, e indique al grupo que queda como tarea para sus casas, la cual será calificable en el área de ética y valores o alguna materia de humanismos de la institución, en la cual contarán con un plazo de 8 días para la entrega y exposición de su trabajo.

- Al realizar estas dos actividades, los y las adolescentes tendrán una visión más clara la cual les ayudará a la realización de su proyecto de vida.
- elaboración del proyecto de vida, en este deben ser creativos y utilizar la imaginación de cómo representar el proyecto de vida.

Cierre.

Finalmente el facilitador motivará al grupo a expresar dudas, inquietudes o comentarios que tengan sobre el tema de la sesión o de sesiones anteriores, se sugiere realizar retroalimentación al grupo después de cada intervención hecha por un participante, una vez concluidas las intervenciones el facilitador deberá resumir los elementos más significativos que expresó el grupo, además el facilitador deberá agradecer la participación y disposición en la realización de todos los talleres recalando cuales son las virtudes que el grupo tiene. Posteriormente, se le entregará a cada participante el material de apoyo 7 que contiene unas preguntas evaluativas del proceso, una vez finalizado el diligenciamiento del formato de evaluación se abrirá un espacio para que el grupo exprese al facilitador sus impresiones sobre el proceso en general y la metodología utilizada, luego el facilitador nuevamente agradecerá al grupo y les motivará a que sigan fortaleciendo su proyecto de vida usando las estrategias que les fueron enseñadas durante las sesiones.

Anexo de sesión:

Material de apoyo 5.

Madres adolescentes: cinco historias de una realidad que conmueve, por Mauricio Luna (2019)

- **Caso 1: Mujer**

Magalí Mendoza. 18 años. Fue madre a los 17.

"Primero no lo aceptaba, después sí. Mi mamá se puso mal. Terminé decimo y solo me faltó once. Tuve que dejar el colegio. El año que viene, si puedo, terminaré bachillerato".

El embarazo de Magalí la distanció con su madre. "Me dijo que la había decepcionado. Ella me decía que me cuidara, pero a por ser rebelde me pasó eso. Ahora me doy cuenta de todo lo que pasé. A mi hermanita de 15 le cuento lo que me pasó a mí. No me gustaría que viviera que lo mismo". "Ahora estoy bien con él. Mi mamá me dijo que estuve mal pero que me iba a apoyar. ¿El papá? No vive conmigo. Me apoya, pero no estamos juntos", contó. También que perdió a sus amigas y que, si no hubiese sido por su madre, "no sé qué habría pasado". (Luna, M.2019)

- **Caso 1: Hombre**

Andrés: 19 años

Enterarme de que sería papá fue ¡feo!, ¡Feo!, para mí fue feo. Porque... o sea, es uno estar relajado, bacaniao, con las nenas, con los parches y llegar de un momento a otro y: ¡voy a ser papá!, tengo que esperar mi sueldo, tengo que llevar leche y pañales, ufffff... tengo que estar en un hospital esperándolo... Lo primero que a vos se te genera con la noticia es que se te tensionan los músculos inmediatamente y uno es: ¡se me acabó el mundo! uno de los principales problemas que surgen en los padres: "ese hijo no es suyo, eso es que se lo quieren clavar, ¡vea! ¿Va cargar una responsabilidad?". Ya cuando el niño va creciendo se va viendo el cambio, ya lo ven diferente. Pero [...] al principio ¡Uy!, las repercusiones que trae en la familia son tenaces. A mí lo que realmente me pone a pensar es: ¿yo cómo voy hacer para hablar con autoridad?, o sea, ¿yo cómo voy a hacer para regalar un consejo en un futuro?, y ¿yo cómo voy hacer para guiar a ese niño?, esa es la parte más importante. (Botero-Botero, L.D & Castrillón-Osorio, L.C. 2015)

-

Caso 2: Mujer

Yamila Gómez

21 años. Fue madre a los 16.

Quedó embarazada de un hombre 20 años mayor que ella. "Una relación consentida", aclaró, de la cual su padre nunca estuvo de acuerdo y a la que su madre debió apoyar.

"Tuve que dejar el colegio en noveno. No quería dejarlo, pero tuve que hacerlo. Tenía que cuidar a mi hijo. Cuando quedé embarazada estaba viviendo con el papá de mi hijo y ahí quedé embarazada. Cuando Gonzalo tenía un año y medio nos separamos. Me fui por muchas situaciones de pareja. Nos peleábamos mucho. Mi mamá estaba tranquila pero mi papá no quería que saliera con un hombre que me llevaba 20 años", recordó.

"No me gustaría que mi hija fuese mamá durante la adolescencia. Que no pase lo que yo he pasado. Que estudie, que termine la secundaria. Estoy orgullosa de mi hijo, pero mi deseo era terminar el colegio. Y no pude. Cuando te quedas embarazada tienes que cambiar. Me gustaría volver el tiempo atrás y hacer las cosas diferentes. Se fueron mis amigos. Cambió todo". (Luna, M.2019)

- **Caso 2: Hombre**

Mateo: 18 años

Cuando le conté a mi mamá reaccionó bruscamente y muy enojada, me dijo que me saliera de estudiar y que respondiera yo; y yo...yo le dije que sí, que bueno. Apenas vio que yo me iba a salir, se arrepintió y dijo que siguiera estudiando, que ella me iba a colaborar. Cuando la mayoría de mis amigos se dieron cuenta, me decían que me dañé la vida. Pero yo digo que no, yo digo que no se me dañó, porque igual, ya lo hecho, hecho está, y ya. Incluso estuve en el parto cuando iba a tener a la niña. Eso fue un martes, fue un día como hoy, un martes 11 de febrero, en el hospital San Juan de Dios en urgencias, pensamos que se la iban a llevar para Rionegro y que ya no había tiempo, que ya lo iba a tener, incluso me dijeron que entrara y yo no quise. Ya cuando lo tuvo la abuelita me la sacó y yo lloré de la felicidad. (Botero-Botero, L.D & Castrillón-Osorio, L.C. 2015)

- **Caso 3: Mujer**

Ramona Ruiz

18 años. Quedó embarazada a los 17 y lleva 7 meses de gestación.

"Recibí la noticia asustada porque no sabía cómo iba a reaccionar mi mamá. Pero reaccionó bien, me acompañó en los controles. Está chocha porque es el segundo nieto varón. El papá me dijo que se iba a hacer cargo del bebé, pero nada más. Viene a verme, deja algunas

cosas y se va", explicó Ramona. En su casa de Monte Quemado viven sus padres, su tío y dos de sus seis hermanas. "Las otras cuatro también son madres y todas tienen un hijo. Cuando quedé embarazada no sabía qué hacer. Me enteré a los tres meses. En mi casa nadie sabía, se enteraron a los cinco", reveló.

"Me faltó mucha información, mi mamá nos enseñaba y vi cómo criaron a mis sobrinos, pero faltó información. En cuanto al futuro sé que ya no voy a poder salir. Las juntadas con amigas voy a poder, pero llevándolo a él", sostuvo Ramona.

Y completó: "Lo tomé bien porque es mi responsabilidad. Es mi hijo. Aquí en Monte Quemado hay muchísimas chicas embarazadas. Y falta mucha información. Cómo cuidarse, qué tomar. Muchas chicas no saben. No tienen ese apoyo, no tienen la posibilidad de ir al médico. Y uno no puede decir 'voy a un hospital', porque no hay". (Luna, M.2019)

- **CASO 3: Hombre**

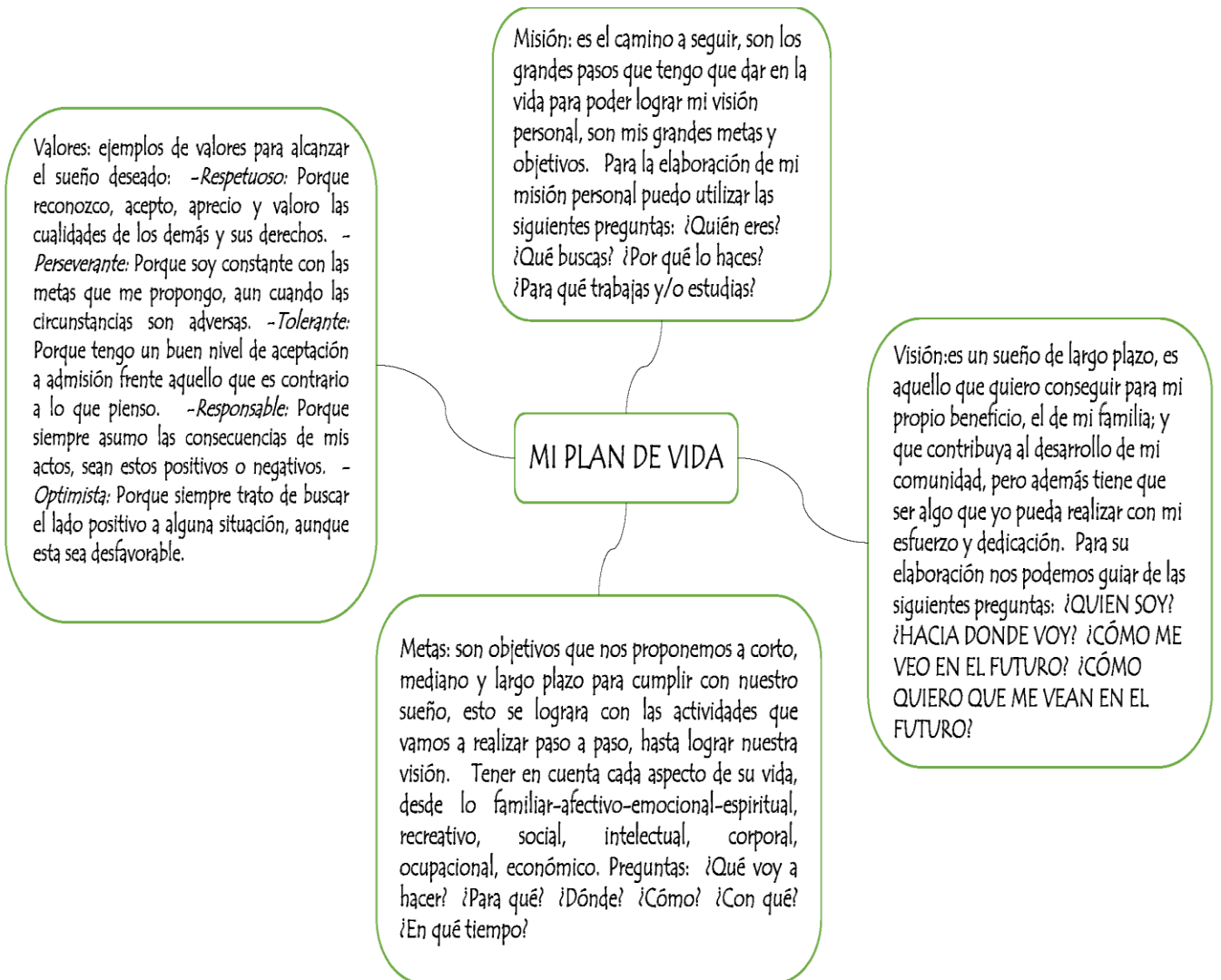
- Ricardo: 20 años**

Cuando yo le dije a la madre de la adolescente: lo que pasa es que ella está en embarazo [...] y me dijo que por qué no se habían cuidado, pero que ya que, lo hecho está hecho, que había que asumir las consecuencias, ¡me dijo! y yo le dije: que, si podía esperar pa' yo no irme a vivir con ella tan temprano, porque yo todavía no tenía nada.

yo tengo la experiencia desde que mis hermanas empezaron a tener bebés, hay veces hasta los cambiaba y todo por gomoso, que venga yo los cambio, o así, hasta los bañaba, les ayudaba a tener el niño o así. Ya tenía experiencia de saber coger un niño o así, ¿qué tenía susto que por el bebecito?, ¡no!, ya tenía la experiencia.

Hay veces que me veo apretado, no tengo plata y no salgo, o me quedo con él; ahora, últimamente, he estado como farriando, como no estoy con la madre del bebé, le dedico tiempo al niño, por ejemplo, estas fiestas sí lo olvide un poquito, porque me iba mucho, llegaba a la casa de trabajar, llegaba tarde, y me iba, y amanecía por ahí. Este fin de semana si no le dediqué tiempo al niño, pero ya el lunes, el lunes sí, fui como a las tres, y me quedé como hasta las nueve con él. Fue bastante. (Botero-Botero, L.D & Castrillón-Osorio, L.C. 2015)

Material de apoyo 6.



Información recuperada de: <https://sites.google.com/site/atibraca/temas-importantes/proyecto-de-vida>

Material de apoyo 7

Evaluación del programa
proyecto de vida

Nombre: _____ Sexo: _____

Edad: _____

Contesta las siguientes preguntas desde tu experiencia vivida en cada una de las sesiones:

1.- ¿Qué te pareció el taller durante las 3 sesiones?

2.- ¿Qué no te gustó del taller?

3.- ¿Qué sesión te gustó más?

4.- ¿Fue lo que tú esperabas?

5.- ¿Crees que te sirva para un futuro? Sí ___ No ___ ¿Por qué?

Referencias:

González, L- López ,M. Taller sobre plan de vida para adolescentes de nivel medio superior. Universidad pedagógica nacional. Tesis de grado. Recuperado de:

<http://200.23.113.51/pdf/21714.pdf>

Gúzman Martínez, E. Manual del taller, proyecto de vida. IAM. Recuperado de:

http://cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller_proy_de_vida.pdf

Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos (PDDH). Módulos: “Para Talleres de Capacitación sobre Adolescencia y Juventud, Sexualidad y Salud Sexual y Reproductiva y Derechos Reproductivos, con énfasis en la prevención del VIH y la Equidad de Género”.

Recuperado

de:<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Manual%20PDDH%20UNFPA%20SSR%20E2%80%9CPara%20Talleres%20de%20Capacitaci%C3%B3n%20sobre%20Adolescencia%20y%200%200.pdf>