



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRIA
EN PSICOLOGIA EDUCATIVA**

Programa de empoderamiento emocional a personas de 40 a 45 años
de edad con rezago estudiantil Yaguachi – Ecuador

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Briones Ruiz, Carmen Rosa (orcid.org/0009-0002-7470-3457)

ASESORES:

Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth (orcid.org/0000-0002-0950-7954)

Dr. Castillo Hidalgo, Efrén Gabriel (orcid.org/0000-0002-0247-8724)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus
niveles

PIURA — PERÚ

2023

DEDICATORIA

Este trabajo está principalmente dedicado a Dios por darme la fuerza y la sabiduría para lograr este objetivo. A mis padres por todo su cariño y ánimo para continuar, a mi familia que son el motor principal, y a mis queridos estudiantes.

Lcda. Carmen Rosa Briones Ruiz

AGRADECIMIENTO

Primero, gracias a mi Padre Celestial que me dio la salud y la mente para cumplir este sueño. A mis queridos padres que siempre creyeron que podía hacerlo, a mi esposo por su apoyo incondicional, a mis amados hijos y nietos que son el motivo principal de mis logros y metas.

Agradezco a mi tutora de tesis, Dra. Geovana Elizabeth Linares Purisaca, por su entrega y paciencia, sin sus palabras y precisas correcciones no hubiera llegado a este logro tan esperado. A la Universidad César Vallejo y a todos mis docentes de la maestría por sus sabias enseñanzas.

A mi colega y gran amiga, Lcda. Fanny Orozco, quien estuvo conmigo durante todo el proceso. A la Ps. Lesly Folleco, a la Lcda. Fernanda Franco, al Econ. Juan Llaque Lino, al MSc. Lenin Orejuela por su apoyo incondicional en la consecución de otra meta académica en mi carrera profesional.

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA
Declaratoria de Autenticidad de los Asesores**

Nosotros, CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL, LINARES PURISACA GEOVANA ELIZABETH, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesores de Tesis titulada: "PROGRAMA DE EMPODERAMIENTO EMOCIONAL A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS DE EDAD CON REZAGO ESTUDIANTIL YAGUACHI - ECUADOR", cuyo autor es BRIONES RUIZ CARMEN ROSA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 6.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones

Hemos revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 18 de Setiembre del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CASTILLO HIDALGO EFREN GABRIEL DNI: 00328631 ORCID: 0000-0002-0247-8724	Firmado electrónicamente por: CHIDALGOEG el 18- 09-2023 16:25:15
LINARES PURISACA GEOVANA ELIZABETH DNI: 16786660 ORCID: 0000-0002-0950-7954	Firmado electrónicamente por: LPURISACAG el 18- 09-2023 16:25:53

Código documento Trilce: TRI - 0651181



ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, BRIONES RUIZ CARMEN ROSA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "PROGRAMA DE EMPODERAMIENTO EMOCIONAL A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS DE EDAD CON REZAGO ESTUDIANTIL YAGUACHI - ECUADOR", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
CARMEN ROSA BRIONES RUIZ PASAPORTE: 0918247552 ORCID: 0009-0002-7470-3457	Firmado electrónicamente por: CBRIONESRU el 18- 09-2023 22:01:03

Código documento Trilce: TRI - 0651178

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
Declaratoria de Autenticidad de los Asesores	iv
Declaratoria de Originalidad del Autor	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA.....	18
3.1 Tipo y diseño de investigación	18
3.2 Categoría, Subcategorías y matriz de categorización	18
3.3 Escenario de estudio	19
3.4 Participantes.....	20
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
3.6 Procedimientos.....	21
3.7 Rigor científico	21
3.8 Método de análisis de la información	22
3.9 Aspectos éticos.....	22
IV. RESULTADOS Y DISCUSIONES.....	24
V. CONCLUSIONES	61
VI. RECOMENDACIONES.....	63
REFERENCIAS.....	64
Anexos.....	95

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Tabla de subagrupación.....	47
Tabla 2: Tabla de interpretación	49
Tabla 3: Resultados de la participación en el Grupo focal	56

RESUMEN

La presente investigación relata la situación problemática del bajo nivel de empoderamiento emocional que presentan 15 estudiantes de entre 40 y 45 años de edad del Proyecto de Fortalecimiento al Acceso, Permanencia y Titulación (FAPT), de la Unidad Educativa 19 de Agosto en el cantón Yaguachi, Ecuador. El objetivo principal fue empoderar emocionalmente a los estudiantes participantes seleccionados, la misma que tuvo un enfoque cualitativo, de tipo aplicada. Para confirmar el bajo nivel de empoderamiento emocional se aplicó la entrevista como instrumento de investigación, la cual consistió en 15 preguntas de tipo abierta, las mismas que estuvieron diseñadas bajo 3 subcategorías (emociones, sentimiento y personalidad). Como estrategia para minimizar la situación problemática se diseñó y aplicó un programa de empoderamiento emocional denominado “Empodérate para que logres tus sueños”, conformada por 20 sesiones, cada una de ellas estructurada adecuadamente con un contenido fácil de aplicar. Entre las principales conclusiones se determinó que inicialmente los participantes presentaban bajo autoestima, baja motivación y escaso poder de decisión, situaciones por las cuales se diseñó y aplicó el programa de empoderamiento emocional. Al final de la propuesta, se logró aumentar el empoderamiento emocional en los estudiantes participantes.

Palabras clave: Empoderamiento emocional, estudiantes, personalidad, cualitativo, programa.

ABSTRACT

The present investigation reports the problematic situation of the low level of emotional empowerment presented by 15 students between 40 and 45 years of age of the Project for Strengthening Access, Permanence and Degree (FAPT), of the Educational Unit 19 de Agosto in the Yaguachi cantón, Ecuador. The main objective was to emotionally empower the selected participating students, the same one that had a qualitative approach, of an applied type. To confirm the low level of emotional empowerment, the interview was applied as a research instrument, which consisted of 15 openended questions, the same ones that were designed under 3 subcategories (emotions, feeling and personality). As a strategy to minimize the problematic situation, an emotional empowerment program called "Didactic guide for emotional well-being" was designed and applied, made up of 20 sessions, each one adequately structured with easy-to-apply content. Among the main conclusions, it was determined that initially the participants had low selfesteem, low motivation and little decision-making power, situations for which the emotional empowerment program was designed and applied. At the end of the proposal, it was possible to increase emotional empowerment in the participating students.

Keywords: Emotional empowerment, students, personality, qualitative, program.

I. INTRODUCCIÓN

En el campo de las Neurociencias, se determinó lo importante que son las emociones en procesos de aprendizaje, en la toma de decisiones y en la percepción. No obstante, en los procesos de enseñanza y aprendizaje no se aplicaron estrategias didácticas específicas que contemplen la intervención de las emociones para la captación de conocimientos nuevos (Benavidez & Flores, 2019).

En el siglo XX, el gobierno argentino planteó una transformación educativa donde se trazaron beneficios en el ámbito educativos a los jóvenes y adultos con escolaridad inconclusa, para lo cual, se priorizó esta política, generando nuevas competencias pedagógicas en los docentes, de esta manera, se formaron a jóvenes y adultos calificados con grandes capacidades socioemocionales listos para ser incluidos en los procesos productivos de la nación (Bowman, 2019).

En la Universidad de La Habana, en la Facultad de Psicología, implementaron el programa Cátedra Universitaria del Adulto Mayor (CUAM), ante la problemática de escolaridad inconclusa en los jóvenes y adultos. Los objetivos fundamentales del CUAM fueron, la gestión de actualización y superación del aspecto científico y el aspecto técnico en las personas mayores de edad, de esta manera, se generaron personas con capacidad de promover para si una mejor condición de vida. Este programa forjó impactos muy positivos tanto en el desarrollo afectivo-motivacional y moral de los estudiantes como en el desarrollo de habilidades de aprendizaje, de esta manera fue posible generar empoderamiento dentro de la comunidad, logrando su activa participación dentro del entorno social (Henriquez & Pérez, 2020).

En la investigación de la CUAM, se menciona el diseño de estrategias pedagógicas específicas, para promover el empoderamiento emocional y empoderamiento comunitario, los cuales permitieron a sus integrantes el desarrollo conjunto de capacidades para controlar y tomar adecuadas decisiones, lo que conllevó que los participantes actúen comprometidamente, con conciencia crítica para lograr bienestar en sus vidas.

El Ministerio de Educación del Ecuador (2021), mencionó que existe un porcentaje considerable (31,66%) de la población que no han podido concluir su nivel de

escolaridad dentro de la edad regular, lo que se atribuyó a problemas socio emocionales, laborales, económicos y personales, y que, en la actualidad, desean culminar sus estudios ya en edad adulta. Por ende, esta cartera de estado implementó la modalidad presencial intensiva y la modalidad virtual o a distancia a través del programa de Educación Básica para Jóvenes y Adultos (EBJA), donde fue posible agrupar a estudiantes con distintas realidades socioemocionales y socioeconómicas para que continúen sus estudios de nivel básico y/o bachillerato (Cambo, Hidalgo, & Solís, 2023).

El programa EBJA proporcionó como datos primarios, previo a su intervención, cifras bastante desalentadoras, en este sentido, en el Ecuador existieron 5.7 millones de personas en condición de analfabetismo, de las cuales, 92.316 personas no fueron alfabetizadas. También, 979.743 personas no obtuvieron un nivel de post alfabetización, y más de 3 millones de habitantes del territorio nacional carecieron de la aprobación del nivel Básica Superior y Bachillerato.

La planificación para Personas con Escolaridad Inconclusa (PCEI) desarrollado en el cantón Otavalo, provincia de Imbabura menciona que, los estudiantes con educación inconclusa, son aquellos jóvenes y adultos mayores de 15 años, los cuales, se encontraron trabajando o cuidando de la estabilidad de su familia. Dicha jornada educativa a través de los años lectivos denotaron en los estudiantes gran desmotivación, frustración, decepción y otros sentimientos negativos, ya que la responsabilidad laboral de los estudiantes dificultó el desarrollo educativo, haciendo que su rendimiento estudiantil sea bajo, ocasionando el deseo de abandonar los estudios reiteradamente (Jaramillo, 2021).

En la actualidad, en el territorio ecuatoriano, se viene aplicando el Proyecto de Fortalecimiento al Acceso, Permanencia y Titulación (FAPT), dirigido a los jóvenes y adultos con escolaridad inconclusa, el cual reemplazó al programa EBJA (MINEDUC, 2021).

En el plano local, en la Unidad Educativa 19 de Agosto de sostenimiento Fiscal, perteneciente a la población rural de la parroquia Cone, en el cantón Yaguachi, Ecuador, se detectó una situación problemática en un grupo de 11 personas adultas cuyas edades están comprendidas entre los 40 y 45 años, que cursan los niveles

Básica y Bachillerato del Proyecto de Fortalecimiento al Acceso, Permanencia y Titulación (FAPT), quienes manifestaron escaso empoderamiento emocional y baja autoestima, situación que los conllevó a un estado de inseguridad, preocupación, decepción e incapacidad en la toma adecuada de decisiones para su desarrollo personal, laboral, educativo y que afecta también su bienestar familiar.

Los 11 estudiantes, por reiteradas ocasiones mencionaron a los docentes que ya no desean seguir estudiando por motivos como el factor económico, aspecto socio cultural, y en especial por aspectos emocionales. Muchos de ellos mencionaron que en ocasiones consideran poco importante seguir estudiando, ya que la sociedad no los toma en cuenta en el ámbito laboral y social por su escaso nivel de educación. Consideraron que tienen una edad avanzada para seguir invirtiendo su tiempo en educación cuando existen otras prioridades en sus vidas como trabajar para proporcionar el sustento de la familia. Otro grupo se sintieron relegados ante oportunidades laborales, por ende, se auto marginan o aíslan.

Este grupo poblacional investigado, aún están cursando sus estudios de educación básica y bachillerato, sin embargo, dado el amplio espacio de tiempo que ha pasado desde su niñez, se les hace complicado seguir estudiando. También se sienten excluidos, ya que a su edad muchas personas saben leer y escribir apropiadamente o cuentan con un proceso de estudio completo, situación que en cierta manera los minimiza ante los demás.

En definitiva, los estudiantes del proyecto FAPT presentaron un bajo nivel de autoestima, de aquella condición que les proporcione la entereza para seguir adelante en sus estudios. Carecieron de autoconfianza para sentirse capaces de lograr sus metas. No podían dominar sus sentimientos anteponiendo prioridades. Los estudiantes poseían un limitado empoderamiento emocional para manejar apropiadamente sus sentimientos, emociones y desarrollar una adecuada personalidad.

Villalobos (2019) manifestó que, la autoestima constituye una necesidad básica de la personalidad en todos los seres humanos. La autoestima desempeña un papel clave en las elecciones y decisiones e influye en el mejor desempeño de la vida, y es la encargada de realizar las elecciones más adecuadas para la conveniencia de los individuos.

¿Cómo empoderar emocionalmente a las personas de 40 a 45 años de edad con rezago estudiantil de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi mediante la aplicación de un programa?

La presente investigación fundamentó su importancia en la necesidad de generar empoderamiento emocional a los 11 estudiantes participantes, pertenecientes al grupo de entre 40 y 45 años de edad de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi. Para tal cometido fue necesario identificar y describir las principales causas que impidieron desarrollar empoderamiento emocional en los estudiantes, situaciones como aspectos socio emocionales, escasa autoestima, poca motivación, aspectos económicos, aspectos laborales, exclusión, falta de equidad, entre otras.

En base a los aspectos antes mencionados, la presente investigación tuvo como finalidad empoderar emocionalmente a este grupo de estudiantes seleccionados, para reducir el escaso nivel de autoestima, la baja motivación y el escaso desarrollo de la personalidad, con ello, los participantes pudieron avanzar en sus propósitos para conseguir la culminación de sus estudios de nivel básico y bachillerato. Con el desarrollo de empoderamiento emocional, los participantes fueron capaces de seguir estudiando y desarrollar actividades que antes les era complicado, sobre todo, por no saber leer ni escribir apropiadamente, con ello, se pudo contribuir al mejor desarrollo de su bienestar socio emocional.

Si la propuesta de implementar un programa que genere empoderamiento emocional en los 11 participantes no se hubiera realizado, este grupo poblacional no podría completar sus estudios extraordinarios, tampoco pudieran terminar su nivel de escolaridad básica y de bachillerato, por lo tanto, se habrían sentido más excluidos y con un sentimiento de autoestima y motivación muy bajo. Si no se hubiera podido desarrollar una propuesta viable para el desarrollo de empoderamiento emocional, no podría generarse bienestar para los participantes objeto de estudio.

Con la aplicación de un programa de empoderamiento emocional en los participantes, se beneficiaron no sólo de manera directa a los 11 estudiantes de edad adulta, también, el programa podría ser replicado a otros grupos poblacionales de otras instituciones educativas en el plano local, regional o nacional que estén

experimentando situaciones emocionales muy parecidas a las antes descritas en la presente investigación.

Como objetivo general de la investigación se mencionó, el empoderar emocionalmente a las personas de 40 a 45 años de edad con rezago estudiantil de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi mediante la aplicación de un programa.

En cuanto a los objetivos específicos, estos mencionaron lo siguiente:

Describir la situación emocional inicial de las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi.

Diseñar un programa cuya finalidad sea el empoderar emocionalmente a las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil.

Aplicar el programa de empoderamiento emocional a personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil.

Describir la situación posterior a la aplicación del programa de empoderamiento emocional en las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil.

Dado que, el enfoque de la investigación es cualitativa, no se redacta hipótesis.

II. MARCO TEÓRICO

Ruiz (2021), en su artículo de investigación metodología de motivación (MMAA) para personas mayores, menciona como objetivo la elaboración de una estrategia en el ámbito educativo con el cual se pueda diseñar y a la vez aplicar proyectos de emprendimientos, los cuales estuvieron para el beneficio de los adultos mayores, dichos proyectos estaban basados sobre las fortalezas cognitivas de los participantes.

Como metodología aplicada en la investigación se menciona que, las MMAA son estrategias participativas, horizontales, las cuales estaban fundamentadas en la pedagogía emocional, la metodología motivacional, motivación socioeducativa y el abordaje integral del bienestar de los adultos mayores. Los participantes del proyecto fueron quince (15) alumnos, de los cuales ocho (8) eran adultos, cuyas edades oscilaban dentro de los 36 años y 47 años. Son estudiantes muy deseosos de terminar la etapa de la alfabetización.

Como instrumentos de investigación se utilizaron evaluaciones periódicas anuales. Los resultados mencionaron el porcentaje de alumnos que tuvieron la motivación suficiente para emprender, así en el 2017 fue de 3.9%, en el 2018 fue de 14% y en el año 2019 fue de 28%. En el año 2020 con la Metodología de Motivación, Autoestima y Autocuidado (MMAA), el porcentaje de protagonistas matriculados fue del 40%. De esta investigación se concluye que el 40% de los estudiantes terminaron las etapas formativas, emocionales y técnicas que les permitieron emprender, y así se logró, una notable mejoría en las condiciones de desarrollo de los beneficiarios.

La autora de la investigación menciona que, la aplicación de estrategias de motivación, autoestima y autocuidado fueron fundamentales en el proceso motivacional de los estudiantes, ya que, con ellas, se logró participación en diseño y elaboración de actividades educativas como proyectos, los cuales beneficiaron no sólo su capacidad creativa, sino también su fortaleza para ser más comunicativos y participativos.

Vidal (2022), en su artículo científico el uso de estrategias de potenciación y empoderamiento: una experiencia pedagógica con adultos mayores, tiene como objetivo principal, el promocionar empoderamiento a las personas adultas mayores, como acción en la educación, la misma que se aplicó en estudiantes adultos para incentivar el empoderamiento emocional a través del proyecto de entrenamiento en la memoria. Esta investigación, mejoró el proceso de aprendizaje a través del manejo de recursos, de esta manera se incentivó la participación del estudiante como ente productivo de su entorno, siendo capaces de tomar adecuadas decisiones, influir en la autoeficacia, dinamizar sus proyectos y motivar a otros a participar.

La investigación se basó en la psicología comunitaria, en ella participaron dieciocho personas (18) en un rango entre 64 y 77 años, con edad promedio de 71,94 años. En el levantamiento de la información se utilizó un formulario compuesto de cuatro secciones: 1) Género, edad, nivel de escolaridad. 2) Una pregunta dicotómica, si el empoderamiento habría sido estimulado a través del proyecto. 3) Identificar los elementos de aprendizaje, en opciones como: la autoestima; la responsabilidad; la autoeficacia; la autonomía; la autorregulación; la consciencia crítica y la participación. 4) Treinta (30) preguntas de tipo cerradas en escala tipo Likert.

Los resultados de la investigación mencionan que, el 93,75% de los participantes respondieron que su participación en el proyecto mejoró su nivel de empoderamiento. El 90% de los participantes declararon que mediante el proyecto se pudieron obtener: Competencias y habilidades de empoderamiento; mejor comunicación; confianza y la capacidad de organización. Empoderamiento para lograr objetivos (84,4%), autoeficacia en la participación en el proyecto (60,6%). El 87% de la muestra mencionaron que su participación en el proyecto de la investigación mejoró sus comunicaciones, 86,8% mejoraron su nivel de organización y planificación. 84,4% con mayor capacidad en la dinamización de proyectos.

La investigadora mencionó que las actividades pedagógicas que contemplen empoderamiento emocional, generan autoestima y motivación en los beneficiarios, permitiéndoles desarrollar sus habilidades interpersonales y

generando personalidad eficiente para la toma de decisiones adecuadas en beneficio de ellos.

Delgado (2022), desarrolló su trabajo de titulación basado en las estrategias de la pedagogía orientado a reinsertar a los estudiantes adultos a la continuación de su actividad educativa, el cual estuvo basado en estrategias de empoderamiento, y cuyo objetivo principal fue el desarrollo de actividades de índole pedagógicas para lograr la continuidad en la educación a los estudiantes adultos que presentan inconclusa su escolaridad. Los participantes poseen edades comprendidas entre los 30 años a 40 años.

La investigación tuvo un enfoque cualitativo, utilizó el método inductivo deductivo y también métodos empíricos tanto la observación de campo como la investigación de fuentes bibliográficas. Los instrumentos necesarios utilizados en el levantamiento de la información fueron encuesta, entrevista, observación y la aplicación de grupos focales.

La entrevista constituyó una importante herramienta dentro de la investigación científica para captar información de los entrevistados (Villareal & Cid, 2022).

La población objeto consistió de treinta (30) estudiantes desertores del sistema educativo con edades comprendidas entre 30 y 40 años. La muestra se determinó en la población de San Bartolomé, perteneciente al cantón Limón Indanza de la provincia amazónica Morona Santiago - Ecuador. Esta investigación tuvo lugar en el año lectivo 2022 a 2023.

Los resultados fueron de tipo cualitativo, y en ellos se mencionan que uno de los más grandes problemas de la comunidad es la deserción a los centros educativos que se presentan en los estudiantes de distintas edades. Existen varios factores que dificultan a la población adulta alfabetizarse, entre ellas, las condiciones socioeconómicas, baja calidad educativa, escasos programas educativos para personas mayores, lo cual aumenta la brecha socioeconómica y educativa, con ello aumenta la pobreza, la vulnerabilidad y la exclusión.

Existe temor por parte de la población de retomar los estudios, ya que han pasado varios años desde sus inicios en la escolaridad y este proceso les restará tiempo para el desarrollo de sus actividades laborales, por ello, la investigación propone una estrategia constructivista para usar la experiencia de los estudiantes en nuevo conocimiento, de esta manera obtendrán mayores competencias para afrontar los retos laborales y aprovechar oportunidades.

La autora de la investigación menciona que, en el trabajo de Delgado (2022), se pudieron identificar las causas por las cuales, las personas abandonan sus estudios, entre ellas el factor económico, adaptación a las pedagogías de enseñanza, largas distancias a centros de estudios especializados. Mediante la reinserción escolar de las personas adultas, podrán optar por mayores oportunidades de encontrar trabajo, de ser ascendidos a mejores posiciones dentro de algún trabajo existente, mejor acceso a la salud, al bienestar y a otras oportunidades más.

Chicaiza (2022), al hacer referencia a su investigación sobre las competencias socio-emocionales en los estudiantes de edades adultas que forman parte de los proyectos educativos para educación inconclusas EPJA, menciona que el objetivo del trabajo fue analizar los aspectos relacionados con las competencias socio-emocionales que experimentan los estudiantes adultos que asisten a los centros educativos para adultos.

Esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo controlada y objetiva. También fue de tipo correlacional, exploratorio y descriptivo. La población la constituyeron un grupo de dieciocho (18) estudiantes de edades entre 29 años y 58 años, con edad media de 41,94 años, quienes participaron en el proyecto de formación. El proyecto fue de colaboración inter institucional donde participaron la Universidad del Azuay ubicada en la ciudad de Cuenca y la escuela La Asunción del mismo cantón. Una de las características socioeducativa de los participantes es que poseen nivel primario completo, sin embargo, su nivel socio económico es de pobreza.

Como instrumento para el levantamiento de la información fue necesario el uso de una guía de entrevista que contenía 21 preguntas basadas en

estructura de escala de Likert, con escala de 1 al 5. La nomenclatura para la evaluación de las respuestas en la escala iba desde valores como no muy en desacuerdo hasta muy de acuerdo. Los resultados, expresaron la siguiente información: el 33,3% de los involucrados fueron mujeres y 66,7% hombres. 11,1% son de raza indígena, 5,6% de raza blanca y 83,3% de raza mestiza.

Se menciona como conclusiones de la investigación que, entre los beneficiarios de la propuesta de investigación, se logró que los participantes pudieran mejorar sus competencias socioemocionales en la autogestión, en la automotivación. La conciencia social y comportamiento prosocial. También se logró, aunque en menor nivel, mejorar la toma de decisiones.

La investigadora, sobre los relatos de Chicaiza (2022) menciona que, la formación por competencias en el ámbito socioemocional, contribuyeron al proceso formativo, siendo beneficioso para los participantes, ya que desarrolló y mejoró el aspecto emocional, personal, de competencias y económico de los participantes.

González y colaboradores (2019) mencionaron en su artículo científico sobre la aplicación del diseño de dibujo técnico para lograr empoderamiento creativo en los estudiantes, que el objetivo de la investigación fue proporcionar adecuadas herramientas para dinamizar el proceso enseñanza-aprendizaje en los estudiantes, siendo esta, una investigación de tipo descriptiva con metodología experimental e interdisciplinar.

La muestra de la investigación consistió de un grupo de 21 estudiantes con edades promedio de 31 años, 57% son mujeres y el 43% hombres de la maestría para docentes de educación secundaria, cuya especialidad se basó en las técnicas del dibujo, de las artes plásticas y de la imagen, proceso educativo que tuvo lugar en la Universidad de Almería, España.

Para la recolección de la información fue necesario el uso de la técnica índice NPS (Net Promoter Score) utilizada en la determinación de la fidelidad en los clientes. La medición para la evaluación de los resultados fue mediante la escala de Likert, de tal manera que la investigación fue de tipo descriptivo. En este estudio, los resultados mencionaron un valor NPS de 47.6 %. Donde

los valores contenidos en el rango de ± 100 se consideran con calificación buena, sin embargo, no fue excelente ya que no llegó a la calificación por sobre los 50 puntos.

En esta sección, la investigadora del presente informe menciona que, a los estudiantes participantes del proyecto, les pareció muy adecuada la metodología utilizada, ya que relacionada con las habilidades artísticas y la creatividad se traducen en un lenguaje que genera empoderamiento de las competencias y habilidades de los docentes, de esta manera la transmisión de la información en el proceso enseñanza - aprendizaje es más clara y directa.

Cáceres y Gálvez (2018), en su investigación de maestría donde aborda el mejoramiento de las capacidades productivas de las personas adultas en el proceso educación inconclusa, mencionaron que el objetivo fue lograr empoderamiento mediante el fortalecimiento de las capacidades productivas de las personas. El proyecto se realizó mediante el análisis de propuestas de tipo pedagógica y en base a las necesidades de los participantes. Gracias a esta gestión fue posible replicar esta iniciativa en otros sectores de la región.

La investigación fue de tipo cualitativa, documental. La información se recabó de fuentes de información primarias y secundaria, se utilizó como técnica de recolección de datos a la entrevista. El método de muestreo fue de característica no probabilística. La población consistió de 4.015 personas, la muestra consistió en 25 participantes con escolaridad inconclusa pertenecientes al distrito de Quilcas, provincia de Huancayo, región Junín.

En cuanto a la metodología del desarrollo de la tesis, se analizó la información documental, con el propósito de obtener una base teórica de tipo longitudinal. La metodología se basó de 6 capítulos que incluyen etapas como la determinación de memoria descriptiva, planificación de la propuesta de aprendizaje, la estructura organizacional, los aspectos de logística y operacionalizad, entre otros.

Los resultados de la propuesta mencionan que, de los 25 beneficiarios, no todos pudieron terminar el proceso del proyecto, sin embargo, los que si

terminaron demostraron que ya pueden leer y escribir apropiadamente, lo cual les va a traer muchos beneficios futuros ya que se podrán insertar de mejor manera a la sociedad y al mundo laboral, gracias a las herramientas que adquirieron en el programa de alfabetización.

La investigadora menciona que, mediante la aplicación de este programa se logró el mejoramiento de las capacidades, aunados con los saberes y experiencias de las personas en los nuevos aprendizajes. Este método constructivista proporcionó las herramientas necesarias para beneficio de los participantes al poder desarrollar actividades económicas productivas en sus sectores.

Para entender de mejor manera los problemas y situaciones emocionales por las que atraviesan los individuos, es necesario que se determine el concepto de la contención emocional o contención socioemocional, la cual es un cúmulo de procesos destinados a proporcionar tranquilidad y a la generación de confianza en aquellas personas que experimentan situaciones de crisis emocionales, mediante una intervención primaria, la cual tiene por objeto estimular a la persona para que se anime emocionalmente y lograr así un equilibrio emocional en su personalidad (Sánchez & Condori, 2018).

Entre tanto, Vargas (2019) menciona que, la contención emocional, aborda los distintos estados de los individuos que manifiestan diversos grados de crisis emocional, para que puedan libremente exponer o liberar sus emociones.

La investigadora del presente informe menciona que, para lograr que los individuos expongan sus emociones, es necesario que las personas que ayudan en esta actividad no intervengan o produzcan algún sesgo sobre las emociones de las personas, como impedir que exterioricen su tristeza (no impedir que lloren), no regañarles o crear algún tipo de prejuicio sobre las causas de su actual estado, entre otras.

Por el contrario, Villareal (2022) manifiesta que, las personas que van a proporcionar ayuda, deben adoptar una actitud empática y escuchar

pacientemente a las personas que padecen alguna crisis o problema emocional.

El proceso de la contención emocional requiere el acompañamiento de las personas que están experimentando situación de crisis para que puedan recuperar su estabilidad emocional, lo cual se obtiene proporcionando la oportunidad para que les sea posible manifestar sus emociones, con ello se pretende obtener la recuperación de la calma y posteriormente el planteamiento de alternativas de solución al problema que originó la crisis emocional (Ministerio de Educación de Chile, 2020).

La autotora de la presente investigación coincide con Cedeño y Ortiz (2022), quienes menciona que, la contención emocional debe brindar principalmente un sentimiento y actitud de apoyo y de comprensión a las personas en crisis, debe procurar un estado de tranquilidad, seguridad y equilibrio emocional, y sobre todo la recuperación o generación de autoconfianza para afrontar posteriormente las crisis.

Muñoz y colaboradores (2020) mencionan que, es errado pensar que en momento de crisis emocional las personas que están experimentado esta situación no deban hablar de aquellos problemas, más bien, es necesario que se sientan protegidos y puedan exteriorizar sus sentimientos.

La investigadora manifiesta que, es necesario, según la investigadora que se brinde a la persona que experimenta sensaciones de crisis, la ayuda necesaria para que pueda recuperar el estado de equilibrio emocional, por lo tanto, se insiste que es necesario el acompañamiento de personas con conocimientos en estos temas específicos, brindar un ambiente adecuado y sobre todo expresar una actitud asertiva.

Se debe entender también que las emociones que experimentan las personas obedecen a los estímulos del medio, son reacciones intrínsecas que no se pueden evitar, sin embargo, como estrategia de ayuda, es posible preparar a las personas para que reconozcan estas situaciones y puedan afrontar, reaccionar o responder a estas circunstancias para que no puedan volver a dañar significativamente sus sentimientos (Calle, 2019). Mientras que, El Ministerio de Educación de Chile (2020) menciona que, los docentes

aun sin tener una especialidad en psicología, pueden brindar contención emocional a los estudiantes que experimenten crisis emocionales en las instituciones educativas.

La autora de la investigación menciona que, los expertos como psicólogos o psicoterapeutas, para el tratamiento de los pacientes, aplican principalmente la empatía, escuchan con mucha paciencia los problemas que mencionan las personas, son sensibles y amables ante los sentimientos de frustración y desequilibrio de sus estados emocionales. Son necesarias entonces las estrategias como el diálogo, escritura, dibujo, pintura u otras formas activas de expresión.

Cando y colaboradores (2022) mencionan que, el proceso andragógico, o la enseñanza para estudiantes adultos difieren del proceso de enseñanza en los niños, ya que ambos grupos etarios aprenden de manera distintas, por ello, se aplican diferentes metodologías de enseñanza, basadas en el tiempo, el trato y contenido.

Esta distinción para los adultos se debe a que en ellos intervienen situaciones que de alguna manera influyen en sus emociones, de manera más profunda que las emociones que pudieran experimentar los niños (Prado, 2020).

Por lo tanto, la información antes descrita sobre la contención emocional, constituye en el proceso enseñanza – aprendizaje, la base metodológica para que el docente pueda diseñar la malla curricular apropiada para los estudiantes adultos, donde se deba considerar sus sentimientos y emociones.

Sobre el tema del empoderamiento emocional, en primera instancia se define al empoderamiento como un concepto multidimensional, cuyos componentes son la autonomía, autoestima, responsabilidad, capacidad crítica, entre otros. En las personas adultas o mayores de edad generalmente se presentan problemas psicosociales como los prejuicios y estereotipos sobre la vejez, que, a su vez, se relacionan con ser poco útiles, con tendencia a padecer enfermedades, con escasa vitalidad, etc. (Henriquez & Pérez, 2020).

El empoderamiento en personas adultas impulsa el deseo de sentirse útiles, de poder tomar las mejores decisiones para su vida, de poder transformarse en personas socialmente beneficiosas dentro de la comunidad, capaces de impactar en los niveles de su entorno social (Zaldívar et al., 2022).

Es necesario, según la autora de la investigación, que se ponga mucho énfasis en la importancia de entender los conceptos de empoderamiento sobre las personas adultas, ya que ellos, con frecuencia tienden a relegarse por considerar que su edad ya no es la adecuada para retomar estudios pendientes, o para poder optar por oportunidades laborales que en la mayoría de los casos son aplicadas por personas mucho más jóvenes. Por ende, el desarrollo de actividades andragógicas o de metodologías activas serán adecuadas para generar empoderamiento emocional en las personas adultas.

Para lograr autoestima, autonomía, responsabilidad, capacidad crítica, etc. Es necesario que la persona desarrolle sus propias habilidades y por ende sus competencias, las cuales le permitirán ser actores en las actividades de la sociedad, teniendo las cualidades para desarrollar ideas y plantear mociones públicas. Esto se logra con gran actitud u adquisición de conocimientos o competencias (Poma & Gravante, 2019).

Hernández y Pérez (2020) mencionan que, la educación para personas adultas debe ser capaz de desarrollar sentimientos y emociones y capacidades cognitivas para el mejor discernimiento de los hechos fenomenológicos del entorno; además de propiciar el desarrollo sociocultural como estudiantes, lo cual facilita la adaptación e integración social, principalmente en su entorno.

En los casos en los cuales se detecten situaciones de baja autoestima y escasa motivación en personas adultas, es necesario recordar los conceptos antes mencionados para poderles escuchar asertivamente, para poder compartir sus emociones de manera empática y establecer acciones técnicas en el ámbito de la pedagogía activa que permitan determinar orígenes de sus malestares emocionales, y en base a esas definiciones plantear alguna alternativa de solución.

Changoluisa y Becerra (2021) mencionan que, se desconoce la aplicación adecuada de la Andragogía, la cual toma en cuenta las experiencias y vivencias de los estudiantes adultos, procurando que se desarrolle una acción participativa en los estudiantes adultos.

Una de las causas del rezago educativo es la situación social y económica que atraviesan los miembros de la familia de los estudiantes, dicha situación limita el acceso a los estudiantes para una educación, por cuanto deben decidir en invertir su tiempo en el trabajo para generar ingresos y relegar sus estudios (Ramírez & Pozos, 2022).

La autora menciona que, en la actualidad, aun se practica la enseñanza básica y secundaria en los estudiantes a través de las mallas curriculares implementadas por los organismos de educación, sin embargo, estas metodologías son aplicadas a todos los estudiantes sin distinción de su edad o del nivel de rezago estudiantil.

Mikulic et al., (2018) mencionan que, existen personas cuyas competencias emocionales son muy diferentes entre sí, ya que son capaces de interactuar mejor con otras personas, y también, pueden tomar mejores decisiones para su provecho. Citando a Mayer y Salovey (1997), mencionan que el concepto de inteligencia emocional surge de estas interrogantes.

La autora de la investigación cometa que, las personas aun siendo fisiológicamente similares, poseen cualidades psicológicas diferentes, las cuales por factores genéticos y por el entorno, desarrollan competencias y capacidades diferentes, incluso aun siendo de la misma familia.

Surge el concepto de la inteligencia emocional, donde Sánchez y Robles (2018) citando a Bar-On (1997), mencionan que se refiere a los rasgos de personalidad del individuo, los cuales interactúan constantemente entre individuos con el propósito de lograr un estado de adaptación en el lugar. La Inteligencia emocional tiene la capacidad de comprender la información motivacional de los individuos y las percepciones constituyen los factores emocionales básicos.

Estos rasgos que se mencionan en los párrafos anteriores hacen alusión a las características emocionales y a las competencias del individuo, los cuales se van desarrollando con el paso del tiempo, con las experiencias vividas, con la información recibida y asimilada. De esta manera las personas logran en mayor o menor proporción integrarse a una sociedad de interacciones e interrelaciones personales.

Valarezo et al., (2023) mencionan que, existen diferentes puntos de vista sobre la personalidad, ya que, algunos autores consideran que la personalidad se forma desde la concepción humana (aspecto genético), mientras que otros autores atribuyen esta condición de la personalidad al entorno en el que crece. La personalidad según coinciden los autores, se continúa labrando hasta los 30 o 35 años de edad del individuo.

Delhom et al., (209) mencionan que, la personalidad posee características únicas en el individuo, pueden crear estereotipos duraderos de pensamiento, la forma de sentir y percibir las cosas del mundo puede ser relevantes o efímeras, la manera de confronta o actuar en situaciones dadas.

Para la autora de la investigación, los rasgos de la personalidad como se mencionó anteriormente, están definidos por el pasar de los tiempos, donde por cada experiencia se aporta al desarrollo de la personalidad.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de Investigación

La presente investigación fue de tipo aplicada, con un enfoque cualitativo. Con ella se obtuvo información básica que dieron origen a la situación problemática, la cual consiste en el escaso empoderamiento emocional que presentan los participantes del proyecto. Con esta Información se logró brindar una alternativa de solución útil para mejorar en ello la autoestima, la motivación y personalidad, de esta manera se desarrolló el control sobre los sentimientos, las emociones, la personalidad y con ello la toma adecuada de decisiones.

La investigación es de procedimientos pragmáticos y se basa en la acción. Tobar (2019) mencionó que la investigación de tipo aplicada permite obtener información para generar alternativas de solución a situaciones problemáticas mediante la formación del conocimiento.

Hernández Sampieri (2018), mencionó que, la investigación de tipo aplicada también fue fenomenológica, pues describió situaciones particulares de los sentimientos de los estudiantes y sus características, basado en sus propias experiencias.

3.2 Categoría, Subcategorías y matriz de categorización

La presente investigación presentó una sola categoría, el empoderamiento emocional, el cual según Rosa (2022), se define como el fortalecimiento de las capacidades emocionales con el fin de manejar adecuadamente sus emociones, de esta manera fue factible asumir el control sobre los sentimientos para no reprimirlas, sino para administrarlas adecuadamente (Rosa, 2022).

La investigación también consta de tres subcategorías: Las emociones, los sentimientos y la personalidad.

Las emociones, son aquellas reacciones psicofisiológicas a ciertos estímulos que el individuo experimenta en el entorno, las mismas que motivan a ser humano a adaptarse a ella. Es difícil no sentir algún tipo de emociones, ya

que suelen ser inevitables. Las emociones generalmente son percibidas mediante estímulos o sensaciones externas como efecto de algunas reacciones fisiológicas (Buceta, 2019).

Los sentimientos, son la percepción del estado o condición del cuerpo humano, acompañado por la forma de pensar del individuo sobre diversos temas. Los sentimientos se originan de las experiencias de las emociones y de cualquier cambio que intente romper el equilibrio emocional de la persona (Núñez et al.,2021).

La personalidad se define con la forma de organización estructurada del individuo. La personalidad no es fácil comprenderla en primera instancia, sin embargo, es factible tener una idea de la personalidad del individuo por sus rasgos y comportamientos externos y observables, entre ellos su comportamiento, sus hábitos más frecuentes, sus costumbres, etc (Tintaya, 2019).

La matriz de categorización se encuentra en anexos.

3.3 Escenario de estudio

La Unidad Educativa 19 de Agosto se caracteriza por un entorno donde el ambiente es de campo agrícola y dentro de la institución se puede observar un espacio que se encuentra relacionado con la naturaleza, sus aulas de clases son amplias y adornadas con trabajos manuales realizadas por los estudiantes, hay señales de salida de emergencia y de punto de encuentro en caso de algún incidente que pueda ocurrir (Guevara, 2022).

El ambiente social que ofrece la institución es de gran importancia porque de esto dependerá la conducta y emociones de los estudiantes, los docentes son personas comprensibles, flexibles, amables y tolerantes que brindan su ayuda necesaria para que cada uno de sus estudiantes sean mejores personas, de estas forma se ha logrado que ellos puedan organizarse para algún evento o intervención que hayan tenido en grupo, logrando así ser mejor organizados y obteniendo buenos resultados entre compañeros Durante el tiempo de su desarrollo escolar, han aprendido a llevar una buena jerarquía respetando los patrones y opiniones que cada uno de ellos tienen;

todo esto se debe a una buena comunicación, pues bien, cada uno de ellos son de un nivel socio económico diferente, estados material y ocupación, pero gracias a una buena organización y comprensión se apoyan entre si para obtener mejores resultados.

Las emociones se producen por una conducta especifica la cual cada estudiante tiene una forma diferente de reaccionar ante una situación. Cada respuesta de una emoción ante un estímulo es diferente, hay ciertos estudiantes que son un poco más serenos y comprensibles, para otros su reacción no es muy positiva y su forma de reaccionar no es a ligera y también existen los estudiantes que no le brindan la mayor importancia a una situación, pero observando y analizando cómo reaccionan ante los estudios la mayoría de ellos siempre ha mostrado mucho empeño y preocupación por cumplir.

Teniendo en cuenta que esto se debe a que son estudiantes adultos lo cual ya tienen la experiencia a base de necesidades que han experimentado en su niñez y juventud, aprendiendo así el valor de los estudios.

3.4 Participantes

Los participantes de presente estudio lo constituyen inicialmente 11 estudiantes del Proyecto de Fortalecimiento al Acceso, Permanencia y Titulación (FAPT), con edades comprendidas entre los 40 a 45 años, donde 16 (61,53%) son mujeres y 10 (38,46%) son hombres todos pertenecientes a la parroquia Cone. De estos participantes se va a recibir la información donde expresarán cuáles son sus sentimientos y emociones, cuáles son sus frustraciones y anhelos, y también se pretende determinar cuáles son las causas que generan el poco empoderamiento emocional que manifiestan, situación que influye en su estilo y calidad de vida y genera entre otras cosas el rezago estudiantil, provocando continuamente en ellos el deseo de abandonar sus estudios.

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se utilizó en la investigación consistió en consultarle a los 11 participantes sobre aspectos específicos relacionados con los sentimientos,

emociones y personalidad. La consulta se realizó en las aulas de la institución educativa, se efectuaron de manera manual. A cada participante se le adjudicó una hora para que pudieran contestar de manera escrita las preguntas que la investigadora planteó.

Como instrumento de recolección de datos se utilizó la entrevista, la cual consistió de un grupo de 15 preguntas bien estructuradas y avaladas por tres expertos (jurado) en psicológica educativa. Mediante la entrevista se obtuvo información primaria de los participantes.

Como instrumento para determinar resultados posteriores a la aplicación del proyecto de investigación, se utilizó la reunión de grupo focal.

3.6 Procedimientos

Para el desarrollo adecuado de la presente investigación, fue necesario la realización de varios procesos, entre ellos constan la solicitud del permiso al Sr. Rector de la Unidad educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi. Posteriormente fue necesario la elaboración del instrumento que se aplicó a los estudiantes mediante la entrevista. Dicho instrumento fue revisado y validado por tres profesionales expertos en el área de la psicología educativa.

La recolección de información se realizó a través de la técnica de la entrevista, donde se aplicó un instrumento con preguntas abiertas. La aplicación de la entrevista se realizó a los 11 participantes en el salón de clase, cada día se entrevistaban de 2 a 3 participantes. La información obtenida fue registrada en una base de datos cualitativa para luego ser categorizada y analizada cada uno de las respuestas de los participantes, de esta manera, fue posible agrupar los casos donde posteriormente se establecieron los lineamientos para diseño de la propuesta, así fue como se generó empoderamiento emocional.

3.7 Rigor científico

La presente investigación contó con credibilidad, ya que sus procedimientos, información e instrumentos fueron validados por docentes especialistas en

la investigación científica y también por la participación de juicios de expertos como fueron los psicólogos educativos que avalaron el instrumento para la recolección de la información, la misma que se extrajo de los participantes y constituyeron los testimonios, experiencias y vivencias que ellos mencionaron sin ningún tipo de sesgo o influencia parcializada por parte de la investigadora.

La investigación también contó con la cuota de Imparcialidad, de honradez, de confiabilidad y neutralidad. Como se mencionó al principio del texto, el proceso de desarrollo de la investigación se realizó sin influenciar de manera ventajosa sobre los participantes del proyecto. La información proporcionada por los participantes fue espontánea, de tal manera que, no quedó tela de duda sobre los procedimientos aplicados, por lo tanto, es un documento que puede ser revisado por expertos.

3.8 Método de análisis de la información

La entrevista constituyó el principal método para la extracción de información primaria de los participantes, se aplicó un instrumento estructurado el cual contó con varias preguntas de tipo abiertas acordes al tema de investigación y a la problemática detectada. Se entrevistó a cada uno de los 11 participantes del proyecto.

El método para el análisis de la información fue el siguiente:

Primero se codificaron a cada uno de los entrevistados, luego se realizó la transcripción de las respuestas respectivamente a cada pregunta del de la guía de entrevista. Luego se realizó un proceso de agrupación de las personas con respuestas similares. Por último, para cada pregunta con sus respectivas agrupaciones correspondió una interpretación por parte de la investigadora.

3.9 Aspectos éticos

En la presente investigación primará la ética por sobre todas las acciones que se pretendan realizar para la consecución de los objetivos, dicho de otra manera, el investigador tendrá mucha moral para no abusar de su nivel

académico o profesional con las personas participantes, ya que se extraerá información muy personal y la discreción de esta presente en todo momento.

El investigador antes de realizar cualquier gestión en el presente informe, debe solicitar el permiso de participantes, debe lograr la aceptación a participar del proyecto, esto se concreta con la firma del consentimiento informado, un documento que explica al participante que se va a realizar y si está de acuerdo con ello. De esta manera no se vulneran derechos y se puede trabajar con el permiso respectivo del participante.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIONES

Sobre el primer objetivo específico, describir la situación emocional inicial de las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi, se muestra a continuación el procesamiento de la información obtenida en base a la aplicación de un instrumento para obtener información relevante, dicho instrumento fue la entrevista, y es la manera más apropiada de obtener información con respuestas abiertas sin sesgos.

A continuación, se muestra la información obtenida de la aplicación del instrumento a los 11 participantes.

a) Etapa de transcripción de entrevistas

Codificación: Cabello largo

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Unos de los motivos que me proporciona felicidad, es ver cuando llego a casa y veo a mi hija que está jugando y se alegra verme llegar y pregunta que como me fue en clases.

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

La emoción más cotidiana es: El miedo, la tristeza, la alegría y el enfado

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

Mi motivación es ver el apoyo que me da mi familia, para yo poder terminar mis estudios secundarios

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Mi mayor preocupación es no poder cubrir las necesidades de mi familia.

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

Rodearme de personas positivas, mantener un buen sentido de humor y enfocarme de las cosas importantes.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Creo que sí, y la fortalezco utilizando todas las oportunidades que me da la vida.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

Ejercicios físicos, salir a caminar

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Leer, y mantener una buena salud

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

El nacimiento de mi hija y verla dar sus primeros pasos.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Un poco, porque no soy tan expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero pienso que es cuando expresamos o hacemos un comentario de forma respetuosa sin dañar a nadie.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Actúo de manera responsable ya que tengo una familia por la cual vela y respaldar.

establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

No puedo describir, aún no he tenido ese tipo de experiencia

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si creo que sí, definitivamente es muy importante, porque necesitamos estar fortalecidos y motivados para enfrentar las situaciones de la vida diaria.

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que sigan su sueño, que perseveren, busquen a fortalecerse en la debilidad para convertirlas en aliadas

Codificación: Falda corta

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Me causa felicidad, cuando todo está bien en mi entorno

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

La emoción más presente es la presenta es la preocupación de todo el acontecimiento que suceden a nivel de país y de clima

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

Mi mayor motivación para enfrentar las dificultades de la vida es el trabajo, porque me gusta ser responsable en la vida.

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

El miedo de ver la situación social, económica y climática en nuestro planeta.

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

Rodearme de personas positivas, mantener un buen sentido de humor y enfocarme de las cosas importantes.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Creo que sí, y la fortalezco utilizando todas las oportunidades que me da la vida.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

Ejercicios físicos, salir a caminar

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Leer, y mantener una buena salud

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

El nacimiento de mi hija y verla dar sus primeros pasos.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Un poco, porque no soy tan expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero pienso que es cuando expresamos o hacemos un comentario de forma respetuosa sin dañar a nadie.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Actuó son positivismo y mucha fe que todo saldrá bien

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando pienso en que soy responsable de todo lo que pasa

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si, creo que todos los seres humanos deberíamos ser dependiente de que alguien más nos motive

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que lean mucho sobre las emociones para que tengan en claro lo que quieran hacer, ya que el ser humano debe estar motivado en todo momento de su vida solo así cumplirá sus metas.

Codificación: Suéter verde

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

El trabajo, la familia, situación económica y los estudios

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

La emoción más cotidiana es: Es la preocupación

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

Mi motivación es la superación

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Mi mayor preocupación es la falta de trabajo.

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

La creatividad.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Creo que sí, y la fortalezco utilizando la experiencia.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

La respiración

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

El conocimiento

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

Cuando cumplo mi proyecto.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

No, porque es mi personalidad.

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva? sí,
porque es una comunicación fluida entre personas.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Actuó con responsabilidad.

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando estoy segura de tener conocimiento de lo que converso y que lo dicho ha servido de ayuda para otras personas, como los consejos de salud tradicionales

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si, porque se activa el grado de necesidad

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que les permite cumplir las metas, con control y desarrollo personal.

Codificación: Cabello rubio

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Me motiva a sentir felicidad, ver los abrazos y besos que me dan mis nietos al llegar a visitarme.

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

La más frecuente es el temor por la inseguridad que nos toca vivir

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

Me motiva ver el entusiasmo de mis hijos de verme estudiar

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Mi mayor preocupación es la delincuencia que nos enfrentamos y a las enfermedades y no tengo respuesta.

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

La estrategia que utilizo es el razonamiento.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces? Creo que sí, y la fortalezco con la responsabilidad de ser madre.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

La respiración y meditación

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Ejercicio y la lectura.

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

Cuando puedo aplicar mis conocimientos

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Si, porque muchas veces no las entiendo

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Con enojo

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando logro con éxito un buen trabajo, me hace sentir una persona inteligente y capaz

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Yo creo que todo lo que podamos hacer por nosotros mismo estará bien.

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que tengan fe y confianza en si mismo y no dejen de luchar por sus sueños.

Codificación: Zapatos azules

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Unos de los motivos que me proporciona felicidad, es ver cuando llego a casa y veo a mi hija que está jugando y se alegra verme llegar y pregunta que como me fue en clases.

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

La emoción más cotidiana es: El miedo, la tristeza, la alegría y el enfado

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida? (Personalidad)

Mi motivación es ver el apoyo que me da mi familia, para yo poder terminar mis estudios secundarios

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Mi mayor preocupación es no poder cubrir las necesidades de mi familia.

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

Rodearme de personas positivas, mantener un buen sentido de humor y enfocarme de las cosas importantes.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Creo que sí, y la fortalezco utilizando todas las oportunidades que me da la vida.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

Ejercicios físicos, salir a caminar

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Leer, y mantener una buena salud

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

El nacimiento de mi hija y verla dar sus primeros pasos.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Un poco, porque no soy tan expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero pienso que es cuando expresamos o hacemos un comentario de forma respetuosa sin dañar a nadie.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Actuó de forma temerosa porque me siento inseguro de tomar decisiones que no sea acertada, tanto en lo personal como en lo laboral.

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Creo que es demasiado importante porque puedo tomar de forma segura mis decisiones

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que el empoderamiento emocional es la parte más importante del ser humano, ya que ellas nos van a permitir cumplir nuestros sueños con eficacia

Codificación: Corbata azul

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Unos de los motivos que me proporciona felicidad, es ver cuando llego a casa y veo a mi hija que está jugando y se alegra verme llegar y pregunta que como me fue en clases.

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

La emoción más cotidiana es: El miedo, la tristeza, la alegría y el enfado

**3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?
(Personalidad)**

Mi motivación es ver el apoyo que me da mi familia, para yo poder terminar mis estudios secundarios

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Mi mayor preocupación es no poder cubrir las necesidades de mi familia.

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

Rodearme de personas positivas, mantener un buen sentido de humor y enfocarme de las cosas importantes.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Creo que sí, y la fortalezco utilizando todas las oportunidades que me da la vida.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

Ejercicios físicos, salir a caminar

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Leer, y mantener una buena salud

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

El nacimiento de mi hija y verla dar sus primeros pasos.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Un poco, porque no soy tan expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero pienso que es cuando expresamos o hacemos un comentario de forma respetuosa sin dañar a nadie.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Actúo con responsabilidad y algo de temor

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando necesito realizar que no tengo opción a negarme

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si creo que es importante, porque me ayuda a cumplir mis objetivos de vida

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que se instruyan y que se empoderen para que puedan enfrentar cualquier situación en la vida cotidiana

Codificación: Calentador celeste

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Unos de los motivos que me proporciona felicidad, es ver cuando llego a casa y veo a mi hija que está jugando y se alegra verme llegar y pregunta que como me fue en clases.

- 2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?**

La emoción más cotidiana es: El miedo, la tristeza, la alegría y el enfado

- 3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?**

Mi motivación es ver el apoyo que me da mi familia, para yo poder terminar mis estudios secundarios

- 4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?**

Mi mayor preocupación es no poder cubrir las necesidades de mi familia.

- 5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?**

Rodearme de personas positivas, mantener un buen sentido de humor y enfocarme de las cosas importantes.

- 6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?**

Creo que sí, y la fortalezco utilizando todas las oportunidades que me da la vida.

- 7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?**

Ejercicios físicos, salir a caminar

- 8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?**

Leer, y mantener una buena salud

- 9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?**

El nacimiento de mi hija y verla dar sus primeros pasos.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Un poco, porque no soy tan expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero pienso que es cuando expresamos o hacemos un comentario de forma respetuosa sin dañar a nadie.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Con mucha fortaleza, creo en dios y él me va a amparar siempre que tome las decisiones adecuadas para mi familia

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando tomé la decisión de volver a estudiar, al principio fue duro para mí, pero luego me involucré y pude seguir adelante

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si es importante, es la forma de motivarse para enfrentar las situaciones que se me presentan al diario

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que sigan estudiando, que no se detengan en su preparación escolar

Codificación: tranzas largas

- 1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?**

Unos de los motivos que me proporciona felicidad, es ver cuando llego a casa y veo a mi hija que está jugando y se alegra verme llegar y pregunta que como me fue en clases.

- 2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?**

La emoción más cotidiana es: El miedo, la tristeza, la alegría y el enfado

- 3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?**

Mi motivación es ver el apoyo que me da mi familia, para yo poder terminar mis estudios secundarios

- 4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?**

Mi mayor preocupación es no poder cubrir las necesidades de mi familia.

- 5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?**

Rodearme de personas positivas, mantener un buen sentido de humor y enfocarme de las cosas importantes.

- 6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?**

Creo que sí, y la fortalezco utilizando todas las oportunidades que me da la vida.

- 7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?**

Ejercicios físicos, salir a caminar

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Leer, y mantener una buena salud

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

El nacimiento de mi hija y verla dar sus primeros pasos.

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Un poco, porque no soy tan expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero pienso que es cuando expresamos o hacemos un comentario de forma respetuosa sin dañar a nadie.

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Con mucha cautela, no me gusta arriesgar lo poco que tengo, prefiero ir a lo seguro

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando pude construir un sitio para vivir, yo ayudé junto con los albañiles, y cada ladrillo pegado por mí me dio felicidad.

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si es importante, todos deberían motivarse, pensar en la familia y echar adelante con el máximo esfuerzo

- 15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?**

Que no se rindan, que sean felices y que trabajen con fuerza para conseguir lo más deseado.

Codificación: Mochila negra

- 1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?**

Es el obtener buenas calificaciones en el colegio y abrazar a mis hijos

- 2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?**

El miedo por la actual situación que está pasando en el país

- 3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?**

Tener el apoyo de mi familia para cumplir mis sueños de ser bachiller de la república y confiar en Dios que lo voy a lograr

- 4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?**

Mi mayor preocupación es no tener dinero para mi familia y para transportarme a clases

- 5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?**

Enfocarme en las cosas más importantes que es terminar mi colegio

- 6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?**

Si, porque tengo habilidades para descubrir cosas nuevas y fortalecer mis conocimientos.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

La actividad que realizo para sobrellevar el estrés es escuchar música suave y relajante

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Escuchar música, jugar con mis hijos mantenerme siempre saludable

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya hecho sentido emocionalmente poderoso/a?

Él sabe que pronto seré la nueva bachillera de la república junto a mis hijos, y saber que mi hijo mayor será bachiller

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

No tengo dificultad para expresar mis emociones, porque soy una persona que le gusta decir la verdad

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

No estoy muy segura, pero creo que es el respeto y creencia hacia los demás

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Fomentar una estabilidad de vida saludable, tener equilibrio personal, aspectos positivos

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Es la fuerza que me impulsa donde he logrado permanecer con la familia y me he sentido realizada en el aspecto familiar

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si es importante la automotivación, me ayuda asentirme feliz y seguro de aprovechar las oportunidades que me da la vida

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que busquen alguna actividad para que fortalezcan su empoderamiento emocional, ya que les hará sentir seguros de tomar decisiones

Codificación: Camisa manga corta

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Estar con mi familia y pasar momentos divertidos, escuchar alabanzas

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

Felicidad y tristeza son las que más se presentan en mi vida

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

Darme más tiempo con mi familia y acudir más seguido a la iglesia

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Miedo al futuro, a lo incierto, ya que la maldad se ha multiplicado

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

Leer la biblia ya que es poder de dios, y me fortalece en momentos difíciles de la vida

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Si creo que la poseo y la fortalezco en Dios

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

Para desestresarme leo la biblia o escucho alabanzas y realizo actividad cocinando alguna prenda de vestir.

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

Reconociendo mis talentos por medio de mis actividades

sentido emocionalmente poderoso/a?

Cuando por primera vez alcancé mis sueños de ser emprendedora

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

No tengo dificultad porque soy muy expresiva

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

Creo que es decir algo sin herir los sentimientos de alguien

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Actuó emocionalmente tranquila y feliz, siempre con una actitud positiva que pueda transmitir a otras personas

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Mi motivación es el estudio y cada día aprender más cosas buenas y dedicarle más tiempo a la palabra de Dios

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Porque es la fuerza que me impulsa a seguir avanzando y tener los resultados que busco

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Las emociones son la clave para empezar un emprendimiento, con pensamiento y actitud positiva

Codificación: Ojos claros

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

Terminar mis estudios y ver mi comunidad unida

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

Mi mayor emoción es la felicidad, cuando mi esposo nos dice que nos vamos de viaje

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

Mi mayor motivación es mi familia y mis estudios del colegio

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

Mi mayor preocupación es cuando mis hijos se enferman y cuando no tengo trabajo

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

Seguir estudiando y tener mi mente ocupada.

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

Si creo que poseo autoconfianza y la fortalezco con una mente positiva.

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

Practico deporte y considero que tengo una buena alimentación

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

El deporte, el canto y el estudio

sentido emocionalmente poderoso/a?

Tener la autoridad en mi casa y que las cosas funcionen bien con mis decisiones

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

Si tengo dificultad para expresar mis emociones porque no sé cómo expresarlas ante los demás, sobre todo a personas desconocidas para mí

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

Creo que es acertar las cosas y tener conocimiento de cómo decir las

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

Yo actué con responsabilidad ante cualquier situación de la vida cotidiana

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

Cuando he logrado que mis hijos cumplan con éxitos sus tareas y me motiva a seguir llenándome de conocimientos para cumplir nuestras metas

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

Si creo que lo más importante es la automotivación porque me hace sentir bien para lograr mis metas y objetivos

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Que tengan confianza en sí mismo, que cumplan todas sus metas y tener mente positiva

b) Etapa de Subagrupación

Tabla 1: *Tabla de subagrupación*

CRITERIO	SUBAGRUPACIÓN
Pregunta 1: Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?	<ul style="list-style-type: none">• Se siente feliz por tener salud• También le proporciona felicidad contar con la presencia y apoyo de su familia• Dios• Trabajo• Estudio
Pregunta 2 ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?	<ul style="list-style-type: none">• Felicidad• Tristeza• Preocupación• Enojo

<p>Pregunta 3 ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mi familia • Mi empleo • Creencia y oración en Dios • Deseos de superación
<p>Pregunta 4 ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La Inseguridad (delincuencia) • Aspectos económicos • Las enfermedades • Condiciones ambientales
<p>Pregunta 5 ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rodearse con personas positivas • La tranquilidad
<p>Pregunta 6</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Creo que tengo autoconfianza • Si tengo autoconfianza

<p>¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No sabe cómo desarrollar autoconfianza
<p>Pregunta 7 ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad en familia • Salir en familia • Respirar • Ignoran la situación
<p>Pregunta 8 ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La fe en Dios • La Meditación • El cuidado personal • Interrelación con personas

<p>Pregunt 9 ¿Puedes describir alguna situación que te haya hecho sentir emocionalmente poderoso/a?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Acontecimiento familiar • Logro personal • Logro educativo
<p>Pregunta 10 ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No puedo expresar sus emociones • Puedo expresarlas un poco • Puedo expresar mis emociones
<p>Pregunta 11 ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No lo se • No estoy seguro • Si lo sé
<p>Pregunta 12 ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Actúo de manera calmada • Actúo con inteligencia • Actúo con responsabilidad
<p>Pregunta 13 ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal? ¿Como te a echo sentir esta situación?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estudios o logroso académico • Perseverancia • Por temas familiares
<p>Pregunta 14 ¿Crees importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?</p>	<p>Si es importante, en beneficio de la familia</p> <ul style="list-style-type: none"> •

<p>Pregnta 15</p> <p>¿Qué sugerencias, lecciones o empoderamiento emocional, sobre automotivación podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •• Establecer y cumplir metas • Tener confianza en si mismo • Fe en Dios, proporciona tranquilidad.
---	---

c) Etapa de interpretación

Tabla 2 *Tabla de interpretación*

CRITERIO	SUB AGRUPACIÓN	INTERPRETACIÓN
<p>Pregunta 1: Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Salud • Familia • Dios • Trabajo • Estudio 	<p>Son varias las causas que proporcionan felicidad a los entrevistados, La mayoría de ellos manifestaron que los motivos que le proporcionan felicidad son el hecho de contar con salud. Otro grupo importante de entrevistados mencionan como motivo de felicidad el poder contar con sus seres queridos. También, el motivo de su felicidad se debe a la fe en Dios en sus vidas. El poder contar con una adecuada situación socio-económica, un trabajo</p>
		<p>que permita obtener recursos económicos para el bienestar de personal y de su familia, entre esos beneficios consta el poder seguir con sus estudios.</p>

<p>Pregunta 2 ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Felicidad • Tristeza • Preocupación • Enojo 	<p>La mayoría de los participantes entrevistados manifiestan que la preocupación es la emoción más frecuente en su vida cotidiana. Otro grupo menor de entrevistados comentan que también se consideran como emociones frecuentes a la tristeza y el enojo, sobre todo por el hecho de no contar con los recursos necesarios para proporcionar bienestar a su familia. Por último, un grupo menor de participantes entrevistados consideran a la felicidad como un sentimiento frecuente e sus vidas, esto a causa de la posibilidad por poder desarrollar actividades que les hubiera gustado realizar en algún momento de sus vidas.</p>
<p>Pregunta 3 ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • • • Mi familia • Mi empleo • Creencia y oración en Dios • Deseos de superación 	<p>Más de la mitad de los participantes entrevistados manifestaron que el motivo más poderos con los que ellos cuentan para enfrentar las dificultades de la vida es la familia, comentan que el hecho de recibir de ellos el apoyo moral y económico les proporciona fortaleza y seguridad. Otro grupo participante en menor cantidad consideran que la motivación se basa en contar con una fuente de empleo que les proporcione los recursos para sus gastos personales. En Entre tanto, un grupo también considerable estimas como motivación la oración a Dios. Finalmente, un pequeño grupo comentan que la motivación mayor para enfrentar a la vida cotidiana es el deseo de superación.</p>
<p>Pregunta 4 ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La Inseguridad (delincuencia) • Aspectos económicos 	<p>La gran mayoría de las personas entrevistadas manifiestan que su mayor miedo es la inseguridad, específicamente la delincuencia que asecha en todos los sectores del país. También, otro grupo considerable de entrevistados consideran a la falta de</p>

<p>tienes la respuesta para superar esta situación?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las enfermedades • Condiciones ambientales 	<p>empleo y situación económica como su mayor preocupación. Dentro de este mismo rango, otro grupo de entrevistados mencionan que las frecuentes enfermedades son su mayor preocupación, ya que desde el Covid-19 se evidencia que es estado no responde inmediatamente a las pandemias y enfermedades provenientes de otros países. Un pequeño grupo de entrevistados mencionan que su mayor temor son las condiciones ambientales que actualmente se están experimentando, entre ellas las inundaciones por lluvias fuertes y desbordamientos de ríos, las altas temperaturas que provocan evaporación y sequías, entre otras condiciones ambientales más.</p>
<p>Pregunta 5 ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • • Rodearse con personas positivas <p>La tranquilidad</p>	<p>Un grupo considerable de entrevistados manifiestan que, la mejor forma de tener una actitud positiva es rodearse con personas positivas, personas ganadoras, con experiencias y exitosas. Otro grupo de participantes mencionan que la tranquilidad es otra estrategia para mantener una actitud positiva, con ello pueden incentivar la creatividad y el razonamiento para afrontar diversas situaciones. Sin embargo, la mayoría de los participantes carecen de estrategias que puedan utilizar para obtener una actitud positiva.</p>

<p>Pregunta 6 ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?</p>	<p>Creo que tengo</p> <ul style="list-style-type: none"> • autoconfianza <p>Si tengo autoconfianza</p> <ul style="list-style-type: none"> • No sabe cómo desarrollar • autoconfianza 	<p>Un pequeño segmento de las personas entrevistadas menciona que si posee autoconfianza y su mayor fortaleza son los consejos familiares, las experiencias, sin embargo, la mayoría de los participantes mencionan creen poseer autoconfianza, situación que en ciertas ocasiones les podría dificultar aprovechar las oportunidades que se les pudieran presentar. Sólo un pequeño grupo de los entrevistados mencionan que no saben cómo desarrollar autoconfianza. La manera</p>
--	---	--

		<p>de fortalecer la autoconfianza en la mayoría de los consultados es con la capacitación, la experiencia, la oración, la confianza y otros aspectos.</p>
<p>Pregunta 7 ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad en familia • Salir en familia • Respirar • Ignoran la situación 	<p>Casi la mitad de las personas entrevistadas mencionan que las actividades realizadas para sobrellevar el estrés y emociones negativas son practicar actividades físicas. Otro grupo considerable de entrevistados mencionan que la actividad de salir en familia y distenderse son otras actividades que ayudan a sobrellevar el estrés. Un grupo pequeño de consultados mencionan que para sobrellevar el estrés prefieren ignorar la situación actual que están viviendo. En definitiva, son distintas actitudes de los participantes ante situaciones de estrés.</p>

<p>Pregunta 8 ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • • La fe en Dios • La Meditación • El cuidado personal • Interrelación con personas 	<p>En términos generales, la mayoría de las personas entrevistadas carecen de la habilidad o la capacidad para tener autoconfianza. Mas de la mitad de los participantes manifiestan que la actividad que le ayuda a tener autoconfianza es la fe en Dios, la meditación. Un pequeño segmento de los participantes menciona que el hecho de cuidar su imagen personal eleva su nivel de autoconfianza. También, los consejos y experiencias con personas apropiadas les permiten adquirir autoconfianza</p>
<p>Pregunt 9 ¿Puedes describir alguna situación que te haya hecho sentir emocionalmente poderoso/a?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • • Acontecimient o familiar • Logro personal • Logro educativo 	<p>Un gran grupo de entrevistados manifiestan que entre las situaciones que en algún momento de sus vidas les ha hecho sentir emocionalmente poderoso están principalmente los acontecimientos familiares como nacimiento de sus hijos, cumpleaños, graduaciones, matrimonios de sus familiares. Otro grupo considerable de entrevistados atribuyen el sentirse emocionalmente poderoso a los logros personales como lograr conseguir trabajo, ser reconocidos en la empresa, terminar algún proceso educativo, etc. Finalmente, un grupo</p>
		<p>importante consideran que no poseen situaciones especiales para sentir emocionalmente poderosos.</p>

<p>Pregunta 10 ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No puedo expresar sus emociones • Puedo expresarlas un poco • Puedo expresar mis emociones 	<p>Casi la mitad de las personas consultadas mencionan que tienen dificultades para expresar sus emociones, no son muy francos ni abiertos al diálogo, no puede mencionar que cosas le alegran o les entristecen sin restricciones. A un grupo considerable de entrevistados les cuesta un poco expresarlas sus sentimientos, sin embargo, lo hacen, generalmente ante personas conocidas. Un último de participantes también importante de entrevistados, mencionan que se les hace fácil expresar sus emociones.</p>
<p>Pregunta 11 ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No lo se • No estoy seguro • Si lo sé 	<p>Casi la mitad de las personas consultadas mencionan que no saben que es una comunicación asertiva, otro grupo considerable mencionan que si saben que es una conversación asertiva. Si embargo, un grupo pequeño de entrevistados consideran que, si saben que es una conversación asertiva, incluso mencionan aspectos de la vida donde han hecho uso de esta cualidad.</p>
<p>Pregunta 12 ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Actúo de manera calmada • Actúo con inteligencia • Actúo con responsabilidad 	<p>Un gran grupo de entrevistados mencionan que actúan de manera calmada, serena soportando los embates de la vida. Un tercio de las personas entrevistadas manifiestan que ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, actúan de manera inteligente, aplican sus experiencias y conocimientos para enfrentar las situaciones adversas. Otro grupo considerable de entrevistados mencionan que prefieren actuar con responsabilidad, considerando los efectos colaterales de sus actitudes.</p>
<p>Pregunta 13 ¿Puedes describir una situación en la que hayas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estudios o logros académico • Perseverancia 	<p>Son muchas situaciones que describen los entrevistados que en algún momento de sus vidas haya experimentado niveles permanentes de automotivación, sin embargo, se</p>

<p>logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal? ¿Cómo te ha echo sentir esta situación?</p>	<p>Por temas</p> <ul style="list-style-type: none"> familiares 	<p>mencionan las opiniones más relevantes. Con la obtención de logros personales atribuidos a los estudios o logros académicos. Otro importante grupo lo atribuyen a su perseverancia, al afán de alcanzar una meta y se esfuerzan en lograrlo. Otro grupo considerable describen las situaciones familiares en las que se desarrollan eventos familiares, donde los miembros se reúnen y la pasan bien en familia.</p>
<p>Pregunta 14 ¿Crees importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?</p>	<p>Si es importante, en beneficio de la familia</p> <ul style="list-style-type: none"> 	<p>La totalidad de las personas entrevistados manifiestan que si es importante la automotivación para lograr el bienestar emocional, que dicha automotivación ayudaría positivamente en su bienestar individual y colectivo, con ello se sentirían poderosos, capaces de mentalizarse en metas alcanzables y podrán generar bienestar en todos los ámbitos para ellos y sus familias.</p>
<p>Pregunta 15 ¿Qué sugerencias, lecciones o empoderamiento o emocional, sobre automotivación podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Establecer y cumplir metas Tener confianza en sí mismo Fe en Dios, proporciona tranquilidad. 	<p>En esta pregunta se obtiene respuestas divididas y muy interesantes. Un segmento considerable de entrevistados menciona como sugerencia al hecho de tener confianza en sí mismo. Otro grupo también considerable de entrevistados mencionan que los individuos deben establecer y cumplir sus metas, ser perseverantes y constantes para el cumplimiento de sus objetivos. Un reducido número de participantes opinan que un motivo de empoderamiento emocional se logra con la educación.</p>

En cuanto al segundo objetivo específico, diseñar un programa cuya finalidad sea el empoderar emocionalmente a las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil. Se logró diseñar el programa al cual se denominó “Empodérate para que logres tus sueños”, el mismo que consistió de 20 sesiones realizadas en 7 días, en promedio cada día se realizaban 3 sesión de actividades con una duración de 30 minutos cada una.

Programa: Empodérate para que logres tus sueños, se basó en la aplicación de y metodologías activas de enseñanza, así se mencionan metodologías como, el aprendizaje basado en problemas y Design Thinking (diseño del pensamiento)

Pachay et al., (2020) menciona que el aprendizaje cooperativo es una metodología de enseñanza activa la cual consiste en la creación del conocimiento a través de la integración de los miembros de un grupo de personas, el trabajo en equipo, donde cada uno pone algo de sí, colabora, coopera para ir hacia el mismo fin. Estos grupos tiene la característica de no ser homogéneos, es decir, que pueden participar tanto hombre como mujeres.

Entre tanto, el Aprendizaje basado en problemas contribuye al desarrollo del pensamiento crítico en los miembros de una comunidad, ya que se basa en la participación activa y colaboradora de los integrantes de una agrupación de estudiantes, donde su participación es igual de importante, sea individual o cooperativa, aquí los practicantes exponen sus problemas o problemas que han escuchado o vivido. En el proceso de analiza la situación del mismo grupo nace una alternativa de solución (Bermúdez, 2021).

La metodología Design Thinking se define como un proceso analítico y creativo que involucra a una persona en oportunidades para la generación de ideas innovadoras y que toma como centro la perspectiva de los usuarios finales para experimentar, modelar y crear prototipos, recopilar comentarios y rediseñar. De esta forma se pueden detectar problemas y necesidades, así como ofrecer soluciones efectivas y en muchos casos, alternativas, para cada una de ellas (Flores, Guerrero, & Luna, 2019).

Sobre el tercer objetivo específico, aplicar el programa a los estudiantes de empoderamiento emocional a personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil. Esta actividad se realizó de manera normal, con mucho éxito en cada una de las aplicaciones de las sesiones establecidas en el diseño y cronograma.

Desde el 12 al 20 de julio del presente años, como estaba planificado, se realizó la aplicación del programa: Empodérate para que logres tus sueños dirigido a los 11 estudiantes de la Unidad Educativa 19 de agosto, perteneciente al Cantón Yaguachi, en Ecuador. Las personas participantes tuvieron edades comprendidas entre 40 y 45 años. Su problema principal fue un bajo nivel de empoderamiento emocional debido a varios factores como las necesidades económicas, la falta de alfabetización, la situación social, entre otras circunstancias que impedían tener la estabilidad emocional y autoestima en los estudiantes.

Como se mencionó anteriormente, las sesiones estaban basadas en adaptaciones de las activas de enseñanza. Aquí los estudiantes participaron de manera entusiasta en cada una de las sesiones. Al principio fue evidente un cierto nivel de resistencia, con poca cooperación y timidez, sin embargo, a cada sesión los estudiantes se fueron involucrados más, a tal punto de ser más colaboradores y participativos de las actividades programadas.

En cuanto al cuarto objetivo específico que dice, describir la situación posterior a la aplicación del programa de empoderamiento emocional en las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil. En la penúltima sesión de la aplicación del Programa: Empodérate para que logres tus sueños, se realizó una actividad denominada grupo focal, la cual consiste en realizar una reunión con los participantes y empezar a desarrollar temas generalmente iniciado por el docente como líder del grupo. Aquí los participantes exponen su forma de pensar de manera abierta y sin restricciones sobre el tema propuesto. Interviene las personas que desee, cuando excede la cantidad el líder en su papel de moderador determina el número de personas que van a intervenir.

Tabla 3: Resultados de la participación en el Grupo focal

CRITERIO	SUB AGRUPACIÓN	INTERPRETACIÓN
¿Cuán beneficios han sido para usted participar en Programa:	<ul style="list-style-type: none"> Muchos beneficios. 	La totalidad de los participantes en el programa: Empodérate para que logres tus sueños comentan que esta participación les ha servido de mucha
¿Empodérate para que logres tus sueños?		utilidad, ya que con ella pudieron descubrir el potencial con el que cuentan y estaba escondido por temer a hablar y quedarse mal. También les ha servido ya que han podido aprender a expresarse más y mejor, ya que el diálogo constante con sus compañeros, la interacción, y las discusiones han fortalecido esa capacidad de la comunicación interpersonal. Por último y no menos importante, la participación en el programa ha contribuido de alguna manera a mejorar las relaciones personales en su entorno familiar y laboral.
¿Cree usted que con la participación en el programa, podrá mejorar sus capacidades emocionales y de personalidad ¿Por qué?	<ul style="list-style-type: none"> Totalmente de acuerdo 	Los participantes del programa: coinciden en que la información que han recibido en el programa más las actuaciones tanto individuales como grupales, han servido de mucho para transformar una débil condición emocional en una fuerte característica de la persona, a tal punto que ahora, los participantes tienen más autoconfianza, se sienten más motivados para aprovechar oportunidades que se les presenten en la vida, así como repeler de manera calmada las situaciones adversas que se presenten.

<p>¿Recomendaría a algún compañero de la institución educativa 19 de Agosto a que tome este programa? ¿Puede justificar su respuesta?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si, si lo haría 	<p>La totalidad de los participantes al Programa: Empodérate para que logres tus sueños, están de acuerdo en recomendar a otros compañeros que estén atravesando por situaciones donde sus emociones, sentimientos y personalidad carezcan de motivación, que esté atravesando por momentos difíciles en el plano emocional o que tengan un sentimiento de autoestima bajo.</p> <p>Consideran importante que los compañeros que estén pasando por situaciones con autoestima baja fortalezcan sus emociones, para que puedan aprovechar las oportunidades que brinda la vida, sean estas en el plano sentimental, social, laboral, etc.</p>
<p>¿Considera que el Programa: Empodérate para que logres tus sueños mejoró su autoconfianza, de qué manera lo hizo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Si mejoró mi autoconfianza 	<p>La mayoría de los participantes mencionaron que el programa aumentó su nivel de autoconfianza, les proporcionó mayor fortaleza y seguridad, de esta manera pueden desarrollar una mejor vida con la interacción entre personas, se sienten más seguros para tomar adecuadas decisiones que les favorezcan</p>
		<p>su desarrollo personal y por ende en beneficio de su familia.</p>
<p>¿Mejoró la dificultad para expresar sus emociones, por qué?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ahora puedo expresar mis emociones de mejor manera 	<p>Los participantes mencionaron que ahora pueden expresar sus emociones de mejor manera, ya que cuentan con un conocimiento y experiencia que les permiten identificar las terminologías apropiadas y por ende poder expresarse mejor delante de las demás personas de su entorno y fuera de él.</p>

<p>¿Tiene más clara la idea de una comunicación asertiva?</p>	<p>•</p> <p>Si lo tengo claro</p>	<p>Para muchos de los participantes, la comunicación asertiva es una comunicación con respeto hacia los demás, es una forma de expresar las ideas propias ante los demás y al mismo tiempo tener la capacidad de escuchar empáticamente a los demás. En una poderosa herramienta de comunicación que puede servir para obtener resultados en algunas ideas de negocios o en el plano laboral o estudiantil. Abre muchas puertas con un trato amable y una comunicación directa y honesta.</p> <p>La comunicación asertiva permite a las personas relacionarse para propiciar buenas relaciones y desarrollo social (Cueva, Delgado, & Regalado, 2021).</p>
---	-----------------------------------	--

Luego de desarrollar las actividades de recolección de la información, de realizar también la actividad de tabulación e interpretación de los resultados es importante mencionar que con la aplicación del programa de empoderamiento emocional que se diseñó, en términos generales se obtuvo un incremento considerable de empoderamiento en los estudiantes participantes, ya que ellos ahora se sienten más fortalecidos, más seguros, su autoestima ha aumentado y con ello se sienten más confiados para enfrentar nuevos retos y desafíos de la vida.

Los participantes también han fortalecido su personalidad a tal punto que pueden determinar con mayor seguridad sobre las decisiones más favorables para ellos y sus familias. Se sienten con mayor seguridad a tal punto de pensar en dejar su actual trabajo y buscar una nueva oportunidad laboral que les brinde mayores beneficios y desarrollo personal.

V. CONCLUSIONES

En cuanto al primer objetivo específico, describir la situación emocional inicial de las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi. Esta actividad se realizó de manera completa y eficiente, para lograrlo se aplicó un instrumento de preguntas específicas denominado entrevista, este instrumento fue avalado por expertos profesionales en el área de psicología educativa y se empleó para determinar el nivel de empoderamiento emocional de los estudiantes participantes de la investigación.

Se concluye que la mayoría de los participantes tienen conocimientos teóricos de los temas consultados, sin embargo, carecen del conocimiento práctico o la experiencia en tales tópicos. Su nivel de autoconfianza y autoestima se ve disminuido por las presiones socio económicas y el escaso poder de decisión que poseen. A muchos de ellos les cuesta exteriorizar sus emociones, no poseen una comunicación asertiva.

Los participantes requieren de motivaciones externas para sentirse fortalecidos, por ello recurren a la motivación por la familia, por los logros personales o educativos, por ende, necesariamente requieren de estos estímulos externos para sentirse poderosos. Por tales motivos, se consideró este tema dentro la planificación de la propuesta para que los participantes en lo posterior, fortalezcan la autoestima con sus propios conocimientos.

Sobre el cumplimiento del segundo objetivo específico, diseñar un programa cuya finalidad sea el empoderar emocionalmente a las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil. El programa se diseñó adecuadamente, el mismo que se denominó “Empodérate para que logres tus sueños”. esta propuesta, está basada en las adaptaciones de las metodologías activas.

El programa: Empodérate para que logres tus sueños consta de 30 sesiones, cada sesión posee dentro de su estructura beneficiarios, objetivos, actividad, procedimiento, materiales, lugar de ejecución, tiempo de

ejecución, entre otros aspectos más. Las sesiones abordan las tres subcategorías consideradas en el desarrollo de la investigación, como son: Las emociones, los sentimientos y la personalidad, todas ellas contribuyeron para mejorar el nivel de la principal categoría de estudio como es el “Empoderamiento emocional”.

Sobre el tercer objetivo específico, aplicar el programa de empoderamiento emocional a personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil, se puede mencionar que esta actividad se cumplió a cabalidad en los tiempos establecidos; cumplió con el desarrollo del contenido, la información fue clara y directa, los participantes se adaptaron rápidamente a las metodologías propuestas, hubo compromiso con los actores intervinientes de la propuesta, etc.

En definitiva, el programa: Empodérate para que logres tus sueños cumplió con el objetivo establecido con la finalidad de fortalecer la motivación y autoconfianza estudiantes participantes.

En cuanto al cuarto objetivo específico, describir la situación posterior a la aplicación del programa de empoderamiento emocional en las personas de 40 a 45 años con rezago estudiantil. Se pudo determinar casi la totalidad de los participantes mejoraron notablemente el conocimiento sobre las emociones, los sentimientos y la personalidad. La técnica para establecer el nivel de conocimiento fue la del grupo focal, la misma que se aplicó en la sesión No. 19 de 20 sesiones totales. Los participantes durante la intervención demostraron mayor conocimiento sobre los temas emocionales planteados.

Luego de haber descrito el cumplimiento de cada uno de los objetivos específicos, se debe concluir que fue factible desarrollar empoderamiento emocional en los estudiantes de la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi Como Objetivo general, se menciona: Empoderar emocionalmente a las personas de 40 a 45 años de edad con rezago estudiantil mediante la aplicación de un programa.

VI. RECOMENDACIONES

Luego de haberse realizado satisfactoriamente las actividades propuestas en la presente investigación, es necesario mencionar ciertas recomendaciones que, a juicio de la investigadora, deberían ser aplicadas para seguir fortaleciendo emocionalmente a los estudiantes adultos de la Unidad educativa 19 de agosto del cantón Yaguachi, Ecuador

Es pertinente recomendar a las autoridades de educación, tanto de Planta Central del Ministerio de Educación del Ecuador MINEDUC, a las Direcciones Zonales, Direcciones Distritales y de los establecimientos educativos que tengan programas educativos para adultos con escolaridad incompleta, que continúen diseñando y aplicando programas de empoderamiento emocional en beneficios de los estudiantes, para que adquieran motivación y autoconfianza, con ello desarrollarán personalidad y podrán realizar las decisiones más apropiadas en favor de su bienestar.

Otra recomendación importante va encaminada a sugerir que los docentes en general, sobre todo, aquellos docentes que trabajen con adultos en escolaridad incompleta, se capaciten de manera continua en cursos de relaciones humanas, metodología activa, para que su labor sea más empática con sus estudiantes y puedan determinar con mayor facilidad alguna situación psicosocial que estuviera afectando al estudiante.

Se sugiere a los estudiantes beneficiarios de la propuesta, quienes fueron empoderados emocionalmente, que apliquen lo aprendido con su familia, su entorno cotidiano, grupos de amigos, jefes entre otros segmentos de la población con las cuales mantiene contacto.

REFERENCIAS

- Aguirre, A., & Doménech, A. (2018). *Historias que transforman: Narrativas en el aula*. España: Educar.
- Álvarez, A. (2019). *Clasificación de las investigaciones*. Lima - Perú: Universidad de Lima.
- Benavidez, V., & Flores, R. (2019). *210725La importancia de las emociones para la neurodidáctica*. Wimblu, Rev. Estud. de Psicología UCR, .
- Bermúdez, J. (2021). *El aprendizaje basado en problemas para mejorar el pensamiento crítico*. Perú: Universidad César Vallejo, Perú.
- Bowman, M. (2019). La formación para el trabajo en la educación de jóvenes y adultos: Notas conceptuales y definiciones político-curriculares. En *Educación de jóvenes y adultos: Contribuciones de la investigación para pensar la práctica educativa* (págs. 94 - 118). Córdoba - Argentina: Universidad Nacional de Río Cuarto.
- Buceta, R. (2019). *Propuesta de unidad didáctica sobre las emociones en educación infantil*. Universidad de Sevilla.
- Cáceres, Y., & Gálvez, C. (2018). *Alfabetización de adultos: análisis de la intervención del proyecto: mejoramiento de capacidades productivas y humanas*. Huancayo, Junin, Perú: Universidad Pontificia Católica del Perú.
- Calle, A. (2019). *Más allá de los likes y los selfies: encontrando contención emocional en un espacio de conexiones ilimitadas*. Revista Con-Sciencias Sociales.
- Cambo, N., Hidalgo, M., & Solís, M. (20 de febrero de 2023). Narrativas Digitales: Recurso Motivacional Para Estudiantes Adultos Con Rezago Educativo. *LATAM REvista Latinoamericana de ciencias sociales y humanísticas*, 1968-1981. Obtenido de <http://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/391/452>

- Cando, j., Guedez, A., & Arroba , E. (2022). *Aplicación de la Andragogía como mecanismo en el Proceso de Aprendizaje de los Estudiantes del Instituto Superior Tecnológico España*. Ecuador: Polo del Conocimiento.
- Cedeño , K., & Ortiz, J. (2022). *Estrategias de resiliencia para la contención emocional frente al Covid-19 en la Ciudadela Inés Moreno del Cantón Bolívar*. Polo del Conocimiento.
- Changoluisa , T., & Becerra , E. (10 de myo de 2021). Campaña Todos ABC: una solución al rezago educativo en jóvenes y adultos con escolaridad inconclusa. *593 Digital Publisher*, 139 - 148. Obtenido de <https://pdfs.semanticscholar.org/9dfe/84457ad27f4bc056fcf9df49a28d9156f4ce.pdf>
- Chicaiza, D. (2022). *Competencias Socioemocionales de adultos que asisten al programa de formación primaria educación para personas jóvenes y adultos (EPJA)*. Cuenca, Ecuador: Universidad del Azuay.
- Cueva, M., Delgado, Y., & Regalado, O. (2021). *Comunicación asertiva en e l contexto educativo*. revisión sistemática. Boletín Redipe.
- Deilhom, I., Satorres, E., & Meléndez, J. (2019). *¿Están los rasgos de personalidad asociados al bienestar psicológico?* Escritos de Psicología (Internet).
- Delgado, J. (2021). *La investigación científica: su importancia en la formación de investigadores*. Tarapoto - Perú: Universidad Nacional de San Martín. .
- Esteban, N. (2018). *Tipos de investigación*. Obtenido de <http://190.117.99.173/bitstream/USDG/34/1/Tipos-de-Investigacion.pdf>
- Fiallos, C. (2011). *Rezago educativo: barrera a vencer para el Buen Vivir*. Quito: Cuadernos de contrato social para la educación -Ecuador.
- Flores, H., Guerrero, J., & Luna, L. (2019). *Innovación educativa en el aula mediante Design Thinking y Game Thinking*. Lima: Hamut´ay.
- González, Ó., Pérez, M., Aguilar, M., & Aguilar, F. (2019). *Introducción del Proceso de Diseño en el aula de dibujo técnico como propuesta para el empoderamiento creativo del alumnado*. Ediciones Complutense.

- Guevara, K. (2022). *Costos de Producción y los precios de Venta al Público del Arroz Feron e Impacto de la pilladora" Johany", en el Cantón Yaguachi*. Universidad Estatal de Milagro UNEMI.
- Henriquez , P., & Pérez , L. (2020). *Impacto del programa educativo de la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en el empoderamiento comunitario*. Habana - Cuba: REvista Cubana de educación Superior.
- Henriquez, P., & Pérez , L. (2020). *Impacto del programa educativo de la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en el empoderamiento comunitario*. La Habana - Cuba: Revista Cubana de Educación Superior - Scielo.
- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación 6ta edición*. México: Mc Graw Hill.
- Jaramillo , C. (2021). *Influencia del empleo estudiantil en el rendimiento académico de las instituciones educativas para personas con escolaridad inconclusa (pcei) de la ciudad de otavalo*. Otavalo, Imbabura, Ecuador: Uuniversidad de Otavalo. Obtenido de <https://repositorio.uotavalo.edu.ec/bitstream/52000/763/1/PP-EDU2-2022060.pdf>
- López, L. (2021). *Breve historia de la educación de adultos en Ecuador: anotaciones para una genealogía*. 593 Digital Publisher CEIT.
- Mikulic, I., Crespi, M., & Caballero , R. (2018). *Construcción de un inventario de inteligencia emocional percibida para adultos*. Ciencias Psicológicas. doi:<https://doi.org/10.22235/cp.v12i1.1602>
- MINEDUC. (2021). *Ministerio de Educación del Gobierno ecuatoriano*. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/educacion-para-jovenes-y-adultos/>
- Ministerio de Educación de Chile. (2020). *Planificando una estrategia para la contención socioemocional de la comunidad educativa*. Chile: CPEIP Centro de Perfeccionamiento, Experimetación e Investigaciones Pedagógicas.

- Morales , L., García , O., Torres, A., & Lebrija, A. (2018). *Habilidades Cognitivas a través de la Estrategia de Aprendizaje Cooperativo y Perfeccionamiento Epistemológico en Matemática de Estudiantes de Primer Año de Universidad*. Dialnet .
- Muñoz, V., Brito, S., Azócar, R., Galvez, R., & Flores, C. (2020). *Educación emocional mediante microtalleres durante clases virtuales en educación superior*. Intervención social y educativa en tiempos de pandemia.
- Nicaragua, E. (2018). *Metodología de la investigación e investigación aplicada para Ciencias Económicas y Administrativas*. Revista de La Universidad Autónoma.
- Núñez, M., López, A., & Vela, C. (2021). *Revisión teórico-científica del marco conceptual de la emoción y el sentimiento y su aplicación al neuromarketing*. Valladolid. España: Vivat Academia. Revista de Comunicación, 154, 381407.
- Pachay, M., Rodríguez, M., & Vera, L. (2020). *Aprendizaje cooperativo una metodología activa*. Manta - Ecuador: Atalante .
- Poma, A., & Gravante, T. (2019). *Nunca seremos las mismas de antes. Emociones y empoderamiento colectivo en los movimientos sociales: el Colectivo Mujer Nueva*. Oaxaca, México: Desafíos -Scielo.
- Prado, J. (2020). *La educación de adultos: un acercamiento desde el aprendizaje transformaciona*. Revista Conrado.
- Ramírez , V., & Pozos, A. (2022). *El desarrollo de líneas de investigación en necesidades educativas especiales y su relación con las políticas públicas de ALC*. Univerciencia . Obtenido de <http://revista.soyuo.mx/index.php/uc/article/view/208/301>
- Rosa, M. (18 de Marzo de 2022). *Llamado al empoderamiento emocional*. Obtenido de UPR Recinto Universitario de Mayaguez: <https://www.uprm.edu/portada/2022/03/18/empoderamientoemocional-2/>

- Ruiz, L. (2021). *Metodología de Motivación, Autoestima y Autocuidado como Estrategia Transformadora en Adultos Mayores*. Nicaragua: Revista Científica Hallazgos .
- Sánchez , D., & Robles , M. (2018). *Instrumentos de evaluación en inteligencia emocional: una revisión sistemática cuantitativa*. Perspectiva Educacional.
- Sánchez, T., & Condori, B. (marzo de 2018). *Guía de contención emocional para Brigadistas – Agentes de Cambio*. Obtenido de <https://gregorias.org.bo/wpcontent/uploads/2019/02/GuiaContencionEmocional.pdf>
- Serrano , J. (2001). El rendimiento escolar y sus contextos. *REvista Complutense de Educación*, 15.
- Tintaya, P. (2019). *Psicología y Personalidad*. Revista de investigación psicológica, (21), 115-134.
- Tovar, L. (2019). *La investigación aplicada a los estudios de mercado*. Realidad y Reflexión.
- Valarezo , C., Celi, S., Rodríguez , D., & Sánchez, V. (2023). *Caracterización general y evolución de la personalidad en la primera infancia*. Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación.
- Vargas , A. (2019). *Más allá de los Like y los selfies*. San Pablo - Cochabamba: Con.Sciencias Sociales.
- Vidal, C. (2022). *El uso de estrategias de potenciación y empoderamiento: una experiencia pedagógica con adultos mayores*. Sao Paulo: Dialogía.
- Villalobos, H. (2019). *Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal*. Alternativas psicológicas.
- Villareal, J., & Cid, M. (2022). *La Aplicación de Entrevistas Semiestructuradas en Distintas Modalidades Durante el Contexto de la Pandemia*. Quito - Ecuador: Revista Científica Hallazgos21-Dialnet.
- Villareal, S. (2022). *La contención emocional estudiantil: una propuesta para la post pandemia*. revista de investigación educativa y deportiva.

Zaldivar, K., Peña , A., & Serrano, J. (2022). *AEmpoderamiento y calidad de vida en adultos con enfermedad celíaca*. ACTA Gastroenterología Latinoamericana.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de categorización

Categoría de estudio	Definición conceptual	Categoría	Subcategoría	Códigos
Empoderamiento emocional	El empoderamiento emocional fortifica las capacidades emocionales de los individuos para manejar de mejor manera sus emociones y tomar control de las situaciones, asumir responsabilidades y toma adecuadas de decisiones (Rosa, 2022)	Empoderamiento emocional	Emociones	Test de Inteligencia e Emocional.
			Sentimientos	Guía de entrevista de regulación emocional
			Personalidad	Test de personalidad

Fuente: Elaboración del autor del proyecto, se muestra la categoría principal del proyecto

Anexo 2. Instrumento aplicado en las entrevistas a los beneficiarios

Entrevista a estudiantes de la Unidad Educativa “19 de Agosto” PROYECTO FAPT

Empoderamiento Emocional.

1. Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?

2. ¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?

3. ¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?

4. ¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?

5. ¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?

6. ¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?

7. ¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?

8. ¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?

9. ¿Puedes describir alguna situación en la que te haya echo sentido emocionalmente poderoso/a?

10. ¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?

11. ¿Tiene usted conocimiento de lo que es una comunicación asertiva?

12. ¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?

13. ¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?

14. ¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?

15. ¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?

Anexo 3. Autorización para realizar investigación en Unidad Educativa 19 de Agosto

**UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO**
PARROQUIA YAGUACHI VIEJO CONE - YAGUACHI

Cone 22 de junio del 2023

Dr. Edwin Martín García Ramírez
JEFE LPG-UCV-Plura
En su despacho. -

ASUNTO: Solicitud de autorización para realizar una Investigación.
REFERENTE: Solicitud de Interesada.

Yo Lenin Orejuela Franco Rector de la Unidad Educativa "19 DE Agosto" saludándole cordialmente y deseándole éxitos en sus funciones a su vez para comunicarle que, la solicitud ingresada a nuestra institución por la estudiante BRIONES RUIZ CARMEN ROSA CI. 0918247552 ha sido aprobada para que realice su trabajo de investigación científica (tesis) Titulada "Programa de empoderamiento emocional para estudiantes con escolaridad inconclusa de una institución educativa Yaguachi 2023.

Segura de que este trabajo investigativo será de mucho beneficio para nuestra institución, autorizo la realización del mismo.

Sin más, la estudiante antes mencionada puede hacer uso de la presente autorización para el trámite que estime conveniente dentro del margen de la ley.


MSc. José Orejuela Franco
RECTOR U.E. 19 DE AGOSTO


Lda. Linwzay Holguín Leturnet
SECRETARIA AD HOC DEL PLANTEL



Anexo 4.- Matriz Evaluación por juicio de expertos, formato UCV.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Anexo 2

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "ENTREVISTA EMOCIONAL DIRIGIDO A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	PSC. FOLLECO CALIXTO LESLIE JETZABEL	
Grado profesional:	Maestría (x)	Doctor ()
Área de formación académica:	Clinica (x)	Social ()
	Educativa (x)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	PSICOLOGA MENCIÓN CLÍNICA EDUCATIVA	
Institución donde labora:	UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO (ECUADOR)	
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación Psicométrica:	LA REGULACIÓN EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA EFECTIVA PARA EL MEJORAMIENTO PEDAGÓGICO EN LA ENSEÑANZA DEL INGLÉS. N.3, Vol.2, P.330-339	

2. Propósito de la evaluación:

VALIDAR EL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO, POR JUICIO DE EXPERTOS.

3. Datos de la escala (ENTREVISTA EMOCIONAL)

Nombre de la Prueba:	ENTREVISTA EMOCIONAL DIRIGIDO A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS.
Autora:	LCDA. CARMEN ROSA BRIONES RUIZ
Procedencia:	ELABORACIÓN PROPIA
Administración:	ESTUDIANTES DE 40 A 45 AÑOS CON ESCLARIDAD INCOCNCLUSA
Tiempo de aplicación:	20 A 25 MINUTOS
Ámbito de aplicación:	UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO, PROYECTO FAP (YAGUACHI - ECUADOR)
Significación:	El instrumento está compuesto por tres dimensiones: Emociones, sentimientos y personalidad. Dimensión emociones, posee 3 indicadores (Identificar emociones con 1 ítem; Autoconciencia con 1 ítem y Gestión emocional con 1 ítem). Dimensión sentimientos. Posee 2 indicadores (Empatía con 1 ítem y Autorregulación con 1 ítem). Dimensión personalidad, posee 6 indicadores (Automotivación con 3 ítems, Capacidad de análisis con 2 ítems, Capacidad comunicativa con 2 ítems, Fuerza de voluntad y persistencia con 2 ítem y Proactividad con 1 ítem)



4. **Soporte teórico**

(describir en función al modelo teórico)

Escala/ÁREA	Sub-escala (dimensiones)	Definición
EMPODERAMIENTO EMOCIONAL	Emociones Sentimientos Personalidad	El empoderamiento emocional fortifica las capacidades emocionales de los individuos para manejar de mejor manera sus emociones y tomar control de las situaciones, asumir responsabilidades y toma adecuadas de decisiones.

5. **Presentación de instrucciones para el juez:**

A continuación, a usted le presento el "Cuestionario: ENTREVISTA EMOCIONAL A ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO, PROYECTO FAP" elaborado por LCDA. CARMEN ROGA BRIONES RUIZ en el año 2023.

De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	-
	2. Bajo Nivel	-
	3. Moderado nivel	-
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	-
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	-
	3. Acuerdo (moderado nivel)	-
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	-
	2. Bajo Nivel	-
	3. Moderado nivel	-
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3 Moderado nivel
4. Alto nivel



- Primera dimensión: **NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 1: LAS EMOCIONES**
- Objetivos de la Dimensión: Determinar los efectos de las emociones en la vida cotidiana del participante, con la finalidad de establecer su nivel de Empoderamiento Emocional.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Identificar emociones	¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?	X			
Autoconciencia	¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?			X	
Gestión emocional	¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?	X			

- Segunda dimensión: **NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 2: LOS SENTIMIENTOS**
- Objetivos de la Dimensión: Determinar los efectos de los sentimientos en la vida cotidiana del participante, con la finalidad de establecer su nivel de Empoderamiento Emocional.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía	Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?	X			
Autorregulación	¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?	X			



- Tercera dimensión: NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 3: LA PERSONALIDAD
- Objetivos de la Dimensión: Determinar el tipo de personalidad del participante, con la finalidad de establecer su capacidad para la toma adecuada de decisiones.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Automotivación	¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?	X			
Automotivación	¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?		X		
Automotivación	¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?	X			
Capacidad de análisis	¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?	X			
Capacidad de análisis	¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?	X			
Capacidad comunicativa	¿Tiene usted conocimiento de lo que es la comunicación asertiva?		X		
Capacidad comunicativa	¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?		X		
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Puedes describir alguna situación en la que te hayas sentido emocionalmente poderoso/a?	X			
Proactividad	¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?	X			

Firma del evaluador

01.0913822540

REC. LEXIS - JESSICA - Calleca, Callata
CEO - NEUROLES - Pacífico, Casca & Coahuila
Serapcy: 1031-2018-193289-1024-14-1289140
MSP Lic: 1 Fol: 138 No. 374 - RUC: 0113822140001



NEUROLES

LÍNEA DE NEUROENTRADA





Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "ENTREVISTA EMOCIONAL DIRIGIDO A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	PSC. DANIEL ISAAC ORTIZ GARCIA		
Grado profesional:	Maestría (x)	Doctor ()	
Área de formación académica:	Clinica ()	Social ()	
	Educativa (x)	Organizacional ()	
Áreas de experiencia profesional:	U.E. 21 DE JULIO. UNIVERSIDAD DE MILAGRO FARMACO DEPENDIENTE. ASESOR DE POSGRADO.		
Institución donde labora:	U.E. 19 DE AGOSTO (YAGUACHI - ECUADOR)		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica:	ATENCIÓN EDUCATIVA Y PREVENCIÓN DE CONDUCTAS ADICTIVAS EN NIÑOS Y ADOLESCENTES.		

2. Propósito de la evaluación:

VALIDAR EL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO, POR JUICIO DE EXPERTOS.

3. Datos de la escala (ENTREVISTA EMOCIONAL)

Nombre de la Prueba:	ENTREVISTA EMOCIONAL DIRIGIDO A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS.
Autora:	LCDA. CARMEN ROSA BRIONES RUIZ
Procedencia:	ELABORACIÓN PROPIA
Administración:	ESTUDIANTES DE 40 A 45 AÑOS CON ESCLARIDAD INCOGNICUSA
Tiempo de aplicación:	20 A 25 MINUTOS
Ámbito de aplicación:	UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO, PROYECTO FAP (YAGUACHI - ECUADOR)
Significación:	El instrumento está compuesto por tres dimensiones: Emociones, sentimientos y personalidad. Dimensión emociones, posee 3 indicadores (Identificar emociones con 1 ítem; Autoconciencia con 1 ítem y Gestión emocional con 1 ítem). Dimensión sentimientos. Posee 2 indicadores (Empatía con 1 ítem y Autorregulación con 1 ítem). Dimensión personalidad, posee 6 indicadores (Automotivación con 3 ítems, Capacidad de análisis con 2 ítems, Capacidad comunicativa con 2 ítems, Fuerza de



4. Soporte teórico

(describir en función al modelo teórico)

Escala/ÁREA	Sub-escala (dimensiones)	Definición
EMPODERAMIENTO EMOCIONAL	Emociones Sentimientos Personalidad	El empoderamiento emocional fortifica las capacidades emocionales de los individuos para manejar de mejor manera sus emociones y tomar control de las situaciones, asumir responsabilidades y toma adecuadas de decisiones.

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el "Cuestionario: ENTREVISTA EMOCIONAL A ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO, PROYECTO FAP" elaborado por LCDA. CARMEN ROSA BRIONES RUIZ en el año 2023.

De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	-
	2. Bajo Nivel	-
	3. Moderado nivel	-
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	-
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	-
	3. Acuerdo (moderado nivel)	-
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	-
	2. Bajo Nivel	-
	3. Moderado nivel	-
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

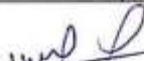
Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



- Tercera dimensión: NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 3: LA PERSONALIDAD
- Objetivos de la Dimensión: Determinar el tipo de personalidad del participante, con la finalidad de establecer su capacidad para la toma adecuada de decisiones.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Automotivación	¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?	X			
Automotivación	¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?	X			
Automotivación	¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?	X			
Capacidad de análisis	¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?		X		
Capacidad de análisis	¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?		X		
Capacidad comunicativa	¿Tiene usted conocimiento de lo que es la comunicación asertiva?		X		
Capacidad comunicativa	¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Puedes describir alguna situación en la que te hayas sentido emocionalmente poderoso/a?	X			
Proactividad	¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?	X			


 **Máster Daniel Ortiz Gómez**
 Firma del evaluador
 Psicólogo Educativo-Orientador Vocacional
 0915384622



- Primera dimensión: **NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 1: LAS EMOCIONES**
- Objetivos de la Dimensión: Determinar los efectos de las emociones en la vida cotidiana del participante, con la finalidad de establecer su nivel de Empoderamiento Emocional.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Identificar emociones	¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?			X	
Autoconciencia	¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?		X		
Gestión emocional	¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?	X			

- Segunda dimensión: **NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 2: LOS SENTIMIENTOS**
- Objetivos de la Dimensión: Determinar los efectos de los sentimientos en la vida cotidiana del participante, con la finalidad de establecer su nivel de Empoderamiento Emocional.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía	Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?	X			
Autorregulación	¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?	X			



- Tercera dimensión: NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 3: LA PERSONALIDAD
- Objetivos de la Dimensión: Determinar el tipo de personalidad del participante, con la finalidad de establecer su capacidad para la toma adecuada de decisiones.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Automotivación	¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?	X			
Automotivación	¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?	X			
Automotivación	¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?	X			
Capacidad de análisis	¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?		X		
Capacidad de análisis	¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?		X		
Capacidad comunicativa	¿Tiene usted conocimiento de lo que es la comunicación asertiva?		X		
Capacidad comunicativa	¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Puedes describir alguna situación en la que te hayas sentido emocionalmente poderoso/a?	X			
Proactividad	¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?	X			

[Firma]
 Máster Daniel Ortiz Gómez
 Firma del evaluador
 Psicólogo Educativo; Orientador Vocacional

0915384622



Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "ENTREVISTA EMOCIONAL DIRIGIDO A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	PSC. Elena Elizabeth Avies Cuesta		
Grado profesional:	Maestría (x)	Doctor	()
Área de formación académica:	Clinica (x) Educativa (x)	Social	() Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Coordinador del departamento de concejería estudiantil Ministerio de Educación. Docente en línea Universidad de Milagro.		
Institución donde labora:	UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO (ECUADOR)		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años	(X)
Experiencia en Investigación Psicométrica:	Conductas en Adolescentes.		

2. Propósito de la evaluación:

VALIDAR EL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO, POR JUICIO DE EXPERTOS.

3. Datos de la escala (ENTREVISTA EMOCIONAL)

Nombre de la Prueba:	ENTREVISTA EMOCIONAL DIRIGIDO A PERSONAS DE 40 A 45 AÑOS.
Autora:	L.CDA. CARMEN ROSA BRIONES RUIZ
Procedencia:	ELABORACIÓN PROPIA
Administración:	ESTUDIANTES DE 40 A 45 AÑOS CON ESCLARIDAD INCOGNICLUSA
Tiempo de aplicación:	20 A 25 MINUTOS
Ámbito de aplicación:	UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO, PROYECTO FAP (YAGUACHI - ECUADOR)
Significación:	El instrumento está compuesto por tres dimensiones: Emociones, sentimientos y personalidad. Dimensión emociones, posee 3 indicadores (Identificar emociones con 1 ítem, Autoconciencia con 1 ítem y Gestión emocional con 1 ítem). Dimensión sentimientos. Posee 2 indicadores (Empatía con 1 ítem y Autorregulación con 1 ítem). Dimensión personalidad, posee 6 indicadores (Automotivación con 3 ítems, Capacidad de análisis con 2 ítems, Capacidad comunicativa con 2 ítems, Fuerza de voluntad y persistencia con 2 ítem y Proactividad con 1 ítem)

4. Soporte teórico

(describir en función al modelo teórico)



(describir en función al modelo teórico)

Escala/ÁREA	Sub-escala (dimensiones)	Definición
EMPODERAMIENTO EMOCIONAL	Emociones Sentimientos Personalidad	El empoderamiento emocional fortifica las capacidades emocionales de los individuos para manejar de mejor manera sus emociones y tomar control de las situaciones, asumir responsabilidades y toma adecuadas de decisiones.

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el "Cuestionario: ENTREVISTA EMOCIONAL A ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA 19 DE AGOSTO, PROYECTO FAP" elaborado por LCDA. CARMEN ROSA BRIONES RUIZ en el año 2023.

De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	-
	2. Bajo Nivel	-
	3. Moderado nivel	-
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	-
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	-
	3. Acuerdo (moderado nivel)	-
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	-
	2. Bajo Nivel	-
	3. Moderado nivel	-
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



Primera dimensión: NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 1: LAS EMOCIONES

- Objetivos de la Dimensión: Determinar los efectos de las emociones en la vida cotidiana del participante, con la finalidad de establecer su nivel de Empoderamiento Emocional.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Identificar emociones	¿Qué emociones se presentan con más frecuencia en tu vida cotidiana?	X			
Autoconciencia	¿Qué actividades realizas para sobrellevar el estrés y emociones negativas?	X			
Gestión emocional	¿Tienes dificultades para expresar tus emociones, por qué?	X			

Segunda dimensión: NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 2: LOS SENTIMIENTOS

- Objetivos de la Dimensión: Determinar los efectos de los sentimientos en la vida cotidiana del participante, con la finalidad de establecer su nivel de Empoderamiento Emocional.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía	Describe, ¿Cuáles son los motivos que te proporcionan felicidad?	X			
Autorregulación	¿Puedes describir cuál es tu mayor preocupación o mayor miedo en la actualidad, tienes la respuesta para superar esta situación?	X			



- Tercera dimensión: NOMBRE DE LA DIMENSIÓN 3: LA PERSONALIDAD
- Objetivos de la Dimensión: Determinar el tipo de personalidad del participante, con la finalidad de establecer su capacidad para la toma adecuada de decisiones.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Automotivación	¿Cuál es tu motivación para enfrentar las dificultades de tu vida?	X			
Automotivación	¿Puedes describir una situación en la que hayas logrado establecer permanentemente niveles adecuados de automotivación o logro personal, como te a echo sentir esta situación?	X			
Automotivación	¿Crees es importante la automotivación para tu bienestar emocional, por qué?	X			
Capacidad de análisis	¿Puedes mencionar alguna actividad que te ayude a tener autoconfianza?	X			
Capacidad de análisis	¿Cómo actúas emocionalmente ante los desafíos que ofrece la vida cotidiana, laboral y/o personal?		X		
Capacidad comunicativa	¿Tiene usted conocimiento de lo que es la comunicación asertiva?			X	
Capacidad comunicativa	¿Qué consejos o lecciones sobre automotivación o empoderamiento emocional podrías darles a personas que experimenten situaciones emocionales como las tuyas?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Crees que posees autoconfianza, de qué manera la fortaleces?	X			
Fuerza de voluntad y persistencia	¿Puedes describir alguna situación en la que te hayas sentido emocionalmente poderoso/a?	X			
Proactividad	¿Qué estrategias utilizas para obtener una actitud positiva cuando enfrentas desafíos o adversidades?	X			

Psic. Elena Aviles Cuesta
 Reg. Sesisyt 1024-14-1289256
 MSP. Libro 1 Folio: 112 No. 335

Firma del evaluador

MSC. ELENA ELIZABETH AVILES CUESTA
 C.I.0916396054

Empodérate para que logres tus sueños



Empodérate para que
logres tus sueños



Empodérate para que logres tus sueños

1.- Información general

- Institución donde se aplicará el programa: Unidad Educativa 19 de Agosto
- Localización geográfica: Yaguachi Viejo, Cone - Ecuador
- Cantidad de participantes: 11 estudiantes
- Edad de los participantes: entre 40 y 45 años

2.- Características generales del programa

El programa de empoderamiento emocional se aplicará durante los días laborables de la institución educativa, de manera presencial en la Unidad Educativa 19 de Agosto del cantón Yaguachi. Durante las jornadas se impartirán charlas, talleres y estrategias prácticas para lograr en los participantes el desarrollo de sentimientos y emociones estables, y también promover la autoestima en los participantes.

3.- Objetivos

3.1 Objetivo general

Aplicar el contenido de la Empodérate para que logres tus sueños, con la finalidad de fortalecer emocionalmente la motivación y la autoestima en los estudiantes participantes.

3.2 Objetivos específicos

- Adaptar estrategias metodológicas activas en el contenido del programa
- Aplicar el programa a los participantes
- Realizar una evaluación del nivel de aprendizaje de los participantes a través de la técnica del grupo focal.
- Realizar un acto de clausura del programa: Empodérate para que logres tus sueños

4.- Metodología

Se aplicará una metodología de tipo andragógica, para poder tener mayor asertividad en la impartición del contenido del programa.

También se utilizarán la metodología activa adaptadas para el mejor entendimiento de la información que se pretende transmitir, entre ellas se mencionan:

4.1 Aprendizaje Cooperativo

Es una metodología utilizada para trabajar con grupos de estudiantes con el propósito de aprender en equipo (de 3 o más participantes) al realizar cada uno de los integrantes su rol asignado e intercambiar la información con sus compañeros.

4.2 Aprendizaje basado en problemas

Mediante este método se realizaron rondas de preguntas y respuestas para ser contestadas de manera individual o en equipo. Al intercambiar información sobre temas diversos como problemas cotidianos será más factible el aprendizaje.

4.3 Design Thinking

El diseño del pensamiento es un método utilizado para la resolución de problemas, el propósito fue poder determinar las ideas o problemas de los participantes, y poder analizar entre pares para generar opiniones y alternativas de solución.

5.- Alcance

La aplicación del programa de fortalecimiento emocional denominado Empodérate para que logres tus sueños, proporcionará a los estudiantes de entre 40 y 45 años, las experiencias y los conocimientos necesarios para mejorar la actitud de sus emociones, sentimientos y personalidad. La intención es prepararlos mentalmente para que puedan enfrentarse a los retos cotidianos y poder sobresalir de las situaciones adversas, al mismo tiempo que les permitan aprovechar las oportunidades que se pudieran presentar.

6.- Presupuesto

El presupuesto necesario en la ejecución del presente programa fue de \$1.150, 00 americanos.

- 1 psicólogo clínica en calidad de experto con una remuneración de \$750,00.
- 1 pasante de la carrera de psicología con una remuneración de \$350,00.
- 2 tableros = \$5,00
- 6 esferográficos = \$6,00
- 6 marcadores acrílicos = \$9,00
- Resma de hojas A4 (1) = \$5,00
- Otros imprevistos = \$25,00

7.- Cronograma

A continuación, se presentan la distribución de la ejecución de las actividades programadas en días.

Sesión No.	Nombre de la sesión	Objetivo	Materiales	Tiempo	Fecha (julio de 2023)	Lugar
1	Diario emocional	Fomentar la salud emocional en los participantes	Papel y bolígrafos	40 minutos	Miércoles 12	Aula de clase
2	Técnicas de relajación	Practicar técnicas básicas de relajación para combatir el estrés	Ninguno	40 minutos	Miércoles 12	Aula de clase
3	La ruleta de las emociones	Describir las emociones ante los compañeros de aula	Una ruleta de cartulina con colores y las emociones escritas	40 minutos	Jueves 13	Patio de la institución
4	La opinión grupal	Ampliar la imaginación de los participantes, para que puedan imaginarse metas alcanzables	Ninguno	40 minutos	Jueves 13	Aula de clase
5	Una historia de superación	Describir con sus propias palabras una historia donde hayan podido vencer la adversidad	Ninguno	40 minutos	Viernes 14	Aula de clase
6	Acciones positivas	Describir con sus propias palabras momentos de su vida donde las acciones fueron efectivas	Papel y bolígrafo	40 minutos	Viernes 14	Aula de clase
7	La respiración y sus beneficios	Aprender los beneficios de realizar una actividad de respiración pausada para combatir el estrés	Ninguno	40 minutos	Lunes 17	Patio de la institución
8	Juego de roles	Intercambiar opiniones respecto a una situación ficticia para que los	Ninguno	40 minutos	Lunes 17	Patio de la institución

Compendio de las sesiones: Empodérate para que logres tus sueños

		participantes intenten resolver el conflicto				
9	Archivo de emociones	Registrar las principales emociones de la semana anterior, describir ¿cómo se originaron, ¿cómo se sintieron?	Papel y bolígrafo	40 minutos	Martes 18	Aula de clase
10	Los vencedores	Registrar historias de resiliencia donde los participantes hayan podido superar situaciones adversas en su vida	Papel y bolígrafo	40 minutos	Martes 18	Aula de clase
11	El diario de la gratitud	Registrar las historias de gratitud más relevantes en el día a día de los participantes	Papel y bolígrafo	40 minutos	Miércoles 19	Aula de clase
12	Reconocer es de valientes	Reconocer públicamente a algún compañero por sus logros o méritos	Cartón, Papel y bolígrafo	40 minutos	Miércoles 19	Aula de clase
13	Lluvia de ideas	Reconocer problemas de tipo emocionales y tratar de proponer alternativa de solución	Papel y bolígrafo	40 minutos	Jueves 20	Aula de clase

14	Nuestras fortalezas	Describir las destrezas y habilidades adquiridas por capacidades y experiencias	Papel y bolígrafo	40 minutos	Jueves 20	Patio de la institución
15	Me envió una carta	Desarrollar destreza en la escritura y sentido en la redacción	Papel y bolígrafo	40 minutos	Viernes 21	Patio de la institución
16	Charla de relaciones	Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos	Ninguno	40 minutos	Viernes 21	Patio de la institución
	Humanas: Las Emociones					
17	Charla de relaciones Humanas: Los sentimientos	Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos	Ninguno	40 minutos	Lunes 24	Patio de la institución
18	Charla de relaciones Humanas: La personalidad	Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos	Ninguno	40 minutos	Lunes 24	Patio de la institución
19	El grupo focal	Desarrollar capacidad para que los participantes puedan expresarse en público	Ninguno	60 minutos	Martes 25	Patio de la institución
20	Clausura del programa	Desarrollar habilidades para generar empoderamiento emocional en los participantes	Ninguno	40 minutos	Martes 25	Patio de la institución

Sesión No. 1

ANEXOS

Nombre de la sesión: Diario emocional

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Miércoles 12 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Fomentar la salud emocional en los participantes

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Los participantes se sentirían más relajados y en sintonía con sus emociones

Saludo de bienvenida:

Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Diario emocional”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.

Objetivo:

Fomentar la salud emocional en los participantes.

Actividad: 40 Diario emocional	Procedimiento: Los participantes sus emociones y sentimientos más Materiales: Tiempo: minutos compañeros para que todos comprendan las emociones diferentes entre participantes. La actividad se realizará	escribirán frecuentes, Papel y que pueden ser en el aula	en una hoja los expondrán ante sus bolígrafos similares o de clase.
--	---	--	--

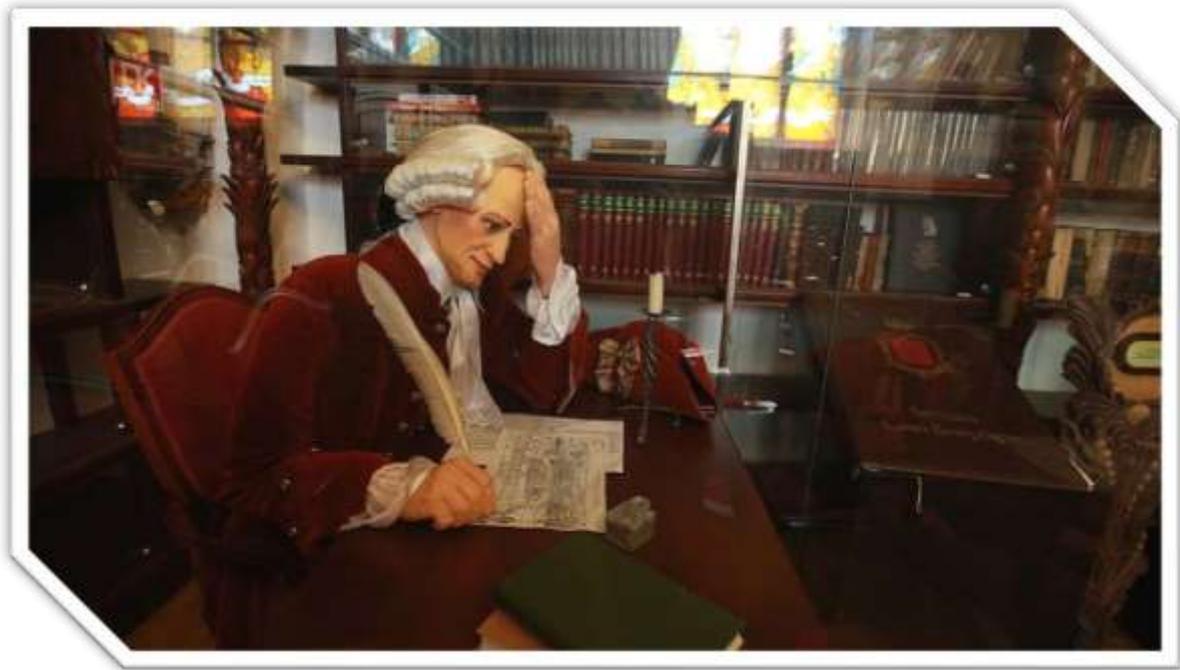
Aporte emocional: La actividad fortalecerá la salud emocional en los participantes, desarrollarán conciencia sobre sus emociones.

Resultados esperados: Obtener participantes más relajados y en sintonía con sus emociones.



Participantes escriben sus emociones

Sesión No. 2



Historia del pensamiento

Nombre de la sesión: Técnicas de relajación

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Miércoles 12 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Practicar técnicas básicas de relajación para combatir el estrés

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Los participantes con paz interior, más relajados

Saludo de bienvenida:

Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Técnicas de relajación”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.

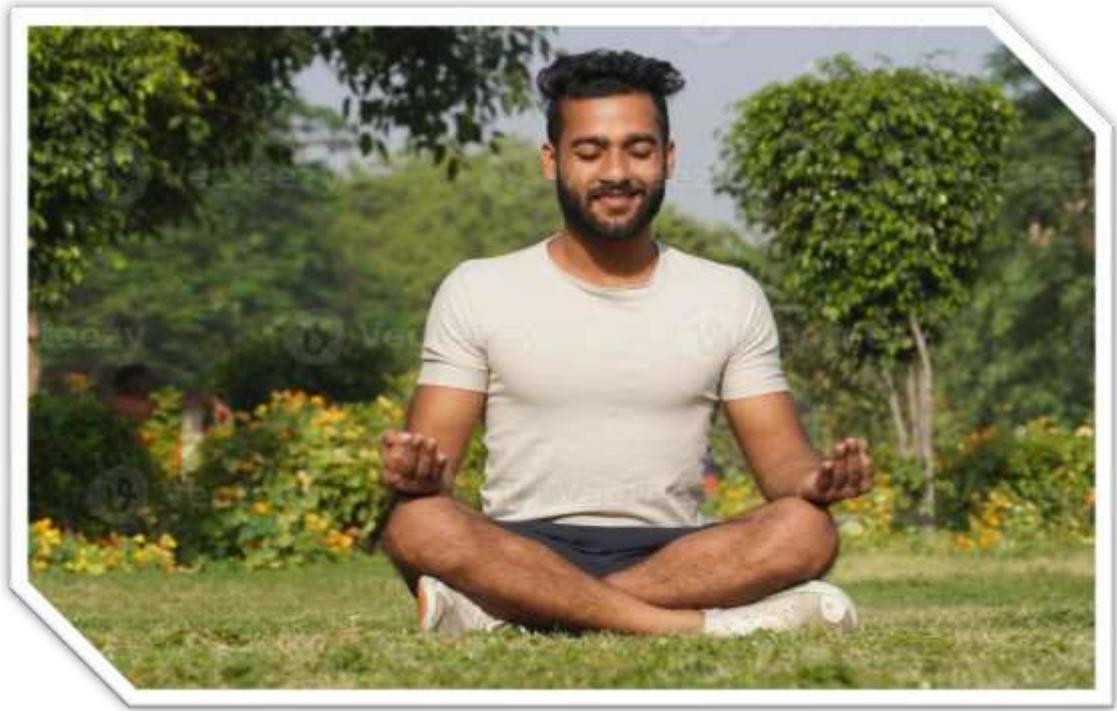
Objetivo:

Practicar técnicas básicas de relajación para combatir el estrés.

<p>Actividad: Técnicas de relajación</p>	<p>Procedimiento: Los participantes realizarán meditación y relajación muscular, con técnicas básicas que les permitan conseguir un momento de calca. La actividad se desarrollará en el salón de clase.</p>	<p>Materiales: Ninguno</p>	<p>Tiempo: 40 minutos</p>
<p>Aporte emocional: Mediante las técnicas de relajación, los estudiantes podrán liberar el estrés, la ansiedad para aumentar la capacidad de confrontar situaciones diarias.</p>			
<p>Resultados esperados: Los participantes podrán experimentar paz interior, más tranquilidad.</p>			



Relajación muscular (estiramiento)



Haciendo meditación

Sesión No. 3

La ruleta de las emociones

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Jueves 13 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Describir las emociones ante los compañeros de aula

Métodos: Design Thinking

Resultados esperados: Participantes con mayor conocimiento y preparación para saber cómo actúan las emociones en las personas

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “La ruleta de las emociones”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Describir las emociones ante los compañeros de aula			
Actividad: La ruleta de las emociones	Procedimiento: Los participantes deben girar una ruleta que contiene varias de las emociones más frecuentes que el ser humano puede experimentar. Deben describir aquella sensación que les haya tocado. La actividad se realizará en el patio de la institución	Materiales: Una ruleta de cartulina con colores y las emociones escritas.	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: entenderán como se manifiestan los diferentes tipos de emociones en sus compañeros, podrán ver reflejadas sus realidades en algún momento de la actividad			
Resultados esperados: Participantes con mayor conocimiento y preparación para saber cómo actúan las emociones en las personas.			



Ruleta de emociones



Diferentes tipos de emociones

Sesión No. 4

La opinión grupal

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Jueves 13 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Ampliar la imaginación de los participantes, para que puedan imaginarse metas alcanzables

Métodos: Design Thinking

Resultados esperados: Participantes con mayor optimismo, con fortalecimiento de sus emociones

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Vuela mi imaginación”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Ampliar la imaginación de los participantes, para que puedan imaginarse metas alcanzables.			
Actividad: Vuela mi imaginación	Procedimiento: Los participantes podrán experimentar la sensación de poder alcanzar sus ideales a través de la imaginación, se les solicitará que piensen en los mejores momentos que quisieran experimentar. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: Promueven un estado positivo al visualizar las metas alcanzadas.			
Resultados esperados: Participantes con mayor optimismo, con fortalecimiento de sus emociones			



Soñar en metas



Pensar en grande

Sesión No. 5

Una historia de superación

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Viernes 14 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Describir con sus propias palabras una historia donde hayan podido vencer la adversidad **Métodos:** Design Thinking

Resultados esperados: Se obtendrán personas con fortaleza en sus emociones, la experiencia de sus recuerdos ayudará en su superación personal.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Una historia de superación”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Describir con sus propias palabras una historia donde hayan podido vencer la adversidad.			
Actividad: Una historia de superación	Procedimiento: Los participantes expondrán sus historias de superación personal, situaciones en las que hayan logrado vencer los desafíos emocionales. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: El sentido de la autosuperación, la motivación que requieren para lograr metas.			
Resultados esperados: Se obtendrán personas con fortaleza en sus emociones, la experiencia de sus recuerdos ayudará en su superación personal.			



La perseverancia



Venciendo los desafíos

Sesión No. 6

Nombre de la sesión: Acciones positivas

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Viernes 14 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Describir con sus propias palabras momentos de su vida donde las acciones fueron efectivas. **Métodos:** Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Se obtendrán personas con fortaleza en personalidad, con deseos de seguir conquistando logros personales

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Acciones positivas”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Describir con sus propias palabras momentos de su vida donde las acciones fueron efectivas.			
Actividad: Acciones positivas	Procedimiento: Los participantes escribirán historias positivas donde haya podido realizar alguna acción que le haya proporcionado satisfacción y felicidad. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: Actitudes positivas fortalecen la personalidad.			
Resultados esperados: Se obtendrán personas con fortaleza en personalidad, con deseos de seguir conquistando logros personales.			



Mis historias



Construyendo mi casa, mi historia de satisfacción

Sesión No. 7

Nombre de la sesión: La respiración y sus beneficios

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

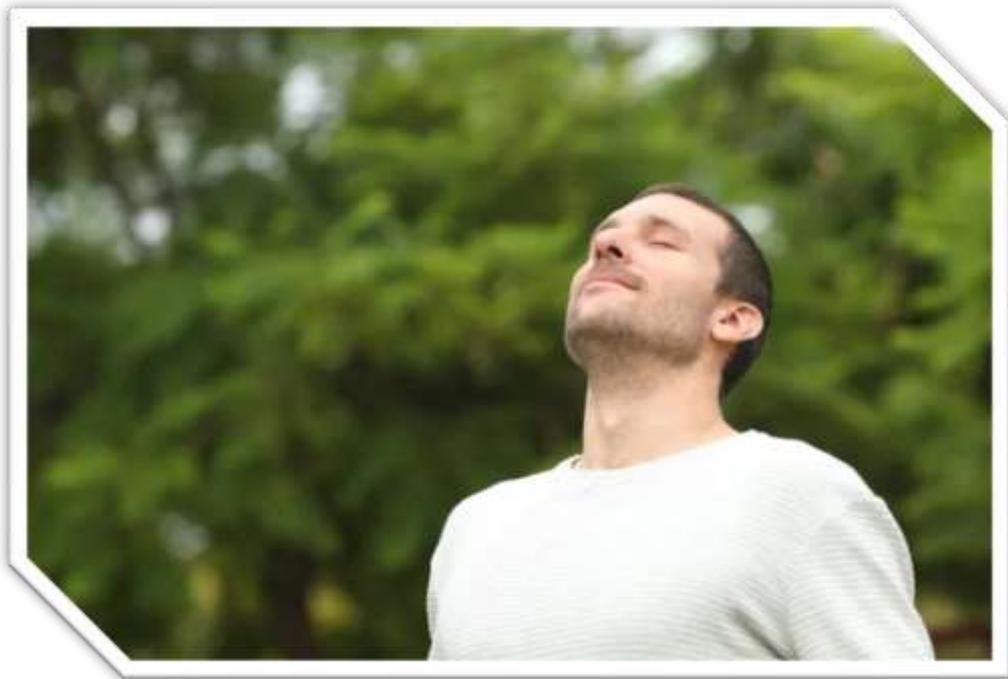
Fechas de ejecución: Lunes 17 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Aprender los beneficios de realizar una actividad de respiración pausada para combatir el estrés
Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Mejor manejo del estrés, aprendiendo a respirar adecuadamente

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “La respiración y sus beneficios”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Aprender los beneficios de realizar una actividad de respiración pausada para combatir el estrés.			
Actividad: La respiración y sus beneficios	Procedimiento: Los participantes acudirán a un ambiente abierto, realizarán actividad de respiración, inhalarán aire de manera pausada por la nariz, manteniéndola por 5 segundos, luego, exhalarán suavemente el aire por la boca. Esta actividad se repetirá por varias ocasiones. La respiración pausada disminuye el estrés. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: Estratégica aplicada a las personas que sufren de estrés.			
Resultados esperados: Mejor manejo del estrés, aprendiendo a respirar adecuadamente.			



La respiración



Sesión No. 8

La respiración como técnica para reducir el estrés Nombre de la sesión: Juego de roles

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Lunes 17 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Intercambiar opiniones respecto a una situación ficticia para que los participantes intenten resolver el conflicto

Métodos: Aprendizaje basado en problemas

Resultados esperados: Desarrollo de las actitudes para enfrentar situaciones adversas, fortalece la comunicación asertiva y la habilidad de escuchar

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Juego de roles”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Intercambiar opiniones respecto a una situación ficticia para que los participantes intenten resolver el conflicto.			
Actividad: Juego de roles	Procedimiento: Los participantes distribuidos en parejas tendrán que desarrollar una escena con un tema controversial. Ellos expondrán a manera de actuación teatral de qué se trata la situación analizada un ofrecerán una alternativa de solución. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Fortalece la personalidad y empatía de los participantes.			
Resultados esperados: Desarrollo de las actitudes para enfrentar situaciones adversas, fortalece la comunicación asertiva y la habilidad de escuchar.			



Tema controversial



Sesión No. 9

Buscando la solución al conflicto Nombre de la sesión: Archivo de emociones

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: martes 18 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Registrar las principales emociones de la semana anterior, describir ¿cómo se originaron, ¿cómo se sintieron?

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Los estudiantes desarrollan y fortalecen su carácter, su personalidad, incorporan a su diario vivir instrumentos que les ayudan a discernir las distintas emociones experimentadas.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Archivo de emociones”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Registrar las principales emociones de la semana anterior, describir ¿cómo se originaron, ¿cómo se sintieron?			
Actividad: Archivo de emociones	Procedimiento: Los participantes escribirán en una hoja una lista de emociones que experimentaron la semana anterior, tratando de identificar el origen o causas de esas situaciones y cuanto les afectó esas emociones en su vida. Deben compartir entre compañeros estas vivencias. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Fortalece a los participantes la actividad de comunicación entre pares.			
Resultados esperados: Los estudiantes desarrollan y fortalecen su carácter, su personalidad, incorporan a su diario vivir instrumentos que les ayudan a discernir las distintas emociones experimentadas.			



Mis emociones diarias emociones



Sesión No. 10

Tipos de emociones

Nombre de la sesión: Los vencedores

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Martes 18 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Registrar historias de resiliencia donde los participantes hayan podido superar situaciones adversas en su vida

Métodos: Design Thinking

Resultados esperados: Se obtendrán participantes con valor, con sentimiento de triunfadores, con experiencia para enfrentar otros retos en la vida.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Los vencedores”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Registrar historias de resiliencia donde los participantes hayan podido superar situaciones adversas en su vida.			
Actividad: Los vencedores	Procedimiento: Los participantes escribirán sobre alguna situación en las que hayan puesto todo de sí para superarla, alguna adversidad, algún mal momento o alguna circunstancia que afectaba a sus seres más queridos. Describa cómo pudo superar esa situación adversa. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Fortalece una mentalidad triunfadora, le proporciona seguridad y experiencia para futuras situaciones.			
Resultados esperados: Se obtendrán participantes con valor, con sentimiento de triunfadores, con experiencia para enfrentar otros retos en la vida.			



Nick Vujicic, un ejemplo de superación



Chris Gardner dormía en los baños publicos

Sesión No. 11

Nombre de la sesión: El diario de la gratitud

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Miércoles 19 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Registrar las historias de gratitud más relevantes en el día a día de los participantes

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Se obtendrán participantes con mayor sensibilidad y aprecio por las cosas, aprenderán a valorar esos pequeños detalles que proporcionan felicidad.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “El diario de la gratitud”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Registrar las historias de gratitud más relevantes en el día a día de los participantes			
Actividad: El diario de la gratitud	Procedimiento: Los participantes escribirán el nombre de varias cosas o situaciones por las que se sienten agradecidos, para luego expresar estos sentimientos a sus compañeros. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Fortalece la redacción, la escritura de manera sensible.			
Resultados esperados: Se obtendrán participantes con mayor sensibilidad y aprecio por las cosas, aprenderán a valorar esos pequeños detalles que proporcionan felicidad.			



Siempre ser agradecidos por lo que tenemos



Agradeciendo a Dios por todo lo que ha dado

Sesión No. 12

Nombre de la sesión: Reconocer es de valientes

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Miércoles 19 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Reconocer públicamente a algún compañero por sus logros o méritos

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Lograr desarrollar personalidad para reconocer los logros de otras personas.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Reconocer es de valientes”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Reconocer públicamente a algún compañero por sus logros o méritos			
Actividad: Reconocer es de valientes	Procedimiento: Se escribirán los nombres de los participantes en un pedazo de papel, luego serán colocados dentro de una urna o cartón, posteriormente cada participante extraerá un nombre que no sea el suyo, los leerán y le proporcionarán a esa persona un elogio por algún motivo, por ser buen compañero, ser muy estudioso, etc. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Cartón, Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Desarrollar sentimiento de estima y admiración a otras personas por su esfuerzo.			
Resultados esperados: Lograr desarrollar personalidad para reconocer los logros de otras personas.			



Reconocimiento público



Reconocer los logros a tu prójimo es señal de humildad y respeto,

Sesión No. 13

Nombre de la sesión: Lluvia de ideas

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Jueves 20 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

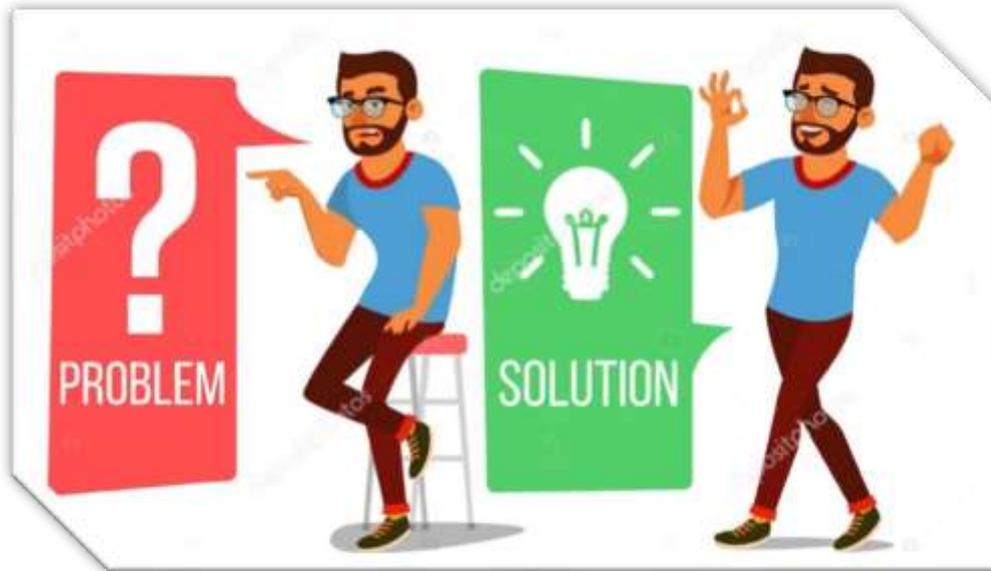
Objetivos: Reconocer problemas de tipo emocionales y tratar de proponer alternativa de solución

Métodos: Aprendizaje basado en problemas

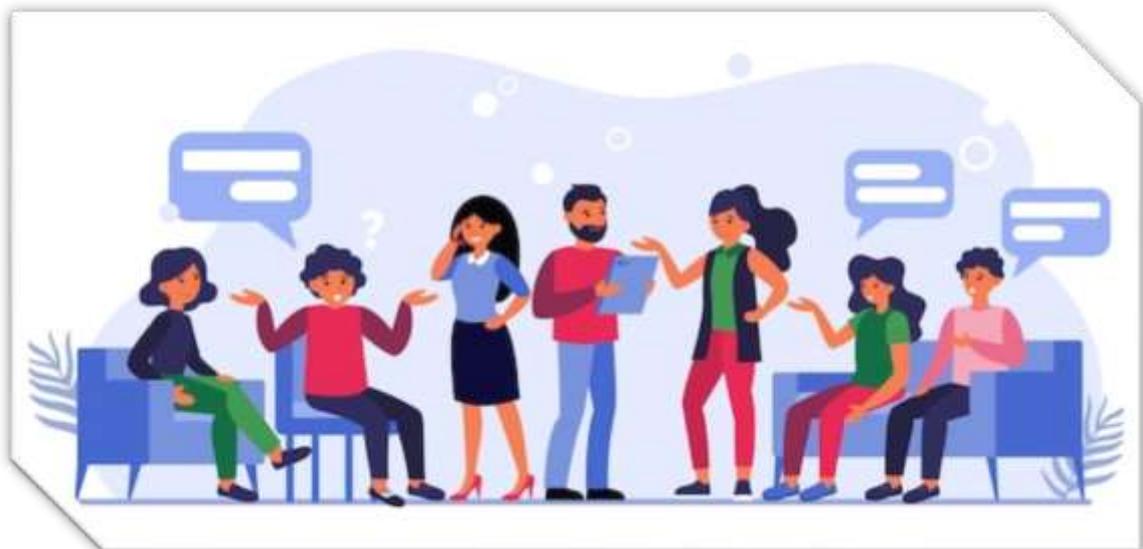
Resultados esperados: Lograr desarrollar capacidades para enfrentar y solucionar algunos problemas.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Lluvia de ideas”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Reconocer problemas de tipo emocionales y tratar de proponer alternativa de solución			
Actividad: Lluvia de ideas	Procedimiento: A los practicantes se les presenta un reto, ellos deben escribir en un papel un problema y múltiples opciones para resolverlos. Cada participante expondrá una alternativa de solución al problema planteado. La actividad se desarrollará en el salón de clase.	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Se logra el fortalecimiento de sus actitudes y aptitudes para hacerle frente a los desafíos y hallar soluciones efectivas.			
Resultados esperados: Lograr desarrollar capacidades para enfrentar y solucionar algunos problemas.			

Sesión No. 14



Nace la idea



Tengo un problema... necesito una solución

Nombre de la sesión: Nuestras fortalezas

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Jueves 20 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Describir las destrezas y habilidades adquiridas por capacidades y experiencias

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Fortalecer sus capacidades, se sientes con mayor confianza para enfrentar retos.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Nuestras fortalezas”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Describir las destrezas y habilidades adquiridas por capacidades y experiencias.			
Actividad: Nuestras fortalezas	Procedimiento: Los participantes deben escribir las fortalezas que quisieran desarrollar. Debe compartir estas fortalezas leyéndolas ante los demás compañeros. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Los participantes adquieren valor para enfrentar las situaciones adversas de la vida.			
Resultados esperados: Fortalecer sus capacidades, se sientes con mayor confianza para enfrentar retos.			

Sesión No. 15



El reflejo
de un
trionfador



Hoy me siento muy
poderoso... ¡

Nombre de la sesión: Me envié una carta

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Viernes 21 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Desarrollar destreza en la escritura y sentido en la redacción

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Desarrollar el sentimiento de autoestima en los participantes, para que aprendan a quererse y a valorarse.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Me envió una carta”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Desarrollar destreza en la escritura y sentido en la redacción.			
Actividad: Me envió una carta	Procedimiento: Pide a los participantes que escriban una carta donde expresen sinceramente todo el aprecio y valor que se sienten consigo mismo. De igual manera, los participantes deben reconocer y apreciar a los compañeros, sobre todo a los de mayor afinidad. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Papel y bolígrafo	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Adquirir autoestima y motivación a la misma persona.			
Resultados esperados: Desarrollar el sentimiento de autoestima en los participantes, para que aprendan a quererse y a valorarse.			



Lo principal es que yo me quiero como soy



El poder de la autoestima

Sesión No. 16

Nombre de la sesión: Charla de relaciones Humanas: Las Emociones

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Viernes 21 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Desarrollar mayores conocimientos sobre la personalidad, tipos de personalidad, causas y efectos, etc.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Charla de relaciones Humanas: Las Emociones”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos.			
Actividad: Charla de relaciones Humanas: Las Emociones	Procedimiento: Los participantes reciben una charla de relaciones humana con el tema específico en las emociones, para que de manera técnica aprendas los principales aspectos que se deben aplicar en una sociedad libre. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Adquirir conocimientos sobre la dinámica de la sociedad en relación a sus emociones.			
Resultados esperados: Desarrollar mayores conocimientos sobre las emociones, tipos de emociones, causas y efectos, etc.			



Recibiendo una charla sobre las emociones



Las emociones más frecuentes

Sesión No. 17

Nombre de la sesión: Charla de relaciones Humanas: Los sentimientos

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Lunes 24 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Desarrollar mayores conocimientos sobre los sentimientos, tipos de sentimientos, causas y efectos, etc.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Charla de relaciones Humanas: Los sentimientos”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos.			
Actividad: Charla de relaciones Humanas: Los sentimientos	Procedimiento: Los participantes reciben una charla de relaciones humana con el tema específico en los sentimientos, para que de manera técnica aprendas los principales aspectos que se deben aplicar en una sociedad libre. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos.
Aporte emocional: Adquirir conocimientos sobre la dinámica de la sociedad en relación a sus sentimientos.			
Resultados esperados: Desarrollar mayores conocimientos sobre los sentimientos, tipos de sentimientos, causas y efectos, etc.			



Recibiendo una charla sobre los sentimientos



Los sentimientos más frecuentes

Sesión No. 18

Nombre de la sesión: Charla de relaciones Humanas: La personalidad

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Lunes 24 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Desarrollar mayores conocimientos sobre la personalidad, tipos de personalidad, causas y efectos, etc.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Charla de relaciones Humanas: la personalidad”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Participar activamente en la charla, expresando opiniones y acogiendo consejos.			
Actividad: Charla de relaciones Humanas: La personalidad	Procedimiento: Los participantes reciben una charla de relaciones humana con el tema específico en la personalidad para que de manera técnica aprendas los principales aspectos que se deben aplicar en una sociedad libre. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: Adquirir conocimientos sobre la dinámica de la sociedad en relación a la personalidad.			
Resultados esperados: Desarrollar mayores conocimientos sobre la personalidad, tipos de personalidad, causas y efectos, etc.			



Recibiendo una charla sobre la personalidad



Tipos de personalidad en personas adultas

Sesión No. 19

Nombre de la sesión: El grupo focal

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Martes 25 de julio de 2023

Duración: 60 minutos

Objetivos: Desarrollar capacidad para que los participantes puedan expresarse en público

Métodos: Design Thinking

Resultados esperados: Desarrollan y fortalecen una conducta mauro referente a los actos de r mayores conocimientos sobre la personalidad, tipos de personalidad.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “el grupo focal”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Desarrollar capacidad para que los participantes puedan expresarse en público.			
Actividad: El grupo focal	Procedimiento: Los participantes se reúnen en forma de herradura alrededor del docente, el mismo que empezará un diálogo corto para empezar a anotar las principales expresiones sobre este programa. La actividad se desarrollará en el patio de la institución	Materiales: Ninguno	Tiempo: 60 minutos.
Aporte emocional: Adquirir personalidad para participar en una reunión y el poder de opinar.			
Resultados esperados: Desarrollan y fortalecen una conducta mauro referente a los actos de r mayores conocimientos sobre la personalidad, tipos de personalidad.			



Grupo focal o Focus group



Reunión grupal para exposición de ideas

Sesión No. 20

Nombre de la sesión: Clausura del programa

Dirigido a: Participantes de entre 40 a 45 años

Fechas de ejecución: Martes 25 de julio de 2023

Duración: 40 minutos

Objetivos: Desarrollar habilidades para generar empoderamiento emocional en los participantes

Métodos: Aprendizaje Cooperativo

Resultados esperados: Desarrollaron y fortalecieron sus emociones, sentimientos y personalidad a través de la participación activa en el programa propuesto por el docente de la institución educativa.

Saludo de bienvenida: Bienvenidos estimados estudiantes a la actividad denominada “Clausura del programa”, a continuación, se les mencionará el procedimiento para desarrollar esta actividad.			
Objetivo: Desarrollar habilidades para generar empoderamiento emocional en los participantes.			
Actividad: Clausura del programa	Procedimiento: Los participantes se reúnen en el patio de la institución para ser parte del acto de clausura del programa que se ofertó en beneficio de ellos. Escucharon las palabras de clausura de dos de sus compañeros, del docente e invitado especial.	Materiales: Ninguno	Tiempo: 40 minutos
Aporte emocional: Adquirieron experiencia en la participación coactiva a los eventos educativos.			
Resultados esperados: Desarrollaron y fortalecieron sus emociones, sentimientos y personalidad a través de la participación activa en el programa propuesto por el docente de la institución educativa.			



Objetivo logrado, participantes empoderados



Clausura del programa: Empodérate para que logres tus sueños

Anexo 7. Distribución de los estudiantes de Básica Superior y Bachillerato

SEXO/NIVEL	BÁSICA SUPERIOR			BACHILLERATO			TOTALES
	8vo	9no	10mo	1ero	2do	3ro	
MUJERES	1	0	0	1	1	2	5
HOMBRES	1	0	0	2	2	1	6

Descripción: Constan los 11 estudiantes de Básica Superior y Bachillerato pertenecientes a la Unidad Educativa 19 de Agosto, son los participantes seleccionados para el desarrollo del estudio