UNIVERSIDAD NACIONAL DE

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TÍTULO

DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA

Tesis previa a la obtención del grado de Licenciado en Ciencias de la Educación; mención: Psicología Educativa y Orientación.

AUTOR

JUAN PABLO ALDAZ CAJILIMA

DIRECTOR DE TESIS

LIC. JORGE EDUARDO FARÍAS CEDEÑO, MG. SC.

LOJA - ECUADOR
2018

CERTIFICACIÓN

Lic. Jorge Eduardo Farías Cedeño. Mg. Sc.

DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN DE LA FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA.

CERTIFICA:

Haber dirigido, asesorado, revisado, orientado con pertinencia y rigurosidad científica en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del Reglamento del Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, el desarrollo de la tesis de licenciatura en Ciencias de la Educación; mención: Psicología Educativa y Orientación, titulada: **DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA,** de la autoría del Sr. Juan Pablo Aldaz Cajilima, en consecuencia el informe reúne los requisitos formales y reglamentarios, autorizo su presentación y sustentación ante el tribunal de grado que se designe para el efecto.

Loja, 05 de julio de 2018

Lic. Jorge Eduardo Farías Cedeño, Mg. Sc.
DIRECTOR DE TESIS

AUTORÍA

Yo, Juan Pablo Aldaz Cajilima, declaro ser el autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales por el contenido de la misma.

Adicionalmente declaro y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

Autor: Juan Pablo Aldaz Cajilima

Firma: .....

Cédula: 1727573642

Fecha: Loja, 21 de agosto de 2018

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo, Juan Pablo Aldaz Cajilima, declaro ser el autor del presente trabajo de tesis intitulada **DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA**, como requisito para optar al grado de Licenciado en Ciencias de la Educación; mención: Psicología Educativa y Orientación; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja a los veintiún días del mes de agosto del dos mil dieciocho.

Firma: .....
Autor: Juan Pablo Aldaz Cajilima
Cédula: 1727573642
Dirección: Loja, Ciudadela Ciudad Alegría, Bloque 3-201
Correo electrónico: pablo_aldaz@hotmail.es
Celular: 0983156892

DATOS COMPLEMENTARIOS:
Director de Tesis: Lic. Jorge Eduardo Farías Cedeño, Mg. Sc.
Tribunal de Grado:
Presidenta: Lic. Elcy Viviana Collaguazo Vega. Mg. Sc.
Primer Vocal: Lic. Tania María Espinoza Campoverde. Mg. Sc.
Segundo Vocal: Dra. Blanca Lucia Iñiguez Auquilla. Mg. Sc.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi sincero agradecimiento a la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, especialmente a la Carrera de Psicología Educativa y Orientación, al personal directivo, administrativo y docentes por la formación profesional ceñida al perfil de egreso del psicólogo educativo y orientador, listo para ejercer la profesión en beneficio de la sociedad ecuatoriana.

Al Director de Tesis Lic. Jorge Eduardo Farías Cedeño, Mg. Sc por la guía y asesoramiento académico, para la concreción del presente trabajo de investigación.

Un agradecimiento a las autoridades del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero por la oportunidad de aplicar la propuesta de intervención que beneficiara a los estudiantes que con su colaboración en el trabajo de campo fue posible emitir criterios de factibilidad sobre dicha propuesta, para ellos un eterno agradecimiento.

El Autor.

DEDICATORIA

A Dios, presente en los momentos que han definido los sucesos grandes y pequeños de mi vida.

Gracias a ti Mila, madre amada, mi guía espiritual, mi manual de valores, profesional en la vida para corregir mis errores y felicitar mis aciertos, siempre dándome ánimos y fomentando mis sueños que en momentos precisos he podido compartirte.

A mi hermana Carla por su apoyo incondicional e impulso para terminar mis estudios y ser una persona independiente en la vida.

Nelson mi padre, por su ayuda e incentivos para seguir con mis estudios, dando siempre ánimos y consejos.

A mis amigos, confidentes leales, con quienes hemos idealizado nuestro futuro siendo profesionales de éxito, buenos padres al momento de contraer responsabilidades, en una palabra ser buenas personas en la sociedad.

A las personas que han sido maestros en mi vida, con su orientación sobre la importancia de aprender y ser una persona activa y de bien en este mundo.

Juan Pablo

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN											
BIBLIOTECA: FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN											
TIPO DE DOCUMENTO	**AUTOR TÍTULO DE TESIS**	**FUENTE**	**FECHA AÑO**	**ÁMBITO GEOGRÁFICO**						**OTRAS DESAGREGACIO**	**OTRAS OBSERVACIONES**
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO O COMUNIDAD		
TESIS	**JUAN PABLO ALDAZ CAJILIMA** DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA	UNL	2018	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	LOJA	SAN SEBASTIÁN	SANTA TERESITA	CD	LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN; MENCIÓN: PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CANTÓN LOJA

CROQUIS DE LA INVESTIGACIÓN

COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

ESQUEMA DE TESIS

i. PORTADA

ii. CERTIFICACIÓN

iii. AUTORÍA

iv. CARTA DE AUTORIZACIÓN

v. AGRADECIMIENTO

vi. DEDICATORIA

vii. MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

viii. MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS

ix. ESQUEMA TESIS

a. TÍTULO
b. RESUMEN
   ABSTRACT
c. INTRODUCCIÓN
d. REVISIÓN DE LITERATURA
e. MATERIALES Y MÉTODOS
f. RESULTADOS
g. DISCUSIÓN
h. CONCLUSIONES
i. RECOMENDACIONES
   - PROPUESTA DE INTERVENCIÓN
j. BIBLIOGRAFÍA
k. ANEXOS
   - PROYECTO DE TESIS
   - OTROS ANEXOS

a. TÍTULO

DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA

b. RESUMEN

En la formación de las relaciones interpersonales hay componentes que pueden dificultar que estas se desarrollen de manera adecuada, reconociendo que cada persona puede presentar dificultades para relacionarse en el ámbito interpersonal de; asertividad, relaciones con el sexo opuesto, entre iguales y familiares; por tal motivo se tituló esta investigación como: **DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA**. Por tanto se planteó como objetivo general promover las relaciones interpersonales a través de dinámicas de grupo en estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A". Fue una investigación de tipo descriptivo de corte transversal, con un diseño pre-experimental, utilizando métodos teóricos científicos: analítico, inductivo, deductivo, descriptivo. Para el diagnóstico (pre-test) se aplicó el cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales "CEDIA" en una muestra de 22 estudiantes, encontrando que en el grado de mediana dificultad están los siguientes factores; 50% de los investigados manifiestan dificultades en la asertividad, el 45,45% tienen dificultad para hablar en público, 36,36% dificultad para las relaciones familiares; y el 40,90% de los estudiantes tienen bastante dificultad para las relaciones con el otro sexo. Concluyendo que los estudiantes presentan problemas en sus relaciones interpersonales, exactamente en las áreas de asertividad, hablar en público, relaciones familiares y con el sexo opuesto. Con la aplicación de la propuesta se validó que las dinámicas de grupo mejoraron las relaciones interpersonales del estudiantado, recomendando al DECE capacitar al personal docente con la propuesta y así trabajar con los factores de dificultad interpersonales.

ABSTRACT

In the interpersonal relationships formation there are factors that can make it difficult for them to develop properly, recognizing that each person may have difficulties to relate in the interpersonal field of factors such as assertiveness, relationships with the opposite sex, between equals and family members; so this research was titled as: **GROUP DYNAMICS TO PROMOTE INTERPERSONAL RELATIONS IN STUDENTS OF THE THIRD YEAR OF SENIOR SCHOOL, GROUP "A" OF THE 27 DE FEBRERO HIGH SCHOOL IN THE CITY OF LOJA.** Therefore, the objective was to promote interpersonal relationships through group dynamics in students of the third year of senior school, group "A". It was a descriptive cross-sectional research with a pre-experimental design, using scientific theoretical methods such as analytical, inductive, deductive and descriptive method. For the diagnosis (pre-test), the questionnaire for the evaluation of interpersonal difficulties in adolescence was applied in a sample of 22 students, finding that in a degree of medium difficulty these are the factors that intervene in interpersonal relationships, 50% of those investigated manifest difficulties in the assertiveness, 45.45% have difficulty speaking in public, 36.36% difficulty in family relationships; and the 40.90% of the students investigated have enough difficulty for the relations with the other sex. Concluding that students present problems in their interpersonal relationships, precisely in the areas of assertiveness, public speaking, family relations and with the opposite sex, for this reason with the application of the proposal it was validated that the group dynamics improved the interpersonal relations of those students investigated, recommending the DECE prepare the teaching staff with the proposal and thus work with the interpersonal difficulty factors.

c. INTRODUCCIÓN

Actualmente las relaciones interpersonales son fundamentales en la convivencia colegial para coexistir en un ambiente tranquilo y de colaboración, sin embargo no siempre es así, a veces las relaciones que se mantienen entre estudiantes son tensas y/o conflictivas, conforme a lo indagado empírica y científicamente se averiguo que malas relaciones interpersonales producen varios conflictos tanto académicos como sociales, ya que pueden provocar acosos escolares, en donde las victimas cuestionen sus propias habilidades para relacionarse entre compañeros, también se presentan casos de estudiantes donde el problema para relacionarse recae en la asertividad, relaciones con el sexo opuesto, y en las relaciones familiares. Por esta razón el estudio de las relaciones interpersonales colegiales es imprescindible como tema de investigación,

Siendo esta temática de interés personal se presenta o formula la siguiente interrogante ¿La propuesta dinámicas de grupo podrá promover las relaciones interpersonales en los estudiantes de 3er año de bachillerato paralelo "A" del Colegio 27 de Febrero?

Frente a esta pregunta se plantea como tema de tesis: **DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA.**

Para el desarrollo de este trabajo de investigación se estructuraron los siguientes objetivos específicos: Determinar los fundamentos teóricos científicos que sustenten que las dinámicas de grupo promueven las relaciones interpersonales. Diagnosticar el grado de dificultad de los factores que intervienen en las relaciones interpersonales que mantienen los estudiantes de tercero de bachillerato paralelo "A". Diseñar una propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en un grupo de estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A". Aplicar la propuesta de dinámicas de grupo a los estudiantes de tercer año de bachillerato para promover las relaciones interpersonales. Validar la efectividad de la aplicación de la propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales.

En relación a la revisión de literatura se consideró las siguientes temáticas; definición de relaciones interpersonales, desarrollo de las relaciones interpersonales, factores de dificultad en las relaciones interpersonales (asertividad, relaciones con el sexo opuesto y relaciones entre iguales y familiares), relaciones interpersonales en la adolescencia, aspectos a considerar en las relaciones interpersonales del adolescente (grupos, popularidad, físico). En la variable de dinámicas de grupo se buscó; definición de dinámicas, definición de grupo, características de un grupo, objetivos de las dinámicas de grupo, tipos de dinámicas en el contexto escolar, habilidades sociales que promueven las dinámicas de grupo. Todos estos temas tienen importancia para fundamentar criterios y conclusiones.

Esta investigación fue de tipo descriptivo, de corte transversal y con un diseño pre-experimental, se utilizó los métodos científicos: analítico, inductivo, deductivo, histórico-lógico, descriptivo, estadístico. Se empleó la técnica de la observación para la identificación de la problemática del grupo investigado, también se aplicó el "Cuestionario de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" a una muestra de 22 estudiantes del tercero de bachillerato paralelo "A". Con el análisis del pre-test se encontraron los factores que intervienen en las relaciones interpersonales de los estudiantes, donde el 50% de los investigados manifiestan mediana dificultad en la asertividad, el 45,45% tienen mediana dificultad para hablar en público, 36,36% dificultad en sus relaciones familiares y el 40,90% de los investigados tienen bastante dificultad para relacionarse con el otro sexo.

Para contribuir en la solución de esta problemática propia de los estudiantes, se diseñó una propuesta con bases y fundamentos teóricos que permiten promover las relaciones interpersonales mediante el uso de los diversos tipos de dinámicas de grupo. Luego de culminar con la aplicación de la propuesta se evaluó a los estudiantes (post-test) lo cual permitió tabular los datos respectivos que manifestaron los cambios en los factores de asertividad, relaciones con el otro sexo, relaciones entre iguales, hablar en público y relaciones familiares.

A continuación se describirán los cambios porcentuales que se produjeron con la aplicación de la propuesta; en asertividad 59,09% de los investigados llegaron a tener poca dificultad, un 50% en relaciones con el sexo opuesto, en el factor de hablar en público un 36,36% y en las relaciones familiares exitosamente el 68,18% de los investigados. Con esto se pudo aseverar que las dinámicas de grupo si promueven las relaciones interpersonales ya que disminuyen dificultades en la asertividad, relaciones familiares, relaciones con el sexo opuesto y el hablar en público, recomendando a su vez que se implemente las dinámicas de grupo en las actividades académicas para así promover las relaciones interpersonales entre estudiantes, docente-estudiante y viceversa.

Finalmente pongo a disposición este estudio con el propósito de aportar a la comunidad estudiantil, docente y sociedad en general, en vista de que esta investigación fue elaborada con rigor científico bajo la dirección del régimen de vinculación con la sociedad que promueve la Universidad Nacional de Loja.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

Relaciones Interpersonales

A través del tiempo se han realizado un sin número de investigaciones referentes a las relaciones interpersonales del ser humano, como interactúa con otros y cuáles son los problemas que lo aquejan refiriéndose a su interacción social con otros individuos.

Albert Bandura explica como las relaciones interpersonales y las conductas sociales se dan a través del aprendizaje social en el cual explica los siguientes tres efectos; "el modelado o aprendizaje de respuestas nuevas, la inhibición o desinhibición de respuestas aprendidas previamente y la facilitación o provocación de respuestas existentes en nuestro repertorio de conductas" (Martínez, 2012, p.16).

De aquí se explica cómo los individuos pueden aprender a relacionarse con los demás a partir de los modelos (personas cercanas) que observan, actuando estos modelos como reforzadores de conducta de los observadores. Este es uno de los factores influyentes en el entendimiento de cómo se producen las relaciones interpersonales y como estas pueden mejorarse a través de buenos modelos además de la observación de comportamientos sociales adecuados.

Dicho esto según Kimble et al. (2010) basándose en investigaciones con niños, adolescentes, jóvenes, adultos y relaciones de parejas afirma que relaciones interpersonales deficientes crean grandes problemas y afectan a toda una sociedad.

Relaciones interpersonales insatisfactorias afectando directamente a mujeres, niños y adolescentes ejemplo de esto es como en Estados Unidos se ha hecho un estudio donde se demuestra que entre el 20% y 25% de los homicidios sucede entre estas personas. (Kimble et al. 2010)

La diversidad de conflictos que mantienen las personas a lo largo de su vida se da desde el núcleo familiar hasta su inclusión en sociedad causando que sus relaciones interpersonales no sean productivas, es decir relaciones interpersonales donde en sus inicios no hay buena comunicación, colaboración, autoconocimiento, motivaciones

positivas, manejo de emociones, seguramente presentara complicaciones para convivir o interactuar con otros individuos.

Un problema que se manifiesta normalmente en las relaciones interpersonales son; la soledad y la timidez, donde la soledad es una reacción emocional por la incapacidad de formar vínculos con otras personas, mientras que la timidez es ansiedad ante la interacción con otras personas, es decir dicha ansiedad produce miedo y por ende una respuesta negativa al no poder interactuar con otros. (Kimble et al. 2010)

Según Solano, Batten y Paris (como se citó en Kimble, 2010) realizaron una investigación donde se demostró que:

> Los solitarios presentan algunas de las características de los tímidos, es decir, estos últimos hablan menos de si a los amigos de sexo opuesto que el resto de la población y se sirven de niveles inapropiados de auto-revelación es decir son demasiados íntimos o impersonales. (p. 293)

Se observa como la soledad y la timidez interfiere en las relaciones con el sexo opuesto, causando más problemas en la conformación de las relaciones interpersonales, ya que se pierde una de las principales interacciones que el ser humano debe experimentar para su desarrollo emocional y social.

Middlebrook (como se citó en Kimble, 2010) señaló "que los extremadamente solitarios pueden deprimirse y tener ideas suicidas" (p. 293). Además Kimble (2010), argumenta que estos actos representan otros casos en que las relaciones interpersonales insatisfactorias han causado estrés y sufrimiento a las personas que no han podido interactuar con otros.

Con esto cabe establecer que el conflicto que existe en las relaciones interpersonales insatisfactorias no solo es el no poder interactuar con otros lo cual es muy necesario, sino que afecta a tal punto de crear personas aisladas de los demás, personas que no tienen a quien recurrir ante los diversos problemas que se presentan en la vida, personas insatisfechas por su inhabilidad para relacionarse con el sexo opuesto y así conformar su

propio hogar y personas que se hermetizan totalmente en su mundo evitando la posibilidad que otros los conozcan.

Para evitar esto en las relaciones interpersonales que mantienen las personas se debe tener el desenvolvimiento necesario para interactuar con otros por esto Rosemberg (2006) describe que "una persona asertiva impacta de un modo positivo la vida de quienes comparten su entorno, permite ordenar las ideas, motiva a la competencia social, facilita el dominio de situaciones, lo cual establece una resistencia al estrés negativo" (p.78).

Por ultimo para que se dé un cambio en las relaciones interpersonales hay que utilizar actividades que entrenen o que promuevan positivamente la asertividad, comunicación, relaciones entre iguales, relaciones con el sexo opuesto y relaciones familiares que existe en el ser humano, por tal motivo son de utilidad las dinámicas de grupo ya que Gonzales (2013) explica que las dinámicas de grupo, "es una designación sociológica para indicar los cambios en un grupo de personas cuyos participantes buscan poder afianzar sus relaciones mutuas, ya que son importantes, hallándose en contacto los unos con los otros, y con actitudes colectivas, continuas y activas" (p.50).

Definición de relaciones interpersonales

Según Bisquerra (como se citó en Contreras, Díaz, Hernández, 2011), una relación interpersonal "es una interacción recíproca entre dos o más personas" (p.1). Con esto se resalta que al ser humano le es imprescindible interactuar con otras personas ya que necesita de estas para completarse como individuo de forma personal, social y emocional, recordando que la calidad de interacción dependerá del mismo por lo que en la temática de las relaciones interpersonales hay muchos factores que influyen en el desarrollo de estas.

Según Oliveros (como se citó en Contreras et al, 2011) "al establecer las características de las relaciones interpersonales se debe tomar en cuenta diversos aspectos como lo son: honestidad y sinceridad, respeto y afirmación, compasión, compresión y sabiduría, habilidades interpersonales y destrezas" (p.1).

Desarrollo de las relaciones interpersonales

Uno de los factores que se dan en el desarrollo de las relaciones interpersonales es la integración social la cual según Martínez (2012):

> Es la que se forma a partir de pertenecer a una sociedad en la cual se comparten mayormente las normas, que son patrones de conducta compartidos por los miembros de un grupo social, a los que se prevé que ellos han de ajustarse y que son puestos en vigilancia mediante sanciones positivas y negativas (p.20).

En lo que respecta a la integración social se entiende como las futuras conductas de la persona se verán regidas por el tipo de sociedad, familia y amigos que posea, de aquí se originan comportamientos que definirán a la persona.

Por esto existen los procesos básicos de aprendizaje para relacionarse, los cuales son:

> La socialización primaria, que consiste en la adquisición gradual por parte del niño de las maneras de ser de los adultos que le rodean, y la secundaria, que consiste en el desarrollo por parte del adulto de las conductas asociadas con lo que se espera de su posición dentro de la sociedad. En ocasiones se produce un proceso de resocialización, pretende la sustitución de la socialización anteriormente recibida por el individuo. (Martínez, 2012, p. 15)

Pero a pesar de esto las conductas bases que se adquieren en la infancia siempre dejaran una marca en la psique humana. A partir de lo expuesto se explicara cuáles son las bases y los agentes para la socialización:

- Las bases para la socialización son una adecuada dotación genética, y un ambiente apto para el aprendizaje e interiorización de una determinada estructura social. Con el proceso de socialización la persona adquiere su dimensión social
- Los agentes de socialización son las instancias o vías, mediante las cuales se efectúa la transmisión de conocimientos. En la infancia y en la etapa escolar predominan la familia y escuela respectivamente, en la adolescencia y edad

adulta, el grupo de iguales y en la vejes de nuevo la familia. Los medios de comunicación social tienen una presencia permanente aunque filtrada por la familia en los primeros años de la vida y filtrada por la propia ideología en la edad adulta y vejez. (Martínez, 2012, p.15)

Factores de dificultad en las relaciones interpersonales en el contexto escolar

En la formación de las relaciones interpersonales hay factores que pueden dificultar que estas se desarrollen de manera adecuada, reconociendo que cada persona tendrá algún aspecto en el cual tenga dificultades para relacionarse. Por tanto los factores en los que se puede tener dificultades para las relaciones interpersonales son: la asertividad, relaciones con el sexo opuesto, entre iguales y relaciones familiares.

Los factores de dificultad se presentan en cualquier etapa de la vida de una persona, pero es en la niñez y en la adolescencia donde estas dificultades pueden ser sobrellevadas o superadas para así en la vida adulta dichos problemas no obstaculicen la superación personal, familiar, marital y social.

A continuación se dará una explicación de los factores de dificultad en las relaciones interpersonales:

Asertividad. En el ambiente colegial se puede observar como en los estudiantes existen grupos que poseen pocas capacidades para socializar con compañeros que mantengan gustos o conductas distintas, además de tener poca asertividad para participar en cualquier actividad, estos individuos normalmente mantienen inhibición de conductas a cualquier situación que les conduzca a socializar abiertamente o presentarse ante un público, además de tener poco control de las emociones llevándoles a sentirse tensos o ansiosos.

Wolpe (como se citó en Rosemberg, 2006), “define la conducta asertiva como la expresión apropiada frente a otra persona de cualquier otra emoción que no sea la ansiedad” (p.77). En otros términos la asertividad es la capacidad que tiene la persona para desinhibirse ante otra y poder entablar cierta relación con esta sin que haya algo que pueda obstaculizarla como lo es la ansiedad de estar ante otro individuo.

Debido a esto existe algo llamado entrenamiento en asertividad o entrenamiento en habilidades sociales, donde lo fundamental "es definir las dificultades en las relaciones interpersonales, identificar las respuestas apropiadas, ensayarlas e implementarlas progresivamente en la vida diaria en situaciones cada vez más complejas" (Rosemberg, 2006, p. 77).

Promover la asertividad en una persona con problemas en sus relaciones interpersonales es esencial para enfrentar dificultades que se manifiestan al momento de interactuar, a causa de esto es necesario conocer técnicas que puedan mejorar la interacción entre personas, la cual en esta investigación seria las dinámicas de grupo.

Por último, Rosemberg (2006) afirma que "una persona asertiva impacta de un modo positivo la vida de quienes comparten su entorno, es sinónimo de competencia social, permite ordenar las ideas, facilita el dominio de situaciones, lo cual establece una resistencia al estrés negativo" (p.78).

Relaciones con el sexo opuesto. En esta apartado es muy importante resaltar cuales son las necesidades, conductas y circunstancias en las que un adolescente se ve interesado en el sexo opuesto y cuáles son las cosas que evitan o no permiten entablar buenas relaciones con el mismo.

De acuerdo con esto Heider (como se citó en Kassin, Fein, Hazel, 2010) propuso la teoría de que "las personas prefieren las relaciones en las que existe un equilibrio psicológico y que un estado de desequilibrio produce angustia" (p.315).

En la etapa de la adolescencia las relaciones del adolescente tienden a influir grandemente en su estado emocional, ya que la inseguridad misma de la persona, su inmadurez y falta de manejo de problemas produce cortas relaciones con el sexo opuesto donde estas pueden ser experiencias de las que aprende y le sirvan para crecer personalmente o experiencias que lo conduzcan a sentirse como una persona poco hábil para interactuar con el sexo opuesto.

Ahora la mayor dificultad que se puede dar para relacionarse con el sexo opuesto es el crearse una idea errónea referente a que ciertas personas son inalcanzables o difíciles para relacionarse. Por eso para Aronson y Linder (como se citó en Kassin, et al.) sugieren que nos agradan quienes son socialmente selectivos, esto parece apoyar la idea popular de que se puede despertar el interés haciéndose el difícil.

Otro detonante que causa dificultad en las relaciones con el sexo opuesto es que: "nos desagradan las personas que nos rechazan porque están comprometidas con alguien más o no tienen interés en nosotros" (Kassin, et al. p.316).

Los individuos que se crean ideas referentes a que no son aceptados o interesantes para el sexo opuesto se puede deber a experiencias de rechazo que estos no han podido superar, empezando a establecer un auto-concepto negativo de sí mismos, refiriendo a su forma de relacionarse con el sexo opuesto.

Relaciones entre iguales. Para describir de forma general las relaciones entre iguales es necesario resaltar que estas se dan en la comunidad estudiantil, laboral y familiar, es decir, las personas aprenden formas básicas de cómo tratarse entre individuos de su misma edad y sobre como dirigirse de forma diferente a personas de edad inferior o superior, en este apartado se observara las relaciones ente iguales durante la adolescencia.

> Los adolescentes tienden a aislarse frecuentemente en la búsqueda de sí mismos; pero a menudo se unen en pequeños grupos muy homogéneos y muy críticos en relación al exterior, grupos inestables, influenciados por la personalidad del líder, en los cuales determinadas personas son aceptadas o rechazadas. (García, 2006, p. 109)

Como respaldo de lo descrito anteriormente Harris (como se citó en Pascall, 2017) indica que:

> Las personas aprenden cómo comportarse fuera de casa siendo miembros de un grupo social e identificándose con él. En las sociedades urbanas contemporáneas, la socialización empieza en la guardería o en el jardín de

> infancia, se desarrolla rápidamente en grupos de iguales de la misma edad y sexo y culmina en grupos de iguales y de sexo diferente. Es dentro de estos grupos donde, según la teoría de la socialización por el grupo, las características psicológicas con las que nació un niño son modificadas de manera definitiva por el entorno. (p.67)

Tras la observación de lo que describen estos dos autores se entiende que en las relaciones entre iguales existe un gran problema, el cual consiste en que se relacionan con personas que posean los mismos gustos o conductas, ocasionando que no se extienda el pensamiento a nuevos comportamientos, nuevas experiencias y por ende su desarrollo social será limitado.

Relaciones familiares. En la etapa de la adolescencia es fundamental que las personas mantengan buenas relaciones en el núcleo familiar, con respecto a que el adolescente empieza a enfrentarse a un mundo donde tomara una conducta más independiente de sus padres por el lado socio-afectivo ya que busca nuevas experiencias con personas de su misma edad y sexo, pero emocionalmente sigue siendo inmaduro por lo que aún necesita de la guía de los padres para tener un desarrollo estable.

Explicado esto Estévez, Jiménez y Musitu (2007) explican que "la calidad de las relaciones familiares es crucial para determinar la competencia y confianza con la que el adolescente afronta el periodo de transición de la infancia a la edad adulta" (p.33). La paternidad tiene mucho que ver en la etapa de desarrollo del adolescente ya que la familia desempeña un papel central en aspectos esénciales como el bienestar emocional y psicológico.

Sin embargo, "sí la interacción entre padres e hijos no es adecuada, pueden aparecer problemas que desestabilizarán, la dinámica familiar" (Estévez et al., 2007, p.33). Los adolescentes al estar en una etapa donde pierden la costumbre de interactuar con sus familiares creando un ambiente diferente del que tenían durante su infancia tendiendo a ser conflictivo, además conforme con las personas que interactúen estos adoptaran nuevas conductas sociales llegando a comportarse de diferente forma con sus progenitores. Por esto es importante que el adolescente conozca formas de relacionarse con sus familiares

manteniéndose así integrado de forma positiva en el núcleo familiar teniendo así mayores oportunidades de un mejor desarrollo para su vida social.

Relaciones interpersonales en la adolescencia

La adolescencia es una etapa en la cual los seres humanos van por procesos cambiantes y definitorios de posibles conductas, a causa de que el adolescente experimenta las emociones a un grado muy intenso donde normalmente se ven dominados por estas para poder actuar y decidir, dejando en un segundo plano el pensar y luego actuar, sino más bien en el sentir y luego actuar.

> Según Perinat et al. (2012) en algún momento de la adolescencia se descubre la diferencia entre la satisfacción y la decepción ligada a las relaciones interpersonales. El engaño, la envidia, el odio incipiente y las infidelidades son otros avatares que se dan en la adolescencia y en el seno de las relaciones grupales. (p. 174)

Es en este proceso de satisfacción y decepción donde los adolescentes forman grupos inseparables y que normalmente se mantienen hasta terminar la faceta de estudiante, todo por la necesidad de pertenecer a un grupo en el cual se sientan cómodos.

> En el desarrollo social se considera que la adolescencia comienza cuando concluye el estadio llamado "exploración", que termina entre los 10 y 11 años, y cuando inicia el estadio llamado "organización", hasta los catorce años. En ese estadio donde se da el nacimiento de la verdadera sociabilidad, en cuanto que la persona llega a ser consciente del propio yo y comienza a darse cuenta de la propia vida, de su propio puesto en el mundo en el cual debe vivir. (García, 2006, p. 107)

Por ultimo para García (2006); "la sociabilidad en sentido estricto, depende de la toma de conciencia de las capacidades y de los límites personales, de una parte, y de la exploración del entorno y de las relaciones interpersonales" (p.107).

Aspectos a considerar en las relaciones interpersonales del adolescente

Se entiende que la mayoría de conductas aprendidas o asimiladas por el ser humano se debe a que en la infancia, adolescencia y adultez ha mantenido un modelo del cual pueda aprender las conductas que desea exhibir, por esto en la infancia es muy necesario que este tenga buenos modelos ya que es la etapa principal de la vida del ser humano además de ser la etapa donde mayormente absorbe información y la aprende a su vez.

A continuación se describirá algunos aspectos que se deben considerar para las relaciones interpersonales:

Grupos. Por su parte en la adolescencia se debe tener una cuidadosa supervisión de las relaciones interpersonales que se mantienen, ya que en esta etapa es donde la persona está definiendo una gran parte de su conducta y hábitos debido al inicio de independencia que tiene de sus padres. Para Coleman y Hendry (2003), "los grupos de amistad surgen como entornos importantes para aprender formas apropiadas de conducta, vigilancia del comportamiento, diseño de estrategias de resistencia y para dar y recibir apoyo social" (p.155).

Conforme a lo que dice el autor es muy cierto que los grupos de amistad son entornos que permiten aprender formas apropiadas de conductas pero esto no se da en todas las personas ya que muchas veces individuos con mayor influencia en el grupo pueden poseer conductas inapropiadas o antisociales, por lo que esto puede afectar de forma negativa a la persona que forme parte de este grupo.

Popularidad. Para Coleman y Hendry (2003):

> La popularidad refleja la manera en que un individuo es considerado dentro de la estructura de iguales más amplia y la manera en que la cuadrilla o grupo lo trata. Generalmente, los individuos populares son amistosos, sensibles y tienen sentido del humor. Los deportistas de éxito pueden obtener también considerable prestigio en las comunidades que valoran la competición y la victoria. Otros

atributos que son importantes para la popularidad de los adolescentes incluyen: ser inteligente, buena vestimenta, gustos musicales. (p.55)

Acorde a esto es bueno que una persona tenga un carisma y varias habilidades para desenvolverse en sociedad pero de todo esto el tema de la popularidad puede ocasionar un gran problema, ya que el resto de adolescentes que no tenga las mismas cualidades o gustos en su grupo pueden llegar a formarse una idea de ser menos o inferiores que alguien, también el resto del grupo crearan distinciones del tipo de persona con las que desean tratar llegando a excluir personas con pocas habilidades para interactuar o no muy atractivas físicamente.

Físico. Algo que también puede promover o disminuir la calidad de las relaciones sociales con otras personas es el aspecto físico ya que el "físico y la imagen corporal son una preocupación importante de muchos adolescentes, tener sobrepeso o ser muy delgado influye sustancialmente en la imagen de sí mismos y afectar sus oportunidades sociales" (Coleman y Hendry, 2003, p. 155).

Al verse un adolescente en esta situación puede ser tendiente a la autocrítica empezando desde el aspecto físico, es decir, atribuye su fracaso social por ser poco atractivo ante sus iguales, llegando a tener un bajo concepto de sí mismo y por ende ser una persona que evite o se le dificulte relacionarse con otros.

Consecuencias del aislamiento en las relaciones interpersonales del adolescente

A continuación se señalaran algunos problemas y consecuencias por la falta de relaciones interpersonales en la adolescencia:

- Por evitar los encuentros sociales se pierden las propias experiencias psicosociales que necesitan para hacerse más hábiles en las situaciones sociales
- Cuando intentan interactuar con los iguales, la calidad de la relación no es satisfactoria para ninguna de las partes
- Suelen ser demasiado pegajosos no saben cómo dar espacio o tiempo a los demás

- Son incapaces de mantener relaciones cooperativas y amistosas con cualquier persona y se gana una reputación de comportamiento agresivo o de introvertido
- Tienden a ser víctimas de acoso y amenaza. (Coleman y Hendry, 2003, p. 163)

Pero a pesar de estas consecuencias la situación de estos individuos no siempre será así ya que Coleman y Hendry (2003) indican que:

> Enseñando asertividad y otras destrezas sociales a los adolescentes rechazados o tímidos, y dándoles oportunidad de practicar estas destrezas, puede permitírseles reintegrarse con sus iguales y adquirir diversas destrezas vitales importantes. Algunos adolescentes que no tienen amigos que los apoyen pueden necesitar únicamente interactuar con iguales y adultos que los estimulen para formar amistades. Sin embargo, otros pueden necesitar entrenamiento en destrezas que contribuyan a formar y mantener amistades. (p. 163)

Por ultimo un adolescente que se encuentre aislado de su grupo de compañeros tanto voluntaria como involuntariamente, no podrá tener el aprendizaje social que tanto necesita una persona para relacionarse con otros y por ende tendría dificultades para; sensibilizarse con otros individuos, aparte de de un bajo sentido del humor, poca inclusión en actividades sociales y deportivas, además de llegarse a dar poco prestigio o valor en comunidad, a causa de estos motivos se reconoce la importancia que tiene el relacionarse con otros durante esta etapa.

Dinámicas de Grupo

En este apartado se va a resaltar puntos muy importantes referentes a las dinámicas de grupo iniciando claro está desde su definición, objetivo, importancia y beneficios que estas pueden otorgar siempre y cuando se tenga el conocimiento adecuado de dicha dinámica, además se destaca que las dinámicas de grupos son necesarias tanto para los que la reciben como para el que las da, pues desarrollan habilidades sociales y se logra obtener un mejor manejo y desarrollo de grupos.

Definición de Dinámicas de Grupo

Primeramente se debe explicar que las dinámicas de grupo provienen de la disciplina "Dinámica de grupo" que estudia las fuerzas que afectan la conducta de los grupos y como se puede intervenir en ellos desde diferentes aspectos, dicho esto las dinámicas de grupo se los ha definido como "juegos experienciales, ejercicios vivenciales, experiencias estructuradas o simplemente dinámicas de grupos" (Gerza, 2012, p.1).

Según Gonzales (2013) las dinámicas de grupo, "es una designación sociológica para indicar los cambios en un grupo de personas cuyos participantes buscan poder afianzar sus relaciones mutuas, ya que son importantes, hallándose en contacto los unos con los otros, y con actitudes colectivas, continuas y activas" (p.50).

Gerza (2012) explica que:

> Las Dinámicas para grupos adquieren un valor específico de diversión que no sólo estimula emotividad y la creatividad, sino que también introduce dinamismo y tensión positiva en los grupos. El carácter de juego encierra, además, un doble aspecto: Por una parte, implica el hecho de desligarse de la seria situación del momento y, por otra, logra una identificación profunda con los problemas con los cuales se trabaja. (p.1)

Acorde a estos dos autores se destaca que las dinámicas de grupo son un potenciador para desarrollar un sin número de habilidades para relacionarse, además de siempre inducir al desarrollo individual de la persona a través del trabajo grupal y por último es

un mediador en los conflictos que normalmente se dan en los grupos de personas, siendo estas sumamente útiles en establecimientos educativos.

Definición de grupo

Para Olmsted (como se citó en Gonzales, 2013) "un grupo es un número reducido de miembros que interaccionan cara a cara y forman lo que se conoce como grupo primario" (p.13).

Desde este punto cabe detallar que los grupos interactúan por intereses comunes, responsabilidades compartidas o simplemente por la necesidad de socializar con otros. Pero para aclarar la idea de lo que son los grupos primarios según Lindgren (como se citó en Gonzales, 2013) los define como "aquellos en los que las relaciones interpersonales se llevan a cabo directamente y con gran frecuencia, suelen realizarse en un plano más íntimo y existe mayor cohesión entre sus miembros" (p.13).

El objetivo de los grupos es mantener la unión entre los pares de dicho grupo, buscando siempre perpetuar la unión como personas que han encajado por sus características personales.

Después de haber observado lo que son los grupos, Lewin (como se citó en Gonzales, 2013) dice que la similitud entre las personas solo permite su clasificación o reunión bajo un mismo concepto abstracto, en cambio, que el hecho de pertenecer al mismo grupo social implica la existencia de interrelaciones concretas y dinámicas entre dichas personas.

La unificación de un grupo tiene muchos factores de los cuales se pueden nombrar a continuación; una necesidad en común, intereses, estrato social, similitudes en gustos personales, entre otros factores que definen la formación de un grupo.

Características de un grupo. Según Didier (como se citó en Gonzales, 2013) para que un grupo pueda funcionar o para que se le pueda reconocer como tal es necesario que cumpla ciertos requisitos los cuales se describirán a continuación:

- Está formado por personas, para que cada una perciba a todas las demás en forma individual y para que exista una relación social reciproca
- Es permanente y dinámico, de tal manera que su actividad responde a los intereses y valores de cada una de las personas
- Posee intensidad en las relaciones afectivas, lo cual da lugar a la formación de subgrupos por su afinidad
- Existe solidaridad e interdependencia entre las personas, tanto dentro del grupo como fuera de este
- Los roles de las personas están bien definidos y diferenciados
- El grupo posee su propio código y lenguaje, así como sus propias normas y creencias. (p.17)

Es normal observar como un grupo se une por sus valores, relaciones afectivas, mismos ideales, roles o funciones que aportan al grupo, entre otros. Además es de reconocer que la formación de grupos es necesaria para que las personas puedan subsistir en sociedad, pero a pesar de ello existen personas que no extienden sus horizontes, es decir, se mantienen en un mismo grupo de personas acortando posibilidades de crecer en de forma interpersonal, esto normalmente ocurre en la adolescencia, por ello para que una persona mantenga un pensamiento más extenso sobre el mundo y los seres humanos es necesario que se relacionen con diferentes personas aunque no esté obligado a formar un nuevo grupo con ellas.

Objetivo de las dinámicas de grupo

Cada disciplina tiene su objetivo y no es la excepción en las dinámicas de grupo, el cual es que: "permite el desarrollo de las personas a partir de la relación creando una identidad grupal, brindando un espacio para la creatividad individual compartida con el grupo en diferentes formas de expresión". (Velásquez, 2013, p.3)

Tras leer el objetivo de las dinámicas de grupo se entiende que siempre buscaran el poder armonizar o mejorar las relaciones que se da en un grupo, resaltando que la mayoría de personas que forman parte de un grupo son por motivos laborales y educacionales, al

ser este el caso se necesitara obviamente de las dinámicas de grupo, debido a que estas formaran una identidad grupal adecuada.

Acorde al párrafo anterior las dinámicas de grupo son necesarias en las instituciones educativas debido a que fomentan a un mejor trabajo en equipo, solución de conflictos, crea un ambiente agradable y motivador, incentiva la aceptación entre iguales, responsabilidad, juego de roles, una mejor forma de expresarse, mejora habilidades sociales que en si potencian a mejores relaciones interpersonales.

Tipos de dinámicas de grupo en el contexto escolar

En el diseño de las dinámicas de grupo estas tienen sus tipos conforme al objetivo de la actividad, y para la ocasión en la que se vaya a utilizar. Aunque todas tienen en común un objetivo el cual es: aumentar el grado de cohesión de los miembros que componen el grupo.

Estas dinámicas se dividen en los siguientes tipos:

- **Presentación:** se trata de juegos enfocados a aprender nombres y otras características necesarias para comenzar a relacionarse cuando el grupo es de reciente formación y sus componentes no se conocen
- **Solución de conflictos:** buscan proporcionar herramientas para aprender a afrontar los conflictos de una forma
- **Soltar tensiones o descarga de la agresividad:** Son aquellos juegos estructurados para liberar energía acumulada en forma de tensiones a través de la risa, el movimiento y la voz
- **Autoafirmación:** juegos que persiguen la autoafirmación de los participantes en su individualidad y en su faceta de integrantes del grupo
- **Comunicativas:** son juegos que estimulan la comunicación favoreciendo la escucha activa entre los participantes
- **Autoconocimiento:** son aquellos destinados a permitir a los integrantes a conocerse a sí mismos por contraste con los demás. Se trata de lograr un

grado más en la presentación, llegando poco a poco a un conocimiento más profundo y vital

- **Colaboración:** potencian la cooperación grupal al focalizarse en que todos los participantes tengan posibilidades de participar. (Mesa 2016, p.1)

Dinámicas de presentación y autoconocimiento. Según Gómez (2004) destaca las siguientes dinámicas: mi anuncio, mi película, el cartel. En lo que respecta a las dinámicas de presentación estas son esenciales en cualquier grupo que desee formar una buena primera impresión entre sus miembros ya que estás tienen como objetivo crean un ambiente integrador en el cual se pueda tener una identificación básica de cada persona que forme parte del grupo.

> Por esto Biffi y Chiaro (2005) explican que: estas dinámicas son las indicadas para iniciar el trabajo en grupos recién formados, con vistas al calentamiento y a la aproximación entre los participantes, lo cual lleva a un clima de entendimiento, de comprensión y de relación interpersonal. Ellas posibilitan que ningún participante pase desapercibido en el grupo, quiebran el hielo y dan la primera idea de los valores personales de los participantes. (p.22)

Referente a las dinámicas de autoconocimiento según Biffi y Chiaro (2005):

> Estas son indicadas para desarrollar en la persona la autoconciencia en relación con su dimensión bio-psicológica y espiritual. Eso lleva a cada persona a la percepción y a la reflexión con respecto a su ser como persona física, intelectual, afectivo-emocional y a su esencia única e irrepetible. (p.29)

También se destaca que estas dinámicas permiten a las personas que poco socializan, el poder tener mayor confianza o facilidad el tratar con desconocidos o con personas con las cuales muy poco han conversado. Por otra parte permiten a cada integrante del grupo el poder auto-conocerse ya que van a profundizar en aspectos de sus vidas de los cuales posiblemente no se han dedicado a pensar.

Dinámicas de motivación. Según Gómez (2004) destaca las siguientes dinámicas: gracias por preguntar, almas gemelas, el guía en mi camino. Oliveria y Meireles (2008); como estas hoy, mi admirador secreto.

De la diversidad de dinámicas para la motivación que existen, cabe explicar que estas tienen un objetivo muy importante el cual es poder generar en las personas emociones positivas las cuales guíen a la diversión, reflexión y una mejor aceptación de uno mismo, además de promover a la participación de actividades.

Así mismo el psiquiatra William Glasser (como se citó en Raffini, 1998) afirma "que la necesidad de alegría y diversión es inherente al ser humano. Si bien la palabra original que usa el autor (fun, en inglés) tiene varias interpretaciones, implica el deseo de los individuos de actividades que les proporcionen placer físico, social, intelectual o psicológico" (p.20).

El ser humano siempre ha estado en la búsqueda de emociones positivas o mejor dicho tiene preferencia por encontrar un equilibrio emocional, lo cual lo lleva a buscar las cosas, situaciones o personas que los motiven, animen, relajen y aporten a sus vidas, en este caso las dinámicas motivacionales son un mediador para lograr esto . Según Raffini (1998) "las actividades intrínsecamente motivantes proporcionan a los individuos alegría y placer, aunque la alegría y el placer no están limitados a las actividades intrínsecamente motivantes" (p.20).

Por esto las dinámicas de motivación son útiles ya que buscan producir en las personas una sensación de comodidad y felicidad consigo mismas.

Dinámicas para soltar tensiones o descarga de la agresividad. Las presentes dinámicas destacan por la actividad física que se debe realizar, a continuación algunas dinámicas referentes a este tipo, Gómez (2004): globo andante, danza con globos, busca la bandera, la cola de la serpiente, di mi nombre. Villegas (2006); el diablo se divierte, los prisioneros, gallinas y zorros.

Las dinámicas para soltar tensiones o descarga de la agresividad están dentro de las dinamismos físicos los cuales "son actividades que producen movimientos corporales, que requieren un esfuerzo físico como por ejemplo jugar a pillar, bailar, saltar a la comba" (Mora y Chapado, 2008, p.568).

Conforme a las declaraciones anteriores las dinámicas que generan actividad física son esenciales ya que estas según datos estadísticos en Estados Unidos "la actividad física declino de forma constante durante la adolescencia alrededor de un 70% a la edad de 12 años del al 40% a la edad de 21" (Weinberg y Gould, 2007, p.416). Dicho esto las dinámicas descarga de la agresividad y energía generan en las personas el deseo de introducirse a la actividad física y crear así hábitos en la misma, también estas benefician "en un sentido de bienestar y salud mental. Nuestra sociedad ha presenciado un incremento excesivo en la cantidad de personas que experimentan desordenes de ansiedad y depresión" (Weinberg y Gould, 2007, p.417).

El ejercicio o la actividad física también "está asociado con sentimientos incrementados de autoestima y confianza en uno mismo, en la medida que las personas obtienen un sentido de la satisfacción a partir de lograr algo que antes no pudieron" (Weinberg y Gould, 2007, p.417). Con ello queda claro que las dinámicas de descarga de la agresividad y soltar tensiones son esenciales para crear beneficios físicos y psicológicos en las personas.

Dinámicas comunicativas y de colaboración. A continuación se nombraran algunas dinámicas de colaboración que se pueden utilizar en grupos; nueve puntos, el cuadro mágico, avenida complicada, juicio de la verdad (Fritzen, 2002). Seguidamente algunas dinámicas para promover la comunicación, Gómez (2004): traje blanco, en los zapatos de otros, charadas, el mensajero, mensaje cambiado, juicio de la verdad.

Las dinámicas de colaboración se focalizan en que todos los participantes tengan posibilidades de participar e interactuar. "El objetivo de la colaboración consiste en poner en común los conocimientos y las perspectivas y, en consecuencia, alumbrar unas estrategias mejores que las que se obtendrían en un trabajo aislado" (Stainback, 2007, p.114).

Según los autores Stainback (2007) indican que cuando se produce la colaboración, muchos alumnos se benefician de los trabajos de resolución de problemas. De ahí al resolver un trabajo con un objetivo específico y de forma grupal esta causa interacción entre personas, permite compartir ideas, incentiva el ayudarse y por ultimo produce un mayor grado de confianza entre los participantes de dicho grupo.

En lo que refiere a las dinámicas de comunicación estas se enfocan directamente en la escucha activa la cual promueve una comunicación eficaz. Por esto Alborés (2005) indica que "cuando hablamos de habilidades para una comunicación eficaz podemos referirnos a cualquier medio que la persona utiliza para que su comunicación mejore, sea más fluida o consiga determinados objetivos" (p.49).

También Alborés (2005) menciona que al hablar de algún medio o mecanismo que promueva la comunicación, estos deban ser prácticos, por ello utiliza la participación, el trabajo en grupo y la negociación para mejorar la misma. En base a esto se contrasta como las dinámicas de comunicación son una herramienta idónea para promover la comunicación entre las personas y el fortalecimiento de las habilidades comunicativas.

Habilidades sociales que promueven las dinámicas de grupo para mejores relaciones interpersonales

Las dinámicas de grupo siempre tendrán en cuenta la recreación mediante la actividad y la interacción con otros, promoviendo siempre el desarrollo de habilidades sociales mediante el proceso de socialización, por ello Martínez (2012) expresa que "es el proceso por el cual los individuos, en su interacción con otros, desarrollan las maneras de pensar, sentir y actuar que son esenciales para la participación eficaz en la sociedad" (p. 15).

Dicho esto las dinámicas de grupo al ser tan versátiles y tener tantos objetivos como es promover; la comunicación, colaboración, el autoconocimiento, motivación grupal, personal, descarga de energía y agresividad, resolver conflictos, es obvio que ayudaran al desarrollo de las habilidades sociales que se necesiten para conformar mejores relaciones interpersonales.

Así mismo Caballo (como se citó en Peñafiel y Serrano, 2010) describe que la conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente, resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. Siendo esto la práctica que normalmente se realiza en las dinámicas grupales.

De todo esto Peñafiel y Serrano (2010) describen las siguientes habilidades sociales que se pueden desarrollar para el mejoramiento de las relaciones interpersonales: escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, dar las gracias, disculparse, participar, dar instrucciones, expresar sentimientos, pedir permiso, negociar entre otras. Todas estas habilidades sociales son necesarias en la aplicación de las dinámicas de grupo y por ende estas promueven o son un conductor para mejores relaciones interpersonales.

En pocas palabras las dinámicas de grupo son el plan perfecto para desarrollar y adiestrar las habilidades sociales necesarias para relaciones interpersonales productivas, ya que con estas se puede trabajar de forma asertiva las dificultades interpersonales que se dan en las personas.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

Para el desarrollo de la presente investigación se utilizó los siguientes materiales:

Equipo de computación

Material didáctico

Bibliografía especializada

Servicio de internet

Copias

Material de impresión

Cámara fotográfica

Tipo de estudio

La presente investigación es de tipo descriptivo ya que se buscó describir las dificultades interpersonales que presenten los estudiantes del tercero de bachillerato paralelo "A", pues según Sampieri (2014) menciona que: "pretende medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren" (p.92).

Permitió la explicación de la recopilación de datos y resultados, colaboro en la formulación de conclusiones y recomendaciones al permitir organizar y resumir toda la información obtenida de forma específica. Dicho esto Catarina (2017) explica "que se utiliza para recoger, organizar, resumir, presentar, analizar, generalizar, los resultados de las observaciones" (p.1).

También es de corte transversal debido al tiempo y duración de la investigación y además a la necesidad de entender las variables de la temática y encontrar como estas se relacionan ya que según Ibidem (como se citó en Catarina, 2017) se "recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único, donde su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado" (p.58).

Por último tiene un diseño pre-experimental puesto que se especificó la situación actual de cómo se llevan las relaciones interpersonales de los estudiantes (pre-test), con lo cual se elaboró una propuesta de trabajo referente a como las dinámicas de grupo promueven las relaciones interpersonales y que con esto se verifico si es aplicable y valedera dicha propuesta.

Métodos

Para que la investigación tenga la validez necesaria en su elaboración y aplicación se ve en la obligación de utilizar métodos y técnicas que contribuyen a validar los resultados obtenidos.

A continuación se mencionaran los métodos teóricos utilizados en la investigación:

Método Científico:

Según Ruiz (2007) sostiene que el método científico es "para generalizar y profundizar los conocimientos así adquiridos, para llegar a demostrarlos con rigor racional y para comprobarlos en el experimento y con las técnicas de su aplicación" (p.122).

Se utilizó en todo el proceso investigativo, como fue en la formulación del problema y definición del trabajo investigativo; cuya explicación se sustenta científicamente en la revisión de literatura, el mismo que reúne los elementos referidos a las relaciones interpersonales y las dinámicas de grupo; por lo que esto otorgó bases sólidas para la formulación de objetivos, comprensión y explicación del problema a investigar.

Método Analítico-sintético:

"Consiste en la desmembración de un todo, descomponiéndolo en sus partes o elementos para observar las causas, la naturaleza y los efectos. El análisis es la observación y examen de un hecho en particular" (Ruiz, 2007, p.128).

Permitió crear un análisis y observación de la realidad en la que se encuentra el objeto de estudio sintetizando así una temática clara además de aportar en el desarrollo de los

puntos que se resaltaron en la revisión de literatura, como también al momento de establecer las conclusiones.

Método Deductivo:

Este método permitió verificar la problemática que existe en la institución, en este caso sobre lo que respecta a la dificultad en las relaciones interpersonales además se utilizó para hacer un estudio general del problema.

Método Inductivo:

Este método se ha utilizado al momento de realizar el estudio de las variables, es decir, desde el inicio de la investigación, al tratar de verificar la información de la investigación de campo con base de la teoría científica, estructuración de los objetivos.

Además ayudo en la comprensión de la problemática que se dio en el aula de tercero de bachillerato "A" debido a que este método permitió un análisis de lo observado y así identificar los problemas generales y con ello facilito una posible solución al problema.

Método Histórico- lógico:

Contribuyo a determinar cómo ha sido el paso del fenómeno referente a las relaciones interpersonales a través de la historia y su impacto en el individuo, también los efectos y usos que han tenido las dinámicas de grupo sirviendo así de apoyo y guía en la investigación**.**

Método de Diagnóstico

Permitió determinar los grados de dificultades interpersonales de los estudiantes mediante la aplicación del "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia", identificando en que factores de las relaciones interpersonales están fallando los cuales son la asertividad, relaciones con el otro sexo, relaciones entre iguales, hablar en público y relaciones familiares.

Método Estadístico:

No se utilizó un método estadístico especifico sino se empleó en el manejo de los datos obtenidos del pre y post-test del instrumento aplicado donde se dio la comprobación de los objetivos que buscaban encontrar el grado y los factores de dificultad en las relaciones interpersonales, además de la validación de la propuesta de trabajo (objetivo 5). Ayudo en la descripción de la problemática y realidad que se estaba presentando en el tercer año de bachillerato paralelo "A" del Colegio 27 de Febrero, también este aporto a la exposición de resultados y elaboración de cuadros y gráficos en base a los resultados obtenidos durante el trabajo. Además de haber sido un punto de apoyo para la descripción de las conclusiones, así de igual forma con la validación del trabajo de investigación.

Técnicas

Observación: la técnica de la observación se utilizó para identificar la problemática de los estudiantes, misma que estuvo como presente en el proyecto de tesis con la finalidad de identificar las dificultades interpersonales que se dan entre los estudiantes de tercero de bachillerato paralelo "A". (Anexo 2)

Cuestionario: se utilizó el "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" o "CEDIA" para identificar los grados de dificultad en los distintos factores interpersonales que poseen los adolescentes en sus relaciones interpersonales. (Anexo 1)

Este es un auto-informe para adolescentes de 12 a 18 años, con sendas formas para el género masculino y femenino. Las preguntas muestrean una amplia gama de relaciones interpersonales con personas de diferente edad, género, nivel de autoridad y grado de conocimiento o confianza, en diversos contextos, hogar, colegio, compañeros del mismo o de distinto sexo, y situaciones de calle, comerciales o de servicios.

Objetivo del cuestionario:

El objetivo de este instrumento es poder identificar el grado de dificultades interpersonales que se presentan en aspectos de tales como: asertividad, relación con el sexo opuesto, relaciones entre iguales, hablar en público y relaciones familiares.

Descripción del "CEDIA"

El sujeto valora su grado de dificultad de acuerdo con una escala Likert de cinco puntos (O = ninguna dificultad; 4 = máxima dificultad).

> Inglés, Hidalgo y Méndez (2001) aplicaron el cuestionario resultante del estudio piloto a una muestra representativa de 4.240 escolares, de 12 a 18 años, que redujo los 40 Ítems a 39, agrupados en cinco factores, corroborados por un análisis factorial confirmatorio mediante validación cruzada: Aserción, Sexo Opuesto, Hablar en Público, Familia y Amigos, que explicaron el 42,86% de la varianza. La consistencia interna (0,90) y la fiabilidad test-retest (0,78), con un intervalo de dos semanas, fueron adecuadas. (p.94)

La investigación revela que los adolescentes con dificultades interpersonales se perciben menos asertivos, se valoran con menos capacidad para relacionarse con el otro sexo, experimentan más miedo a hablar en público, informan menos aceptación y apoyo de su grupo de compañeros, y presentan relaciones más conflictivas con los padres.

Este instrumento se encasilla en 5 factores de dificultad para las relaciones interpersonales los cuales son asertividad, relaciones con el otro sexo, relaciones con iguales, hablar en público y por ultimo las relaciones familiares todos estos factores señalan el grado de dificultad del adolescente, dicho instrumento está conformado por 39 preguntas además de poseer 5 casillas con las opciones "de 0 ninguna dificultad y 4 máxima dificultad".

Población y muestra:

La población estuvo compuesta por 75 estudiantes correspondiente al tercer año de bachillerato del Colegio 27 de Febrero periodo académico 2017-2018, de los cuales se

seleccionó una muestra de 22 estudiantes correspondiente al paralelo "A". Todo mediante un muestreo no probabilístico conforme a los siguientes criterios:

- El departamento del "DECE" reporto que los estudiantes seleccionados presentan dificultades en sus relaciones interpersonales refiriéndose a que mantienen conductas de aislamiento, individualidad, poca interacción entre compañeros, grupos cerrados y poca asertividad.
- El inspector y el departamento del "DECE" manifestaron que se debe realizar el estudio y aplicar una intervención para enfrentar las malas relaciones interpersonales entre estudiantes.
- Para el trabajo investigativo se consideró como muestra a los estudiantes del paralelo "A" del tercer año de bachillerato.

	Población	**Muestra**
Estudiantes	75	22

Fuente: Departamento del DECE del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero, 2017
Autor: Sr. Juan Pablo Aldaz Cajilima

Procedimientos de la investigación

En el desarrollo de la investigación se ha requerido tomar en cuenta a un grupo de estudiantes del tercer año de bachillerato que presentaran problemas en sus relaciones interpersonales y además estén prestos a participar en esta investigación.

Para realizar el proceso de investigación y aplicarlo ordenadamente se establecieron cuatro fases:

Primera Fase: valoración y diagnóstico

Con la observación dada por el departamento del DECE, refiriendo a los problemas que sostienen algunos estudiantes para relacionarse, se escogió a los educandos del tercer año de bachillerato del Colegio 27 de Febrero para aplicar el "Cuestionario de

Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" con esto se obtuvo los datos necesarios para identificar la realidad y problemática en la investigación. Y así poder cumplir con el segundo objetivo específico el cual es: Diagnosticar el grado de dificultad de los factores que intervienen en las relaciones interpersonales que mantienen los estudiantes de tercero de bachillerato "A".

Segunda Fase: diseño de la propuesta

Con los resultados obtenidos se realizó la panificación y diseño de la propuesta referente a las dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales, dichas dinámicas se impartieron en 5 talleres, condensados en sesiones correspondientes a los 7 tipos de dinámicas de grupo los cuales se distribuyeron de forma secuencial y estructurada.

Tercera Fase: intervención

En esta fase se aplicó la propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del "Colegio de Bachillerato 27 de Febrero", de tal manera que contribuya una posible solución en los problemas colegiales referentes a las dificultades en las relaciones interpersonales. La intervención de la propuesta se cumplió según el cronograma propuesto en el proyecto de tesis, la propuesta esta detallada luego de las recomendaciones.

Cuarta Fase:

Seguimiento y evaluación final

Durante la aplicación de la propuesta, se procedió a una evaluación, por cada taller, mediante una encuesta (anexo 3) que determinara el alcance y la efectividad de la propuesta y así validar el proceso. Una vez terminada la fase de intervención se aplicó el post-test.

Procedimiento estadístico

Por último para el análisis del pre y post-test que se realizó a través de la aplicación del instrumento seleccionado se elaboraron tablas y figuras que facilitaron la comprensión de todos los datos obtenidos y así tener un mejor análisis e interpretación del proceso de investigación realizado.

Estructura de la propuesta de intervención: Dinámicas de grupos para promover las relaciones interpersonales

- **Taller N° 1**. Relaciones entre iguales
- **Objetivo:** Motivar la formación y fortalecimiento del compañerismo en el grupo de estudiantes para mejorar las relaciones entre iguales.
- **Sesiones:** N°1: Almas gemelas, N°2: Mi anuncio al mundo, N°3: Lo que te hace distinto, N°4: Misión imposible, N°5: Construyendo en compañía.
- Se aplicaron las dinámicas de presentación, autoconocimiento, colaborativa-comunicativa.

- **Taller N°2.** Entrenamiento en aserción
- **Objetivo:** Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar y expresar sus emociones por medio de dinámicas de descarga de la agresividad y de motivación para trabajar con la asertividad.
- **Sesiones:** N°1: Respetando los sueños de otros, N°2: Compartiendo risas, N°3: Obstáculos en mi camino, N°4: Creando victorias, N°5: Gracias por preguntar.
- Se aplicaron las dinámicas de motivación y de descarga de la agresividad.

- **Taller N°3.** Hablar en publico
- **Objetivo:** Establecer situaciones donde el grupo estudiantes pueda exponer y hablar ante un público sin miedo a equivocarse.
- **Sesiones:** N°1: Mi película, N°2: Explicando mi mensaje, N°3: Quiero conocerte.
- Se aplicaron las dinámicas de comunicación.

- **Taller N°4:** Relaciones con el otro sexo
- **Objetivo**: Promover la interacción entre el grupo de estudiantes de hombres y mujeres con el fin de progresar en el desarrollo de habilidades para relacionarse con el sexo opuesto por medio del uso de dinámicas comunicativas.
- **Sesiones:** N°1: Buscando la verdad, N°2: Como estas hoy.
- Se aplicaron las dinámicas de comunicación.

- **Taller N°5:** Relaciones familiares
- **Objetivo:** Aplicar dinámicas colaborativas-comunicativas para conciliar mejores relaciones familiares por parte del grupo de estudiantes.
- **Sesiones:** Sesión N°1: El guía en mi camino, N°2: Actuando en confianza.
- Se aplicaron las dinámicas colaborativas-comunicativas

f. RESULTADOS

Aplicación del cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia (CEDIA), a estudiantes del tercer año de bachillerato A del Colegio 27 de Febrero.

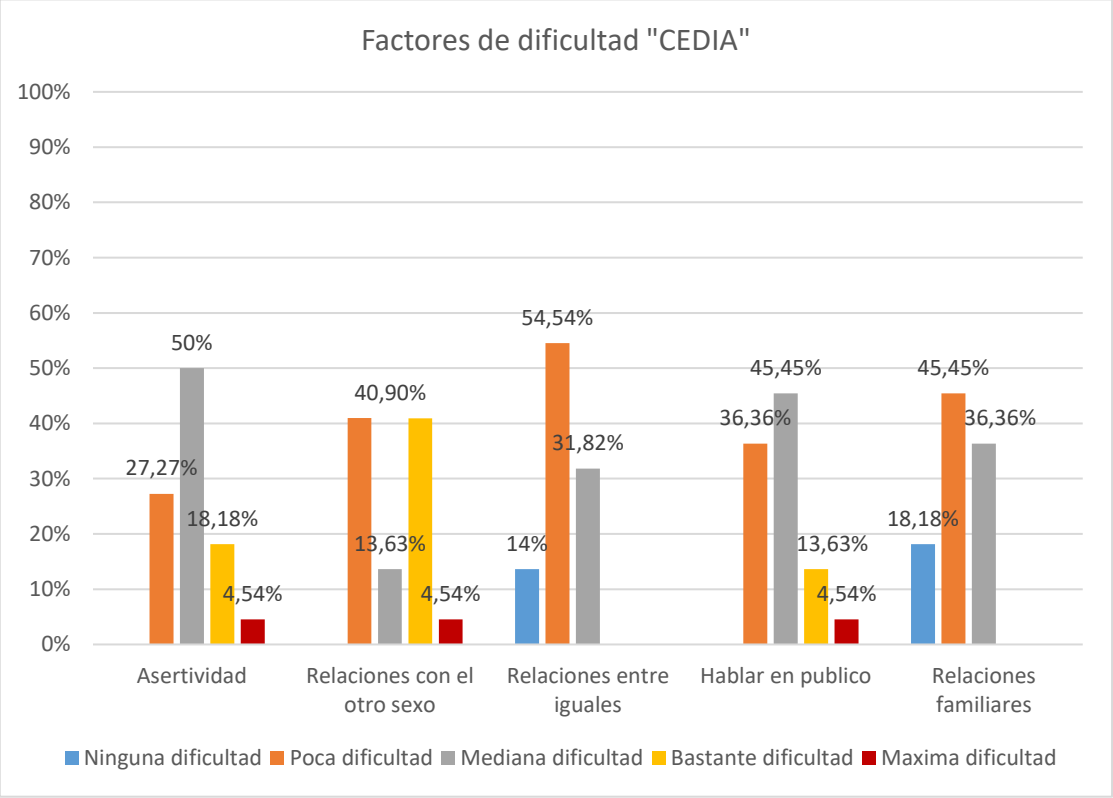
Tabla 1.

Factores de dificultad en las relaciones interpersonales

	Asertividad		**Relaciones con el otro sexo**		**Relaciones entre iguales**		**Hablar en publico**		**Relaciones familiares**	
Indicadores	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**
Ninguna dificultad	0	0	0	0	3	13,63	0	0	4	18,18
Poca dificultad	6	27,27	9	40.90	12	54,54	8	36,36	10	45,45
Mediana dificultad	11	50,00	3	13,63	7	31.82	10	45,45	8	36,36
Bastante dificultad	4	18,18	9	40,90	0	0	3	13,63	0	0
Máxima dificultad	1	4,54	1	4,54	0	0	1	4,54	0	0
Total	22	100	22	100	22	100	22	100	22	100

FUENTE: Datos de la aplicación del cuestionario de dificultades interpersonales en la adolescencia aplicada a los estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A" del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero de la ciudad de Loja.
Elaboración: Juan Pablo Aldaz Cajilima

Gráfico 1



Análisis e Interpretación

De acuerdo a los resultados del "CEDIA" se pueden observar los siguientes grados de dificultad en las relaciones interpersonales que presentan los estudiantes de tercer año de bachillerato paralelo A. Referente al grado de mediana dificultad se observa que hay un 50% de estudiantes que poseen problemas con la asertividad, de igual forma un 45,45% mediana dificultad para hablar en público y un 36,36% de estudiantes poseen problemas en sus relaciones familiares.

Así mismo un 40,90% de los estudiantes se ubican en el grado de bastante dificultad del factor de las relaciones con el otro sexo. Por ultimo un 4,54% de los estudiantes se encuentran en el grado de máxima dificultad de los factores de aserción, relaciones con el otro sexo y hablar en público.

Mediante los resultados expuestos se detallará de mejor manera los problemas interpersonales que han manifestado los estudiantes.

Se puede deducir que una de las mayores complicaciones que se presentan en los estudiantes es en la asertividad lo cual hace referencia a como estos manejan conductas, controlan y expresan emociones ante otras personas. Mencionado esto Rosemberg (2006) señala que una buena asertividad "trata de adquirir una mayor libertad emocional, entendiendo por esta la capacidad de devolver una retroalimentación honesta, es decir mostrar los verdaderos sentimientos, de manera franca y abierta" (p.78). Esto significa que los estudiantes que mantienen mediana dificultad en la asertividad son tendientes a expresar sus emociones de forma errónea además de presentar conductas negativas al momento de entrar en algún conflicto con una persona.

Muchos de los conflictos que suceden en las relaciones con el sexo opuesto provienen del deseo de querer relacionarse con personas con las cuales no hay una aceptación de su parte. Kassin (2010) explica que los adolescentes sienten agrado por las personas que son socialmente selectivas, esto parece apoyar la idea popular de que se puede despertar el interés haciéndose el difícil. También Castilla (2006) describe que los adolescentes en su mundo socio-afectivo buscan relacionarse con el sexo opuesto. Por ello los adolescentes con problemas para socializar con el sexo opuesto son tendientes a pensar que no son lo suficiente atractivos, interesantes o divertidos como para atraer la atención de otras personas.

En cuanto a las relaciones entre iguales Coleman y Hendry (2003) aclaran que muchos adolescentes se ven obligados a formar parte de un grupo del cual no tengan mucha afinidad debido al pensamiento de es preferible no estar solo o aislado de las personas, sin embargo relacionarse por el deseo de no estar solo no promueve el desarrollo de las relaciones interpersonales a causa de la falta de motivación y afinidad.

También se observa que un gran número de estudiantes tienen problemas para expresarse ante un público sabiendo que uno de los factores causantes de esto es que son retraídos o poco seguros ante personas desconocidas, otra causa es la ansiedad que sienten al poder ser el centro de atención ya que temen decir algo incorrecto y ser objeto de burla o causar una mala impresión ante un grupo de personas.

Por tanto Antony (2010) explica que los adolescentes que tienen problemas para hablar ante un público piensan lo siguiente; “si doy una presentación hare el ridículo, si cometo un error la gente creerá que soy incompetente, siempre debo ser interesante y divertido, sería terrible sonrojarse temblar o sudar delante de los demás” (p.14).

Por ultimo por parte de los investigados existe la dificultad para relacionarse con sus padres, es decir, estos no saben cómo actuar ante situaciones donde tienen que interactuar, siendo tendientes a cada vez alejarse más de la supervisión de ellos y a la vez mantener un distanciamiento socio-afectivo.

Según Castilla (2006):

> La trama de las relaciones entre padres e hijos gira, en estas edades, sobre la cuestión de la independencia. El tipo de situaciones que puede crear el deseo de los jóvenes de alcanzar su autonomía dependerá tanto de lo que hagan los hijos como de lo que hagan los padres. (p.273)

Resultados de la aplicación del post-test del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

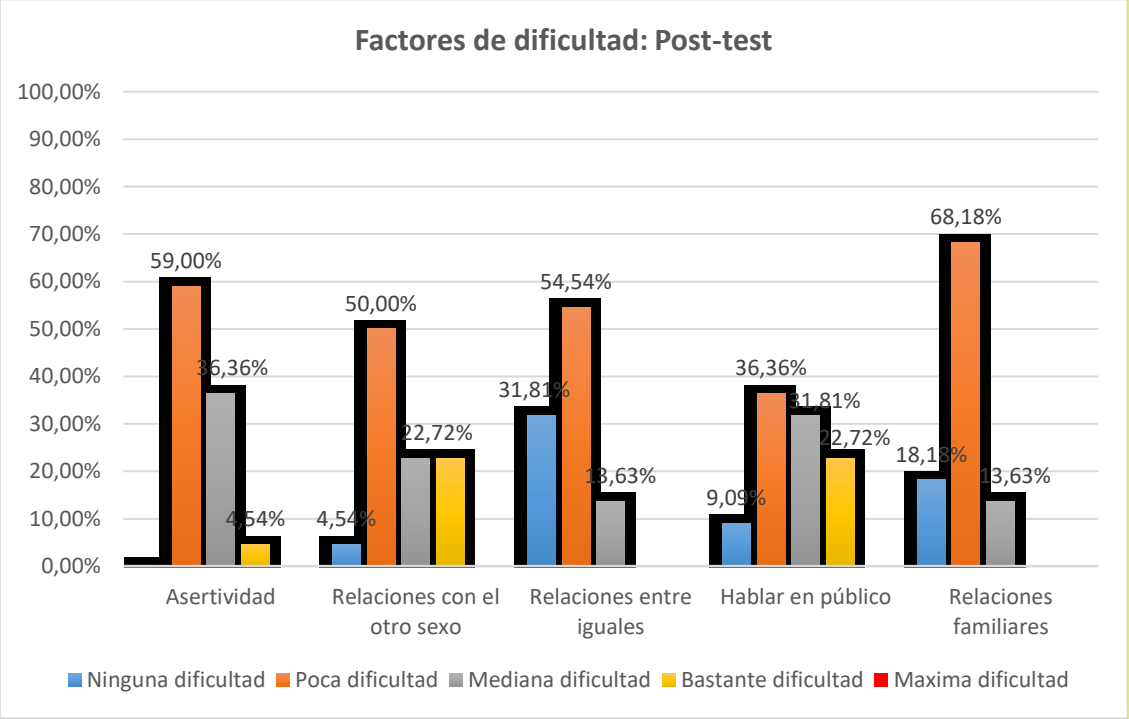
Tabla 2.

Factores de dificultad en las relaciones interpersonales: Post-test

	Post-Test									
	Asertividad		Relaciones con el otro sexo		Relaciones entre iguales		Hablar en publico		Relaciones familiares	
Indicadores	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**
Ninguna dificultad	0	0	1	4,54	7	31,81	2	9,09	4	18,18
Poca dificultad	13	59,09	11	50,00	12	54,54	8	36,36	15	68,18
Mediana dificultad	8	36,36	5	22,,72	3	13,63	7	31,81	3	13,63
Bastante dificultad	1	4,54	5	22,72	0	0	5	22,72	0	0
Máxima dificultad	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	22	100	22	100	22	100	22	100	22	100

FUENTE: Resultados de la aplicación del cuestionario de dificultades de relaciones interpersonales en la adolescencia aplicada a los 22 estudiantes del tercer año de bachillerato del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero de la ciudad de Loja.
Elaboración: Juan Pablo Aldaz Cajilima

Gráfico 2



Análisis e interpretación

Una vez realizada la aplicación del post-test se obtuvieron los resultados referentes a como se encuentran los factores de dificultad en las relaciones interpersonales de los estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A".

Por consiguiente se han manifestado varios cambios en las relaciones interpersonales de los estudiantes ya que se observa cómo; un 59% de los investigados tiene poca dificultad en asertividad, también un 50% de los estudiantes tienen poca dificultad en sus relaciones con el otro sexo.

Además el 54,54% de los investigados presentan poca dificultad en sus relaciones entre iguales, igualmente el 36,36% poca dificultad para hablar en público y satisfactoriamente un 68,18% de estudiantes se ubican con poca dificultad en sus relaciones familiares.

Del mismo modo los estudiantes que se ubicaban en los grados de máxima dificultad ya no se encuentran en ellos. Ahora un 4,54% de los estudiantes no mantiene dificultad en las relaciones con el otro sexo, satisfactoriamente un 31,81% no tiene dificultad en las relaciones entre iguales y un 9,09% no tiene problemas para hablar en público.

Con esto se comprende como las dinámicas de grupo promueven las relaciones interpersonales ya que según Gerza (2012) explica que: **"**las dinámicas de grupo permiten desligarse de la seria situación del momento y, por otra, logra una identificación profunda con los problemas con los cuales se trabaja" (p.1).

También observado todos estos datos se resalta como las dinámicas de grupo pueden influenciar en las relaciones interpersonales y como estas promovieron cambios en los factores de la asertividad, relaciones con el otro sexo, las relaciones entre iguales, el hablar en público y en relaciones familiares que hacen referencia a como los adolescentes interactúan con sus padres, dicho esto Gerza (2012) indica que un grupo que tiene la oportunidad de interactuar entre sus integrantes es tendiente a mejorar sus relaciones interpersonales, por eso las dinámicas de grupo al ser integradoras, motivadoras e

incentivadoras son sumamente factibles para trabajar con grupos y poder crear un ambiente donde se puedan desarrollar de mejor forma sus relaciones interpersonales.

Resultados de la aplicación de la propuesta

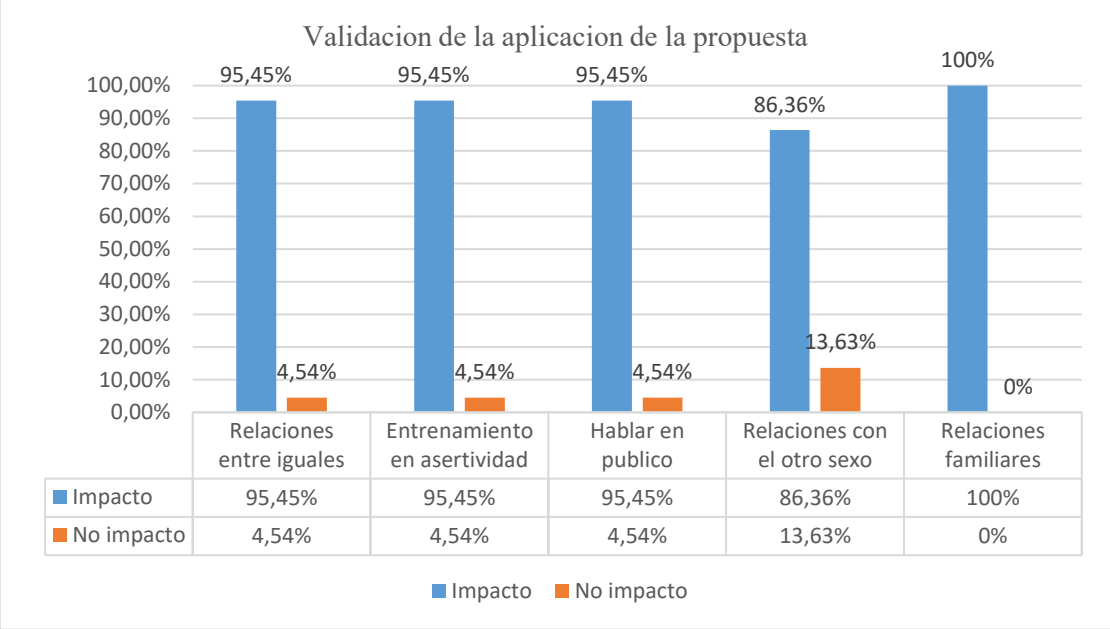
Tabla 3.

Aplicación de la propuesta a los 22 estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A"

		Indicadores de evaluación						
Talleres	**Tipo de dinámica**	**Impacto**		**No impacto**		**En parte**	**Total**	
		f	**%**	**f**	**%**		**f**	**%**
Relaciones entre iguales	Presentación Autoconocimiento Colaborativa-comunicativa	21	95,45	1	4,54		22	100
Entrenamiento en asertividad	Descarga de la agresividad y soltar tensiones Motivación	21	95,45	1	4,54		22	100
Hablar en publico	Comunicativa	21	95,45	1	4,54		22	100
Relaciones con el otro sexo	Comunicativa	19	86,36	3	13,63		22	100
Relaciones familiares	Colaborativa-comunicativa	22	100	0	0		22	100
Total		95,45		4,45			100	

FUENTE: Resultados del impacto que tuvo la aplicación de la propuesta nombrada "Dinamica de grupos para promover las relaciones interpersonales" dirigida a los 22 estudiantes del tercer año de bachillerato del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero de la ciudad de Loja.
Elaboración: Juan Pablo Aldaz Cajilima

Gráfico 3



Análisis e interpretación

En la aplicación de la propuesta dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del tercero de bachillerato "A". Se pudo evaluar los cinco talleres con la finalidad de validar la efectividad de la misma.

Con esto se pudo conseguir los siguientes datos los cuales manifestaron que en el taller de relaciones entre iguales (dinámicas de presentación, autoconocimiento y colaborativa-comunicativa) impacto al 95,45% de los estudiantes mientras que un 4,54% no. En la aplicación del taller de entrenamiento en asertividad (dinámicas de descarga de la agresividad y de motivación) tuvo un impacto del 95,45% en los estudiantes y un 4,54% no.

Así mismo en el taller de hablar en público se hizo el uso de las dinámicas de comunicación las cuales tuvieron un impacto de 95,45% en el grupo de estudiantes mientras que en un 4,54% no lo hubo. En lo referente al taller de relaciones con el otro sexo (dinámicas de tipo comunicativa) el impacto solo fue de un 86,36% y no impacto en el 13,63% de los estudiantes. Finalmente la aplicación del último taller referente a relaciones familiares este tuvo un impacto del 100% en los estudiantes siendo uno de los que más aporto en las relaciones interpersonales de los adolescentes.

g. DISCUSIÓN

Las relaciones interpersonales siempre han sido objeto de estudio ya que el ser humano al ser parte de una sociedad o grupo se ve influenciado por estos y viceversa, dándose así los diversos ambientes en los que hoy en día el ser humano habita y aprende, por tal razón en uno de esos ambientes ,el cual es el educativo, se ha visto envuelto por grupos de personas (estudiantes) que desarmonizan el entorno escolar, muchas veces por las dificultades que tienen para interactuar con individuos de su misma edad o sexo, otras por no saber cómo expresarse y relacionarse ante sus familiares y otras por la ausencia de la asertividad en sus relaciones interpersonales.

Por tal razón la presente investigación tiene como objetivo; promover las relaciones interpersonales a través de dinámicas de grupo en estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A" del Colegio 27 de Febrero de la ciudad de Loja, para lograr esto se plantearon los siguientes objetivos:

Primer objetivo especifico

Determinar los fundamentos teóricos científicos que sustenten que las dinámicas de grupo promueven las relaciones interpersonales.

Para que una investigación tenga rigor científico siempre deberá tener fundamentos teóricos que confirmen y apoyen los objetivos que esta se plantee, en este caso si las dinámicas de grupos promueven las relaciones interpersonales. Por tal razón se ha tomado como referente a Albert Bandura y su teoría del aprendizaje social, la cual se basa en teorías del aprendizaje conductista sobre el condicionamiento clásico y el condicionamiento operante.

Para Bandura en el aprendizaje social se puede dar uno de los siguientes tres efectos; "el modelado o aprendizaje de respuestas nuevas, la inhibición o desinhibición de respuestas aprendidas previamente y la facilitación o provocación de respuestas existentes en nuestro repertorio de conductas" (Martínez, 2012, p.16).

Esta teoría enseña que las personas aprenden por un modelo social, es decir, mediante la observación, también por medio de reforzadores de conductas que son observables para la persona, añadiendo que, para que una conducta tenga mayor efecto de ser aprendida u olvidada debe producirse por la observación de un individuo (modelo) del mismo sexo, edad, o que tenga alguna influencia sobre la persona.

A causa de esto las dinámicas de grupo tienen gran influencia en las relaciones interpersonales ya que estas trabajan en la presentación para crear nuevas relaciones, en el autoconocimiento, colaboración, comunicación, motivación, descarga de la agresividad y soltar tensiones, todo esto para poder mejorar las relaciones interpersonales de las personas, Ya que Gerza (2012) explica que estas acorde al objetivo que tenga el dinamizador, este podrá enfrentar la problemática que desee solucionar. La cual en este caso son las dificultades en la asertividad, relaciones con el sexo opuesto, relaciones entre iguales, hablar en público y relaciones familiares.

Segundo objetivo especifico

Diagnosticar el grado de dificultad de los factores que intervienen en las relaciones interpersonales que mantienen los estudiantes de tercero de bachillerato "A".

Luego de haber evaluado a los estudiantes mediante el "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" (CEDIA) se diagnosticaron los grados de dificultad interpersonales, por lo que se pudo ver en qué puntos específicos los estudiantes presentan problemas en sus relaciones interpersonales:

En el grado de mediana dificultad se observa que hay un 50% de estudiantes que poseen problemas en la asertividad, de igual forma un 45,45% tiene mediana dificultad para hablar en público y un 36,36% de los estudiantes presentan problemas en sus relaciones familiares.

Por otra parte en el grado de bastante dificultad está el factor de las relaciones con el sexo opuesto con un 40,90% de dificultad por parte de los investigados. Por ultimo en el

grado de máxima dificultad existe un 4,54% de estudiantes que tienen problemas con la asertividad, relaciones con el otro sexo y hablar en público.

Con esto se observa que los problemas más significativos en el grupo de estudiantes se encuentran en; la asertividad, relaciones con el otro sexo, hablar en público y relaciones familiares. Seguidamente se detallara como estos problemas afectan las relaciones interpersonales del adolescente:

De los diversos factores que dificultan las relaciones interpersonales en los adolescentes, uno es la dificultad en las relaciones entre iguales y con el sexo opuesto por motivos tales como; miedo al rechazo, aspecto físico, popularidad y tipo de grupo al que se pertenezca.

También algo que dificulta las relaciones interpersonales del adolescente es la falta de asertividad que estos tienen para sus conductas y manejo de emociones a causa de la ansiedad, llevando al adolescente a guiarse por sus emociones. Igualmente otro problema es el miedo a hablar en público que se produce normalmente por ideas negativas que tiene el adolescente de sí mismo o también por el miedo a hacer el ridículo o no ser aceptado por el grupo que lo recepta.

Otro factor es la poca interacción que estos tienen con sus padres, lo cual produce un bajo aprendizaje de un modelo social, debido a que en la adolescencia se da:

> El paulatino debilitamiento de los lazos emocionales que les unen con los padres haciendo que cobre una intensa fuerza hacia otro tipo de vínculos y, de este modo podamos afirmar que las relaciones sociales prototípicas de este periodo se encarnan en el grupo de amigos (Castilla, 2006, p. 273)

Sin duda alguna la dificultad para relacionarse con los padres y entre iguales revela que un buen número de estudiantes del tercero de bachillerato paralelo “A” son personas propensos al aislamiento o a la soledad ya que socialmente no pueden relacionarse con los individuos más influyentes en su desarrollo interpersonal. Y al darse esta situación es comprensible que tengan dificultades para relacionarse con el sexo opuesto ya que con

problemas para relacionarse entre iguales y familiares poco se desarrollaran las conductas necesarias para interactuar de forma óptima.

Es entendible que los resultados se manifiesten de esta manera ya que en una investigación de la ciudad de Murcia (España) participaron 415 adolescentes, estudiantes de educación secundaria y de bachillerato cuyo rango de edad fue de 12 a 18 años donde se presentó una mediana dificultad en hombres y bastante dificultad en las mujeres, explicando que en la adolescencia los factores de las dificultades interpersonales que más se ven afectadas son la asertividad, hablar en público y relaciones con el otro sexo. (Ingles et al., 2000)

> De manera que Ingles et al. (2000) manifiesta que el estudio hecho en Murcia probó que el CEDIA posee adecuadas propiedades psicométricas, elevada fiabilidad y estructura multidimensional (validez de constructo), así como su viabilidad, ya que el tiempo de aplicación se reduce a 15-20 minutos. Su principal aplicación es evaluar las dificultades de los adolescentes en sus relaciones interpersonales, con el fin identificar el origen y naturaleza de estos problemas comunes en la adolescencia y planificar programas de tratamiento eficientes. (p.396)

De acuerdo el párrafo anterior se comprende y contrasta que el diagnóstico realizado a través del CEDIA hacia los estudiantes del tercero de bachillerato paralelo “A” del colegio 27 de febrero cuenta con la fiabilidad necesaria para diagnosticar el grado de dificultad que presentan los estudiantes en sus relaciones interpersonales.

Tercer objetivo específico:

Para poder tratar con los diferentes factores de dificultad que presentaron los estudiantes del tercero de bachillerato paralelo A se especificó el siguiente objetivo el cual es: Diseñar una propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo “A”.

El presente objetivo se logró a través de la selección de diversos tipos de dinámicas las cuales fueron utilizadas para la elaboración de la propuesta: dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales. Por consiguiente los diferentes tipos de dinámicas que se utilizaron para elaborar la propuesta son los siguientes:

Dinámicas de presentación que trata de juegos enfocados en aprender nombres y otras características necesarias para comenzar a relacionarse, dinámicas de autoconocimiento que permiten a los integrantes conocerse a sí mismos mediante la interacción con los demás llegando poco a poco a un conocimiento más profundo y vital de sí mismos, se utilizaron estas para poder enfrentar de forma inicial las dificultades que existe en las relaciones entre iguales.

También se implementaron las dinámicas de descarga de la agresividad y motivación que son para liberar energía acumulada, tensión y estrés a través de la risa, movimiento o interacción, además de generar emociones positivas y conducir a una mejor aceptación de uno mismo, estas fueron sumamente útiles ya que se puede tratar la dificultad en la asertividad que presentaron los estudiantes, buscando que aprendan a direccionar su energía y con ello un mejor manejo de sus emociones y conductas al interactuar con otras personas.

Otro tipo de dinámica son las comunicativas que promueven la escucha activa y comprensión entre los participantes, estas se centraron en el factor de hablar en público y relaciones con el sexo opuesto, con la finalidad de que los estudiantes aprendan como interactuar ante un público y ante personas del sexo opuesto, entendiendo como expresarse y mejorar las relaciones interpersonales.

Por último se implementaron las dinámicas de colaboración en conjunto con las comunicativas que potencian la cooperación, comunicación asertiva y trabajo en equipo al focalizarse en que todos los integrantes tengan posibilidades de participar y formar parte de un grupo. Estas dinámicas fueron añadidas para poder tratar con el factor de dificultad referente a las relaciones entre iguales y familiares ya que se crea un ambiente donde se pueda interactuar con diferentes grupos de estudiantes y en lo familiar se presentan diversas situaciones sobre cómo comunicarse y socializar con ellos.

Con el fin de poder enfrentar las dificultades interpersonales que presentan los estudiantes se han fijado objetivos específicos en los cinco talleres de la propuesta los cuales están estructurados en sesiones cuya duración son de 45 minutos. Además para que los objetivos planteados en la propuesta sean logrados se tomaron los referentes teóricos necesarios, los cuales indican que las dinámicas de grupo tienen una gran diversidad de usos, además de estar clasificadas en diferentes tipos apuntando al aprendizaje grupal, individual y relacional de las personas, todo dependiendo del objetivo que se tenga para utilizar dichas dinámicas.

Cuarto objetivo específico:

Aplicar la propuesta de dinámicas de grupo a los estudiantes de tercer año de bachillerato paralelo "A" para promover las relaciones interpersonales.

El adolescente al ser un individuo que está en una etapa intermedia de su desarrollo enfrenta muchos problemas en particular, los cuales en su mayoría hacen referencia a las relaciones interpersonales. Según Castilla (2006), el adolescente busca de manera socio-afectiva encajar en un grupo y formar nuevas amistades además de relacionarse con el sexo opuesto. Un adolescente que no pueda formar vínculos socio-afectivos ciertamente presentara problemas para desarrollarse socialmente ya que no tendrá las capacidades necesarias para interactuar en un medio.

Coleman Hendry (2003) explican que "normalmente durante el lapso de la adolescencia temprana a la intermedia, las necesidades personales y las presiones sociales dirigen a los adolescentes al menos hacia un grupo de amistad, ya que la otra alternativa es la soledad y el aislamiento" (p. 152).

Expuesto esto y con el entendimiento de la problemática que presentan los estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A". Se buscó que con la aplicación de la propuesta crear una diversa interacción entre ellos, evitando así el aislamiento de ciertos educandos, además de obtener la oportunidad de expandir su campo de relaciones interpersonales y así promover las mismas, todo esto con el objetivo de combatir el problema de; asertividad en las relaciones interpersonales, relaciones con el sexo opuesto, relaciones

entre iguales, hablar en público y las relaciones familiares que mantienen los adolescentes.

Conforme a estos argumentos se detalla que la propuesta de dinámicas de grupo para promover relaciones interpersonales fue aplicada con éxito gracias a la receptibilidad que tuvo por parte de los estudiantes, ya que parafraseando a Gerza (2012) estas permitieron un mejor alcance para estimular la emotividad, para promover la creatividad, el dinamismo y la tensión positiva que se necesita en los grupos de personas, siendo una guía para enfrentar de forma clara los problemas con los que se debe trabajar y con ello fijar objetivos de trabajo acorde a la problemática.

Quinto objetivo específico:

Validar la efectividad de la aplicación de la propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales.

Con la finalidad de poder validar la efectividad de la propuesta dinámicas de grupo para promover relaciones interpersonales se realizó la aplicación del post-test del "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" de los autores Inglés, Hidalgo y Méndez. Observando con esto los siguientes cambios;

En la asertividad se encuentra un 59,09% de estudiantes con poca dificultad, por otra parte se presenta un 50% de estudiantes con poca dificultad en sus relaciones con el otro sexo, también en el problema de hablar en público el 36,36% de los investigados poseen poca dificultad, por otra parte en las relaciones familiares estas llegaron a mejorar en un 68,18% presentado que los estudiantes tienen pocas dificultades con sus relaciones familiares.

Además algunos colegiales se ubicaron en el grado de ninguna dificultad, por ejemplo un 4,54% de estudiantes no tiene problemas en las relaciones con el otro sexo, así mismo un 31,81% de estudiantes no tiene complicaciones en las relaciones entre iguales, por último un 9,09% de educandos no poseen dificultades para hablar en público.

Gerza (2012) explica que las dinámicas de grupo son una especie de juego en el cual este fija un objetivo para promover el aprendizaje en un sentido socio-afectivo y conductual. Barrale y Díaz (2006) también explican que "el juego abre un importante lugar para manifestar la expresión, el trabajo creador y la inventiva, en una atmosfera propicia y distendida" (p.54).

Por tanto lo que permitió estos cambios fueron las diversas dinámicas que se utilizaron para resolver los problemas que había en los diversos factores de dificultad, como en el caso de la asertividad donde se impartieron dinámicas para descarga de la agresividad y soltar tensiones además de las de motivación, un ejemplo de esto es la dinámica respetando los sueños de otros donde aprendieron por qué no deben destruir o irrespetar los ideales y deseos de las demás personas. Rosemberg (2006) manifiesta que las actividades que promueven la asertividad positiva capacitan personas que pueden manejar sus conductas ante las emociones.

En el factor de las relaciones con el otro sexo y hablar en público se implementaron dinámicas comunicativas en las cuales se crearon situaciones donde se pueda interactuar con el sexo opuesto y exponer ante un público sin miedo, por ejemplo la dinámica buscando la verdad logro que cada estudiante exponga su punto de vista frente a una temática promoviendo así el debate, otra fue la dinámica ¿cómo estas hoy?, en la cual mediante una lectura se formaron parejas del sexo opuesto que puedan charlar sobre la lectura y entre ellos realizarse la pregunta de la temática. Dicho esto Antony (2010) expresa que muchos de los adolescentes sienten incomodidad en situaciones que requieren un contacto interpersonal al igual que las conversaciones, citas y hablar sobre uno mismo, explicando que estas situaciones son normales en el adolescente y que con práctica o con la experiencia misma se puede superar dichos problemas.

Mientras en el factor de las relaciones entre iguales y las familiares se implementó el uso de dinámicas de colaboración donde se usó la dinámica actuando en confianza en el cual los estudiantes representaron roles del hogar y los diversos conflictos dejando un mensaje de cómo resolver estos problemas, otra dinámica fue la de misión imposible en la cual el trabajo en equipo es clave para solucionar los problemas impuestos.

Por consiguiente con la propuesta se logró promover una mejor construcción de las relaciones interpersonales en los estudiantes mediante la integración e interacción social que estas permiten donde según Martínez (2012) "es la que se forma a partir de pertenecer a una sociedad en la cual se comparten mayoritariamente las normas, que son patrones de conducta compartidos por los miembros de un grupo social, a los que se prevé que ellos han de ajustarse y que son puestos en vigilancia mediante sanciones positivas y negativas" (p.20).

Así las dinámicas de grupo según la aplicación y el tipo consiguen diversos cambios en cada persona y por ende la disminución de las dificultades interpersonales como son la asertividad, hablar en público, relaciones con el otro sexo, relaciones entre iguales y familiares.

Con los resultados obtenidos y los argumentos descritos se evidencia la validez de la propuesta dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del tercer año de bachillerato "A" del Colegio 27 de Febrero.

h. CONCLUSIONES

- La fundamentación teórico científica sustento la información necesaria referente a como las relaciones interpersonales pueden promoverse a través de los diversos tipos de dinámicas de grupo.

- Los estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A" en grado de mediana dificultad presentan problemas con la asertividad, el hablar en público y en sus relaciones familiares, y a su vez un gran número de estudiantes demostró bastante dificultad en las relaciones con el sexo opuesto.

- Con el objetivo de promover las relaciones interpersonales por medio de las dinámicas de grupo se diseñó una propuesta estructurada en cinco talleres con varias sesiones por cada uno, tomando en cuenta las dinámicas de presentación, autoconocimiento, colaboración, comunicación, motivación, de descarga de la agresividad y soltar tenciones,.

- La propuesta titulada dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del tercer año de bachillerato "A" del Colegio 27 de Febrero tuvo un gran impacto en los educandos, debido al cumplimiento y disponibilidad por parte de ellos hacia los talleres aplicados, logrando así trabajar con los factores de dificultades interpersonales (asertividad, relaciones con el otro sexo, entre iguales, hablar en público y relaciones familiares), lo cual demuestra que esta propuesta promueve las relaciones interpersonales.

- Se evidencio con los resultados del post-test que los estudiantes que presentaban problemas con la asertividad, relaciones con el otro sexo, el hablar en público y relaciones familiares, mejoraron tras la aplicación de la propuesta, la cual sirvió de intermediaria para que la mayoría de estudiantes progresaran significativamente en sus relaciones interpersonales ubicándose en un grado de poca dificultad, además que algunos estudiantes llegaron al grado de ninguna dificultad y otros salieron del grado de máxima dificultad, validando así la efectividad de la propuesta en las relaciones interpersonales.

i. RECOMENDACIONES

- A las autoridades del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero se les sugiere incluir dinámicas de grupo que permitan promover el desarrollo de las relaciones interpersonales de los estudiantes y con ello tener en un mejor ambiente escolar.

- Se propone al DECE usar el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA) para identificar problemas en estudiantes con la asertividad, relaciones entre iguales, con el sexo opuesto, hablar en público y relaciones familiares.

- Es importante que el Departamento de Consejería Estudiantil siga con el diseño de talleres que mejoren las relaciones interpersonales de los estudiantes para conseguir un mejor desarrollo interpersonal de los involucrados y a su vez un mejor ambiente en el salón de clases.

- Se incentiva al DECE el incluir la propuesta "Dinámicas de Grupo para Promover las Relaciones Interpersonales" en las actividades diarias de los estudiantes para con ello impulsar a un mayor desarrollo de las mismas.

- Debido a la validez de la propuesta se recomienda al Departamento de Consejería Estudiantil capacitar a los docentes con esta para que se pueda trabajar contra los factores de dificultad interpersonales los cuales son la asertividad, relaciones entre iguales, relaciones con el otro sexo, relaciones familiares y el hablar en público, todo esto con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES

INSTITUCIÓN: COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

DIRIGIDO A: ESTUDIANTES DE 3RO DE BACHILLERATO "A"

ESTUDIANTE PROPONENTE: JUAN PABLO ALDAZ CAJILIMA

LOJA-ECUADOR

2018

INTRODUCCIÓN

En la actualidad para que el ser humano tenga un desarrollo e integración social aceptable debe cumplir muchos requisitos los cuales son un buen aprendizaje social a nivel familiar, educativo y personal.

Dicho esto sería fácil decir que si una persona vive con su familia, estudia y tiene amistades se volverá un individuo apto para tratar con otras personas es decir adaptarse socialmente, pero no, la realidad es otra ya que el ser humano tiene una gran necesidad de modelos sociales adecuados es decir que posean conductas favorables.

Para Bandura en el aprendizaje social se puede dar uno de los siguientes tres efectos; el modelado o aprendizaje de respuestas nuevas, la inhibición o desinhibición de respuestas aprendidas previamente y la facilitación o provocación de respuestas existentes en nuestro repertorio de conductas.

De todo esto queda claro que el ser humano aprende conductas que son agradables para este, rechaza ciertas conductas y que también puede superar sus miedos y aceptar nuevas formas de comportarse.

Por esto la etapa de la adolescencia es crucial para que los adolescentes promuevan o estimulen sus relaciones interpersonales entre varios modelos de aprendizaje, es decir, no solo con individuos de su misma edad o de su misma ideología, ya que esto reducirá sus oportunidades de aprender de diferentes modelos sociales, sino todo lo contrario que busquen la oportunidad de extender y estimular de mejor forma su percepción social la cual busca formar una primera impresión de una persona y establecer una relación con ella.

Tras todo lo dicho es necesario que en los establecimientos educativos se dé la inclusión de dinámicas de grupo que estimulen las relaciones interpersonales de los estudiantes a un nivel que los ayude a salir de su zona de confort, la cual es relacionarse con individuos con conductas estereotipadas, una comunicación pobre y la inhibición de conductas para socializar.

Objetivo General:

- Emplear dinámicas de grupo para trabajar en los factores de dificultad que se presentan en las relaciones interpersonales de los estudiantes de tercero de bachillerato paralelo “A”.

Objetivo Específico:

- Motivar la formación y fortalecimiento del compañerismo en el grupo de estudiantes para mejorar las relaciones entre iguales.

- Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar y expresar sus emociones por medio de dinámicas de descarga de la agresividad y de motivación para trabajar con la asertividad.

- Formar situaciones donde el grupo de estudiantes pueda exponer y hablar ante un público sin miedo a equivocarse.

- Por medio del uso de dinámicas comunicativas promover la interacción entre estudiantes hombres y mujeres para mejorar las relaciones con el sexo opuesto.

- Aplicar dinámicas colaborativas-comunicativas para conciliar mejores relaciones familiares por parte del grupo de estudiantes.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

MATRIZ DE TALLERES DE DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Colegio de bachillerato "27 de Febrero".
PARTICIPANTES: Estudiantes del tercero de bachillerato "A"
LUGAR: Aula de la institución educativa
RESPONSABLE: Investigador
OBJETIVO: Motivar la formación y fortalecimiento del compañerismo en el grupo de estudiantes para mejorar las relaciones entre iguales.

Taller de Relaciones entre Iguales

TEMA	TIPO DE DINÁMICA	OBJETIVOS	SESIÓN N°1|	DESARROLLO	DURACIÓN	MATERIALES Y RECURSOS	EVALUACIÓN
Presentándome a mi mundo	Presentación	Promover las relaciones entre compañeros de clase	Almas gemelas	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos		Mini cuestionario almas gemelas
				Aplicar la dinámica de apoyo la cual es departamentos e inquilinos, para descarga de la energía.	10 minutos		
				Repartir las hojas con el mini cuestionario para que después se formen los grupos interactúen el porqué de sus respuestas, luego de ello crearon un logo que represente al grupo	20 minutos	Cuestionario, esferos, papelografos, marcadores	
				Cierre de la sesión; se retirara los trabajos correspondientes, se entregara el incentivo al grupo, y se les agradecerá por su participación	5 minutos		

Presentándome a mi mundo			**SESIÓN N°2**				
	Presentación	Comprender la importancia de conocerse y darse a conocer	Mi anuncio al mundo	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador	
				El anuncio debe describir los siguientes puntos: altura, comida favorita, deportes que practica, gustos musicales, lo que más le gusta hacer, relación sentimental, sueños para el futuro. El dinamizador será vocero de esto mientras el estudiante interactúa con el publico	35 minutos	Hoja de papel bond, parlante, computadora, música, Marcadores	Diseño del anuncio que cada estudiante elaboro
				Cierre de la sesión; se retirara los trabajos y se agradecerá a los estudiantes por su participación	5 minutos		
	TIPO DE DINÁMICA	**OBJETIVOS**	**SESIÓN N°3**	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
	Autoconocimiento	Lograr que los estudiantes expresen la mayor de sus virtudes	Lo que te hace distinto	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador	Se evaluara mediante la actividad realizada por el estudiante
				Se plasmara en una hoja de papel bond la mayor cualidad que posea el estudiante. Luego de esto se hará una galería con los estudiantes para que puedan observar el trabajo de los demás. Y con esto opinar sobre cada trabajo.		Pliego de cartulina tizas, marcadores	
				Cierre de la sesión: se retiraran los trabajos	5 minutos	Investigador	
			SESIÓN N°4				
				Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador	Aplicación de la hoja de evaluación

Encontrando nuevas amistades	Colaboración-comunicativa	Incentivar la interacción y colaboración entre compañeros de clase	Misión Imposible	Se crearan grupos y se presentaran las distintas tarjetas referentes a los juegos mentales a resolver los cuales se deberán hacer en grupo. Teniendo un pequeño incentivo al grupo ganador	30 minutos	Estudiantes Tarjeta con juegos mentales	referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				Cierre de la sesión: se retiraran los trabajos, y se aplicara la evaluación de la actividad	10 minutos	Investigador estudiantes, hoja de evaluación	
			SESIÓN N°5	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
	Colaboración-comunicativa	Fortalecer los lazos relacionales de los estudiantes por medio del trabajo en equipo		Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
			Construyendo en compañía	Dinámica de apoyo hazle reír Primeramente se arman grupos al azar y se procede a escoger un líder de grupo Se entrega papelografos y cinta a todos los grupos los cuales se usaran para formar una vestimenta establecida por el dinamizador por ejemplo una armadura, un traje de novia etc. Un participante de cada grupo deberá servir de modelo, el dinamizador entregara alrededor de 25 minutos para terminar y luego hará que cada grupo exponga su traje.	25 minutos	Papelografos Cinta Marcadores	
				Cierre de la sesión: se retiraran la aplicación la evaluación de la actividad y se agradecerá a los estudiantes por su participación		Hoja de evaluación	

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

Taller de Relaciones entre Iguales

Tema: Presentándome a mi mundo

Objetivo: Motivar la formación y fortalecimiento del compañerismo en el grupo de estudiantes para mejorar las relaciones entre iguales

Sesión N°1

Tema: Almas Gemelas

Objetivo: Promover las relaciones entre compañeros de clase

Dinámica de apoyo: departamentos e inquilinos

Tipo de Dinámica: Presentación

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: tarjeta de preguntas, lápiz, borrador, papelografos, tarjeta de preguntas, bombones

Procedimiento:

- Primero se debe crear un ambiente libre de obstáculos como sillas, pupitres y otros objetos.

Dinámica de apoyo:

- En esta dinámica se busca descargar la energía y la agresividad de los participantes, el proceso para realizarla es el siguiente: grupos de tres personas, dos participantes se agarran de las manos uno frente al otro representando al departamento, mientras que el otro participante se mantiene dentro del espacio que estos dos han formado este vendría a ser el inquilino.
- Luego de ello el dinamizador procederá a gritar la palabra: inquilinos donde cada inquilino buscara otro departamento, al decir la palabra departamento los departamentos cambian de inquilino los inquilinos no se mueven, y por último la palabra terremoto que hace que se formen nuevos grupos.
- Los participantes que queden sin departamento serán eliminados o pagaran penitencia.

Dinámica principal:

- Una vez despejada el área y captada la atención de los participantes se procede a explicar la secuencia de la dinámica a trabajar.
- Ya ordenados los estudiantes se les entregara un tarjeta a cada uno estas tarjetas contendrán las mismas preguntas y opciones para seleccionar de estas solo una deberán seleccionar por cada pregunta.
- Al terminar de contestar las preguntas el dinamizador explicara a los participantes. deben buscar a las personas que tengan las mismas respuestas y agruparse a ellas.
- Para poder agruparse se deberá tener un mínimo de 4 respuestas similares.
- Hechos ya los grupos el dinamizador procederá a que cada integrante de su propio grupo explique el porqué de sus repuestas.

- Luego de esto el dinamizador entregara un papelografo por cada grupo y pedirá que en el cartel creen un nombre para su grupo y un escudo o dibujo que los represente con sus respectivo lema.
- El equipo con el mejor trabajo recibirá un incentivo.
- El dinamizador explicara la importancia de conocer y presentarse a otras personas, por último se pedirá una lista de los integrantes de cada grupo y se agradecerá por la participación del día.

Anexo

Cuestionario Almas Gemelas						
Me gustaría ser:	Bebe	Niño	Adolescente	Joven	Adulto	Viejo
Mi fiesta preferida:	Bautizo	Boda	Cumpleaños	Navidad	Fin de año	Fiestas locales
Prefiero:	Discoteca	Campo	Cine	Playa	Bosque	Playa
Me convierto en:	León	Águila	Perro	Colibrí	Gato	Oso
Elijo:	Girasol	Rosa	Cactus	Violeta	Geranio	Hierba
Cambiaria:	Mi voz	Mi cara	Mis piernas	Mi peinado	Mis manos	Mis pies
Soy bueno para:	Estudiar	Conquistar	Descansar	Cantar	Bailar	Deporte
Soy malo para:	Dibujar	Pelear	Disculparme	Conversar		

Sesión N°2

Tema: Mi anuncio al mundo

Objetivo: Comprender la importancia de conocerse y darse a conocer

Tipo de Dinámica: Presentación

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: hoja de papel, lápiz, borrador, marcadores, premio para los grupos, caja del tesoro, parlante, música, incentivo.

Procedimiento:

- Una vez formados los grupos el dinamizador procederá a explicar cómo realizar la actividad.
- Primero cada estudiante escogerá libremente una hoja de papel bond y pensara un anuncio de sí mismo.
- El anuncio debe describir los siguientes puntos: altura, comida favorita, deportes que practica, gustos musicales, lo que más le gusta hacer, relación sentimental, sueños para el futuro.
- El anuncio de cada estudiante debe poseer un distintivo algo que los caracterice.

- Una vez terminado el anuncio el dinamizador indicara que los integrantes de cada grupo compartan su anuncio entre sus compañeros de grupo.
- Luego de esto de manera individual el dinamizador será vocero del anuncio de los estudiantes que deseen participar o que este seleccione, en el momento del anuncio el participante deberá actuar como si fuera un desfile con la música de fondo.
- Como último punto el dinamizador dará una breve reflexión sobre cómo nos presentamos ante los demás y como muchas veces damos una idea errónea de quien somos como persona.

Sesión N°3

Tema: Lo que te hace distinto

Dinámica: El cartel

Objetivo: Lograr que los estudiantes expresen la mayor de sus virtudes

Tipo de Dinámica: Autoconocimiento

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: cinta, pliego de cartulina, tijeras, marcadores, lápiz, tizas.

Procedimiento:

- Cada alumno tendrá una cartulina y en ella plasmara con una palabra su manera de ser, puede acompañarla de un dibujo o caricatura que le ayude a sintetizar mejor la cualidad, habilidad o característica que lo distingue como persona.
- La actividad se hará en silencio y en secreto hasta que todos finalicen, nadie debe observar el trabajo del otro.
- Hecho esto todos los participantes pasaran a pegar su cartel donde mejor les parezca.
- Libremente observaran los carteles de los demás.
- Por último el dinamizador incentivara a cierto número de estudiantes a que explique su cartel, hecho esto el dinamizador dará una breve reflexión sobre la actividad.

Sesión N°4

Tema: Misión Imposible

Dinámicas: Nueve puntos, el cuadro mágico, la avenida complicada,

Objetivo: Incentivar la interacción y colaboración entre compañeros de clase

Tipo de Dinámica: Colaborativa-comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: hoja de datos avenida complicada, marcadores, premio

Procedimiento:

- Primeramente el dinamizador mantendrá el orden y la atención de los estudiantes para poder explicar el tema y el objetivo del día.
- Como anuncio el dinamizador indicara que en el día se realizaran tres actividades de agilidad mental y de trabajo en equipo, resaltando que de esas tres actividades solo una será premiada aunque ellos no sabrán cual es, por eso deberán trabajar en equipo y mantener una comunicación constante para obtener la victoria en equipo.
- Se formaran grupos de 5 a 6 personas.
- Si los ejercicios llegasen a ser muy difíciles el dinamizador dará pistas para resolverlos

Primera actividad:

- Nueve puntos: se trata de unir 9 puntos mediante 4 trazos rectilíneos continuos. Es decir, sin levantar el lápiz del papel, ni recorrer 2 veces el mismo trazo. Los nueve puntos están en columnas de tres puntos.

Segunda actividad:

- El cuadrado mágico: sobre un cuadrado de 9 casillas, deben colocarse nueve números distintos: los comprendidos entre el 1 y el 9, ambos inclusive; por tanto, se trata de no repetir ninguno. Una vez dispuestos, la suma de las columnas horizontales, verticales y diagonales ha de dar siempre el mismo resultado.

Tercera actividad:

- La avenida complicada: en esta 'Avenida complicada' hay cinco casas numeradas: 801, 803, 805, 807, 809, de izquierda a derecha. Cada casa se caracteriza por un color diferente, la nacionalidad del propietario, por un coche cada uno de una marca, por una bebida y por un animal.

Anexos

- El mexicano vive en la casa roja.

- El peruano tiene un coche Mercedes.

- El argentino tiene un cachorro.

- El chileno bebe Coca-Cola.

- Los conejos están a la misma distancia del Cadillac que de la cerveza.

- El gato no bebe café ni habita en la casa azul.

- En la casa verde se bebe whisky.

- La vaca es vecina de la casa donde se bebe Coca-Cola.

- La casa verde tiene como vecina a su derecha la casa gris.

- El peruano y el argentino son vecinos.

- El propietario del Volkswagen cría conejos.

- El Chevrolet pertenece a la casa roja.

- Se bebe Pepsi-cola en la casa tercera.

- El brasileño es vecino de la casa azul.

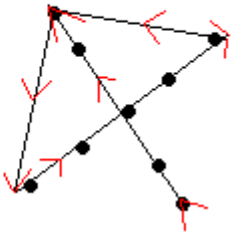
- El propietario del Ford, bebe cerveza.

- El propietario de la vaca es vecino del dueño del Cadillac.

- El propietario del Chevrolet es vecino del dueño del caballo.

- Una de las casas es amarilla.

Unir nueve puntos:



El cuadrado mágico:

6	7	2
1	5	9
8	3	4

Avenida complicada

Solución:

	801	803	805	807	809
Color	Verde	Gris	Amarillo	Azul	Rojo
Nación	Peruano	Argentino	Brasileño	Chileno	Mexicano
Coche	Mercedes	Ford	Volkswagen	Cadillac	Chevrolet
Bebida	Whisky	Cerveza	Pepsi-cola	Coca-cola	Café
Animal	Gato	Cachorro	Conejos	Caballo	Vaca

Sesión N°5

Tema: Construyendo en compañía

Dinámica: "Traje Blanco"

Dinámica de apoyo: Hazle reír

Objetivo: Fortalecer los lazos relacionales de los estudiantes por medio del trabajo en equipo

Tipo de Dinámica: Colaboración-comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: papelografos, cinta

Procedimiento:

Primera actividad: esta se da previo a la actividad central es más para la recreación y diversión de los estudiantes.

- Dinámica "Hazle reír": se forma un ruedo y se pone de centro a un participante el objetivo de la actividad es que haga reír a algún compañero para que este pase a tomar su lugar, la forma de hacer reír es por medio de un chiste, gestos entre otros.

Segunda actividad: la actividad principal se detalla en los siguientes puntos

- En esta dinámica el objetivo es lograr que todos los integrantes participen y se comuniquen entre sí para poder lograr desarrollar la actividad.
- Primeramente se arman grupos al azar y se procede a escoger un líder de grupo
- Se entrega papelografos y cinta a todos los grupos los cuales se usaran para formar una vestimenta establecida por el dinamizador por ejemplo una armadura, un traje de novia etc.
- Un participante de cada grupo deberá servir de modelo, el dinamizador entregara alrededor de 15 a 20 minutos para terminar y luego hará que cada grupo exponga su traje.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

MATRIZ DE TALLERES DE DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Colegio de bachillerato "27 de Febrero".
PARTICIPANTES: Estudiantes del tercero de bachillerato "A"
LUGAR: Aula de la institución educativa
RESPONSABLE: Investigador
OBJETIVO: Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar y expresar sus emociones por medio de dinámicas de descarga de la agresividad y de motivación para trabajar con la asertividad

Taller de Entrenamiento en Asertividad

TEMA	TIPO DE DINÁMICA	OBJETIVOS	SESIÓN N°1|	DESARROLLO	DURACIÓN	MATERIALES Y RECURSOS	EVALUACIÓN
Expresando mi asertividad	Descarga de la agresividad y soltar tensiones	Dar a conocer la importancia de respetar los deseos o anhelos personales que existe entre los estudiantes		Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos		La participación en las actividades constara como prueba del cumplimiento de la misma
			Respetando los sueños de otros	El dinamizador tras captar la atención de los estudiantes procederá a pedir que en un papel pequeño escriban algo que desean o que quieren mucho. Insertarlo en el globo y atarlo con un hilo al pie y empezar a reventar el globo de su compañero con el pie. Luego de ello se hará una breve reflexión referente al tema.	20 minutos	Globos Hilo Papel Esferos	
		Presentar un ambiente donde los estudiantes puedan divertirse sin entrar	Unidos en victoria	En la siguiente dinámica: Se formaran equipos los cuales harán una columna donde se agarre los hombros de cada compañero donde correrán si soltarse, el objetivo es retirar el pañuelo que se encuentra en el último	15 minutos	Pañuelos de tela	

		en conflicto con otros		estudiante. Terminada la actividad el dinamizador socializara con los estudiantes sobre la experiencia vivenciada y una breve reflexión sobre la importancia de trabajar en equipo sin entrar en conflicto.			
				Cierre de la sesión: agradecimiento por la participación de los estudiantes	5 minutos	Investigador	
			SESIÓN N°2	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Expresando mi asertividad	Descarga de la agresividad y soltar tensiones	Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar	Busca la bandera	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				En la primera dinámica: Los jugadores se dividen en dos equipos, con cada uno un campo. Para poder ganar, hay que coger una bandera y llevarla a un determinado sitio. Al terminar esta actividad el dinamizador procederá a crear un momento donde los estudiantes puedan explicar los fallos que tuvieron durante el juego y la importancia de interactuar.	25 minutos	Pañuelos de tela	
			Compartiendo Risas	El dinamizador aplicara dos dinámicas las cuales todas serán en grupo permitiendo así la interacción y un mejor ambiente en él. La primera con una pelota debe hacer que ruede por cada uno de ellos sin usar las manos y pies. La segundo es mar adentro mar afuera deben saltar de forma lateral por encima de la marca según la orden del dinamizador los que fallen son eliminados.	25 minutos	Pelota Cinta	

				Cierre de la sesión: se aplica la evaluación de la dinámica y finalmente agradecimiento por la participación de los estudiantes	10 minutos		
	TIPO DE DINÁMICA	**OBJETIVOS**	**SESIÓN N°3**	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Expresando mi asertividad	Descarga de la agresividad y soltar tensiones	Mostrar un ambiente que permita la diversión y reflexión entre compañeros	Obstáculos en mi camino	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Hojas de evaluación Estudiantes	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				Mediante la explicación del investigador: Todos deben correr a ocupar un extremo del patio o cancha, quien llegue al final hará de "diablo". El diablo debe estar en el centro del campo, dirá en voz alta: "adelante", a cuya orden los jugadores tratan de pasar al lado opuesto, procurando esquivar al "diablo", pues quien sea atrapado deberá hacer oficio de "diablito", ayudando a coger nuevos jugadores en los sucesivos cambios de extremo a extremo de la cancha.	15 minutos		
			En busca de mi libertad	Luego de la dinámica anterior se aplicara la siguiente donde: Cogidos de las manos y formando un circulo y colocando en el centro tres o cinco jugadores que hacen el oficio de "presos", deben intentar salir de su cárcel circular. Culminadas las dos actividades se reflexionara sobre la importancia de expresarse ante otros sin ira ni enojo ante un conflicto o dificultad	15 minutos		
				Se aplicara la hoja de evaluación de las dinámicas impartidas	10 minutos		

				Cierre de la sesión: agradecimiento a los estudiantes por su participación	5 minutos		
	TIPO DE DINÁMICA	**OBJETIVOS**	**SESIÓN N°4**	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Expresando mi asertividad	Descarga de la agresividad y soltar tensiones	Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar		Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Cinta adhesiva Estudiantes Hojas de evaluación	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
			Escapando del peligro	(Dinámica zorros y gallinas) Se seleccionan un grupo de estudiantes que representen a los zorros, pasan estos al centro del patio y ahí son vendados, en tanto que los que hacen de "gallinas" se distribuyen lo más separado posible y cada uno marca en su derredor un pequeño círculo, que representa su nido, y del que no puede salir. A la señal del jefe, los zorros se dirigen a cazar gallinas. Las gallinas, al ver que un zorro se les acerca, pueden acurrucarse, pero sin salir del círculo.	15 minutos		
			Creando Victorias	Tras haber aplicado la dinámica anterior se procede a la siguiente; para empezar, se nombran dos "jefes de equipo", donde una vez repartidos los jugadores, pasan a situarse a ambos lados de una línea recta que se traza en el lugar del juego, de tal forma que los jugadores de cada equipo tengan un rival en el lado opuesto, y a distancias iguales de dicha línea. Ya colocados, deben tomarse de ambas manos y, a una señal dada por quien dirige el juego, empieza el forcejeo, cada uno tratando de hacer cruzar a su oponente dicha línea.	15 minutos		
				Se aplicara la hoja de evaluación de las dinámicas impartidas	10 minutos		

				Cierre de la sesión: agradecimiento a los estudiantes por su participación			
	TIPO DE DINÁMICA	**OBJETIVOS**	**SESIÓN N°5**	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Expresando mi asertividad	Motivación	Promover la libre expresión de emociones y sentimientos que permitan una mejor interacción entre estudiantes	¡Gracias por preguntar¡	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				En esta dinámica a cada uno de los estudiantes se les pedirá que vaya a la pizarra y escriba una pregunta como por ejemplo "Cuál es tu secreto para siempre sonreír" o alguna frase que sea de ayuda o motivación para alguna personas sin especificar a quien va dirigido. Luego de esto cada uno de ellos tomara la frase o pregunta que más le guste y la escribirán en su hoja y la decorara como mejor les parezca. Se seleccionará a un número de estudiantes para que exponga porque escogieron esa pregunta o frase.	20 minutos	Estudiantes Marcadores Hojas de papel bond	
			Mi admirador secreto	Una vez socializado lo que es una carta el dinamizador indicara que el día hoy escribirán una carta de manera anónima a un compañero es decir sin especificar quien escribir dichosa carta y sin escribir el destinatario tampoco. El contenido de la carta debe ser realizado de forma personal, enviando primeramente un cordial saludo y luego el mensaje que debe ser de animo a esa persona	30 minutos	Hojas de papel bond Esferos lápiz	
				Se aplicara la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y con ello comprobar aprendizajes	15 minutos	Hoja de evaluación	
				Cierre de la sesión: agradecimiento a los estudiantes por su participación	5 minutos	Investigador	

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

Taller de Aserción

Tema: Expresando mi asertividad

Objetivo: Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar y expresar sus emociones de forma positiva

Sesión N°1

Tema: Respetando los sueños de otros

Dinámica: Globo andante

Objetivo: Dar a conocer la importancia de respetar los deseos o anhelos personales que existe entre los estudiantes

Tipo de Dinámica: Descarga de agresividad y soltar tenciones

Metodología: Grupal

Duración: 20 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: globos, hilo, papel, tijera, esferos

Procedimiento:

- En esta dinámica se deberá añadirle un papel al globo antes de inflarlo el cual debe tener escrito un sueño, una meta, algo amado entre otras cosa, luego de eso atarlo al tobillo con un hilo.
- Hecho esto se procederá a explicar el objetivo de la dinámica la cual es que con el pie poder reventar el globo del compañero, está prohibido el contacto físico como empujones, pellizcos, además de insultos, solo se deben concentrar en hacer explotar el globo del oponente.
- Para que el juego no sea corto y más emocionante el dinamizador creara las siguientes variantes del juego las cuales son competencias de: un uno contra uno, lucha de parejas (si se pierde un compañero se puede conseguir otro), equipos de 4 contra 4, enfrentamiento solo mujeres, enfrentamiento solo hombres
- Terminada la actividad el dinamizador preguntara a los estudiantes sobre que les pareció la actividad y como se sintieron al no poder proteger su globo donde se encontraba su sueño.
- Hecho esto el dinamizador dará una reflexión centrándose en la idea que se debe proteger y luchar por lo anhelado, lo amado, sin buscar aplastar los sueños y anhelos de otros ya que estos se deben respetar al igual que los suyos**.**

Segunda Dinámica

Tema: Unidos en victoria

Dinámica: La Cola de la Serpiente

Objetivo: Presentar un ambiente donde los estudiantes puedan divertirse sin entrar en conflicto con otros

Tipo de Dinámica: Descarga de agresividad y colaborativa

Metodología: Grupal

Duración: 15 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: pañuelos.

Procedimiento:

- Se formara un total de 4 equipos los cuales se harán aleatoriamente y se enfrentaran en un todo contra todos.
- Cada equipo hará una columna donde cada uno debe poner una mano en el hombro de uno de sus compañeros, mientras con otra mano sostener la pierna doblada hacia atrás de su compañero.
- El último de la columna mantiene un pañuelo atado a su cintura este pañuelo debe ser arrebatado por el otro equipo exactamente por la persona que encabece la columna.
- Una vez terminado el todo contra todos se hará un mini-campeonato.
- Terminada la actividad el dinamizador socializara con los estudiantes sobre la experiencia de la actividad y una breve reflexión sobre la importancia de trabajar en sin entrar en conflicto.

Sesión N°2

Tema: Dinámica “Busca la bandera”

Objetivo: Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar

Tipo de Dinámica: Descarga de la agresividad y de colaboración

Metodología: Grupal

Duración: 25 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: banderas, pañuelos

Procedimiento:

Para jugar, los jugadores se dividen en dos equipos, con cada uno un campo. Para poder ganar, hay que coger una bandera y llevarla a un determinado sitio.

Existen otras variantes menores de este modo de juego:

- Ambos equipos poseen la bandera contraria (el equipo rojo posee la bandera azul, y viceversa), y un jugador debe llevarla a salvo a la base enemiga

- Un solo equipo tiene la bandera, y debe defenderla, mientras el otro equipo intenta capturarla y llevarla a salvo a su base
- La bandera puede estar en una zona neutra entre ambos equipos

Al terminar esta actividad el dinamizador procederá a crear un momento donde los estudiantes puedan explicar los fallos que tuvieron durante el juego y la importancia de colaborar entre ellos.

Segunda Dinámica

Tema: Compartiendo Risas

Dinámicas: “Di mi nombre”, “Mar adentro mar afuera”, “La vuelta al mundo”

Objetivo: Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar

Tipo de Dinámica: Descarga de la agresividad y de colaboración

Metodología: Grupal

Duración: 25 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: pelota pequeña, tubo de espuma flex, cinta

Económicos: $ 2.00

Procedimiento:

Primera actividad:

- Dinámica di mi nombre: El dinamizador forma un ruedo con los participantes donde uno de ellos estará en el centro y sostendrán una esponja larga o tubo de papel, luego de esto las personas que forman el círculo dicen el nombre de alguno de sus compañeros, en ese momento la persona que sostiene el tubo de papel deberá darle en la cabeza o brazo a esa persona, antes de que esa persona diga el nombre de otra. Las personas que están en el centro pagaran prenda.

Segunda actividad:

- Mar adentro mar afuera: el dinamizador crea dos líneas con cinta de unos 4 metros de largo cada una y que estén separadas por un 1 metro, luego de esto se pone dos grupos de participantes a un lado de la cinta, luego se procede a decir la palabra mar adentro que significa que deben saltar en el espacio de 1 metro, con la palabra mar afuera deben saltar y salir de ese espacio, así el dinamizador deberá usar estas palabras hasta que un equipo gane.

Tercera actividad:

- La vuelta al mundo: con una pelota un grupo 10 a 13 estudiantes deberá hacerla pasar por cada uno de los participantes sin usar los brazos y piernas en un tiempo de 8 segundos.

Sesión N°3

Tema: Obstáculos en mi camino

Dinámica: El Diablo se divierte

Objetivo: Mostrar un ambiente que permita la diversión y reflexión entre compañeros

Tipo de Dinámica: Descargar la agresividad y liberar tensiones

Metodología: Grupal

Duración: 15 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: patio o cancha, caja del tesoro

Procedimiento:

Para este juego se requiere un patio un poco grande, y pueden tomar parte en el hasta unos 40 jugadores, que deben formar una fila, mirando hacia el otro extremo del campo. El juego inicia a la señal del dinamizador.

- Todos deben correr a ocupar el otro extremo del patio o campo, y hará de “diablo” el jugador que llegue de último.

- Colocado el diablo en el centro del campo, dirá en voz alta: “adelante”, a cuya orden los jugadores tratan de pasar al lado opuesto, procurando esquivar al “diablo”, pues quien sea atrapado deberá hacer oficio de “diablito”, ayudando a coger nuevos jugadores en los sucesivos cambios de extremo a extremo del patio.

- El juego termina cuando queden de 1 a 5 jugadores los cuales serán el vencedor. El dinamizador puede otorgar un premio a los vencedores y crear un mensaje sobre superar los obstáculos en la vida.

Segunda Dinámica

Tema: En busca de mi libertad

Dinámicas: Los Prisioneros, el espejo

Objetivo: Mostrar un ambiente que permita la diversión y reflexión entre compañeros

Tipo de Dinámica: Descargar la agresividad y liberar tensiones

Metodología: Grupal

Duración: 15 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: patio o cancha

Procedimiento:

Primera actividad:

- Dinámica el espejo: en esta actividad el espejo son las personas que van a imitar los movimientos de quien se refleja el objetivo de esta dinámica es lograr que la mayor cantidad de participantes logren efectuar de manera correcta la actividad, los que fallen deberán pagar alguna penitencia.

Segunda actividad:

- En este juego puede tomar parte un crecido número de jugadores: 30,40 o más. Quienes hayan de jugarlo se colocan en fila, cogidos de las manos y formando un circulo. Al centro se colocan tres o cinco jugadores que hacen el oficio de "presos", y que intentan salir de su cárcel circular.

- Quienes formen el círculo deben incitar a los "prisiones" a huir de la cárcel levantando los brazos para dejarles libre salida, pero deben luego oponer resistencia para que no puedan escaparse.

- El jugador que deje salir a uno de los "prisioneros" debe entrar al círculo a reemplazar al fugitivo, y este puede entrar a formar parte del círculo.

- Puede introducirse a este juego la siguiente variante: cada fugitivo continúa jugando, y dan por terminado el juego cuando ya se ha fugado un número de "prisioneros" previamente convenido, por ejemplo 10.

Sesión N°4

Tema: Escapando del peligro

Dinámica: Gallinas y Zorros

Objetivo: Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar

Tipo de Dinámica: Descargar la agresividad y liberar tensiones

Metodología: Grupal

Duración: 15 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: patio o cancha, vendas y tizas

Procedimiento:

En este juego muy apropiado para niños pequeños. Se ha de jugar en un patio, en donde puedan hacerse demarcaciones con tiza o rayas en la tierra.

- EL número de jugadores puede ser de 10, 20 hasta 30, según el espacio que se disponga y ha de elegirse 4 zorros por cada 10 jugadores.
- Determinado el número de zorros, pasan estos al centro del patio y ahí son vendados, en tanto que los que hacen de "gallinas" se distribuyen lo más separado posible y cada uno marca en su derredor un pequeño círculo, que representa su nido, y del que no puede salir.

- A la señal del jefe, los zorros se dirigen a cazar gallinas. Las gallinas, al ver que un zorro se les acerca, pueden acurrucarse, pero sin salir del círculo, para evitar que el zorro, que tiene vendados los ojos, las toque con las manos, que son las que lo dirigen.
- Cuando un "zorro" toca una "gallina", esta sale del juego, el que se da por terminado cuando se acaban, al menos, las tres cuartas partes "gallinas" y se declara vencedor al "zorro" que ha comido un mayor número de estas.

Segunda Dinámica

Tema: Creando Victorias

Dinámica La Fuerza se impone

Objetivo: Crear un ambiente donde los estudiantes puedan interactuar

Tipo de Dinámica: Descarga de la agresividad y soltar tensiones

Metodología: Grupal

Duración: 15 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: cancha de futbol, cinta

Procedimiento:

Esta interesante dinámica no necesita ningún campo especial, y pude participar en él un buen número de jugadores.

- Para empezarlo, se nombran dos "jefes", que alternativamente van repartiéndose los jugadores, los que una vez seleccionados, pasan así en grupo a situarse a ambos lados de una línea recta que se traza en el lugar del juego, de tal forma que los jugadores de cada equipo tengan un rival en el lado opuesto, y a distancias iguales de dicha línea.
- Ya colocados, se tomó de ambas manos y, a una señal dada por quien dirige el juego, empieza el forcejeo, cada uno tratando de hacer pisar o pasar la raya a su contrario, lo que representa un punto para su equipo.
- Queda eliminado quien se deja vencer más de tres veces, debiendo, por tanto retirarse del juego.
- Cuando todas las parejas se han disuelto, se cuenta el número de puntos obtenido por cada equipo, resultando vencedor quien acumule el mayor número.

Una variante del juego es que si ambos competidores están empatados en fuerza puedan llamar un refuerzo y así sucesivamente hasta que un grupo tenga la victoria.

Ya terminado el juego el dinamizador preguntara a los estudiantes sobre como fue el trabajo en equipo que tuvieron y cuáles fueron los fallos, de no haber respuesta por parte de los participantes el dinamizador resaltara esos puntos.

Sesión N°5

Tema: ¡Gracias por preguntar¡

Objetivo: Promover la libre expresión de emociones y sentimientos que permitan una mejor interacción entre estudiantes

Tipo de Dinámica: Motivación

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: Marcadores, hojas de papel bond

Procedimiento:

Primera actividad:

- Dinámica de apoyo "A la orden mi señor": primero se busca o se crea un espacio ya que esta actividad lo requiere, hecho esto se explica a los participantes que deben actuar, hacer y decir acorde a la voz que esté al mando en este caso el dinamizador. Por ejemplo: "caminen lentamente y ahora saluden a un amigo de años" "vuelvan a caminar y ahora escapen de un ladrón" "caminen y finjan que están enfermos del estómago" entre otras cosas la idea es que los participantes liberen tensiones.

Segunda actividad:

Primeramente se creara grupos de alumnos para luego explicar cómo deben realizar la siguiente actividad.

- Se pedirá a los estudiantes que cada uno vaya a la pizarra y escriba una pregunta como por ejemplo “Cuál es tu secreto para siempre sonreír” o alguna frase que sea de ayuda o motivación para alguien sin especificar a quien va dirigido.
- Luego de esto cada uno de ellos tomara la frase o pregunta que más le guste y la escribirán en su hoja y la decorara como mejor les parezca,
- Hecho esto algunas personas podrán exponer en su grupo porque seleccionaron esa frase.

Para culminar la actividad el dinamizador dará una corta reflexión sobre la importante que es animarse entre compañeros.

Segunda Dinámica

Tema: Mi admirador secreto

Dinámica: La carta

Objetivo: Promover la libre expresión de emociones y sentimientos que permitan una mejor interacción entre estudiantes

Tipo de Dinámica: Motivación

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: aula, sobre de cartas, esferos, hojas de papel bon

Procedimiento:

El dinamizador procede a mantener el orden en el aula y procederá a dar instrucciones básicas sobre la siguiente actividad.

- Una vez captada la atención de los estudiantes el dinamizador preguntara si saben lo que es una carta y para qué sirven.

- Una vez socializado lo que es una carta el dinamizador indicara que el día hoy escribirán una carta de manera anónima a un compañero es decir sin especificar quien escribir dichosa carta y sin escribir el destinatario tampoco.
- El contenido de la carta debe ser realizado de forma personal, enviando primeramente un cordial saludo y luego el mensaje que debe ser de animo a esa persona por ejemplo: Saludos querido compañero espero que hoy sigas sonriendo como siempre, Hoy te escribo con el deseo de decirte que eres alguien muy importante en el mundo en la vida y en esta aula etc.

- Explicado el proceso de la dinámica el dinamizador procede a entregar los sobres de carta a los estudiantes y dará la última indicación la cual es adornar el interior de la carta y dejar una posdata la cual deja un recordatorio, un verso una palabra de reflexión todo acorde a la persona que redacte dicha carta.

Terminada la actividad el dinamizador preguntara que les pareció la carta que recibieron y explicara brevemente la importancia de recibir y de dar un mensaje de ánimo a las personas.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

MATRIZ DE TALLERES DE DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Colegio de bachillerato "27 de Febrero".
PARTICIPANTES: Estudiantes del tercero de bachillerato "A"
LUGAR: Aula de la institución educativa
RESPONSABLE: Investigador
OBJETIVO: Formar situaciones donde el grupo estudiantes pueda exponer y hablar ante un público sin miedo a equivocarse.

Taller para Hablar en Público

TEMA	TIPO DE DINÁMICA	OBJETIVOS	SESIÓN N°1|	DESARROLLO	DURACIÓN	MATERIALES Y RECURSOS	EVALUACIÓN
Sin miedo ante un público	Comunicativa	Lograr que los estudiantes expongan vivencias significativas con sus compañeros		Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
			Mi película	El dinamizador aclarara que la actividad no se trata solo de explicar la imagen, que ya se verá proyectada, sino de exponer sentimientos, actitudes o deseos, resumidos en una frase hacia los demás. En una sesión cada uno dibujara en el papel escenas importantes de su vida como su primer partido de futbol, un día en la feria, el viaje o	25 minutos	Papel Lápiz Borrador	

				paseo más divertido, sus mejores vacaciones. Las montara y ordenara para poder exponerlas a su grupo. Al terminar se dará un pequeño mensaje por parte del dinamizador acorde a crear sucesos significativos en la vida y compartirlos con otras personas.			
				Aplicación de la evaluación referente a la dinámica aplicada	10 minutos	Hoja de evaluación	
				Cierre de la sesión: agradecimiento por la participación de los estudiantes	5 minutos	Investigador Estudiantes	
			SESIÓN N°2	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Sin miedo ante un público	Comunicativa	Promover un ambiente donde los estudiantes puedan comunicarse sin miedo al público	Explicando mi mensaje	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				El dinamizador crea grupos de 5 a 7 personas de ellos este escogerá una persona que mediante la mímica o descripción representara algún personaje y el resto del grupo tratara de identificar a quien hace referencia. Se escogen nombres, personajes, animales o cosas que se puedan representar mediante la mímica por ejemplo: Iron Man, pájaro, Hulk, perro, gato, princesa, policía, bombero, Shakira, futbolista, mono, cantante, arbitro, profesor, doctor, superman.	25 minutos	Listado de personajes, carreras y cosas para la dinámica	
				Aplicación de la evaluación referente a la dinámica aplicada	10 minutos	Hoja de evaluación	

				Cierre de la sesión: agradecimiento por la participación de los estudiantes	5 minutos		
	TIPO DE DINÁMICA	**OBJETIVOS**	**SESIÓN N°3**	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Sin miedo ante un público	Comunicativa	Promover un ambiente donde los estudiantes puedan comunicarse sin miedo al público	Quiero conocerte	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Hojas de evaluación Estudiantes Papel Lápiz	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				El objetivo de la dinámica del mensajero es lograr que los participantes hagan preguntas personales o graciosas sin dirigirla a un compañero o compañera en específico. En esta dinámica se formara un ruedo donde todos deben cambiar de asiento quien se quede sin lugar para sentarse deberá sacar una pregunta y contestarla	20 minutos		
				Luego de la dinámica anterior se aplicara la siguiente la cual se llama mensaje cambiado, se centra en que los estudiantes realicen una pregunta y su compañero conteste con la respuesta de su papel.	20 minutos		
				Se aplicara la hoja de evaluación de las dinámicas impartidas	10 minutos		
				Cierre de la sesión: agradecimiento a los estudiantes por su participación	5 minutos		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

Taller para Hablar Público

Tema: Sin miedo ante un público

Objetivo:

Sesión N°1

Tema: Mi película

Objetivo: Lograr que los estudiantes expongan vivencias significativas con sus compañeros

Tipo de Dinámica: Comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: papel bond o papel vegetal, esfero negro

Procedimiento:

- Se formaran 6 grupos de 5 personas y se los hará sentar en ruedo con sus respectivos pupitres.
- Luego se dará a cada estudiante varios rectángulos de papel del tamaño de una diapositiva (entre 4 y 8 rectángulos).
- El dinamizador aclarara que la actividad no se trata solo de explicar la imagen, que ya se verá proyectada, sino de exponer sentimientos, actitudes o deseos, resumidos en una frase hacia los demás.
- En una sesión cada uno dibujara en el papel escenas importantes de su vida como su primer partido de futbol, un día en la feria, el viaje o paseo más divertido, sus mejores vacaciones, el primer libro que leyeron, la primera vez que fueron al doctor, su mascota más querida. Las montara y ordenara para poder exponerlas a su grupo.
- Hecho esto entre integrantes del mismo grupo contaran su mini historia, terminado esto el dinamizador creara nuevos grupos para que puedan socializar con diferentes compañeros.

Terminada la actividad el dinamizador dará un pequeño mensaje sobre la necesidad de tener y crear sucesos importantes o significativos en nuestras vidas y compartirlos con otras personas.

Sesión N°2

Tema: Explicando mi mensaje

Dinámica: Charadas

Objetivo: Promover un ambiente donde los estudiantes puedan comunicarse sin miedo al publico

Tipo de Dinámica: Comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 45 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: hoja de palabras, caja del tesoro

Procedimiento:

- Desarrollo del ejercicio: el objetivo es que mediante la narrativa o mímica puedan crear una mejor expresión verbal y corporal de sí mismos y a su vez poder interactuar mejor con sus compañeros.

- El dinamizador crea grupos de 5 a 7 personas de ellos este escogerá una persona que mediante la mímica representara algún personaje y el resto del grupo tratara de identificar a quien hace referencia.

- Se escogen nombres, personajes, animales o cosas que se puedan representar mediante la mímica por ejemplo: Iron Man, pájaro, Hulk, perro, gato, princesa, policía, bombero, Shakira, futbolista, mono, cantante, arbitro, profesor, doctor, superman.
- Otra forma de hacer las charadas es cuando el participante si puede hablar pero solo debe describir la palabra mientras que el equipo descubre cual es.

Anexo

Ejemplos			
Personajes	Profesiones	Películas	Libre
Iron Man	Doctor	Toy Story	Semáforo rojo
Hulk	Profesor	Robocop	Actor cómico
Superman	Policía	Peter pan	Loco de amor
Mujer maravilla	Carpintero	Sherk	Astronauta
Harry Potter	Bombero	Charlie y la fábrica de chocolates	Caballo de carreras
Rocky	Bailarín	Los tres mosqueteros	Niño llorando
Hombre araña	Político	Buscando a nemo	Modelo
King Kong	Cocinero	El señor de los anillos	Villano
Hombre lobo	Actor	La guerra de las galaxias	Lluvia de estrellas
Batman	Secretaria	Chucky	Infiel
Thor	Profesor	Profesor chiflado	Papa enojado
Goku	Cantante	El Grinch	Enfermo estomago
Wolverine	Militar	Toy Story	Novia celosa

Sesión N°3

Tema: Quiero conocerte

Dinámica: El mensajero, mensaje cambiado

Objetivo: Promover un ambiente donde los estudiantes puedan comunicarse sin miedo al publico

Tipo de Dinámica: Comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 40 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: esferos, hojas de papel, pupitres

Procedimiento:

Primera Actividad:

El objetivo de la dinámica del mensajero es lograr que los participantes hagan preguntas personales o graciosas sin dirigirla a un compañero o compañera en específico.

- Primeramente se crea un ruedo con los asientos del aula, dejando un espacio amplio en la misma.

- Luego de esto se explica a los estudiantes que hagan una pregunta en un papel pequeño siempre y cuando manteniendo el respeto, hecho esto el dinamizador guardara todas las preguntas en una funda o caja.
- Ya logrado esto todos los estudiantes deben estar sentados y el dinamizador dirá lo siguiente: ha llegado una carta para todos los que tienen el pelo corto, entonces todos los que posean esta característica deberán cambiar de asiento, la persona que se quede sin asiento deberá tomar una pregunta al azar y contestarla.

Segunda actividad:

- El objetivo de la dinámica mensaje cambiado es lograr que los participantes pongan en práctica su imaginación y capacidad para responder ante una situación.
- Cada estudiante forma una pregunta pero no la responde esta pregunta debe ser interesante o graciosa. Una vez escrita la pregunta el dinamizador las tomara y las repartirá a otra persona y esta escribirá la respuesta en ese papel, hecho esto el dinamizador recogerá nuevamente los papeles.
- Por último el dinamizador deberá repartir los papeles y explicar la forma del juego la cual es que una persona lee la pregunta de su papel y su compañero de a lado lea la respuesta del suyo y así sucesivamente hasta que todos participen.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

MATRIZ DE TALLERES DE DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Colegio de bachillerato "27 de Febrero".
PARTICIPANTES: Estudiantes del tercero de bachillerato "A"
LUGAR: Aula de la institución educativa
RESPONSABLE: Investigador
OBJETIVO: Por medio del uso de dinámicas comunicativas promover la interacción entre estudiantes hombres y mujeres para mejorar las relaciones con el sexo opuesto.

Taller para Relacionarse con el Otro Sexo

TEMA	TIPO DE DINÁMICA	OBJETIVOS	SESIÓN N°1|	DESARROLLO	DURACIÓN	MATERIALES Y RECURSOS	EVALUACIÓN
Cultivando nuevas relaciones	Comunicativa	Influir en la formación de criterios referentes a las relaciones con el sexo opuesto		Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
			Buscando la verdad	El dinamizador previamente planteara un tema el cual hace referencia a noviazgo en la adolescencia y relaciones con el sexo opuesto donde tendrá preguntas ya formadas para la aplicación de la dinámica.	35 minutos	Hoja de preguntas Investigador Estudiantes	

Cultivando nuevas relaciones	Comunicativa			Para obtener la victoria en el debate se debe dar comentarios o puntos de vista lógicos es decir con sentido común. Por cada buen comentario se otorgara un punto al equipo. Está prohibido que participe la misma persona más de 2 veces			
				Aplicación de la evaluación referente a la dinámica aplicada	5 minutos	Hoja de evaluación	
				Cierre de la sesión: agradecimiento por la participación de los estudiantes	5 minutos	Investigador Estudiantes	
			SESIÓN N°2	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
		Promover la interacción entre estudiantes del sexo opuesto	¿Cómo estas hoy?	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes Hoja de lectura Hoja de evaluación	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				Primera actividad: antes de entrar a la actividad principal se desarrollara una dinámica que ayuda a soltar tensiones por parte de los estudiantes y así estén más dispuestos a la participación. Segunda actividad: El objetivo de la presente dinámica es que los participantes logren interactuar con sus compañeros y compañeras a través de la charla y la reflexión.	25 minutos		
				Se aplicara la hoja de evaluación de las dinámicas impartidas	10 minutos		
				Cierre de la sesión: agradecimiento a los estudiantes por su participación	5 minutos		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

Taller para Relacionarse con el Otro Sexo

Tema: Cultivando nuevas relaciones

Objetivo: Por medio del uso de dinámicas comunicativas promover la interacción entre estudiantes hombres y mujeres para mejorar las relaciones con el sexo opuesto.

Sesión N°1

Tema: Buscando la verdad

Dinámica: Juicio de la verdad

Objetivo: Influir en la formación de criterios referentes a las relaciones con el sexo opuesto

Tipo de Dinámica: Comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 35 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: marcadores, aula

Procedimiento:

El objetivo de esta dinámica es lograr que los participantes expresen libremente sus ideales sin temor.

- El dinamizador previamente planteara un tema de debate y tendrá preguntas ya formadas para la aplicación de la dinámica.
- El tema planteado debe causar interés en los participantes
- Ya con los grupos formados y organizados el dinamizador explicara que será un mediador de los grupos y que será a la vez juez e interrogador de estos.
- Los grupos tendrán de 5 a 10 minutos para organizarse y pensar sus respuestas sobre el tema además de escoger el nombre de su equipo.
- Para obtener la victoria en el debate se debe dar comentarios o puntos de vista lógicos es decir con sentido común.
- Por cada buen comentario se otorgara un punto al equipo.
- Está prohibido que participe la misma persona más de 2 veces

Anexo

Tema: ¿Los adolescentes están listos para tener un noviazgo o una pareja sentimental?
¿Qué es el noviazgo? ¿A qué edad se debe tener novia? ¿Cuáles son los beneficios de tener una novia o pareja? ¿Razones para tener una pareja? ¿Por qué los adolescentes tienen varias parejas amorosas? ¿Cómo debe ser la forma de amar a la pareja? ¿Cuáles son los problemas de tener una pareja? ¿Por qué razones las relaciones amorosas terminan? ¿Cuántas parejas debe tener una persona y porque? ¿Cuáles son los errores más grandes al escoger a una persona como novio o novia?

Sesión N°2

Tema: ¿Cómo estas hoy?

Objetivo: Promover la interacción entre estudiantes del sexo opuesto

Dinámica de apoyo: Bomba de palabras

Tipo de Dinámica: Motivación y de comunicación

Metodología: Grupal

Duración: 25 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: aula, hoja de lectura para los estudiantes, fósforos, globo e hilo

Procedimiento:

Primera actividad: antes de entrar a la actividad principal se desarrollara una dinámica que ayuda a soltar tensiones por parte de los estudiantes y así estén más dispuestos a la participación.

- Dinámica bomba de palabras: en esta dinámica se ata un hilo a una bomba y este se enciende y se va pasando por cada participante hasta que explote el globo, para que el globo pase a otro participante el dinamizador deberá indicar la temática por ejemplo: nombres de países, cosas que hay en un baño, nombres que empiecen con "M", entre otras.

Segunda actividad:

El objetivo de la presente dinámica es que los participantes logren conectarse emocionalmente con sus compañeros a través de la charla.

- El dinamizador primeramente crea un ambiente de orden y atención hacia sus estudiantes. Seguidamente de esto entrega la hoja de lectura la cual deberán leer en voz baja o en silencio.
- Una vez terminado el tiempo de lectura, el dinamizador pedirá a los estudiantes que escojan un compañero del sexo opuesto.
- Hecho esto el dinamizador pedirá a cada pareja que se haga la siguiente pregunta ¿Cómo te sientes hoy?
- Se dará un tiempo de 8 a 10 minutos hecho esto el dinamizador creara nuevas parejas y se repetirá la dinámica.
- Una vez terminada la dinámica el dinamizador dará una breve explicación sobre la importancia de ayudar y conocer cómo se sienten las demás personas.

Anexo

Hoy estoy bien

Hoy me desperté más temprano.
Elevé una plegaria como nunca antes lo había hecho.
Recordé las oraciones que aprendí cuando era un niño.
Pedí perdón por los errores cometidos.
Intenté recordar a todos aquellos que están necesitados.
Tomé la agenda telefónica y la revisé.
Llamé a todos mis amigos.
Les pregunté cómo estaban
y si necesitaban algo.
Me puse a su disposición.
Les dije cuánto los amaba.
Al final del día llegué a una conclusión…
Hoy fui feliz, soy y seré feliz.
Porque tengo amigos y ellos lo saben.

Mario Meireles

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

MATRIZ DE TALLERES DE DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Colegio de bachillerato "27 de Febrero".
PARTICIPANTES: Estudiantes del tercero de bachillerato "A"
LUGAR: Aula de la institución educativa
RESPONSABLE: Investigador
OBJETIVO: Aplicar dinámicas colaborativas-comunicativas para conciliar mejores relaciones familiares por parte del grupo de estudiantes.

Taller de Relaciones Familiares

TEMA	TIPO DE DINÁMICA	OBJETIVOS	SESIÓN N°1|	DESARROLLO	DURACIÓN	MATERIALES Y RECURSOS	EVALUACIÓN
Confiando en mis padres	Colaborativa-comunicativa	Promover las relaciones familiares mediante un ejercicio de confianza		Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
			El guía en mi camino	Se formaran parejas de las cuales una estará vendada y la otra hará de guía sin mantener el contacto físico, el objetivo es atrapar al dinamizador mientras este se encuentra en movimiento por un tiempo determinado, se puede hacer cambio de parejas. Terminada la actividad se socializara sobre porque confiamos en nuestros padres	25 minutos	Vendas para los ojos Investigador Estudiantes	

				Aplicación de la evaluación referente a la dinámica aplicada	10 minutos	Hoja de evaluación	
				Cierre de la sesión: agradecimiento por la participación de los estudiantes	5 minutos	Investigador Estudiantes	
			SESIÓN N°2	**DESARROLLO**	**DURACIÓN**	**MATERIALES Y RECURSOS**	**EVALUACIÓN**
Confiando en mis padres	Colaborativa-Comunicativa	Promover las relaciones familiares mediante juego de roles	Actuando en confianza	Se dará la bienvenida a los estudiantes y las indicaciones referente a la sesión que se trabajara	5 minutos	Investigador Estudiantes Hoja de evaluación	Aplicación de la hoja de evaluación referente a las dinámicas aplicadas y como estas les ayudo
				Dinámica de apoyo en los zapatos de otros. Desarrollo del ejercicio: con la finalidad de fortalecer conductas sociables y las relaciones familiares el objetivo de la dinámica es dejar que los participantes expresen libremente sus ideas a través de una mini obra de teatro la cual deberá ser desarrollada y pensada por ellos mismos. El dinamizador será solo un apoyo para los grupos guiándolos a crear buenas ideas referente a lo que van a actuar.	70 minutos		
				Se aplicara la hoja de evaluación de las dinámicas impartidas	10 minutos		
				Cierre de la sesión: agradecimiento a los estudiantes por su participación	5 minutos		

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO 27 DE FEBRERO

Taller para Relaciones Familiares

Tema: Confiando en mis padres

Objetivo: Aplicar dinámicas colaborativas-comunicativas para conciliar mejores relaciones familiares por parte del grupo de estudiantes.

Sesión N°1

Tema: El guía en mi camino

Objetivo: Promover las relaciones familiares mediante un ejercicio de confianza

Tipo de Dinámica: Colaborativa-comunicativa

Metodología: Grupal

Duración: 25 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: tijeras, vendas para los ojos, premio.

Procedimiento:

- El dinamizador formara parejas de estudiantes al azar.
- En estas parejas uno ira con los ojos vendados y el otro hará de guía.
- El objetivo es que se relaje el alumno que va con los ojos vendados y se deje conducir por el compañero que tendrá que esforzarse por explicar claramente por donde y como debe caminar.
- El recorrido es libre, pero con límite de tiempo, el equipo deberá guiar a la persona para alcanzar el premio que el dinamizador preparo,
- Si en el tiempo deseado no se alcanza el premio, el estudiante vendado será guía y viceversa.
- En el caso de haber un grupo grande como de 30 personas se crearan dos grupos los cuales participaran en turnos diferentes.
- Terminada la dinámica todos deberán sentarse en el suelo y el dinamizador procederá a realizar preguntas sobre la experiencia que han tenido y realzar la importancia de tener alguien en quien confiar en las dificultades y porque confiamos en nuestros padres.

Sesión N°2

Tema: Actuando en confianza

Dinámica de apoyo: "En los zapatos de otros"

Objetivo: Promover las relaciones familiares mediante juego de roles

Tipo de Dinámica: Comunicativa y de colaboración

Metodología: Grupal

Duración: 70 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador y estudiantes

Materiales: caja del tesoro

Procedimiento:

Primera actividad:

- Dinámica en los zapatos de otros: esta dinámica se centra en que una persona represente una situación de la vida desfavorable o difícil de afrontar como por ejemplo: no poder ver y tener que ser guiado por la voz de alguien, tener que llevar algún objeto sin poder usar los brazos, pedir ayuda sin poder hablar, llegar algún sitio sin poder caminar. El designio de estas situaciones se pueden dar por sorteo.

Segunda actividad:

- Desarrollo del ejercicio: con la finalidad de fortalecer las relaciones familiares el objetivo de la dinámica es dejar que los participantes expresen libremente sus ideas a través de una mini obra de teatro la cual deberá ser desarrollada y pensada por ellos mismos.
- El dinamizador será solo un apoyo para los grupos guiándolos a crear buenas ideas referente a lo que van a actuar. Por ejemplo: una escena de una pareja que se divorcia, hijos con problemas de consumo de alcohol, discusiones entre padres e hijos, entre otras.
- Para una mejor participación y desarrollo de la actividad el dinamizador deberá poner un incentivo o premio al equipo que mejor participe.

Cierre de la Aplicación de la Propuesta

Tema: Programa de despedida

Objetivo: Agradecer a los estudiantes el apoyo brindado para lograr el proyecto de tesis.

Metodología: Grupal

Duración: 60 minutos

Recursos:

Humanos: dinamizador, docente y estudiantes

Materiales: pastel, cola, sanduches, picaditas, juegos

Procedimiento:

- Se iniciará con el saludo y una pequeña conversación con los estudiantes.
- Aplicación del post-test
- Luego se procederá a aplicar el presente programa con la finalidad de agradecerle al estudiante su colaboración prestada para poder realizar este trabajo.
- El programa incluirá dinámicas ya realizadas como: “La fuerza se impone”, “Mar adentro mar afuera”, “La vuelta al mundo”, “Di mi nombre”.
- Finalmente se darán palabras de afecto hacia el grupo de estudiantes por el tiempo compartido

j. BIBLIOGRAFÍA

Alborés, P. (2005). *Comunicaciones interpersonales.* Madrid, España: Ideas propias.

Antony, M. (2010). *Como superar la timidez y el miedo a hablar en público*. España: Editorial Amat.

Biffi, S. Chiaro, R. (2005). *Caminos de encuentro y descubrimiento*: dinámicas y vivencias. Bogotá, Colombia: San Pablo.

Catarina, M. (2017). *Metodología de la investigación.* México. Universidad de las Américas Puebla.

Gómez, M, Teresa, (2004). *Propuestas de intervención en el aula: Técnicas para lograr un clima favorable en clase.* Madrid, España: Narcea

Kassin, S. Fein, S. Hazel, R. (2010). *Psicología social*. México: Cengage Learning Editores

Kimble, C. Hirt, Edward. Diaz, R. Hosch, H. Lucker, G. Zarate, M. (2010). Psicologia social de las

Américas. México: Pearson educación.

Mora, J. Chapara, F. (2008*). Visión actual de la psicología del deporte.* Sevilla, España: WANCEULEN Deportiva, S.L.

Oliveira, I. Meireles, M. (2008). *Dinámicas para vivir y compartir*. San Pablo, Venezuela. Recuperado.

Raffini, J. (1998). *100 maneras de incrementar la motivación en clase.* Argentina: Troquel S.A.

Ruiz, R. (2006). Historia y evolución del pensamiento científico. México: Atlanta, Georgia S. A.

Rosemberg, F. (2006). *Psicoterapia Conductual y Cognitiva.* Caracas, Venezuela: CEC, SA

Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación.* México: Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Stainback, S. Stainback, W. (2007). *Aulas inclusivas: un nuevo modo de enfocar y vivir el currículo.* Madrid, España: NARCEA, S.A.

Weinberg, R. D, Gould. (2007). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico.* Madrid, España: Médica Panamericana, S.A.

WEBGRAFÍA

Barrale, M. Díaz, M. (2006). *Enseñar y aprender sin stress. Técnicas de Dinámica de Grupo*. Argentina. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=8eVVhwVEeuwC&pg=PA49&dq=dinamicas+de+grupo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjBm_2j75faAhXHMd8KHc4KC504FBDoAQgqMAE#v=onepage&q&f=false

Castilla, M. Gómez, D. López, P. Caballero, A. Reina, M. Luna, G. Ramos, F. (2006). ATS/DUE del Servicio Gallego de Salud. España. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=EFj_wy_X5CsC&pg=PA273&dq=problemas+para+socializar+en+la+adolescencia+con+el+sexo+opuesto&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi6oKOk1JTaAhUO7awKHUKgCqwQ6AEIMzAC#v=onepage&q&f=false

Coleman, J. Hendry, L. (2003). *Psicología de la adolescencia.* Madrid, España. Recuperado de https://books.google.com.ec/books?id=94Od90KAzNYC&pg=PA165&dq=relaciones+interpersonales+en+la+adolescencia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiNw9XnyazXAhVFMyYKHS1HCNUQ6AEIKTAB#v=onepage&q&f=false

Contreras, C. Díaz, B. Hernández, E. (2011). *Relaciones Interpersonales.* Recuperado de http://www.eumed.net/librosgratis/2012a/1159/bases_teoricas_relaciones_interpersonales.html

Estévez, E. Jiménez, T. Musitu, G. (2007). *Relaciones entre padres e hijos adolescentes*. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=T9XaFGC6VZ8C&pg=PA33&dq=relaciones+familiares+en+la+adolescencia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiH8qPV-sHaAhUM4VMKHc-mDMIQ6AEIJjAA#v=onepage&q&f=false

Fritzen, S. (2002). *Setenta ejercicios prácticas de dinámica de grupo*. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=Rg432ZecyOAC&printsec=frontcover&dq=dinamicas+para+grupos&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwj3iIKRxbbXAhUjyoMKHR2NCxEQ6AEIODAE#v=onepage&q&f=false

Inglés Saura, Cándido J., Méndez, Francisco Xavier, Hidalgo, María Dolores, (2000). Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia. Psicothema. Recuperado de http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72712310

Inglés, C. Méndez, X. Hidalgo, D. (2001). Asociación española de psicología clínica y psicopatología: Dificultades interpersonales en la adolescencia, Recuperado de: http://www.aepcp.net/arc/02.2001(2).Ingles-Mendez-Hidalgo.pdf

García, S. (2006). Adolescentes guía en el caminar. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=A4LHhslHbYC&pg=PA107&dq=relaciones+interpersonales+adolescencia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwig8cWNuNXYAhXL6IMKHVzqBucQ6AEIJjAA#v=onepage&q=relaciones%20interpersonales%20adolescencia&f=false

Gonzales, J. (2013). *Dinámica de grupos: técnicas y tácticas.* México: Pax México. Recuperado https://books.google.com.ec/books?id=VG7s0luKjkQC&pg=PA13&dq=dinamicas+de+grupo+relaciones+interpersonales&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjIlobuxqPXAhVs6oMKHd4NDhAQ6AEIMTAC#v=onepage&q&f=false

Gerza. (2012). Que son las dinámicas de grupo. Recuperado de: http://www.gerza.com/articulos/aprendizaje/todos_articulos/23_queson_dinamicas.html

Martínez, R. (2012). *Guía de recursos didácticos de Psicología Social.* Recuperado de https://books.google.com.ec/books?id=MEDRsRi9Tm4C&printsec=frontcover&dq=psicologia+social&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwis8OPfqNXVAhXHRSYKHeKDCQwQ6AEIRjAG#v=onepage&q&f=false

Mesa, H. (2016). *Siete tipos de dinámicas de grupo para el aula. Recuperado de:* http://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/educacion-emocional/7-tipos-dinamicas-grupo-aula-eliges/41576.html

Pascal, M. (2017). *La amistad entre niños o adolescentes: Una fuerza que ayuda a crecer*. Madrid, España. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=Hg_FDQAAQBAJ&pg=PA66&dq=relaciones+en

tre+iguales&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjapcb6usPXAhVD12MKHVqJA_8Q6AEIKjAB#v=onepage&q&f=false

Peñafiel, E. Serrano, C. (2010). *Habilidades Sociales.* Recuperado de https://books.google.com.ec/books?id=zpU4DhVHTJIC&pg=PA16&dq=habilidades+sociales+aprendizaje&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwirsrmN28_TAhXDSiYKHRlyABIQ6AEIITAA#v=onepage&q&f=false

Perinat, A., Corral, A., Crespo, I., Crespo, I., Domenech, S., Lalueza, J., Martinez, A., Larraburu, I., Martinez, G., Moncada, A., Raguz, M., Rodríguez, H. (2012). *Los adolescentes en el siglo XXI: un enfoque psicosocial.* Barcelona, España: UOC

Velázquez, L. (2013). *Dinámicas de Grupo.* Recuperado de https://es.slideshare.net/gelvero_1976/dinamicas-de-grupo-18858727

Villegas, V. (2006). *Doscientos Juegos y Dinámicas*. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=Ry_ZzLe8Rk4C&printsec=frontcover&dq=dinamicas&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjVufHL6LbXAhVBzoMKHQgVDpAQ6AEIKzAB#v=onepage&q=dinamicas&f=fals

k. ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

TEMA

DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA

Proyecto de investigación previo a la obtención del grado de Licenciado en Ciencias de la Educación; mención: Psicología Educativa y Orientación.

AUTOR

JUAN PABLO ALDAZ CAJILIMA

LOJA-ECUADOR
2017

a. TEMA

DINÁMICAS DE GRUPO PARA PROMOVER LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DEL COLEGIO 27 DE FEBRERO DE LA CIUDAD DE LOJA.

b. PROBLEMÁTICA

En el ámbito educativo hay muchos problemas u obstáculos que se presencian y que afectan el proceso de enseñanza aprendizaje, debido a esto uno de los principales obstáculos que existen son el poder promover las relaciones interpersonales, seguidamente de esto si dichas relaciones no se establecen de forma positiva los resultados son contraproducentes en el ambiente educativo iniciando desde aspectos comportamentales que se producen en el aula hasta la obstaculización de promover el aprendizaje mismo.

Según Bisquerra (como se citó en Contreras, Díaz, Hernández, 2011) una relación interpersonal "es una interacción recíproca entre dos o más personas" (p.1). Queda muy claro que estas relaciones se producen en grandes masas por eso para Cruz (como se citó en Contreras, Díaz, Hernández, 2011), "el éxito que se experimenta en la vida depende en gran parte de la manera como nos relacionemos con las demás personas, y la base de estas relaciones interpersonales es la comunicación" (p.1).

En tal sentido queda claro que la forma de relacionarse con otras personas o formar vínculos es un factor sumamente importante debido a que esto promueve a un mejor desarrollo de las personas en sociedad al tener varios modelos, es decir, no se debe mantener la idea de que relacionarse con otros es solo comunicar o entregar un mensaje sino todo lo contrario el objetivo de las relacionarse con otras personas va mucho más allá, en si es poder mantener un ambiente de comprensión, dialogo y ayuda mutua entre las personas, entablando así un vínculo por ello en las relaciones interpersonales es sustancial poder forjar un interés y desarrollar habilidades que permitan entablar lazos con otras personas.

Tras haber observado el párrafo anterior se hace hincapié en como promover las relaciones interpersonales es el medio más importante para poder generar un mejor ambiente y desarrollo personal en la vida de cada ser humano , debido a que un buen aprendizaje y estimulo de estas se

basa en los términos que se manejan, actitudes, vínculos y simbolización de conceptos, por esto el objetivo de saber cómo relacionarse con otras personas va más allá de la instrucción de una clase teórica sino que va al punto de forjar individuos capaces en el aprendizaje y desenvueltos en sociedad como seres activos y productivos todo esto mediante la estimulación de las relaciones interpersonales.

A partir de lo expresado, las relaciones interpersonales tienen mucha importancia en el campo educacional, pero a nivel mundial la realidad es otra, un claro ejemplo es el que explica Daniel Salinas (2015) Coordinador del Estudio en México el cual plantea que los estudiantes de primaria tiene un índice de aprendizaje de nivel "2" en materias básicas tales como matemáticas, lenguaje y ciencias naturales aclarando que una de los factores escolares que promueve el bajo rendimiento académico se encuentra en las bajas expectativas académicas de los docentes sobre sus alumnos a parte de un 17% de ausentismo por parte de los docentes que se presentan en las escuelas, es decir, los docentes mismos no han establecido una ambiente cordial y de confianza entre el docente y estudiante debido a esto se infringe una de las primeras normas para forjar las relaciones interpersonales la cual es poder crea un vínculo o relación entre dos o más personas en este caso alumno-alumno y docente-alumno.

En el Ecuador los problemas para relacionarse entre pares que se forman en las instituciones educativas son casi nulas, debido a una investigación por parte del Observatorio de la Niñez y Adolescencia (como se citó en UNICEF, 2010) el 67% ,56 % y 50 % de estudiantes de la costa, sierra y amazonia, mantienen peleas entre alumnos, también el 66% de estudiantes de la sierra mantienen insultos o burlas entre sí. Por último el 58% de los niños/as en el Ecuador, tienen profesores que recurren únicamente a medidas no represivas las cuales son bajar notas, hablar con

el representante o dialogar. Tras haber leído todo es entendible la poca atención en clases, incumplimiento de tareas o faltas de respeto a la autoridad que se den en las unidades educativas, por lo que los docentes solo enfatizan crear reprimendas al comportamiento y no profundizar en el problema mediante el fortalecimiento de vínculos entre el alumnado.

Lo anterior demuestra la poca importancia que se ha dado en promover de las relaciones interpersonales en las instituciones educativas y no porque los docentes no fomenten las buenas relaciones entre estudiantes sino que las actividades, pláticas y charlas que se imparten son monótonas, es decir, se conserva la creencia de transmitir conocimientos durante toda una clase por parte del docente sin estimular o motivar a que los estudiantes sean activos, críticos, expresen sus puntos de vista y dudas. Todo por causa de la falta de aplicación de actividades que combatan las dificultades en las relaciones interpersonales, por esto el proceso de enseñanza-aprendizaje se ve retrasado o desalentador hacia los estudiantes.

Por otra parte en el Colegio de Bachillerato 27 de Febrero de la ciudad de Loja; el departamento del "DECE" reporto que los estudiantes del tercero de bachillerato "A" presentan dificultades en sus relaciones interpersonales refiriéndose a que mantienen conductas de aislamiento, individualidad, poca interacción entre compañeros, grupos cerrados y poca asertividad.

Dicho esto lo anterior permite plantear la siguiente interrogante

¿De qué manera las dinámicas de grupo pueden promover las relaciones interpersonales en los estudiantes de 3er año de Bachillerato paralelo "A" del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero?

c. JUSTIFICACIÓN

En este primer apartado se manifestará los motivos y razones por los que se ha realizado la presente investigación como objeto de estudio.

En primer lugar, los motivos y razones que han orientado hacia el estudio e investigación de las dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales se debe a la necesidad actual que se tiene en los establecimientos educativos refiriendo al área de relaciones interpersonales o sociales entre estudiantes ya que hoy en día estos tienen poca interacción, participación, motivación e inclusión en su propio espacio de aprendizaje.

Seguidamente esto ha permitido profundizar en múltiples aspectos relacionados en como las relaciones interpersonales son clave para el desenvolvimiento individual y grupal de la personas, de forma individual promueve el desarrollarse como individuos que acogen criterios y enseñanzas externas para forjar ideales personales y únicas además de ser asertivos y no tener miedo a hablar en público, ahora en la parte grupal esta tiene que ver mucho con el futuro desarrollo académico, laboral y socio-afectiva refiriendo a relaciones entre iguales, relaciones familiares y relaciones con el otro sexo. Mencionado esto el problema es que un individuo que no puede entablar una relación adecuada se verá muy limitado en su desarrollo como un ente activo en sociedad.

Con la implementación de las dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales y la aplicación de esta durante el periodo de clases respectivo se desarrollaran diferentes cambios en lo que respecta a las relaciones ente iguales, asertividad, relaciones con el otro sexo, hablar en público y relaciones familiares, promoviendo a los estudiantes a ser más sociables al compartir sus pensamientos, al aceptar u negar un ideal, además de saber que las opiniones personales deben ser

bien valoradas y siempre ser expuestas con cierto rango de respeto y agudeza verbal, buscando en si estimular de mejor forma las relacionas interpersonales entre estudiantes.

En consecuencia, es de gran importancia la inclusión de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en un grupo de estudiantes de tercer año de Bachillerato del Colegio 27 de Febrero, buscando un cambio en los sujetos de estudio con lo cual se manifestara la necesidad que estos posean en mejorar sus relaciones interpersonales, todo mediante el uso de dinámicas de grupo.

d. OBJETIVOS

General:

- Promover las relaciones interpersonales a través de dinámicas de grupo en estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo “A” del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero de la ciudad de Loja.

Específicos:

- Determinar los fundamentos teóricos científicos que sustenten que las dinámicas de grupo promueven las relaciones interpersonales.
- Diagnosticar el grado de dificultad de los factores que intervienen en las relaciones interpersonales que mantienen los estudiantes de tercero de bachillerato “A”.
- Diseñar una propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo “A”.
- Aplicar la propuesta de dinámicas de grupo a los estudiantes de tercer año de bachillerato paralelo “A” para promover las relaciones interpersonales.
- Validar la efectividad de la aplicación de la propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales.

e. MARCO TEÓRICO

Relaciones Interpersonales

- Definición de Relaciones Interpersonales
- Fundamentos de las Relaciones Interpersonales.
- Construcción de las Relaciones Interpersonales

  Proceso de Socialización para Desarrollar Relaciones Interpersonales

  Habilidades Sociales en las Relaciones Interpersonales

- Relaciones Interpersonales Competentes.
- Grados de Dificultad en las Relaciones Interpersonales.
- Las Relaciones Interpersonales en la Adolescencia

  La amistad en la adolescencia

  Influencia de las relaciones interpersonales en la adolescencia

  Consecuencias por la Falta de Relaciones Interpersonales en la Adolescencia

Dinámicas de Grupo

- Definición de Dinámicas y de Grupo
- Objetivos de las Dinámicas de Grupo
- Características de un Grupo
- Tipos de Dinámicas

Dinámicas de Autoconocimiento

Dinámicas de Motivación

Conocimiento mutuo factor para entablar relaciones interpersonales

Dinámicas para descargar la agresividad y mejorar las relaciones interpersonales

Dinámicas Comunicativas que Promueven Relaciones Interpersonales

Dinámicas Colaborativas

Relaciones Interpersonales

Las relaciones interpersonales son una temática muy interesante ya que por naturaleza el ser humano para poder sobrevivir ha estado ligado a trabajar en conjunto con otras personas y esto ha promovido al trabajo en equipo y por ende desarrollar habilidades que le permitan poder entenderse y comunicarse con sus semejantes.

Dicho esto, se ha podido admirar como las personas han progresado, pero en este punto los individuos que poseen problemas para relacionarse muestran más complicaciones para poder adaptarse a la sociedad siendo la mayoría de estas personas niños y adolescentes que no pueden integrarse a la sociedad de forma correcta formando en ellos conductas que evitan que sean personas activas en sociedad es decir que aporten a la comunidad en sí. Estas poseen problemas para relacionarse con otras personas entrando a una estado de soledad y en ciertos casos posible depresión, también se llega al punto de convertirse en personas que van contra la sociedad (antisocial) con el fin de causar problemas a la comunidad. Con todo esto el establecer buenas relaciones interpersonales es clave para poder sobresalir como individuo.

Definición de Relaciones Interpersonales

Según Bisquerra (como se citó en Contreras, Díaz, Hernández, 2011) una relación interpersonal "es una interacción recíproca entre dos o más personas" (p.1). Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social.

Según Oliveros (como se citó en Contreras, Díaz, Hernández, 2011) "al establecer las características de las relaciones interpersonales se debe tomar en cuenta diversos aspectos como lo

son: honestidad y sinceridad, respeto y afirmación, compasión, compresión y sabiduría, habilidades interpersonales y destrezas" (p.1).

Las relaciones interpersonales son una temática muy interesante ya que describe muchos caracteres conductuales de las personas, además de que este tipo de relaciones impulsan el desarrollo personal a lo largo de la vida del ser humano, además de llevarlo a situaciones en las cuales se pueda auto-realizar.

Fundamentos de las Relaciones Interpersonales

Las relaciones interpersonales provienen de la rama de la psicología social la cual según Allport define (como se citó en Martínez, 2012) "como el intento de comprender el pensamiento, los sentimientos o la conducta de los individuos ya que están influidos por la presencia de otras personas" (p. 9).

Para Martínez (2012) "la psicología social es el estudio científico de los efectos de los procesos sociales y cognitivos sobre el modo en el que los individuos perciben, influyen y se relacionan los unos con los otros" (p.9).

A partir de lo que es la psicología social viene integrado el estudio de lo que son las relaciones interpersonales pero estas mismas tienen su fundamento a partir de varias teorías como la del aprendizaje vicario o conocido también aprendizaje social de Albert Bandura la cual se centra en que las personas desde la infancia aprenden conductas a través de modelos de observación.

Para Bandura en el aprendizaje social se puede dar uno de los siguientes tres efectos; "el modelado o aprendizaje de respuestas nuevas, la inhibición o desinhibición de respuestas aprendidas previamente y la facilitación o provocación de respuestas existentes en nuestro repertorio de conductas" (Martínez, 2012, p.16).

De aquí también proviene como los individuos pueden aprender a relacionarse con los demás a partir de los modelos que se observan actuando estos modelos como reforzadores de conducta de los observadores. Este es uno de los factores influyentes en el entendimiento de cómo se producen las relaciones interpersonales.

Construcción de las Relaciones Interpersonales

En la construcción de las relaciones interpersonales hay muchos aspectos que intervienen para edificar dichas relaciones partiendo desde lo que es el ambiente familiar, nivel socio-económico, cultura y educación.

Dicho de esta manera uno de los factores que se dan en la construcción de las relaciones interpersonales es la integración social la cual según Martínez (2012) "es la que se forma a partir de pertenecer a una sociedad en la cual se comparten mayoritariamente las normas, que son patrones de conducta compartidos por los miembros de un grupo social, a los que se prevé que ellos han de ajustarse y que son puestos en vigilancia mediante sanciones positivas y negativas" (p.20).

En lo que respecta a la integración social se ve como las futuras conductas de la persona se verán regidas a partir del tipo de sociedad al que se pertenezca y de aquí se originan ya conductas que irán marcadas en las personas.

Ahora bien para la construcción de buenas relaciones interpersonales primero se debe tener en cuenta desde cuando estas inician, por ende si las relaciones interpersonales son establecer un tipo de relación o interacción con otros individuos quiere decir que cada individuo desde que está en el vientre de su madre ya está formando dichas relaciones por ello Peñafiel y Serrano (2010) indican

que “los niños que no tienen comportamientos sociales apropiados experimentan aislamientos, rechazo, y en conjunto, menos felicidad en insatisfacción personal”(p. 8).

A través de esto es observable como la intervención de los padres en la crianza de los hijos es importante para que estos puedan corregir y potenciar conductas que les serán de utilidad para convivir por lo que es importante mencionar que la edad por la que este transitando la persona influirá mucho en las conductas y formas de relacionarse que se adoptaran ya que es en la infancia donde se fijan y se marcan conductas en una persona siendo muy difíciles de cambiar, todo dependerá de la crianza de los padres, en la etapa de la adolescencia influirán las amistades que rodeen a la persona ya que en esta edad se busca la independización de las figuras paternas además de buscar cierta identificación y aceptación por personas de su misma edad, por último la etapa de la adultez joven es definitoria para el tipo conductas y relaciones que forman a una persona debido a que en esta edad las personas corrigen y escogen las conductas que los definirán como individuos.

Proceso de Socialización para Desarrollar Relaciones Interpersonales. Antes de describir como se da el proceso de socialización primeramente se debe definir, por ello para Martínez (2012) “es el proceso por el cual los individuos, en su interacción con otros, desarrollan las maneras de pensar, sentir y actuar que son esenciales para la participación eficaz en la sociedad” (p. 15).

El autor aclara que la forma de socialización se da a partir de los individuos con los que se interactúe, en dicho casa el proceso de socialización se divide en los siguientes aspectos:

> La socialización primaria, que consiste en la adquisición gradual por parte del niño de las maneras de ser de los adultos que le rodean, y la secundaria, que consiste en el desarrollo

por parte del adulto de las conductas asociadas con lo que se espera de su posición dentro de la sociedad. En ocasiones se produce un proceso de resocialización, pretende la sustitución de la socialización anteriormente recibida por el individuo. (Martínez, 2012, p. 15)

Por medio de esto se ha establecido un punto muy importante en el proceso de socialización el cual es en la etapa de crianza y el otro en la etapa donde sucede la independización del individuo hacia sus padres, pero cabe resaltar que cada estimulo que reciba una persona será interpretado de diferente manera debido a la forma en como el individuo interiorice y procese cada situación de su vida. Ante la situación planteada también se puede modificar los hábitos de socialización pero nunca extinguirlos ya que son conductas marcadas en el individuo.

A partir de lo dicho se explicara cuáles son las bases y los agentes para la socialización:

- Las bases para la socialización son una adecuada dotación genética, y un ambiente apto para el aprendizaje e interiorización de una determinada estructura social. Con el proceso de socialización la persona adquiere su dimensión social

- Los agentes de socialización son las instancias o vías, mediante las cuales se efectúa la transmisión de conocimientos. En la infancia y en la etapa escolar predominan la familia y escuela respectivamente, en la adolescencia y edad adulta, el grupo de iguales y en la vejes de nuevo en familia. Los medios de comunicación social tienen una presencia permanente aunque filtrada por la familia en los primeros años de la vida y filtrada por la propia ideología en la edad adulta y vejez. (Martínez, 2012, p.15)

Hechas las consideraciones anteriores queda claro que la sociedad influye en el desarrollo de nuestra forma de relacionarse con los demás agregando que el ambiente y los estímulos externos son fundamentales pero un aspecto que falta aclarar es el de la percepción interpersonal que las personas desarrollan.

Para Vander Zander (como se citó en Martínez, 2012) "la percepción es el proceso por el cual se reúne e interpreta la información, sirviendo como enlace entre el individuo y su ambiente" (p. 16).

Tras lo descrito se aclara que la percepción de las personas puede ser superficial es decir se quedan con lo primero que observan y entienden o viceversa puede llegar a profundizar mucho con la finalidad de entender de la mejor forma, por ejemplo esto da cuando se conoce a una persona por primera vez.

Hecha la observación anterior para Martínez (2012) la percepción es vista de la siguiente manera:

> La percepción social es el proceso por el cual nos formamos una primera impresión de una persona y establecemos una relación con ella. La percepción interpersonal se define como la captación, imagen o representación mental que una persona realiza de otra. (p.24)

Por medio de estos dos conceptos se observa como las personas para establecer relaciones con otras primero deben establecer un tipo de relación con ella para eliminar las primeras impresiones de esta y poder formar una imagen clara de cómo en realidad es.

En relación con este último párrafo se desea resaltar un poco más como es la formación de las primeras impresiones; Según Martínez (2012) "son formadas con muy pocos elementos significativos, pueden ser muy importantes porque suelen ser bastante duraderas y estables, y pueden influir notablemente en el desarrollo de posteriores interacciones" (p. 24).

En estos procesos los aspectos más observados en primera instancia son los rasgos físicos de la persona seguido del tipo de conducta que es el que marca una consecución en el proceso de interacción entre individuos guiando a la atribución de ciertas características a la personalidad de otras.

De acuerdo con todo lo explicado el proceso que se tenga para socializar y relacionarse con otras personas se deberá a factores tales como la crianza en el hogar, la educación, los individuos que tenemos como modelos de conducta y tipo de percepción que haya desarrollado.

Habilidades Sociales en las Relaciones Interpersonales. Las relaciones interpersonales que puede establecer una persona son muy variada debido a la limitada o extensa capacidad que tenga la persona para relacionarse y es justamente en este punto donde entran las habilidades sociales las cuales se centran en la capacidad de comunicarse, facilidad para incluirse a nuevos grupos e incluso poder identificar de mejor forma los estados emocionales de las personas.

Dicho lo anterior se debe definir que son las habilidades sociales la cual según Peñafiel y Serrano (2010), "las habilidades sociales son las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria" (p. 9).

Para Caballo (como se citó en Peñafiel y Serrano, 2010) la conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente, resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Tabla 1

Habilidades sociales, según su tipología

Básicas	**Descripción**	
Avanzadas	Escuchar	Formular preguntas
	Iniciar y mantener una conversación	Presentarse y dar las gracias
Relaciones con los sentimientos	Pedir ayuda y saber disculparse	Convencer a los demás
	Participar y dar instrucciones	Seguir instrucciones
Alternativas a la agresión	Pedir permiso	Negociar
	Compartir algo y ayudar a los demás	Defender los propios derechos
	Responder a las bromas y mantener el autocontrol	

Nota; Conductas sociales que promueven las relaciones interpersonales. *Fuente: E. Peñafiel y C. Serrano (2010)*. Publicación: Habilidades Sociales (p. 15). Madrid Editorial Editex, S. A.

Por medio de esto se observa que las habilidades sociales son las conductas mismas que una persona posee, pero si se destaca la palabra habilidad en el caso de las relaciones interpersonales entonces esta cobra un sentido más significativo ya que las personas socializan con otras acorde a la temática, situación o ambiente en el que se encuentra.

De una mejor forma, a través de los siguientes puntos se describirán en que aspectos intervienen y se desarrollan las habilidades sociales que permiten el desarrollo de las relaciones interpersonales:

- Las habilidades sociales son conductas y repertorios de conductas adquiridos principalmente a través del aprendizaje. Y una variable crucial en el proceso de aprendizaje es el entorno interpersonal en el que se desarrolla y aprende el niño
- Las habilidades sociales tienen componentes motores y manifiestos (conducta verbal), emocionales y afectivos (ansiedad o alegría) y cognitivos (percepción social, atribuciones, auto-lenguaje)
- Las habilidades sociales son respuestas especificas a situaciones concretas
- Las habilidades sociales se ponen en juego siempre en contextos interpersonales, son conductas que se dan siempre con relación a otras personas, lo que significa que está implicada más de una persona. (Peñafiel y Serrano, 2010, p.10)

Para ilustrar lo que se mencionó en el párrafo anterior, se puede ejemplificar con el caso de un adolescente, que cuando se trata de hablar de sus gustos o experiencias vividas siempre está abierto a socializar pero cuando se trata de expresar conocimientos en alguna institución este se manifiesta temeroso, dudoso o desinteresado negándose a interactuar con otras personas, también se puede dar de manera viceversa como seria en el caso de un actor cómico el cual está expuesto a un ambiente donde debe interactuar con muchas personas pero cuando se termina el trabajo este se muestra calmado y un poco callado. El primer ejemplo hace referencia sobre como la forma de socializar se liga a los intereses de una persona y la segunda hace referencia a como el ambiente fuerza o disminuye el uso de las habilidades que se tiene para socializar.

Por ultimo para que una persona mantenga relaciones interpersonales deberá ser consciente de sus habilidades para socializar por el motivo de que estas habilidades son el tipo de respuestas específicas que se dan en situaciones concretas, y si dichas respuestas no contienen la conducta, la

emotividad, el afecto y la comunicación adecuada pues se verá sumamente afectada el tipo relación que desarrolle la persona.

Relaciones Interpersonales Competentes

En relación con el desenvolvimiento de relaciones interpersonales estas deben mostrarse adecuadas u óptimas para fortalecer vínculos y siempre promover el desarrollo de interactuar con otras personas.

Para esto se necesita que las relaciones interpersonales sean competentes pero para lograrlo se debe tener en claro que las personas tengan una buena cognición es decir que mantengan buenos procesos mentales en el proceso de socialización. Por esta causa Peñafiel y Serrano (2010) describen algunas variables cognitivas en el estudio de las habilidades sociales:

- Capacidad para transformar y emplear la información de forma activa
- Conocimiento de la conducta habilidosa apropiada
- Conocimiento de las costumbres sociales
- Conocimiento de las diferentes señales de respuesta
- Capacidad de ponerse en lugar de otra persona (empatía)
- Capacidad de resolución de problemas
- Forma en que la gente percibe, piensa, interpreta y experimenta el mundo
- Percepción social o interpersonal adecuada
- Habilidades de procesamiento de la información
- Expectativas sobre las posibles consecuencias de la conducta; una conducta habilidosa puede verse inhibida si se considera socialmente inapropiado o si se esperan resultados negativos tras su ejecución

- Sistemas y planes de autorregulación; proceso crítico para vencer el control del ambiente. La persona debe adoptar un rol activo para seleccionar en qué ambiente entrar y para decidir qué hacer y qué no hacer. (p. 11)

Si bien en el párrafo anterior se observa las habilidades cognitivas que una persona debe poseer para formar relaciones interpersonales, todo esto direccionado a como se procesa la información observada en alguna situación para mantener conductas apropiadas, identificar y resolver problemas, crear una percepción adecuada y por ultimo mantener una identificación clara de las personas que le rodean.

En otros casos si los proceso mentales de una persona en el ámbito de la interacción y conceptualización de otros es pobre seguramente se mostraran conflictos en las actuales y futuras relaciones ya que primeramente no habrá la empatía necesaria que motiva a profundizar en el conocimiento de otras personas, seguidamente tendrá dificultades en la resolución de problemas conduciéndolo a un bajo control de su ambiente o de las situaciones en las que se presenta por esto siempre será tendiente al conflicto o a interacciones muy cortas y pobres con los demás ya que no tendrá la habilidad para hacerlo

Tras lo descrito en el párrafo anterior se explica que existen tres tipos de habilidades sociales que promueven las relaciones interpersonales, la primera fue la cognitiva seguidamente van las emocionales y las instrumentales, las cuales se describirán en el siguiente párrafo:

- Emocionales; son aquellas habilidades en las que están implicadas la expresión y manifestación de diversas emociones, como la ira, el enfado, la alegría, la tristeza, el asco, la vergüenza, son todas la relaciones con el sentir

- Instrumentales; se refiere a aquellas habilidades que tienen una utilidad. Están relacionadas con el actuar, algunos ejemplos son las conductas verbales en el inicio y mantenimiento de conversaciones, formulación de preguntas y respuestas, y las conductas no verbales que son el tono de voz, intensidad, ritmo gestos y contacto visual. (Peñafiel y Serrano, 2010, p.14)

Dicho todo esto personas que pueden manejar o controlar su conducta, que pueden percibir el estado anímico de otras personas y que saben comunicarse tanto de forma verbal, no verbal y emocional serán consientes de como formar relaciones interpersonales competentes ya que serán más selectivos y audaces al momento de interactuar.

Factores de Dificultad en las Relaciones Interpersonales

En el estudio de las relaciones interpersonales se es de saber que estas se dan en diferentes aspectos como lo son la aserción, relaciones con el otro sexo, relaciones con iguales, hablar en público o con desconocidos, dichos estos puntos se ha mencionado casi toda la variedad de personas con las que un ser humano mantiene sus relaciones a diario.

Con esto descrito por lo menos cada persona debe tener cierto grado de dificultad en alguno de estos aspectos y las razones pueden ser muchas tales como: modelos paternales con pocas habilidades sociales, inhibición de conductas sociables, poca intervención en algún grupo o comunidad de personas, entre otros puntos. Por esto a continuación se describirá un poco sobre los grados de dificultad dentro de las relaciones interpersonales.

Aserción. Según Wolpe (como se citó en Rosemberg, 2006), "define la aserción como la expresión apropiada frente a otra persona de cualquier otra emoción que no sea la ansiedad" (p.77). En otros términos la aserción es la capacidad que tiene la persona para desinhibirse ante otra persona y poder entablar cierta relación con esta sin que haya algo que pueda obstaculizarla como

lo es la ansiedad de estar ante otra persona, es decir es una guía para controlar emociones al momento de socializar.

Debido a esto existe algo llamado entrenamiento en aserción o entrenamiento en habilidades sociales, donde lo fundamental "es definir las dificultades en las relaciones interpersonales, identificar las respuestas apropiadas, ensayarlas e implementarlas progresivamente en la vida diaria en situaciones cada vez más complejas"(Rosemberg, 2006, p. 77).

Un individuo que tenga grandes grados de ansiedad o poco control de sus emociones en realidad tendrá grandes grados de dificultad para relacionarse con otras personas ya que este no es el dirigente de lo que desea hacer sino que se deja ser controlado por la situación y acorta así las oportunidades que tiene para relacionarse con otras personas.

Por ultimo según Rosemberg (2006) una persona asertiva impacta de un modo positivo "la vida de quienes comparten su entorno, es sinónimo de competencia social, permite ordenar las ideas, facilita el dominio de situaciones, lo cual establece una resistencia al estrés negativo" (p.78).

Relaciones con el otro Sexo. En esta apartado es muy importante resaltar cuales son las necesidades, conductas y circunstancias en las que una persona se ve interesada en el sexo opuesto y obviamente cuales son las cosas que evitan o no permiten entablar buenas relaciones.

De acuerdo con esto según Heider (como se citó en Kassin, Fein, Hazel, 2010) propuso la teoría de que "las personas prefieren las relaciones en las que existe un equilibrio psicológico y que un estado de desequilibrio produce angustia" (p.315).

Es lógico que el ser humano busque relaciones de las cuales exista armonía, pero la realidad es otra el ser humano es tendiente a relaciones en las cuales les pueda desagradar las conexiones que tiene esa persona.

Ahora muy bien la mayor dificultad que se puede dar para relacionarse con el sexo opuesto es la expectativa o crear una idea errónea referente a que ciertas personas son inalcanzables o difíciles para relacionarse. Por eso para Aronson y Linder (como se citó en Kassin, et al.) sugieren que nos

agradan quienes son socialmente selectivos, esto parece apoyar la idea popular de que usted puede despertar el interés haciéndose el difícil.

Otro dato interesante es que "nos desagradan las personas que nos rechazan porque están comprometidas con alguien más o no tienen intereses en nosotros" (p.316).

Dicho esto los individuos que se crean la idea errónea referente a que no son aceptados o interesantes para el sexo opuesto se puede deber a experiencias de rechazo y estos no han podido sobrepasar o superar estas experiencias empezando a crearse un auto-concepto negativo de sí mismos.

Relaciones entre Iguales. Para describir de forma general las relaciones entre iguales es necesario resaltar que estas se dan tanto en el hogar como en la comunidad, es decir, las personas aprenden formas básicas de cómo tratarse entre personas de su misma edad y sobre como dirigirse de forma diferente a personas de edad inferior o superior.

Por esto para Harris (como se citó en Pascall, 2017):

> Las personas aprenden cómo comportarse fuera de casa siendo miembros de un grupo social e identificándose con él. En las sociedades urbanas contemporáneas, la socialización empieza en la guardería o en el jardín de infancia, se desarrolla rápidamente en grupos de iguales de la misma edad y sexo y culmina en grupos de iguales de sexo diferente. Es dentro de estos grupos donde, según la teoría de la socialización por el grupo, las características psicológicas con las que nació un niño son modificadas de manera definitiva por el entorno. (p.67)

El problema es que el relacionarse solo con personas con nuestras propias características ocasiona que no extendamos el pensamiento a nuevos comportamientos, nuevas experiencias y por ende su desarrollo social será limitado o inmaduro.

Las Relaciones Interpersonales En La Adolescencia

La adolescencia es una etapa en la cual los seres humanos van por procesos cambiantes y definitorios de posibles conductas, debido a la capacidad que tienen para experimentar las emociones a un grado muy intenso donde normalmente se ven dominados por estas para poder actuar y decidir, dejando en un segundo plano el razonamiento en el comportamiento.

> Según Perinat et al. (2012) afirma que en algún momento de la adolescencia se descubre la diferencia entre la satisfacción y la decepción ligada a las relaciones interpersonales. El engaño, la envidia, el odio incipiente y las infidelidades son otros avatares que se dan en la adolescencia y en el seno de las relaciones grupales. (p. 174)

Debido a que en la etapa de la adolescencia la mayoría de personas se ve expuesta a experimentar el mundo de una manera más intensa, es muy obvio que las relaciones que manejen con otras personas se vean maximizadas o minimizadas conforme a la experiencia que puedan obtener, pero sí de esas experiencias solo se adquieren aspectos negativos sobre los demás se puede ver la persona en la situación de no socializar con otras, además de perderse la oportunidad de crearse una idea clara sobre el pensar y actuar de otras personas, manteniéndose así en una zona de confort de la cual la excluirá poco a poco como persona activa en grupos sociales y esto en si va a ralentizar muchos aspectos de su desarrollo conductual ya que trabajaría más su parte intrapersonal descuidando su lado interpersonal.

La amistad en la adolescencia. En cualquier etapa de la vida del ser humano este se ve presto a entablar relaciones con otras personas, por ejemplo en la infancia normalmente todos los niños se rodean y juegan libremente, pero como va aumentando la edad estos empiezan a minimizar el tipo de personas con las que tratan, es decir, normalmente juegan niños con niños y niñas con niñas por las diferencias individuales con respecto al sexo, en el caso de los adultos estos no están rodeados por un gran número de compañeros o amigos pero son más selectivos en las relaciones que tienen es decir buscan más calidad que cantidad.

Ahora que se dirá en el caso de la adolescencia pues estos están en una etapa donde deciden relacionarse con personas que compartan tanto sus intereses como defectos excluyendo prácticamente a las personas que sean diferentes, es decir, las observan como compañeros o

individuos que comparten un mismo espacio con ellos pero con los cuales no intiman en aspectos personales.

> Por eso para Coleman y Hendry (2003) aclaran que "normalmente durante el lapso de la adolescencia temprana a la intermedia, las necesidades personales y las presiones sociales dirigen a los adolescentes al menos hacia un grupo de amistad, porque la alternativa es la soledad y el aislamiento. (p. 152)

Queda claro como en la adolescencia existe la necesidad de relacionarse con otros tanto para poderse relacionarse con alguien en el cual se pueda confiar y crear una codependencia para poder subsistir en el plano social. Aunque si existe el caso de personas que temen o se ven obligadas a mantenerse aisladas debido a que no creen que puedan encajar en un grupo o simplemente porque no ha desarrollado las habilidades necesarias que le permitan interactuar con otras personas.

Según Coleman y Hendry (2003) "el buen comportamiento de los jóvenes con los amigos refleja en parte lo que han aprendido sobre las relaciones íntimas en casa, la vida familiar proporciona a los niños muchas situaciones de aprendizaje sobre la lealtad, la confianza, el conflicto, el compromiso y el respeto"(p.152).

Un factor muy importante que promueve la amistad y las habilidades para relacionarse con otras personas en la adolescencia se debe a la flexibilidad mental para integrarse a grupos ya formados pero muchos adolescentes no se sienten inclinados a conocer grupos establecidos e ingresar a ellos. "Esto se puede deber en parte al hecho de que en la adolescencia los jóvenes se relacionan con diversos grupos, teniendo, por ejemplo, un grupo de amistad basado en la escuela, en la comunidad y otro referente a un club deportivo"(Coleman y Hendry, 2003, p.152).

La forma de relacionarse en la adolescencia tiene ciertas diferencias en relación a hombres y mujeres, en el caso de los hombres son un poco más superficiales ya que buscan personas con las que puedan realizar sus actividades cotidianas de ocio sin profundizar en aspectos emocionales de cada uno. En el caso de las mujeres la situación es diferente ya que estas buscan "una red de amistades intimas, un lugar donde encontrar una amiga y una fuente de apoyo y confidencias, sus relaciones depende de la calidad de compañía y satisfacción" (Coleman y Hendry, 2003, p. 152).

Influencia de las relaciones interpersonales en la adolescencia. El ser humano se ha visto en la posición de que la mayoría de conductas aprendidas o asimiladas se debe a que en la infancia, adolescencia y adultez ha mantenido un modelo del cual poder observar y analizar las conductas que desea proyectar en el caso de la infancia es muy necesario que este tenga buenos modelos ya que es la etapa inicial de la vida del ser humano además de ser la etapa donde mayormente absorbe información y la aprende a su vez.

Por su parte en la etapa de la adolescencia se debe ser muy cuidadoso con las relaciones interpersonales que se mantienen ya que en la adolescencia es la etapa donde la persona está definiendo una gran parte de su conducta debido al inicio de independencia que tiene de sus padres. Para Coleman y Hendry (2003), "los grupos de amistad surgen como entornos importantes para aprender formas apropiadas de conducta, vigilancia del comportamiento, diseño de estrategias de resistencia y para dar y recibir apoyo social" (p.155).

Conforme a lo que dice el autor es muy cierto que los grupos de amistad son entornos que permiten aprender formas apropiadas de conductas pero esto no se da en todas las personas ya que muchas veces la persona con un mayor rango de liderazgo en el grupo puede ser un individuo que posea conductas inapropiadas o muy cerradas conforme a como interactuar en sociedad.

Un punto muy importante a tratar sobre las relaciones interpersonales en la adolescencia es el de la popularidad la cual crea un estereotipo sobre personas que socialmente son bien vistas y que siempre recibirán un mejor trato debido a sus atributos físicos, emocionales, conductuales, de forma resumida.

Para Coleman y Hendry (2003):

> La popularidad refleja la manera en que un individuo es considerado dentro de la estructura de iguales más amplia y la manera en que la cuadrilla o grupo lo trata. Generalmente, los individuos populares son amistosos, sensibles y tienen sentido del humor. Los deportistas de éxito pueden obtener también considerable prestigio en las

> comunidades que valoran la competición y la victoria. Otros atributos que son importantes para la popularidad de los adolescentes incluyen: ser inteligente, buena vestimenta, gustos musicales, inteligente. (p.55)

Todas estas descripciones no están mal de hecho es bueno que una persona tenga un carisma y varias habilidades para desenvolverse en sociedad pero de todo esto el tema de la popularidad puede ocasionar un gran problema ya que el resto de adolescentes que no tenga las mismas cualidades crearan una idea de ser menos o inferiores que alguien, también los demás adolescentes crearan distinciones del tipo de persona con las que desean tratar llegando a excluir personas con pocas habilidades para interactuar o no muy atractivas físicamente.

Algo que también puede promover o disminuir la calidad de las relaciones sociales con otras personas es el aspecto físico ya que el "físico y la imagen corporal son una preocupación importante de muchos adolescentes, tener sobrepeso o ser muy delgado influye sustancialmente en la imagen de sí mismos y afectar sus oportunidades sociales" (Coleman y Hendry, 2003, p. 155).

Consecuencias por la Falta de Relaciones Interpersonales en la Adolescencia. La adolescencia es una etapa donde se empieza a definir e identificar rasgos conductuales. Pero en el caso de los adolescentes que no pueden entablar relaciones sociales con otras se les es muy difícil poder extender su mente a un plano más amplio referente a como es el mundo, como son las demás personas eso y perderse las miles de experiencias que solo se pueden obtener al interactuar con otras personas, este tipo de individuos experimentan sentimientos de inferioridad, soledad y poca seguridad de sí mismos, normalmente son personas que no han podido aprender de buenos modelos paternales.

> Los adolescentes rechazados tienen poco amigos, si tienen alguno, en su barrio o escuela. Buscando ansiosamente conectar con iguales, los adolescentes faltos de destrezas sociales a menudo se retiran o se esfuerzan demasiado. Algunos adolescentes no son agresivos o

se quedan apartados. Simplemente son impopulares, ignorados y son tímidos. (Perinat, et al., 2012, p. 160)

A continuación se nombraran algunos problemas y consecuencias por la falta de relaciones interpersonales en la adolescencia:

- Por evitar los encuentros sociales se pierden las propias experiencias psicosociales que necesitan para hacerse más hábiles en las situaciones sociales
- Cuando intentan interactuar con los iguales, la calidad de la relación no es satisfactoria para ninguna de las partes
- Suelen ser demasiado pegajosos no saben cómo dar espacio o tiempo a los demás
- Son incapaces de mantener relaciones cooperativas y amistosas con cualquier persona y se gana una reputación de comportamiento agresivo o de introvertido
- Tienden a ser víctimas de acoso y amenaza. (Coleman y Hendry, 2003, p. 163)

Es sorpréndete los problemas que se pueden producir en los adolescentes que no saben cómo relacionarse muchas veces es producto de relaciones familiares emocionalmente pobres y poco diestras socialmente que no les capacitan para interactuar con otros.

Pero aunque la situación de estos individuos sea así no quiere decir que van a tener que pasar por esto toda su vida ya que Coleman y Hendry (2003) indican que:

> Enseñando asertividad y otras destrezas sociales a los adolescentes rechazados o tímidos, y dándoles oportunidad de practicar estas destrezas, puede permitírseles reintegrarse con sus iguales y adquirir diversas destrezas vitales importantes. Algunos adolescentes que no tienen amigos que los apoyen pueden necesitar únicamente interactuar con iguales y adultos que los estimulen para formar amistades. Sin embargo, otros pueden necesitar entrenamiento en destrezas que contribuyan a formar y mantener amistades. (p. 163)

Dinámicas de Grupo

En este apartado se va resaltar puntos muy importantes con referencia a las dinámicas de grupos iniciando claro este desde su definición, objetivo, importancia y beneficios que esta puede otorgar siempre y cuando se tenga el conocimiento adecuado de dicha dinámica para poder utilizarla de la manera más adecuada, además de esto cabe resaltar que las dinámicas de grupos se bien necesarias tanto a nivel laboral o profesional como a nivel personal ya que al poder ser partícipe de estas se desarrollan buenas habilidades sociales y claro está que se logra obtener un mejor manejo y desarrollo de un grupo de trabajo.

Definición de Dinámicas de Grupo

Según Gonzales (2004) las dinámicas de grupo, "es una designación sociológica para indicar los cambios en un grupo de personas cuyos participantes buscan poder afianzar sus relaciones mutuas, ya que son importantes, hallándose en contacto los unos con los otros, y con actitudes colectivas, continuas y activas" (p.50).

Definición de grupo: para Olmsted (como se citó en Gonzales, 2004) "un grupo es un número reducido de miembros que interaccionan cara a cara y forman lo que se conoce como grupo primario" (p.13).

Desde este punto se observa como los grupos que mantienen intereses o las mismas responsabilidades por ciertas circunstancias se ven en la necesidad de interactuar un ejemplo de esto es un trabajador, un estudiante junto a su docente y compañeros. Pero para aclarar la idea de lo que son los grupos primarios según Lindgren (como se citó en Gonzales, 2004) define los grupos primarios como "aquellos en los que las relaciones interpersonales se llevan a cabo directamente y con gran frecuencia, suelen realizarse en un plano más íntimo y existe mayor cohesión entre sus miembros" (p.13).

Dicho esto el objetivo de los grupos es mantener la unión entre los pares de dicho grupo buscando siempre perpetuar la unión como personas que han alcanzado un plano intrínseco entre sus compañeros de grupo.

Después de haber observado lo que son los grupos para Lewin (como se citó en Gonzales, 2004) dice que la similitud entre las personas solo permite su clasificación o reunión bajo un mismo concepto abstracto, en cambio, que el hecho de pertenecer al mismo grupo social implica la existencia de interrelaciones concretas y dinámicas entre dichas personas.

La unificación de un grupo tiene muchos factores de los cuales se pueden nombrar a continuación; una necesidad en común, intereses, estrato social, similitudes en gustos personales, entre otros factores que definen la formación de un grupo.

Objetivo de las Dinámicas de Grupo

Para Velásquez (2013) "las dinámicas de grupo son un método de enseñanza basado en actividades estructuradas, con propósitos y formas variables en la que los participantes aprenden en un ambiente alegre y por la experiencia vivencial" (p.1).

"Permite el desarrollo de las personas a partir de la relación creando una identidad grupal, brindando un espacio para la creatividad individual compartida con el grupo en diferentes formas de expresión". (Velásquez, 2013, p.3)

Tras leer estos dos conceptos las dinámicas de grupo siempre buscaran el poder armonizar o mejoras las relaciones que se da en un grupo, cabe realzar que ese grupo no necesariamente necesita ser formado por los intereses en común de las personas ya que una razón puede ser que estén agrupados por condiciones laborales o educacionales, al ser este el caso se necesitara obviamente de las dinámicas de grupo debido a que estas formaran una identidad grupal adecuada.

Un punto importante que se debe resaltar de esto es que las dinámicas de grupo son sumamente necesarias en las instituciones educativas debido a que fomentan a un mejor trabajo en equipo, solución de conflictos, crea un ambiente agradable y motivador, incentiva la aceptación, responsabilidad, juego de roles, una mejor forma de expresarse, mejorar habilidades sociales que en si potencian a mejores relaciones interpersonales.

Características de un Grupo

Según Didier (como se citó en Gonzales, 2004) para que un grupo pueda funcionar o para que se le pueda reconocer como tal es necesario que cumpla ciertos requisitos los cuales se describirán a continuación:

- Está formado por personas, para que cada una perciba a todas las demás en forma individual y para que exista una relación social reciproca
- Es permanente y dinámico, de tal manera que su actividad responde a los intereses y valores de cada una de las personas
- Posee intensidad en las relaciones afectivas, lo cual da lugar a la formación de subgrupos por su afinidad
- Existe solidaridad e interdependencia entre las personas, tanto dentro del grupo como fuera de este
- Los roles de las personas están bien definidos y diferenciados
- El grupo posee su propio código y lenguaje, así como sus propias normas y creencias. (p.17)

Es normal observar como un grupo se une por sus similitudes a nivel de valores, relaciones afectivas, roles o funciones que aportan al grupo, mismo ideales entre otros, se es de conocimiento que la formación de grupos es necesario para que las personas puedan subsistir en sociedad, pero de todo esto hay un problema el cual yace que la mayoría de personas al conformar un grupo no extiende sus horizontes, es decir, se mantienen en un solo grupo y acortan sus posibilidades de crecer como entes sociales, esto normalmente ocurre en la adolescencia, por ello para que una

persona mantenga un pensamiento más extenso sobre el mundo y los seres humanos es necesario que se relaciones con diferentes personas aunque este no está obligado a formar un nuevo grupo con ellas.

Tipos de Dinámicas

En el diseño de las dinámicas de grupo estas tienen sus tipos debido al objetivo, actividad, y para la ocasión en la que se vaya a utilizar, todo esto. Todas tienen en común una misma base. La de compartir un mismo súper-objetivo el cual es: aumentar el grado de cohesión de los miembros que componen el grupo.

Estas dinámicas se dividen en los siguientes tipos:

- Presentación: se trata de juegos enfocados a aprender nombres y otras características necesarias para comenzar a relacionarse cuando el grupo es de reciente formación y sus componentes no se conocen
- Resolver conflictos: buscan proporcionar herramientas para aprender a afrontar los conflictos de una forma
- Soltar tensiones o descarga de la agresividad: Son aquellos juegos estructurados para conseguir la liberar energía acumulada en forma de tensiones a través de la risa, el movimiento y la voz
- Autoafirmación: juegos que persiguen la autoafirmación de los participantes en su individualidad y en su faceta de integrantes del grupo
- Comunicativas: son juegos que estimulan la comunicación favoreciendo la escucha activa entre los participantes
- Autoconocimiento: son aquellos destinados a permitir a los integrantes a conocerse a sí mismos por contraste con los demás. Se trata de lograr un grado más en la presentación, llegando poco a poco a un conocimiento más profundo y vital
- Colaboración: potencian la cooperación grupal al focalizarse en que todos los participantes tengan posibilidades de participar. (Mesa 2016, p.1)

Dinámicas de Autoconocimiento. En este tipo de dinámicas el objetivos es que el participante logre describirse de la forma más clara a si mismo esto con el objetivo de que interiorice su persona y así pueda profundizar y conocer cosas de sí mismo que no ha aceptado.

Dinámica: Mi Anuncio. Desarrollo del ejercicio: se tendrá hojas de colores variados. "Cada uno cogerá libremente un papel y pensara un anuncio de sí mismo. Es libre de hacerlo como quiera. Dejaremos un tiempo no demasiado largo y a una señal, cada uno presentará a los demás como se quiere anunciar ante los compañeros" (Gómez, 2004, p.210).

- Variantes: puede anunciarse por escrito, en forma plástica, en expresión corporal, puede hacerse en parejas.
- Orientación didáctica: explicar bien el objetivo el cual es conocerse mejor.

Dinámica: Mi Película. Desarrollo del ejercicio: se dará a cada estudiante varios rectángulos de papel vegetal del tamaño de una diapositiva (entre 4 y 8 rectángulos) y los correspondientes marcos de diapositivas.

- En una sesión cada uno dibujara en el papel vegetal escenas importantes de su vida. Las montara y ordenara para poder exponerlas a los demás.
- En varias sesiones, cada uno ira pasando y explicando las diapositivas
- No se trata de explicar la imagen, que ya se verá proyectada, sino de exponer sentimientos, actitudes o deseos, resumidos en una frase. (Gómez, 2004, p.215)

Variantes: pueden sincronizar la explicación con música de fondo, sugerir o permitir que acoplen explicaciones, diálogos u onomatopeyas, o música festiva, pueden componer la vida de su pequeño grupo de amigos.

Orientación didáctica: los rotuladores han de ser fino para los perfiles y gruesos para los rellenos, sugerir no imponer, controlar la exposición o pase de la película; que no genere en algo superficial o folletinesco.

Dinámica: EL Cartel. Desarrollo del ejercicio: cada alumno tendrá una cartulina y en ella plasmara con una palabra su manera de ser, puede acompañarla de un dibujo o caricatura que le ayude a sintetizar mejor.

Lo harán en silencio y en secreto. Si alguien acaba antes, da la vuelta a la cartulina y se pone a hacer otra cosa como leer o dibujar, en espera de los demás. Finalizados los carteles todos se colocan en círculo y a una señal dan la vuelta a la cartulina. Libremente leen y hacen comentarios a los carteles de los demás y a los suyos, formulan preguntas o sugerencias. Podemos dejar los carteles en el panel de la clase, si lo desean.

Variantes: escribir o dibujar el nombre de un animal o plante, que mejor represente su manera de ser.

- Quizá pudiera ser una marca de coche o de moto, o una prenda de vestir o un mueble.
- Una comida o una bebida.
- Nombres de compañeros con los que tiene identidad común.
- Con que actor o líder se identifican.
- Hacer un cartel tipo spot publicitario de las cosas que a uno le gusta más hacer.
- En cada ángulo de la cartulina pueden escribir: en los ángulos superiores virtudes que se otorgan y en los inferiores 4 defectos. (Gómez, 2004, p.222)

Orientación Didáctica: la razón de pedir silencio y que cada uno lo haga en secreto es para mantener la originalidad en cada cartel. Es posible que según sea el grupo no podamos dejar libertad para hacer algo después de acabar al cartel, sería mejor tener preparada otra actividad o sugerir un par de ellas.

Dinámicas de Motivación. En este tipo de dinámicas el objetivo es lograr que el grupo de personas que participe logre concientizarse sobre la importancia de estar motivado, para realizar cualquier actividad. Este tipo de actividades son muy útiles para generar en las personas no solo un esto anímico positivo, sino también promover un mejor estado de autoestima donde las personas podrán crear un mejor concepto de sí mismos.

Por ultimo un punto importante de todo esto es que la motivación también promueve a una mejor interacción y desarrollo de liderazgo en actividades grupales ya que las personas estas decididas a colaborar para desarrollar una buena participación provocando así que se desarrollen buenas relaciones interpersonales.

Conocimiento mutuo factor para entablar relaciones interpersonales. En este apartado cabe resaltar que para que una persona este motivada necesita de alguien que pueda ayudarle o animarlo en algún suceso o escala de su vida siendo este amigo, compañero, acompañante quien pueda también impulsar y ser impulsada por esta persona en su vida, es decir esta vendría a ser un apoyo en su vida para alguna circunstancia que se le presente siendo esta la piedra angular de formar y estimular buenas relaciones interpersonales por esto la siguiente dinámica trata sobre el conocimiento mutuo mediante la comunicación e interacción interpersonal.

"La principal barrera en la comunicación interpersonal mutua es nuestra tendencia a evaluar, a juzgar, a aprobar o desaprobar lo que dicen la otra persona o el grupo" (Gómez, 2004, p. 227).

Debido a esto Grieger (como se citó en Gómez, 2004) "la comunicación es una operación que pone en relación a los sujetos humanos y consiste en hacer pasar un conocimiento, una información o una emoción de unos a otros, es decir realizar un intercambio de significaciones" (p.227).

Dinámica: Gracias por preguntar. Desarrollo del ejercicio: una vez ordenado el grupo de alumnos se explicara cómo deben realizar la siguiente actividad de la cual necesitaran una pizarra, hoja de papel y un marcador, una vez que se tenga todo esto se les pedirá que cada uno vaya a la pizarra y escriba una pregunta o frase que sea de ayuda o motivación para alguien sin especificar a quien va dirigido luego de esto cada uno de ellos tomara la frase o pregunta que más le guste y

la escribirán en su hoja y la decoraran como mejor les parezca, luego de esto algunas personas podrán exponer porque seleccionaron esa frase.

Dinámica: Almas Gemelas. Desarrollo del ejercicio: se prepara una hoja fotocopiada con unas preguntas y unas respuestas a elegir. Por ejemplo:

- Me gustaría ser: bebe, niño, adolescente, joven, adulto, viejo
- Mi fiesta preferida: bautizo, boda, cumpleaños, celebraciones, santo
- Prefiero: discoteca, campo, cine, playa, bosque, mar
- Me convierto en : león, águila, perro, colibrí, gato, oso
- Elijo: girasol, rosa, cactus, violeta, geranio, hierba
- Cambiaria: mi voz, mi cara, mis piernas, mi pelo, mis manos
- Soy bueno para: estudiar, conquistar, descansar, cantar, hacer bromas, deporte
- Soy malo para: dibujar, pelear, disculparme, conversar. (Gómez, 2004, p.229)

Deben seleccionar solo una opción por cada pregunta, luego de ello se deben agrupar con las personas que coincidan con más de 4 respuestas. Así con esto se generan grupos que puedan interactuar y responder por que decidieron esa opción y seguir a la siguiente actividad.

Dinámica: El guía.

Desarrollo del ejercicio: cada uno elegirá una pareja. Uno ira con los ojos vendados y el otro hará de guía. Se trata de recorrer el patio el jardín, los pasillos, o cualquier espacio grande. El objetivo es que se relaje el alumno que va con los ojos vendados y se deje conducir por el compañero que tendrá que esforzarse por explicar claramente y a tiempo

las situaciones imprevistas para el guiado (un escalo, un desnivel, un estorbo,). (Gómez, 2004, p.237)

El recorrido es libre, pero con límite de tiempo, el equipo deberá guiar a la persona para alcanzar el premio que el dinamizador prepare, si en el tiempo deseado no logra la persona vendada se cambiara de guía, cada guía lo dirige a su manera y hablando lo menos posible, porque es interesante que el conducido perciba además de la compañía del guía, los ruidos y olores a lo largo del recorrido.

Terminada la dinámica todos deberán sentarse en el suelo y el dinamizador procederá a realizar preguntas sobre la experiencia que han tenido y realzar la importancia de tener alguien en quien confiar cuando no se puede ver la situaciones en la que se encuentran las personas.

Dinámica Mi Obra de Arte. El objetivo de esta dinámica es que los participantes creen un mensaje de motivación en contra de algún problema que se ve en el mundo.

- El dinamizador procederá a formar 5 grupos de 6 personas de manera aleatoria y los hará sentarse en círculos con sus respectivos asientos.
- Luego de ello les explicara que deben plasmar un mensaje y dibujo motivador contra algún problema que hay en sociedad.
- El dinamizador dará unos minutos para que cada grupo escoja un tema y este no se repita luego de esto se entregara el pliego de cartulina para que realicen su actividad.
- Hecho el anuncio cada grupo pasara e exponer. (Fritzen, 2002, p.17)

Dinámica ¿Cómo estas hoy? El objetivo de la presente dinámica es que los participantes logren conectarse emocionalmente con sus compañeros a través de la charla.

- El dinamizador primeramente crea un ambiente de orden y atención hacia sus estudiantes. Seguidamente de esto entrega la hoja de lectura la cual deberán leer en voz baja o n silencia.
- Una vez terminado el tiempo de lectura, el dinamizador pedirá a los estudiantes que escojan un compañero.
- Hecho esto el dinamizador pedirá a cada pareja que se haga la siguiente pregunta ¿Cómo te sientes hoy?
- Se dará un tiempo de 8 a 10 minutos hecho esto el dinamizador creara nuevas parejas y se repetirá la dinámica.

Una vez terminada la dinámica el dinamizador dará una breve explicación sobre la importancia de ayudar y conocer cómo se sienten las demás personas. (Oliveira y Meireles, 2008, p.7)

Dinámica Mi Admirador Secreto. El dinamizador procede a mantener el orden en el aula y procederá a dar instrucciones básicas sobre la siguiente actividad.

- Una vez captada la atención de los estudiantes el dinamizador preguntara si saben lo que es una carta y para qué sirven.
- Una vez socializado lo que es una carta el dinamizador indicara que el día hoy escribirán una carta de manera anónima a un compañero es decir sin especificar quien escribir dichosa carta y sin escribir el destinatario tampoco.
- El contenido de la carta debe ser realizado de forma personal, enviando primeramente un cordial saludo y luego el mensaje que debe ser de animo a esa persona por ejemplo: Saludos querido compañero espero que hoy sigas sonriendo como siempre, Hoy te escribo con el deseo de decirte que eres alguien muy importante en el mundo en la vida y en esta aula etc.

- Explicado el proceso de la dinámica el dinamizador procede a entregar los sobres de carta a los estudiantes y dará la última indicación la cual es adornar el interior de la carta y dejar una posdata la cual deja un recordatorio, un verso una palabra de reflexión todo acorde a la persona que redacte dicha carta.

Terminada la actividad el dinamizador preguntara que les pareció la carta que recibieron y explicara brevemente la importancia de recibir y de dar un mensaje de ánimo a las personas.

Dinámicas para descargar la agresividad y mejorar las relaciones interpersonales. En el ámbito de las relaciones interpersonales existen muchos factores que intervienen para que estas no sean satisfactorias debido a diferencias como gustos, pasatiempos, creencias, actitudes, comportamiento entre otras. Por eso uno de los factores que más impide formar buenas relaciones es la actitud de las personas ya que individuos que tienden a ser agresivos poco o nada de habilidades para vincularse con otros posee y las relaciones que poseen son con personas que mantiene las mismas conductas que en algún momento llegaran a ser contraproducentes a nivel social en dichos individuos.

> Por eso para Gómez (2004): todos los ejercicios pre-deportivos y deportivos son una excelente válvula de escape para ellos y que pueden ser realizados de improviso por el dinamizador. No se debe tener reparo en hacer uso de un juego, que pueden organizar los mismos alumnos, si se tiene como objetivo disminuir la tensión, renovar fuerzas, centrar ánimos y limitar el tiempo, puesto que será más provechoso que entablar una dialéctica y hacer uso de autoritarismo para explicar el tema que toque. (p. 238)

Dinámica: Globo Andante. Desarrollo del ejercicio: en esta dinámica se deberá inflar un globo y atarlo al tobillo de una persona con un hilo, luego de esto se procederá a explicar el objetivo de la dinámica la cual es que con el pie poder reventar el globo del compañero, está prohibido el contacto físico como empujones, pellizcos, además de insultos, solo se deben concentrar en hacer explotar el globo del oponente.

Antes de que empiece el juego se debe explicar a los participantes que piensen que ese globo es algo importante para ellos, algo significativo como un sueño o una persona para luego reflexionar centrándose en la idea que se debe proteger y luchar por lo anhelado, lo amado, sin buscar aplastar los sueños y anhelos de otros ya que estos se deben respetar.

Dinámica: Danza con globos. Desarrollo del ejercicio: en esta actividad se busca que los participantes logren descargar energías para que así puedan mantener una mejor atención y conducta.

La presente actividad se centra en que cada persona posea un globo el cual lo sostendrán en una sola mano además de hacerlo flotar momentáneamente no deben sostener el globo más de dos segundos, dejando así una mano libre la cual les servirá para poder hacer caer el globo de otra persona al suelo. El objetivo es que quede solo una persona, para que la actividad sea más competitiva el dinamizador puede poner una recompensa al ganador.

Dinámica: Futbais o Kickball. Desarrollo del ejercicio: El kickball, también llamado kickingball, futbeis o kimbol, es un juego entre dos equipos cuyo objetivo es anotar la mayor cantidad de carreras posibles y evitar que el otro equipo anote carreras. Gana el partido quien haya anotado más carreras en conformidad con el reglamento y bajo la jurisdicción de uno o más árbitros.

Reglas:

1. Cada equipo debe tener entre 8 y 11 jugadores por lo menos.
2. El lanzador lanza una pelota desde el centro hacia el receptor, este golpea la pelota con el pie y luego corre a las cuatro bases.
3. El equipo de jugadores en el campo puede crear una etiqueta de la base que permita bloquear al jugador.
4. Se juega en un campo completamente plano de forma irregular con cierta impresión ovalada compuesto por distintas zonas, entre las principales, que son las que representan las válidas en el juego, están el llamado “Campo Externo” y otra llamada "Campo Interno".
5. Los jugadores que están en el campo, conocidos como “Defensores”, buscan el balón pateado para eliminar al jugador que lo pateó, antes que éste llegue primero a una de las bases o consiga anotar la carrera.
6. Al culminar el juego, el equipo ganador será aquel que haya anotado más carreras.
7. El jugador debe llegar a la base antes de que tenga el balón y recoja un out en la base.
8. El propósito u objetivo del juego de cada equipo es que los jugadores tienen que patear el balón y correr hacia la primera base, después la segunda, así sucesivamente (como en el béisbol).
9. El equipo que batea trata de hacer más carreras para ganar. (Gómez, 2004. p.93)

En esta actividad el dinamizador buscara resaltar la importancia de trabajar en equipo y conocer las habilidades de cada participante para ello para una mejor participación se premiara al grupo que mejor trabaje en equipo y mantenga compañerismo y no al que gane el juego.

Dinámica: Busca la bandera. Desarrollo del ejercicio: capturar la bandera es un estilo de juego en el que dos equipos intentan atrapar una bandera y llevarla a un sitio determinado para ganar.

Modo de juego:

Para jugar, los jugadores se dividen en dos equipos, cada uno con un campo. Para poder ganar, hay que coger una bandera y llevarla a un determinado sitio.

Existen otras variantes menores de este modo de juego:

- Ambos equipos poseen la bandera contraria (el equipo rojo posee la bandera azul, y viceversa), y un jugador debe llevarla a salvo a la base enemiga
- Un solo equipo tiene la bandera, y debe defenderla, mientras el otro equipo intenta capturarla y llevarla a salvo a su base
- La bandera puede estar en una zona neutra entre ambos equipos
- Hay 2 equipos cada uno tiene una bandera, el equipo contrario debe intentar capturar tu bandera y tu equipo la suya. (Gómez, 2004. p.98)

Al terminar esta actividad el dinamizador procederá a crear un momento donde los estudiantes puedan explicar los fallos que tuvieron durante el juego y la importancia de comunicarse entre ellos. El dinamizador explicara la importancia de tratar y relacionarse con las personas que les rodean.

Dinámica: La Cola de la Serpiente. Desarrollo del ejercicio: el objetivo es promover el trabajo en equipo y a la vez descargar la energía sobrante de los participantes.

Se deben formar dos grupos de los cuales deben hacer una columna donde cada uno debe poner una mano en el hombro de uno de sus compañeros, mientras con otra mano sostener la pierna doblada hacia atrás de su compañero, mientras el último de la columna mantiene un pañuelo atado a su cintura este pañuelo debe ser arrebatado por el otro equipo por la persona que encabece la columna. (Gómez, 2004. p.90)

Dinámica: Di mi nombre. Desarrollo del ejercicio: el objetivo de esta dinámica es mantener la concentración y la actividad física para descargar la energía sobrante.

El dinamizador forma un ruedo con los participantes donde uno de ellos estará en el centro y sostendrán una esponja larga o tubo de papel, luego de esto las personas que forman el círculo dicen el nombre de alguno de sus compañeros, en ese momento la persona que sostiene el tubo de papel deberá darle en la cabeza o brazo a esa persona, antes de que esa persona diga el nombre de otra. Las personas que están en el centro pagaran prenda.

Dinámica El diablo se Divierte. Para este juego se requiere un patio un poco grande, y pueden tomar parte en el hasta unos 40 jugadores, que deben formar una fila, mirando hacia el otro extremo del campo. El juego inicia a la señal del dinamizador.

- Todos deben correr a ocupar el otro extremo del patio o campo, y hará de "diablo" el jugador que llegue de último.
- Colocado el diablo en el centro del campo, dirá en voz alta: "adelante", a cuya orden los jugadores tratan de pasar al lado opuesto, procurando esquivar al "diablo", pues

quien sea atrapado deberá hacer oficio de “diablito”, ayudando a coger nuevos jugadores en los sucesivos cambios de extremo a extremo del patio.

- El juego termina cuando queden de 1 a 5 jugadores los cuales serán el vencedor. El dinamizador puede otorgar un premio a los vencedores y crear un mensaje sobre superar los obstáculos en la vida. (Villegas, 2006, p.7)

Dinámica Los Prisioneros. En este juego puede tomar parte un crecido número de jugadores: 30,40 o más. Quienes hayan de jugarlo se colocan en fila, cogidos de las manos y formando un circulo. Al centro se colocan tres o cinco jugadores que hacen el oficio de “presos”, y que intentan salir de su cárcel circular.

- Quienes formen el círculo deben incitar a los “prisiones” a huir de la cárcel levantando los brazos para dejarles libre salida, pero deben luego oponer resistencia para que no puedan escaparse.
- El jugador que deje salir a uno de los “prisioneros” debe entrar al círculo a reemplazar al fugitivo, y este puede entrar a formar parte del círculo.
- Puede introducirse a este juego la siguiente variante: cada fugitivo continúa jugando, y dan por terminado el juego cuando ya se ha fugado un número de “prisioneros” previamente convenido, por ejemplo 10. (Villegas, 2006, p.8)

Dinámica Gallinas y Zorros. En este juego muy apropiado para niños pequeños. Se ha de jugar en un patio, en donde puedan hacerse demarcaciones con tiza o rayas en la tierra.

- EL número de jugadores puede ser de 10, 20 hasta 30, según el espacio que se disponga y ha de elegirse 4 zorros por cada 10 jugadores.
- Determinado el número de zorros, pasan estos al centro del patio y ahí son vendados, en tanto que los que hacen de “gallinas” se distribuyen lo más separado posible y cada

uno marca en su derredor un pequeño círculo, que representa su nido, y del que no puede salir.

- A la señal del jefe, los zorros se dirigen a cazar gallinas. Las gallinas, al ver que un zorro se les acerca, pueden acurrucarse, pero sin salir del círculo, para evitar que el zorro, que tiene vendados los ojos, las toque con las manos, que son las que lo dirigen.
- Cuando un "zorro" toca una "gallina", esta sale del juego, el que se da por terminado cuando se acaban, al menos, las tres cuartas partes "gallinas" y se declara vencedor al "zorro" que ha comido un mayor número de estas. (Villegas, 2006, p.9)

Dinámicas Comunicativas que Promueven Relaciones Interpersonales. Como punto central dinámicas comunicativas son "juegos que estimulan la comunicación favoreciendo la escucha activa entre los participantes" (Gómez, 2004. p.87).

Siempre para entablar buenas relaciones interpersonales se necesita que la comunicación entra las personas sea clara ya que un mal uso de la comunicación puede causar muchos problemas en las personas desde mal entendidos hasta llegar a pleitos. Por esto promover actividades donde el objetivo sea que los participantes deban entablar un diálogo para realizar una tarea son sumamente importantes ya que esto ayudara tanto a arreglar conflictos anteriores como promover un mejor grado de confianza entre esas personas.

Para crear un concepto más claro de la comunicación y las relaciones interpersonales Corbin (2017) psicólogo organizacional explica que los tipos de comunicación son muchos y se manifiestan en diferentes situaciones pero de todos ellos se pueden resaltar las siguientes; comunicación verbal, no verbal, individual, colectiva, intrapersonal, masiva, señas o de tacto, tecnológica y emocional.

No cabe duda que la comunicación es importante para las relaciones sociales y en si para cada área de la vida de las personas de hoy en día ya que sin esta el proceso de avance del ser humano sería muy lento, en otras palabras, el gran avance evolutivo que ha tenido el ser humano se debe a la capacidad de comunicación que este ha desarrollado.

A partir de lo mencionado vemos que la comunicación se da en cada momento por lo que esta es un instrumento clave para establecer buenas relaciones interpersonales para ello a continuación se profundizara un poco sobre estos tipo de comunicación.

Comunicación verbal; la comunicación verbal es muy fácil de entender esta se fija en que el mensaje sea claro para el receptor es decir apegarse de manera literal u abstracta al mensaje, para Corbin (2017) la comunicación verbal se caracteriza por "el uso de las palabras en la interacción entre el emisor y el receptor". Existen dos tipos, pues el lenguaje puede ser expresado de manera hablada o escrita.

Comunicación no verbal; se lleva a cabo sin el uso de palabras y, en muchos casos de forma inconsciente. "Los movimientos corporales, las posturas, la mirada, la forma de sentarse o de andar" (Corbin, 2017, p.1).

Comunicación colectiva; se produce cuando el número de personas están por encima de tres, normalmente se da en grupos de trabajos académicos o de amigos.

Con todo esto la comunicación que es consigo mismo es clave para promover un buen desenvolvimiento de las relaciones interpersonales ya que una persona que sabe lo que va a decir antes de hablar es muy consciente de los sucesos y de las situaciones que puedan conllevar.

Comunicación masiva; "se refiere a la interacción entre un emisor único y un receptor masivo o audiencia, el receptor debe ser: un grupo grande de personas, ser heterogéneo y ser anónimo" (Corbin, 2017, p.1).

Comunicación de señas o de tacto; este tipo de comunicación se refiere a la que emplean las personas sordas y sordomudas y las personas de su entorno para establecer un canal de comunicación con sus círculos sociales social, ya sea conformado por otros sordos o personas sin problemas auditivos.

Comunicación emocional: "la comunicación emocional se refiere a que el contenido es de tipo emocional. Puede ser verbal, al expresar los sentimientos, o no verbal, por ejemplo, al reír o llorar" (Corbin, 2017, p.1). El objetivo de esta son los diálogos que pueden mostrar las emociones y no reprimirlas haciendo las conversaciones más vivas y esenciales para la comprensión del estado anímico de otras personas.

En lo que se refiere a las emociones y comunicación estas siempre serán necesarias para entablar relaciones profundas y no relaciones superficiales ya que si se habla de emociones esto guía a los sentimientos y estos ayudan a crear una perspectiva personal de las persona y cuando se crea una idea clara de cómo es una persona el individuo escoge si mantener y cuidar dicha relación, mantener distancia o mejor descartarla.

Dinámica: Traje blanco. Desarrollo del ejercicio: en esta dinámica el objetivo es lograr que todos los integrantes participen y se comuniquen entre sí para poder lograr desarrollar la actividad.

Se entrega papelografos y cinta a todos los grupos los cuales se usaran para formar una vestimenta establecida por el dinamizador por ejemplo una armadura, un traje de novia etc. Un participante de cada grupo deberá servir de modelo, el dinamizador entregara

alrededor de 10 a 15 minutos y luego hará que cada grupo exponga su traje. (Gómez, 2004. p.88)

Dinámica: En los zapatos de otro. Desarrollo del ejercicio: con la finalidad de fortalecer la comunicación y trabajo en equipo el objetivo de la dinámica es dejar que los participantes expresen libremente sus ideas a través de una mini obra de teatro la cual deberá ser desarrollada y pensada por ellos mismos.

El dinamizador será solo un apoyo para los grupos guiándolos a crear buenas ideas referente a lo que van a actuar. Para una mejor participación y desarrollo de la actividad el dinamizador deberá poner un incentivo o premio al equipo que mejor participe.

Dinámica: Charadas. Desarrollo del ejercicio: el objetivo es que mediante la mímica puedan crear una mejor expresión corporal de sí mismos y a su vez poder interactuar mejor con sus compañeros.

El dinamizador crea grupos de 5 a 7 personas de ellos este escogerá una persona que mediante la mímica representara algún personaje y el resto del grupo tratara de identificar a quien hace referencia. (Gómez, 2004. p.86)

Dinámica El Mensajero. Primera Actividad:

El objetivo de la dinámica del mensajero es lograr que los participantes hagan preguntas personales o graciosas sin dirigirla a un compañero o compañera en específico.

- Primeramente se crea un ruedo con los asientos del aula, dejando un espacio amplio en la misma.
- Luego de esto se explica a los estudiantes que hagan una pregunta en un papel pequeño siempre y cuando manteniendo el respeto, hecho esto el dinamizador guardara todas las preguntas en una funda o caja.
- Ya logrado esto todos los estudiantes deben estar sentados y el dinamizador dirá lo siguiente: ha llegado una carta para todos los que tienen el pelo corto, entonces todos los que posean esta característica deberán cambiar de asiento, la persona que se quede sin asiento deberá tomar una pregunta al azar y contestarla.

Segunda actividad:

- El objetivo de la dinámica mensaje cambiado es lograr que los participantes pongan en práctica su imaginación y capacidad para responder ante una situación.
- Cada estudiante forma una pregunta pero no la responde esta pregunta debe ser interesante o graciosa. Una vez escrita la pregunta el dinamizador las tomara y las repartirá a otra persona y esta escribirá la respuesta en ese papel, hecho esto el dinamizador recogerá nuevamente los papeles.
- Por último el dinamizador deberá repartir los papeles y explicar la forma del juego la cual es que una persona lee la pregunta de su papel y su compañero de a lado lea la respuesta del suyo y así sucesivamente hasta que todos participen. (Oliveira y Meireles, 2008, p.19)

Dinámicas Colaborativas. Potencian la cooperación grupal al focalizarse en que todos los participantes tengan posibilidades de participar. Estas dinámicas son idóneas para forjar nuevos relaciones y mejorar el trato que hay entre compañeros.

Dinámica Misión Imposible. El objetivo de esta dinámica es incentivar la comunicación y colaboración entre compañeros de clase.

Primera actividad: Nueve puntos,

- Nueve puntos: se trata de unir 9 puntos mediante 4 trazos rectilíneos continuos. Es decir, sin levantar el lápiz del papel, ni recorrer 2 veces el mismo trazo. Los nueve puntos están en columnas de tres puntos.

Segunda actividad: el cuadro mágico

- El cuadrado mágico: sobre un cuadrado de 9 casillas, deben colocarse nueve números distintos: los comprendidos entre el 1 y el 9, ambos inclusive; por tanto, se trata de no repetir ninguno. Una vez dispuestos, la suma de las columnas horizontales, verticales y diagonales ha de dar siempre el mismo resultado.

Tercera actividad: la avenida complicada

- La avenida complicada: en esta 'Avenida complicada' hay cinco casas numeradas: 801, 803, 805, 807, 809, de izquierda a derecha. Cada casa se caracteriza por un color diferente, la nacionalidad del propietario, por un coche cada uno de una marca, por una bebida y por un animal.

- El mexicano vive en la casa roja.

- El peruano tiene un coche Mercedes.

- El argentino tiene un cachorro.

- El chileno bebe Coca-Cola.

- Los conejos están a la misma distancia del Cadillac que de la cerveza.

- El gato no bebe café ni habita en la casa azul.

- En la casa verde se bebe whisky.

- La vaca es vecina de la casa donde se bebe Coca-Cola.

- La casa verde tiene como vecina a su derecha la casa gris.

- El peruano y el argentino son vecinos.

- El propietario del Volkswagen cría conejos.

- El Chevrolet pertenece a la casa roja.

- Se bebe Pepsi-cola en la casa tercera.

- El brasileño es vecino de la casa azul.

- El propietario del Ford, bebe cerveza.

- El propietario de la vaca es vecino del dueño del Cadillac.

- El propietario del Chevrolet es vecino del dueño del caballo.

- Una de las casas es amarilla.

Dinámica Juicio de la Verdad. El objetivo de esta dinámica es lograr que los participantes expresen libremente sus ideales sin temor.

- El dinamizador previamente planteara un tema de debate y tendrá preguntas ya formadas para la aplicación de la dinámica.
- El tema planteado debe causar interés en los participantes
- Ya con los grupos formados y organizados el dinamizador explicara que será un mediador de los grupos y que será a la vez juez e interrogador de estos.

- Los grupos tendrán de 5 a 10 minutos para organizarse y pensar sus respuestas sobre el tema además de escoger el nombre de su equipo.
- Para obtener la victoria en el debate se debe dar comentarios o puntos de vista lógicos es decir con sentido común.
- Por cada buen comentario se otorgara un punto al equipo.
- Está prohibido que participe la misma persona más de 2 veces. (Fritzen, 2002, p.25)

f. METODOLOGÍA

Descripción de la investigación.

En la presente investigación se tiene como objetivo promover las relaciones interpersonales a través de dinámicas de grupo en estudiantes del tercer año de bachillerato paralelo "A" del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero de la ciudad de Loja, dicho esto tiene un diseño de investigación pre-experimental debido a las dos variables que se manejaran y la forma de intervención.

Debido a esto el presente trabajo es de carácter "descriptivo" porque durante la investigación se lo aplicara al momento de la recopilación y presentación de datos, de esta manera se detallará los hechos observables, es decir, se especificara la situación actual de cómo se llevan las relaciones interpersonales de los estudiantes, además para así poder referirse o describir las dos variables, en otras palabras como las dinámicas de grupo promueven las relaciones interpersonales de los estudiantes, dicho esto; la investigación es de corte transversal ya que está fijada para un tiempo y lugar determinado.

Métodos y Técnicas

Para hacer que una investigación obtenga la validez necesaria en su aplicación y elaboración se ve en la necesidad de la aplicación de métodos y técnicas que contribuyen a validar los resultados obtenidos.

A continuación se mencionaran los métodos utilizados para la investigación:

Método Científico: se utilizara en todo el proceso de investigación ya que este abarcara a los demás métodos dándole una secuencia y lógica a la investigación.

Analítico-sintético:

Dicho proceso permitirá crear una exploración y observación de la realidad en la que se encuentra el objeto de estudio sintetizando así una temática clara además de aportar en el desarrollo de los puntos que deberán resaltarse en el marco teórico, como también al momento de establecer las conclusiones.

Método Deductivo:

Este método permitirá verificar la problemática que existe en la institución, en este caso sobre lo que respecta a la dificultad en las relaciones interpersonales además se utilizara para hacer un estudio general del problema.

Método inductivo:

Este método será utilizado al momento de realizar el estudio de la relación de las variables, al tratar de verificar la información de la investigación de campo con los datos empíricos y con base teórica.

Además este método promueve al desarrollo de la problemática debido a que permite desarrollar un análisis de lo observado y así identificar las situaciones generales que se dan en el aula de tercero de bachillerato para poder lograr conclusiones y recomendaciones adecuadas.

Método descriptivo:

Facilitará la descripción de la situación problemática de los estudiantes además de especificar cuáles son los puntos en los que se deba trabajar en los estudiantes.

Método histórico- lógico:

Contribuirá a determinar cómo ha sido el paso del fenómeno referente a las relaciones interpersonales a través de la historia y su impacto en el individuo sirviendo así de apoyo y guía en el trabajo a efectuar**.**

Método de diagnóstico

Permitirá determinar los grados de dificultad en los factores de las relaciones interpersonales de los estudiantes mediante la aplicación del "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia", con esto también se pudo identificar si los estudiantes están fallando en los diversos factores de las relaciones interpersonales los cuales son la asertividad, relaciones con el otro sexo, relaciones entre iguales, hablar en público y relaciones familiares.

Método estadístico:

Será empleado al momento de tabular los datos obtenidos durante la investigación. En el proyecto posibilitará tanto la descripción de la problemática y realidad que se esté presentando en el tercer año de bachillerato paralelo "A" del Colegio 27 de Febrero, también esto aportara a la exposición de resultados y elaboración de cuadros y gráficos. Además de ser un punto de apoyo para la descripción de las conclusiones, así de igual forma con la validación de la propuesta de trabajo de investigación.

Técnicas

Observación: se utilizará la observación con la finalidad de identificar los diferentes problemas que se puedan dar entre los estudiantes de tercero de bachillerato con respecto a cómo conllevan sus relaciones interpersonales para de esta manera plantear el tema y la problemática a investigar.

Cuestionario: se utilizara el "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" o "CEDIA" para identificar los grados de dificultad de los diferentes factores que poseen los adolescentes en sus relaciones interpersonales.

Este es un auto-informe para adolescentes de 12 a 18 años, con sendas formas para el género masculino y femenino. Las preguntas muestrean una amplia gama de relaciones interpersonales con personas de diferente edad, género, nivel de autoridad y grado de conocimiento o confianza,

en diversos contextos, hogar, colegio, compañeros del mismo o de distinto sexo, y situaciones de calle, comerciales o de servicios.

Este instrumento se encasilla en 5 factores los cuales son aserción, relaciones con el otro sexo, relaciones con iguales, hablar en público y por ultimo las relaciones familiares todos estos factores señalan el grado de dificultad del adolescente, dicho esto el instrumento está conformado por 39 preguntas además de poseer 5 casillas con las opciones "de 0 ninguna dificultad y 4 máxima dificultad". (Ver Anexo 1)

Población y muestra:

La población está compuesta por 75 estudiantes correspondiente al tercer año de bachillerato del Colegio 27 de Febrero periodo académico 2017-2018, de los cuales se seleccionara una muestra de 22 estudiantes correspondiente al paralelo "A":

- El departamento del "DECE" reporta que los estudiantes seleccionados presentan dificultades en sus relaciones interpersonales refiriéndose a que mantienen conductas de aislamiento, individualidad, poca interacción entre compañeros, grupos cerrados y poca asertividad.
- El inspector y el departamento del "DECE" manifestaron que se debe realizar el estudio y aplicar una intervención.
- Para el trabajo investigativo se considerara como muestra a los estudiantes del paralelo "A" del tercer año de bachillerato.

	Población	**Muestra**
Estudiantes	75	22

Fuente: Departamento del DECE del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero, 2017
Autor: Sr. Juan Pablo Aldaz Cajilima

Procedimientos de la investigación

Para el desarrollo de la investigación se requerirá tomar en cuenta a un grupo de estudiantes del tercer año de bachillerato que presenten problemas en sus relaciones interpersonales además de estar prestos en la participación de esta investigación.

Para realizar el proceso de investigación y aplicarlo ordenadamente se establecerán cuatro fases:

Primera Fase: valoración y diagnostico

Mediante la apertura del Colegio de Bachillerato 27 de Febrero se aplicara el "Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia" buscando los datos necesarios para identificar la realidad y problemática de la investigación. Y así poder cumplir con el objetivo el cual es: Diagnosticar el grado de dificultad de los factores que intervienen en las relaciones interpersonales que mantienen los estudiantes de tercero de bachillerato "A".

Segunda Fase: diseño de la propuesta

Con los resultados obtenidos se realizara la panificación y diseño de la propuesta referente a las dinámicas de grupo que servirán para promover las relaciones interpersonales, dichas dinámicas se impartirán en 5 talleres, condensadas en sesiones correspondientes a los 7 tipos de dinámicas de grupo los cuales se distribuirán de forma secuencial y bien estructurada.

Tercera Fase: intervención

En esta fase se aplicara la propuesta de dinámicas de grupo para promover las relaciones interpersonales en los estudiantes del "Colegio de Bachillerato 27 de Febrero", de tal manera que sea un aporte en la búsqueda de posibles intervenciones que contribuyan una solución en los problemas escolares referentes a las dificultades en las relaciones interpersonales.

Cronograma

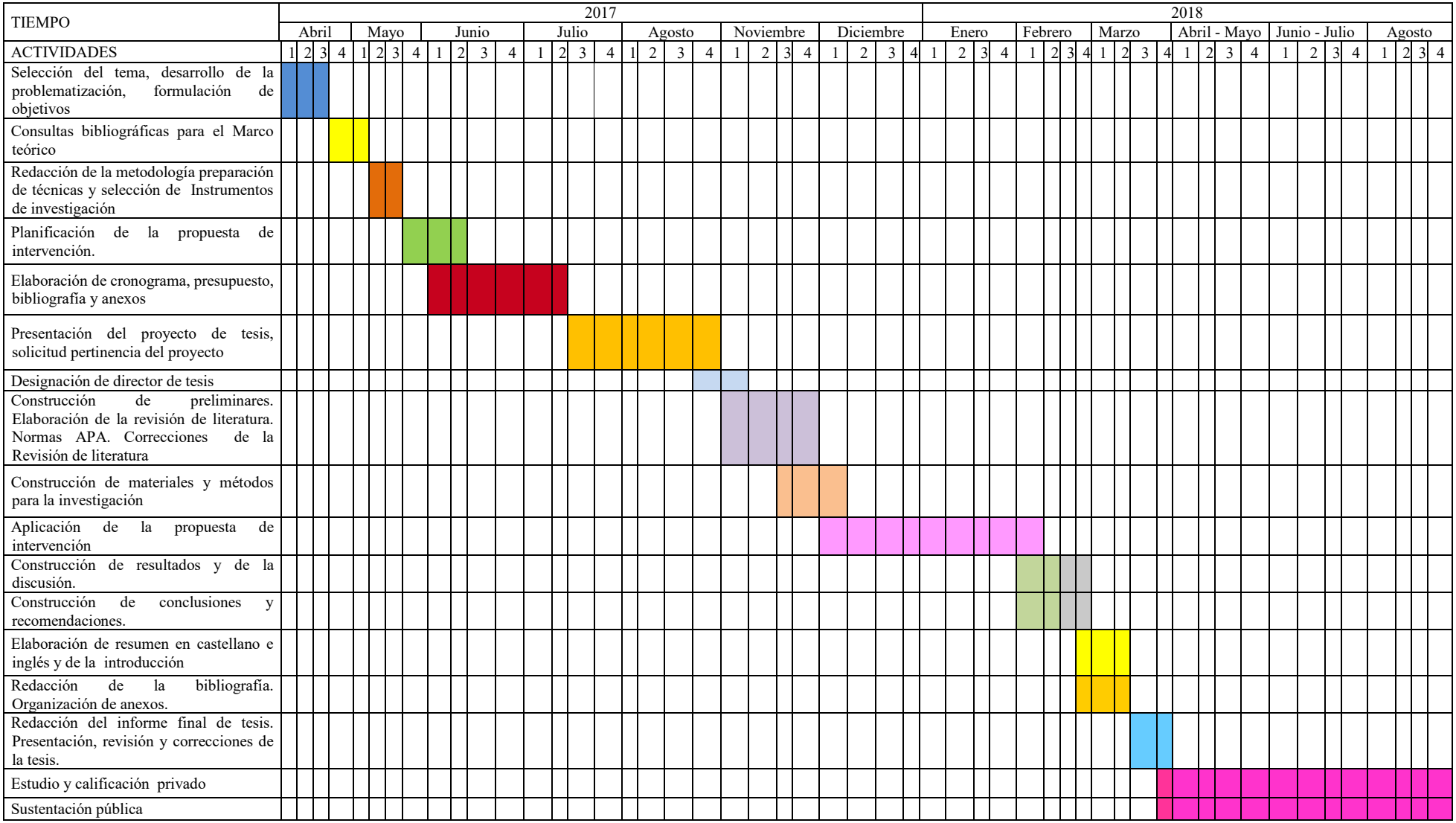
Actividades / Semanas	Primera y segunda quincena de diciembre 2017		Primera quincena de enero 2018		Segunda quincena de enero 2018	
	2	**3**	**1**	**2**	**3**	**4**
Taller Nº 1 Tema:	X					
Taller Nº 2 Tema:		x				
Taller Nº 3			x			
Taller Nº 4				X		
Taller Nº 5					X	X

Cuarta Fase:

Seguimiento y evaluación final

Durante la aplicación de la propuesta, se procederá a una evaluación, por cada taller dado, mediante una encuesta que determinara el alcance y la efectividad de la propuesta y así validar el proceso. Una vez terminada la fase de intervención se aplicara el post-test (CEDIA).

g. CRONOGRAMA



h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

- Recursos Humanos

El personal humano que participa en la investigación son los siguientes: investigador, Colegio de bachillerato 27 de febrero, grupo de estudiantes seleccionados.

- Materiales

Los materiales que se utilizaran para la recopilación de la información necesaria para el desarrollo del presente proyecto investigativo son los siguientes: copias de los cuestionarios de las encuestas aplicadas, computadora, Impresora, flash memory, esferos, cámara fotográfica, Cd.

- Institucionales: Bibliotecas públicas y biblioteca de la universidad, libros.

Concepto	**Cantidad**	**Costo Unitario**	**Costo Total**
Aportes Personales Del Estudiante Para La Investigación			
Diseño del proyecto	1	75$	75$
Desarrollo de la investigación	1	35$	35$
Gastos Corrientes			
Pasaje	220	0.30$	66$
Alimentos		150$	150$
Bienes Y Servicios De Consumo			
Material de oficina	1	120$	120$
Uso de internet	6	30$	180$
Impresión		50$	50$
Servicios Generales			
Difusión del taller, información, publicidad		30$	30$
Refrigerios para los talleres	**10**	**5$**	**50$**
Materiales didácticos	1	15$	15$
Libros (bibliografía)	1	30$	30$
Total De Ingresos Y Gastos	801$		

i. BIBLIOGRAFÍA

Gómez, M, Teresa, (2004). *Propuestas de intervención en el aula: Técnicas para lograr un clima favorable en clase.* Madrid, España: Narcea

Perinat, A., Corral, A., Crespo, I., Crespo, I., Domenech, S., Lalueza, J., Martinez, A., Larraburu, I., Martinez, G., Moncada, A., Raguz, M., Rodríguez, H. (2012). *Los adolescentes en el siglo XXI: un enfoque psicosocial.* Barcelona, España: UOC

WEBGRAFÍA

Coleman, J., Hendry, L. (2003). *Psicología de la adolescencia.* Madrid, España. Recuperado de https://books.google.com.ec/books?id=94Od90KAzNYC&pg=PA165&dq=relaciones+interpersonales+en+la+adolescencia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiNw9XnyazXAhVFMyYKHS1HCNUQ6AEIKTAB#v=onepage&q&f=false

Contreras, C. Díaz, B. Hernández, E. (2011). *Relaciones Interpersonales.* Recuperado de http://www.eumed.net/librosgratis/2012a/1159/bases_teoricas_relaciones_interpersonales.html

Corbin. J. (2017). *Psicología y Mente: Los 28 tipos de comunicación y sus características*. Buenos Aires, Arg. Recuperado de https://psicologiaymente.net/social/tiposcomunicacion-caracteristicas

Fritzen, S. (2002). *Setenta ejercicios prácticas de dinámica de grupo*. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=Rg432ZecyOAC&printsec=frontcover&dq=dinamicas+para+grupos&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwj3iIKRxbbXAhUjyoMKHR2NCxEQ6AEIODAE#v=onepage&q&f=false

Gonzales, J. (2013). *Dinámica de grupos: técnicas y tácticas.* México: Pax México. Recuperado https://books.google.com.ec/books?id=VG7s0luKjkQC&pg=PA13&dq=dinamicas+de+grupo+relaciones+interpersonales&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjIlobuxqPXAhVs6oMKHd4NDhAQ6AEIMTAC#v=onepage&q&f=false

Martínez, R. (2012). *Guía de recursos didácticos de Psicología Social.* Recuperado de https://books.google.com.ec/books?id=MEDRsRi9Tm4C&printsec=frontcover&dq=psicologia+social&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwis8OPfqNXVAhXHRSYKHeKDCQwQ6AEIRjAG#v=onepage&q&f=false

Mesa, H. (2016). *Siete tipos de dinámicas de grupo para el aula. Recuperado de:* http://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/educacion-emocional/7-tipos-dinamicas-grupo-aula-eliges/41576.html

Pascal, M. (2017). *La amistad entre niños o adolescentes: Una fuerza que ayuda a crecer*. Madrid, España. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=Hg_FDQAAQBAJ&pg=PA66&dq=relaciones+entre+iguales&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjapcb6usPXAhVD12MKHVqJA_8Q6AEIKjAB#v=onepage&q&f=false

Peñafiel, E. Serrano. (2010). *Habilidades Sociales.* Recuperado de https://books.google.com.ec/books?id=zpU4DhVHTJIC&pg=PA16&dq=habilidades+sociales+aprendizaje&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwirsrmN28_TAhXDSiYKHRlyABIQ6AEIITAA#v=onepage&q&f=false

Oliveira, I. Meireles, M. (2008). *Dinámicas para vivir y compartir*. San Pablo, Venezuela. Recuperado de:

https://books.google.com.ec/books?id=pssRro4oeX0C&pg=PA5&dq=dinamicas&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjVufHL6LbXAhVBzoMKHQgVDpAQ6AEIVDAJ#v=onepage&q&f=false

Rosemberg, F. (2006). *Psicoterapia Conductual y Cognitiva.* Caracas, Venezuela: CEC, SA

Unicef. (2010). Encuesta nacional de comunicación y educación del siglo XXI. Recuperado de https://www.unicef.org/ecuador/Encuesta_nacional_NNA_siglo_XXI_2_Parte2.pdf

Velázquez, L. (2013). *Dinámicas de Grupo.* Recuperado de https://es.slideshare.net/gelvero_1976/dinamicas-de-grupo-18858727

Villegas, V. (2006). *Doscientos Juegos y Dinámicas*. Recuperado de: https://books.google.com.ec/books?id=Ry_ZzLe8Rk4C&printsec=frontcover&dq=dinamicas&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjVufHL6LbXAhVBzoMKHQgVDpAQ6AEIKzAB#v=onepage&q=dinamicas&f=fals

OTROS ANEXOS

Anexo 1

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

Nombre: …….
Fecha: ..... **Curso**: ……...
Instrucciones: Debes escribir el número que tú creas corresponde mejor en la actualidad al grado de dificultad que, generalmente, te supone cada relación, según la siguiente escala:

0 = Ninguna dificultad - 1 Poca dificultad - 2 = Mediana dificultad 3 = Bastante dificultad - 4 = Máxima dificultad

Al decir dificultad nos referimos tanto a aquellas situaciones en las que no sabes cómo responder o actuar (por ejemplo: te callas y te pones rojo), como aquellas otras en las que crees que te has excedido con la otra persona (por ejemplo, le insultas y luego te arrepientes).

Enunciado: ¿Tienes dificultad para…?	0	1	2	3	4
1. Reclamar a la cajera del supermercado que te ha devuelto 25 ctvs, menos?					
2. Hacer cumplidos (elogios, piropos, etc.) a una persona del sexo opuesto por la que te interesas?					
3. Exponer en clase un trabajo que has realizado?					
4. Pedir a un camarero que te atienda a ti primero porque tú estabas antes?					

5. Expresar tu opinión en una asamblea de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen?					
6. Decirle a un desconocido que intenta colarse en la cola para el cine que guarde su turno?					

7. Preguntar en clase cuando no entiendes lo que ha explicado tu profesor?					
8. Quejarte con un amigo/a porque ha dicho algo que te molesta?					
9. Iniciar una conversación con un desconocido mientras esperas el autobús?					
10. Opinar en contra si no estás de acuerdo con tus padres?					
11. Quejarte a un camarero cuando te sirve comida o bebida en mal estado?					
12. Decirle a una persona que acaban de presentarte lo mucho que te gusta cómo viste?					
13. Dar las gracias a tus amigos/as cuando salen en tu defensa?					
14. Pedir a un desconocido que apague su cigarrillo porque te molesta?					
15. Para trabajar por la calle debido al qué dirán?					
16. Preguntar en un restaurante porque se demoran en servirte?					
17. Salir voluntario a la pizarra a pesar de que no llevas preparada la lección?					
18. Preguntar a un desconocido una dirección cuando te pierdes en un barrio que no conoces?					
19. Ir a pagar la luz, el internet si no conoces como hacerlo?					
20. Decirle a un familiar (abuelos, tíos, etc.) que te molestan sus bromas pesadas?					
21. Expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase?					
22. Invitar a alguien del otro sexo a ir al cine?					

23. Pedir disculpas a tu madre por no asistir a una comida familiar?					
24. Dar las gracias a un amigo/a que te ayuda en tus tareas escolares?					

25. Defenderte cuando tus padres te culpan de algo que no has hecho?					
26. Decirle a un vecino que no te deja estudiar con el ruido que está haciendo?					
27. Defenderte cuando tu hermano/a te acusa de haberle estropeado algo suyo (libro, prenda de vestir, etc.)?					
28. Acercarte y presentarte a alguien del otro sexo que te gusta?					
29. Felicitar al delegado/a de clase por haber conseguido más tiempo para preparar el examen?					
30. Disculparte con un compañero/a con quien te pasaste discutiendo o peleando?					
31. Devolver un compact-disk defectuoso a la tienda donde lo compraste?					
32. Decir que no a un amigo/a que te pide prestada la bici o la moto?					
33. Defender a un amigo/a tuyo/a cuando está siendo criticado/a por otros?					
34. Quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a la excursión que ha organizado tu centro escolar?					
35. Iniciar una conversación con una persona del otro sexo que te atrae?					
36. Decir que no a un mendigo que te pide dinero?					
37. Dar las gracias a tu madre por haberte hecho una comida especial el día de tu cumpleaños?					
38. Dar las gracias a un desconocido si te ayuda cuando te caes de la bici o moto?					
39. Pedir a un camarero que te cambie el refresco de cola que te ha servido por el zumo de naranja que habías pedido?					

Baremo Cuestionario De Evaluación De Dificultades Interpersonales En La Adolescencia

	Puntaje
Cero puntos ninguna dificultad	
De 1 a 38 puntos poca dificultad	
De 39 a 77 puntos mediana dificultad	
De 78 a 116 puntos bastante dificultad	
De 117 a 156 puntos máxima dificultad	

Factor 1: Asertividad	Cero Ninguna Dificultad	De 1 a 14 Poca Dificultad	De 15 a 29 Mediana Dificultad	De 30 a 44 Bastante Dificultad	De 45 a 60 Máxima Dificultad
Preguntas: 1, 4, 6, 11, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 26, 31, 32, 36, 39					

Factor 2: Relaciones con el otro sexo	Cero Ninguna Dificultad	De 1 a 5 Poca Dificultad	De 6 a 11 Mediana Dificultad	De 12 a 17 Bastante Dificultad	De 18 a 24 Máxima Dificultad
Preguntas: 2, 9, 12, 22, 28, 35					

Factor 3: Relaciones con iguales	Cero Ninguna Dificultad	De 1 a 6 Poca Dificultad	De 7 a 13 Mediana Dificultad	De 14 a 20 Bastante Dificultad	De 21 a 28 Máxima Dificultad
Preguntas: 8, 13, 24, 30, 33, 37, 38					

Factor 4: Hablar en publico	Cero Ninguna Dificultad	De 1 a 5 Poca Dificultad	De 6 a 11 Mediana Dificultad	De 12 a 17 Bastante Dificultad	De 18 a 24 Máxima Dificultad
Preguntas: 3, 5, 7, 17, 21, 29					

Factor 5: Relaciones Familiares	Cero Ninguna Dificultad	De 1 a 5 Poca Dificultad	De 6 a 9 Mediana Dificultad	De 10 a 14 Bastante Dificultad	De 15 a 20 Máxima Dificultad
Preguntas: 10, 23, 25, 27, 34					

Análisis general:

……
……
……
……
……
……....

Anexo 2

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Ficha de observación para identificar dificultades en las relaciones interpersonales	
Investigador: Juan Pablo Aldaz Cajilima	
Instituto	Colegio de Bachillerato 27 de Febrero
Observaciones DECE	Existen alrededor de 22 estudiantes del tercero de bachillerato paralelo "A" sección matutina, de los cuales cuatro tienen dificultades para relacionarse con otros, pasan las horas de receso en el aula o simplemente caminan solos. En lo que respecta al resto de estudiantes existen grupos de compañeros que no interactúan con otros, mientras que hay estudiantes que mantienen conflictos entre ellos.
Observaciones Inspectores	Desunión por parte de los estudiantes, ciertos estudiantes incumplen con las actividades que deben cumplir en el aula, por ejemplo con los encargados de aseo de la semana los cuales dejan que un solo estudiante haga el trabajo.
Comentario del investigador	Se puede observar que existen dificultades en el tercero de bachillerato paralelo A, exactamente en las relaciones interpersonales ya que hay aislamiento, desunión, conflictos entre entre compañeros.

Anexo 3

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

Evaluación de conocimientos de la propuesta "Dinámicas De Grupo"

Nombre: ……...

Fecha: ……...

Tema: ……

1) **¿Qué es lo que más te gusto de la dinámica?**

.....

.....

.....

.....

2) **¿Qué aprendiste de esta dinámica?**

.....

.....

.....

.....

3) **¿Crees que esta dinámica te es de utilidad para relacionarte con otras personas?**

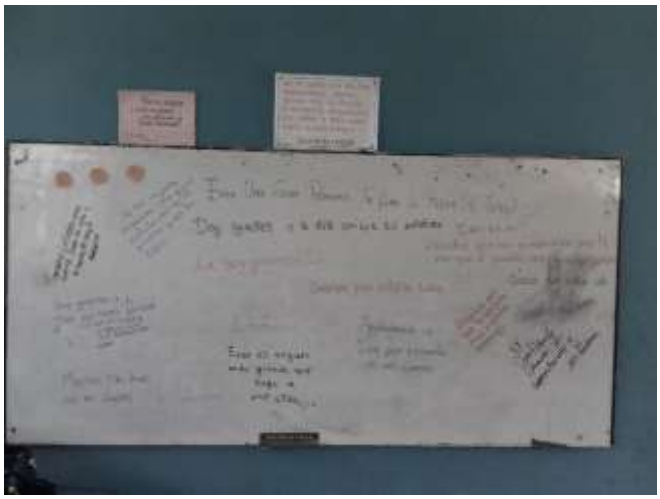
……

……

……

Anexos

FELIZ NAVIDAD



ÍNDICE

PORTADA ……...i

CERTIFICACIÓN.....ii

AUTORÍA..... iii

CARTA DE AUTORIZACIÓN.....iv

AGRADECIMIENTO v

DEDICATORIA.....vi

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO vii

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS viii

a. TÍTULO.....1

b. RESUMEN 2

ABSTRACT.....3

c. INTRODUCCIÓN.....4

d. REVISIÓN DE LITERATURA 7

Relaciones Interpersonales.....7

Definición de relaciones interpersonales 9

Desarrollo de las relaciones interpersonales.....10

Factores de dificultad en las relaciones interpersonales en el contexto escolar 11

Relaciones con el sexo opuesto.....12

Relaciones entre iguales. 13

Relaciones familiares.....14

Relaciones interpersonales en la adolescencia.....15

Aspectos a considerar en las relaciones interpersonales del adolescente 16

Consecuencias del aislamiento en las relaciones interpersonales del adolescente 17

Dinámicas de Grupo 19

Definición de Dinámicas de Grupo 19

Definición de grupo 20

Características de un grupo.....20

Objetivo de las dinámicas de grupo.....21

Tipos de dinámicas de grupo en el contexto escolar 22

Dinámicas de presentación y autoconocimiento. 23

Dinámicas de motivación 24

Dinámicas para soltar tensiones o descarga de la agresividad 24

Dinámicas comunicativas y de colaboración.....25

Habilidades sociales que promueven las dinámicas de grupo para mejores relaciones interpersonales 26

e. MATERIALES Y MÉTODOS 28

f. RESULTADOS 37

g. DISCUSIÓN 45

h. CONCLUSIONES 54

i. RECOMENDACIONES 55

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN 56

j. BIBLIOGRAFÍA 116

k. ANEXOS.....121

a. TEMA 122

b. PROBLEMÁTICA 123

c. JUSTIFICACIÓN 126

d. OBJETIVOS 128

e. MARCO TEÓRICO 129

f. METODOLOGÍA 174

g. CRONOGRAMA 180

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO 181

i. BIBLIOGRAFÍA 182

OTROS ANEXOS 185

ÍNDICE 195