

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
UNIDAD DE GRADUACIÓN PROFESIONAL  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA - CIEPs-  
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“LA LÚDICA COMO TÉCNICA PARA FORTALECER EL DESARROLLO  
SOCIO-AFECTIVO DEL ADOLESCENTE DE LA COMUNIDAD DE LA  
VERBENA”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

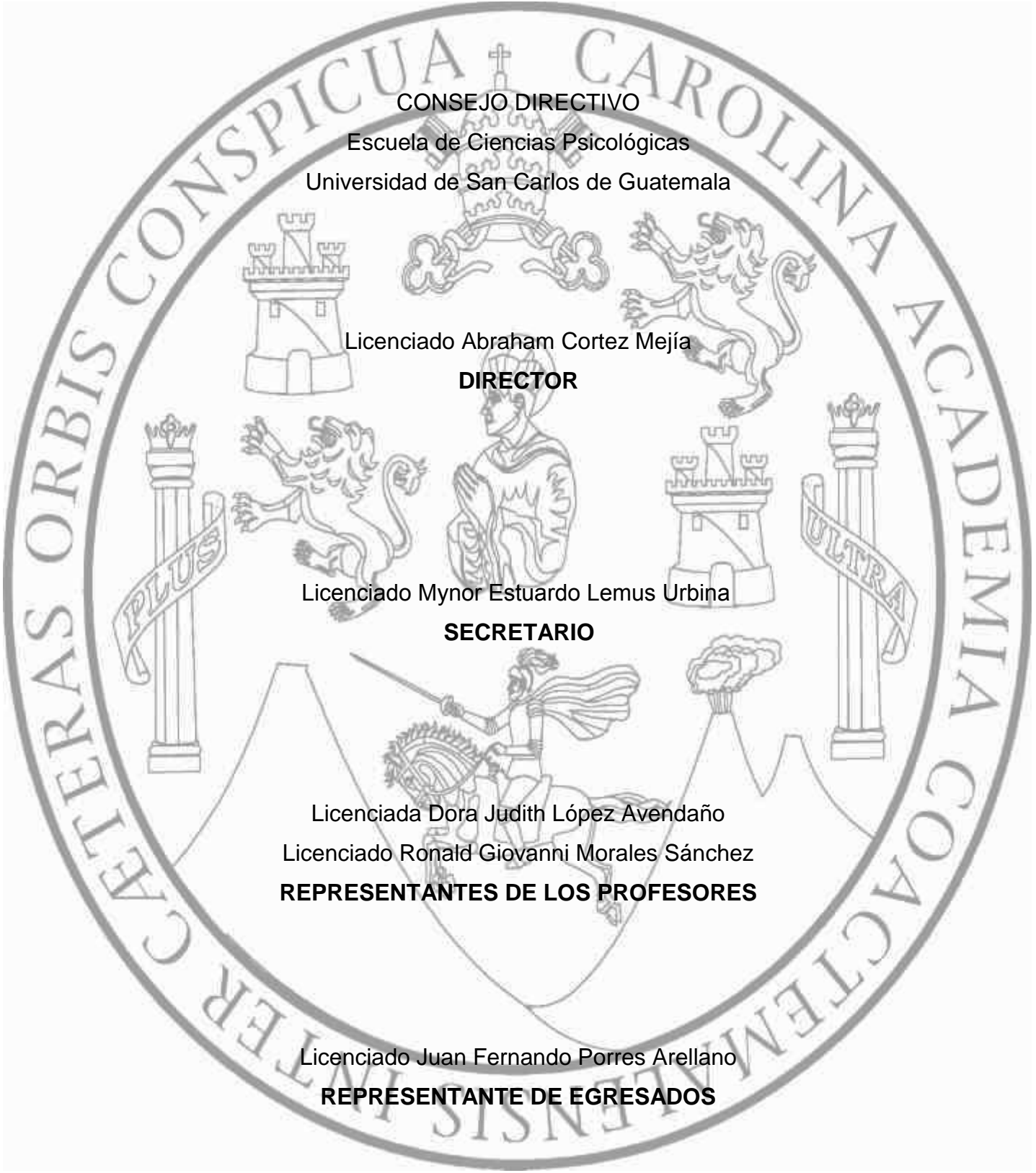
**POR**

**ALFONSO RAFAEL GONZÁLEZ MONZÓN  
ANA TERESA LÓPEZ VELA**

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE  
PSICÓLOGOS**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
LICENCIADOS**

**GUATEMALA, SEPTIEMBRE DE 2014**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem. It features a central figure of a man in a hat and robe, surrounded by various symbols including a castle, a lion, and a column. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEM INTER" is inscribed around the perimeter. The text of the document is overlaid on this seal.

CONSEJO DIRECTIVO  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía  
**DIRECTOR**

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**SECRETARIO**

Licenciada Dora Judith López Avendaño  
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez  
**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Licenciado Juan Fernando Porres Arellano  
**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**

c.c. Control Académico  
CIEPs.  
Reg. 018-2014  
CODIPs. 1733-2014

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

23 de septiembre de 2014

Estudiantes  
Alfonso Rafael González Monzón  
Ana Teresa López Vela  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto TRIGÉSIMO SEGUNDO (32º) del Acta TREINTA Y NUEVE GUIÓN DOS MIL CATORCE (39-2014), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 16 de septiembre de 2014, que copiado literalmente dice:

**TRIGÉSIMO SEGUNDO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: “**LA LÚDICA COMO TÉCNICA PARA FORTALECER EL DESARROLLO SOCIO-AFECTIVO DEL ADOLESCENTE DE LA COMUNIDAD DE LA VERBENA**”, de la carrera de Licenciatura en psicología, realizado por:

**Alfonso Rafael González Monzón**  
**Ana Teresa López Vela**

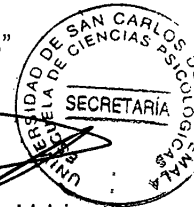
**CARNÉ No. 2001-20699**  
**CARNÉ No. 2009-16900**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por el Licenciado Edgar Leonel Rivera Yol, y revisado por la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

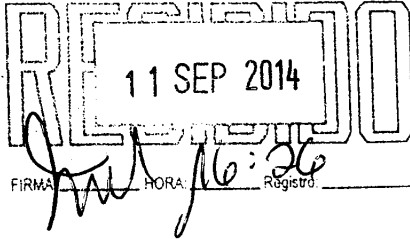
“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



/Gaby

Escuela de Ciencias Psicológicas  
Recepción e Información  
CUMUSAC



UGP: 176-2014  
REG: 018-2014  
REG: 234-2013

**INFORME FINAL**

Guatemala, 10 de Septiembre 2014

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“LA LÚDICA COMO TÉCNICA PARA FORTALECER EL DESARROLLO SOCIO-AFECTIVO DEL ADOLESCENTE DE LA COMUNIDAD DE LA VERBENA.”**


ESTUDIANTE:  
Alfonso Rafael González Monzón  
Ana Teresa López Vela

CARNE No .  
2001-20699  
2009-16900

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

El cual fue aprobado el 29 de Agosto del año en curso por la Docente encargada de esta Unidad. Se recibieron documentos originales completos el 10 de Septiembre del 2014, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
M.A. ~~Mayra Friné Luna de Alvarez~~  
UNIDAD DE GRADUACIÓN PROFESIONAL U.S.A.C.  
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. “Mayra Gutiérrez”



c.c archivo  
Andrea

**Centro Universitario Metropolitano –CUM– Edificio “A”  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono: 24187530**

UGP. 176-2014  
REG 018-2014  
REG 234-2013

Guatemala, 10 de Septiembre 2014

**Licenciada**  
**Mayra Friné Luna de Álvarez**  
**Coordinadora Unidad de Graduación**  
**Escuela de Ciencias Psicológicas**

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**“LA LÚDICA COMO TÉCNICA PARA FORTALECER EL DESARROLLO SOCIO-AFECTIVO DEL ADOLESCENTE DE LA COMUNIDAD DE LA VERBENA.”**

**ESTUDIANTE:**  
**Alfonso Rafael González Monzón**  
**Ana Teresa López Vela**

**CARNÉ No.**  
**2001-20699**  
**2009-16900**

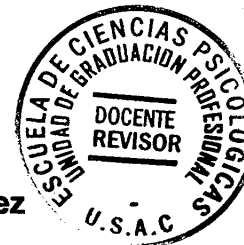
**CARRERA:** Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 29 de Agosto 2014, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
**Licenciada Suhelen Patricia Jiménez**  
**DOCENTE REVISORA**



Andrea./archivo

Guatemala, 8 de septiembre de 2014

Licenciada  
Mayra Luna de Álvarez  
Docente encargada de la Unidad de Graduación  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs- "Mayra Gutiérrez"  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

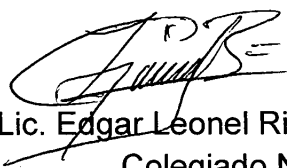
Estimada Licenciada Álvarez:

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del Informe Final de investigación titulado: "LA LÚDICA COMO TÉCNICA PARA FORTALECER EL DESARROLLO SOCIO-AFECTIVO DEL ADOLESCENTE DE LA COMUNIDAD DE LA VERBENA" realizado por los estudiantes Alfonso Rafael González Monzón carné 200120699 y Ana Teresa López Vela carné 200916900.

El trabajo fue realizado a partir del 29 de abril del 2013 hasta el 2 de mayo del 2014, esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el CIEPs por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,

  
Lic. Edgar Leonel Rivera Yol  
Colegiado No. 1282  
Asesor de Tesis  
Lic. Edgar Rivera Yol  
PSICOLOGO  
COLEGIADO No. 1282



Parroquia Virgen de la Medalla Milagrosa

**CENTRO DE CAPACITACIÓN**

**CASA ESPERANZA**

8ª. Ave. A 14 88 zona 7 Col La Verbena

teléfono 24754235

Guatemala, 9 de agosto 2014

Licenciada

Mayra Luna de Álvarez

Docente encargada de la Unidad de Graduación

Centro de Investigaciones en Psicología

-CIEPs- "Mayra Gutiérrez"

Escuela de Ciencias Psicológicas


CUM

Licenciada Álvarez:

Deseándole éxito al frente de sus labores, por este medio le informo que los estudiantes Ana Teresa López Vela, carne 200916900 y Alfonso Rafael González Monzón, carne 200120699 realizaron en esta institución 25 entrevistas a adolescentes como parte del trabajo de investigación titulado: "La lúdica como técnica para fortalecer el desarrollo socio-afectivo del adolescente de la comunidad de la Verbena" periodo comprendido del 1 al 29 de marzo del presente año, en horario de 8:00 a 12:00 horas.

Los estudiantes en mención cumplieron con lo estipulado en su proyecto de Investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular me suscribo,

**CENTRO DE CAPACITACION  
"CASA ESPERANZA"  
8a. AV. "A" 14-58 ZONA 7  
COL. LA VERBENA**  
  
Miriam Liseth Gamboa  
Coordinadora Centro Casa Esperanza  
Tel. 40080917

## **PADRINOS DE GRADUACIÓN**

### **POR ALFONSO RAFAEL GONZÁLEZ MONZÓN**

Licenciada en Psicología: María José León Aguilar

Colegiado número: 5716

Licenciado en Psicología: Jorge Neftalí Vargas González

Colegiado número: 5428

### **POR ANA TERESA LÓPEZ VELA**

Licenciado en Psicología: Jorge Neftalí Vargas González

Colegiado número: 5428



## ACTO QUE DEDICO:

Para iniciar a Dios y a la Santísima Virgen por las bendiciones recibidas ya que sin ellos nunca hubiera llegado a estas instancias.

A Doña Hilda y Don Rafa quienes me formaron para ver la vida como ellos la vieron y valorar la misma como el más preciado tesoro, un beso al cielo para los dos que sé que cada día están cuidando mis pasos.

A mi madre, por su apoyo y consejos ella es fundamental en el camino por el que hoy estoy caminando.

A mi abuela por sus palabras de aliento, siempre justas para guíame y no dejarme caer.

A mis hermanos quienes siempre están para apoyarme en las decisiones más grandes que eh tomado.

A Gloria por su apoyo, sus palabras de aliento y ánimo en los tramos más difíciles, siempre estás conmigo, en mis alegrías y enojos, eres mi pilar más grande.

A mis hermanos y hermana de la carpa, gracias por su apoyo son parte importante de cada logro.

A la familia Abalony su apoyo y amor me llenan de alegría por contar con personas maravillosas como lo son ustedes, son mi familia.

A el gringo (Marlon), Dude! lo logre gracias por el apoyo cerca o lejos siempre cuento con vos.

A mis amigos Verbenos gracias por compartir tantas alegrías y conocimiento.

A Miriam Gamboa gracias por siempre aconsejarme y cuidarme, atesoro su amistad.

Rafael González

## ACTO QUE DEDICO:

En primer lugar a Dios, por haberme dado fuerza y valor para culminar esta etapa de mi vida.

A mi madre, agradezco también el apoyo brindado, que sin duda alguna en el trayecto de mi vida me ha demostrado su amor, corrigiendo mis faltas y celebrando mis triunfos.

A mi padre, que siempre ha estado presente en mi vida.

A mis hermanos, quienes han sido apoyo en toda mi formación académica, sin su apoyo no hubiese podido llegar acá.

A mi novio, Álvaro por su apoyo incondicional en el transcurso de mi carrera universitaria, gracias por estar siempre a mi lado.

Familia Back Vela quienes con su ayuda, cariño y comprensión han sido parte fundamental de mi vida.

A mis amigos de siempre, Nancy, Yuliana, Mario, Jonathan, Mafer, Sergio y Rafa por la gran calidad humana que me han demostrado con su amistad, por compartir los triunfos, derrotas y apoyo durante más de 5 años.

A mis compañeros y amigos de trabajo, Carlitos, Any, Sherry, Saulo, Rivas, Armando, infinitas gracias por todo el apoyo durante esta etapa de mi vida, saben que los aprecio con el alma.

A mis amigos y amigas de la Verbena, en especial a mi padrino de graduación Jorge Vargas, por tu apoyo, ánimos y levantarme cuando estaba a punto de caer.

Con cariño, Ana López

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos primero a Dios por dejarnos llegar a estas instancias y dejar seguir el camino que estamos forjando, al Licenciado Edgar Rodríguez (Q.E.D.P.), quien nos dio la oportunidad de ingresar al centro de practica en la colonia la Verbena donde nos inspiramos para poder llevar a cabo este trabajo.

A Miriam Gamboa, Directora de Casa Esperanza, gracias por todo su apoyo, cariño y amistad por las facilidades que nos fueron otorgadas.

Al Licenciado Edgar Yol, por su valiosa guía y asesoramiento a la realización de esta investigación, por toda la colaboración brindada, durante la elaboración de este proyecto.

Así mismo agradecemos la confianza, apoyo dedicación de tiempo a nuestra revisora de tesis M.A.Suhelen Jiménez, por haber compartido con nosotros sus conocimientos.

Y para finalizar pero no menos importantes a los vecinos de la colonia La Verbena quienes se pronunciaron de una manera favorable brindándonos de su valioso tiempo y colaboración son personas fantásticas que tienen en sus manos lograr el cambio que se les planteo desde el inicio del proyecto.

## ÍNDICE

Contenido	Pág.
Resumen	
Prólogo	
Capítulo I	
I.    Introducción	
1.1 Planteamiento del problema y marco teórico	
1.1.1 Planteamiento del problema .....	5
1.1.2 Marco Teórico .....	8
1.1.2.1 Educación popular y educación formal .....	9
a) Metodología de la educación popular de Paulo Freire	
1.1.2.2 Recreación .....	12
1.1.2.3 Salud mental.....	14
1.1.2.4 Adolescencia .....	16
1.1.2.5 Desarrollo social y socialización .....	18
a) Desarrollo afectivo del adolescente	
b) Desarrollo social del adolescente	
c) Desarrollo social afectivo: la realidad sociocultural de los adolescentes	
1.1.2.6 Actividad lúdica.....	28
a) Autoconfianza	
b) Auto-aceptación	
1.1.2.7 Función del juego (actividad lúdica).....	30
1.1.2.8 Juegos tradicionales .....	31
1.1.2.9 Capacidades motrices .....	34
a) Capacidades coordinativas básicas	
b) Capacidades coordinativas complejas	
c) Interrelación de las capacidades motrices	
1.1.3 Delimitación .....	43

## Capítulo II

II. Técnicas e instrumentos	
2.1 Técnicas .....	44
2.2 Instrumentos .....	45

## Capítulo III

III. Presentación, Análisis e Interpretación de Resultados	
3.1. Características del lugar y de la población .....	47
3.1.1 Características del lugar .....	48
3.1.2 Características de la población.....	49
3.2 Presentación, análisis e interpretación de los resultados .....	50

## Capítulo IV

4.1 Conclusiones .....	58
4.2 Recomendaciones .....	60
Bibliografía.....	61
Anexos.....	63

TITULO: “La lúdica como técnica para fortalecer el desarrollo socio-afectivo del adolescente de la Comunidad de La Verbena”

AUTORES: Alfonso Rafael González Monzón y Ana Teresa López Vela

## RESUMEN

El objetivo general de investigación fue fortalecer el desarrollo socio afectivo a través de la lúdica en adolescentes de la colonia la verbena, promover las relaciones socio afectivas en adolescentes a través de actividades lúdicas, describir los beneficios que aporta implementar actividades lúdicas a nivel comunitario, fortalecer el desarrollo socio afectivo de las personas que participen en la apertura de los espacios recreativos e identificar cómo la falta de espacios recreativos afectan la salud mental de los habitantes de la colonia la Verbena.

Consideramos que la carencia de espacios recreativos impacta en el desarrollo socio afectivo de los adolescentes, por lo que tomamos en cuenta la lúdica como una estrategia que estimula las capacidades motrices de los adolescentes y así mismo fortaleciendo las relaciones socio-afectivas.

El desarrollo social es un proceso de transformación evolutiva de la persona en el que gracias a la maduración biológica y a la interrelación con los otros, va adquiriendo las capacidades que le permitirán vivir y desarrollarse como ser individual y social favoreciendo la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad.

En esta investigación se planteó dar respuesta a: ¿Qué papel juega la lúdica para estimular las capacidades motrices de los adolescentes de la colonia la verbena?, ¿Cómo se puede promover las relaciones socio afectivas mediante la lúdica en adolescentes?, ¿Cuáles beneficios se pueden obtener al implementar actividades lúdicas a nivel comunitario?

Para afrontar estas interrogantes se utilizó un muestreo intencional, el cual requirió de observaciones previas, realizadas durante recorridos por el sector de la colonia la Verbena en la Zona 7, seleccionando la población con la cual se trabajó, siendo la muestra de 25 adolescente entre 12 y 17 años de edad, de ambos sexos y estatus social, las técnicas a utilizar fueron: la observación, entrevistas y talleres los cuales se llevaran a cabo con la población mencionada.

## PRÓLOGO

De acuerdo a los resultados obtenidos de la experiencia del año 2012, en donde se inició un proyecto de sociabilización con niños y adolescentes para la interacción entre sí, aperturando espacios recreativos, decidimos trabajar de lleno con la población adolescente, la cual está expuesta a varios problemas, entre ellos la falta de recreación, la poca sociabilización entre adolescentes, se prestó atención a las dificultades educativas y recreativas que ha sido afectado grandemente por la falta de recursos en la escuela del sector público.

Ante esta creciente necesidad de la educación formal e informal y la recreación, para la población guatemalteca, en especial para las futuras generaciones se dio una mayor importancia a la educación informal, como una forma de contrarrestar y de suplir ciertas carencias de la educación formal en los espacios recreativos de la adolescencia en el país.

Las actividades desarrolladas facilitaron la asimilación del mensaje sobre los valores que se transmitieron a través del juego y al mismo tiempo como medio de recuperación de espacios recreativos y preservación de los juegos tradicionales de calle, que con el transcurso del tiempo han ido desapareciendo debido a la “innovación” en la forma de la educación en la actualidad, que de generación a generación ha sido modificada a raíz de la inseguridad que atraviesa el país, la expansión demográfica, la mala disposición de los espacios físicos por la urbanización, etc.

Nuestro objetivo general fue fortalecer el desarrollo socio afectivo a través de la lúdica en la colonia la verbena, partiendo de este objetivo nos planteamos estimular las capacidades motrices de los adolescentes de la colonia La Verbena

mediante la lúdica, así también promover las relaciones socio afectivas en adolescentes a través de actividades lúdicas, describir los beneficios que aporta implementar actividades lúdicas a nivel comunitario, fortaleciendo el desarrollo socio afectivo de las personas que participen en la apertura de los espacios recreativos e identificar cómo la falta de espacios recreativos afectan la salud mental de los habitantes de la colonia La Verbena.

Por esta razón los estudiantes de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, la casa de estudios más grande de formación superior del país, adquieren el compromiso con la sociedad para fomentar nuevamente los valores que de algún modo se han perdido y contribuir con la educación de la sociedad, utilizamos como medio para lograrlo los juegos tradicionales, trabajando en especial con los niños y jóvenes de la comunidad.

Este trabajo se realizó por medio de la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos, fomentando cinco valores que hemos considerado fundamentales en la educación: cooperación, responsabilidad, unidad, honestidad, limpieza y ornato, beneficiando a los niños residentes de la colonia La Verbena en la zona 7 del departamento de Guatemala. Para fomentar estos valores se utilizó la praxis de “*Cierre de Calles*”, la cual encuentra su fundamento en la propuesta de Paulo Freire sobre la *Educación Popular*.

Tomando como base antecedentes en la comunidad de la Verbena que en años anteriores, se denota la falta de espacios aptos para la recreación de niños y adolescentes; observando tal necesidad se impulsó la creación de varias actividades lúdicas–educativas, con una metodología participativa, con fundamentación en la educación popular y otros, para la recuperación de valores y juegos tradicionales por medio del cierre de calle, esto con el fin de reforzar y



establecer una mejora en la conducta dentro de la comunidad, dichas actividades se llevaron a cabo en puntos estratégicos.

Después de las vulnerabilidades observadas en recorridos anteriores, por los estudiantes, se identificó la necesidad latente de brindar espacios de recreación al aire libre dirigidos para la niñez y la adolescencia, renovando los espacios que por una mala estructura se perdieron.

Guatemala a lo largo de su historia ha sufrido mucha violencia en la historia, estamos marcados por 36 años de conflicto armado que todavía nos agobian en toda la república y como consecuencia de esto tenemos una sociedad con miedo, delincuencia, en la que todos desconfiamos de todos; y la colonia La Verbena no es la excepción.

Los padres de familia temen dejar salir a jugar un momento a los niños, ya que deben hacerlo en las calles pues no se cuenta con espacios específicos para la recreación, los únicos espacios que pueden observarse que son aprovechados por las familias para desarrollar una actividad lúdica son: una cancha pequeña de baloncesto en la colonia 6 de octubre y un espacio dentro del cementerio de La Verbena.

Esto no sucede frecuentemente pues de algunos sectores quedan lejos estos espacios, se necesita la compañía de un adulto y por lo regular están ocupados en el trabajo.

## CAPÍTULO I

### I. Introducción

#### 1.1 Planteamiento del problema y marco teórico

##### 1.1.1 Planteamiento del problema

En Guatemala el índice de violencia aumentó un 8.68% en referencia al año 2012, según la información presentada por INACIF a diarios locales y CERIGUA. La colonia La Verbena es considerada una zona de alto riesgo que evidencia violencia. <sup>1</sup>

Consideramos que la carencia de espacios recreativos impacta en el desarrollo social y afectivo de los adolescentes, es por ello que tomamos en cuenta la lúdica como una estrategia que estimula las capacidades motrices de los adolescentes y así mismo fortaleciendo las relaciones sociales y afectivas entre pares.

Por lo que el fomento de valores y recuperación de los juegos tradicionales a través del cierre de calles, permite de forma práctica utilizar la educación popular propuesta por Freire<sup>2</sup>, siendo esta una corriente educativa y política que nace desde el cono sur, desde los pueblos indígenas de Latino América, del campesinado, de los afros, desde los sin trabajo, desde los excluidos y las excluidas, desde el pueblo en general que ha sido aislado por políticas burocráticas.

---

<sup>1</sup> Informe INACIF año 2012.

<sup>2</sup> Freire, Paulo. Un Encuentro con Paulo Freire. Educación Popular, Centro Editor de América Latina. 1988. pp.93

Es una investigación que apunta a la liberación de los pueblos desde su territorio y desde sus particularidades, por ello la defensa de la autonomía, la defensa del territorio, la defensa de la tradición ancestral, la defensa de la educación propia, es, en fin, la defensa de la vida misma.

La particularidad de la educación popular en su origen, no es una teorización de conceptos, sino que precisamente su origen se elabora en movimientos sociales populares, es decir, no es una estructura de doctrinas previamente elaboradas; sino es un pensamiento autónomo que se construye y se re construye a partir de la teoría y de la acción.

Se va transformando en la medida que los sujetos se van reconfigurando, para facilitar la educación informal y proveer a la educación formal, de un complemento que involucre a una comunidad en el aprendizaje de valores para la formación integral de adolescentes de la colonia La Verbena en la zona 7 del departamento de Guatemala.

Nos planteamos las siguientes interrogantes en base a la elaboración del proyecto de investigación:

¿Qué papel juega la lúdica para estimular las capacidades motrices de los adolescentes de la colonia la verbena?, ¿Cómo se puede promover las relaciones socio afectivas mediante la lúdica en adolescentes?, ¿Cuáles beneficios se pueden obtener al implementar actividades lúdicas a nivel comunitario?

Dentro de la comunidad de la Verbena existen pocas áreas recreativas, dentro de las cuales se ha utilizado para mal formar a los niños y adolescentes, para la venta de droga y actos anómalos, es evidente que no se cuenta con ningún sector donde los niños y adolescentes puedan recrearse de manera adecuada, para poder desarrollarse como personas dentro de la sociedad y es por eso que la recreación debe enriquecerse y motivarse a un progreso en la calidad de vida.

Sin embargo, las deficiencias en el sistema educacional y las condiciones ambientales y modernistas que las generaciones más jóvenes enfrentan, dificultan el aprendizaje formal.

La investigación se difundió a futuro para la creación de una actividad social, lúdica–educativa, utilizamos una metodología participativa, con enfoque dirigido hacia la Educación Popular, por medio del aprendizaje urbano, esto para la recuperación de valores por medio de los juegos tradicionales y del cierre de calle en puntos estratégicos, dicha actividad se manejó de una forma trascendental para la recuperación de los siguientes valores: cooperación, responsabilidad, unidad, solidaridad, honestidad, limpieza y ornato, basados sobre las actividades lúdicas que se encuentran dispersas en la calle a cerrar y se realizó un Rally en el cual se agrupó todas las actividades creadas.

La investigación surge luego de la caracterización de las necesidades de la comunidad y de la falta de espacios recreativos que fomenten las relaciones socio-afectivas del adolescente, dimensión que es parte del desarrollo global de las personas, permitiendo que el adolescente socialice progresivamente, adaptándose a los diversos contextos de los que forma parte, estableciendo relaciones con los demás y desarrollando conductas en base a las normas, valores y principios que rigen la sociedad.

Implica la construcción de su identidad como persona, del auto concepto y la autoestima, en un mundo afectivo en el que establece vínculos, expresa emociones, desarrolla conductas de ayuda y empatía, todo ello, contribuye al bienestar y equilibrio personal, fomentando así la Salud Mental en nuestra sociedad.

### **1.1.2. Marco Teórico**

La autora Norma Lily Sagastume Sacan, en el año 2008 realizó la investigación titulada “VIOLENCIA INTRAFAMILIAR A LOS ADOLESCENTES A INTEGRAR GRUPOS LLAMADOS “MARAS” ESTUDIO REALIZADO EN EL CENTRO REEDUCATIVO “LOS GORRIONES” Y EL LICEO CRISTIANO BETHESDA, con adolescentes del centro reeducativo “Los Gorriones” y el Liceo Cristiano Bethesda, como instrumentos utilizó cuestionarios, la autora concluye que los patrones de crianza inadecuados, como la utilización de golpes para la educación de los hijos, pueden crear un ambiente hostil entre los miembros de la familia, pasando de la hostilidad a la frustración y luego a la violencia. Recomienda que los grupos de estudiantes que realicen prácticas en instituciones educativas, deben ser motivados a la realización de programas encaminados a orientar a los padres de familia, acerca del desarrollo del niño y del adolescente y de sus necesidades de tipo emocional.

Las autoras Yojana Nissette Gomez Perez y Johana Amarilys Morales Quevedo, en el año 2007, realizaron la investigación titulada “LAS TÉCNICAS RECREATIVAS Y SU RELACIÓN CON EL MEJORAMIENTO DEL AUTOESTIMA EN EL ADULTO MAYOR ATENDIDO EN EL HOSPITAL EL NIÑO DE PRAGA”, utilizaron como técnicas e instrumentos la observación, entrevistas, aplicación del test T.A.T. y la Técnica Recreativa, las autoras concluyen en aceptar la hipótesis: “La aplicación de las técnicas recreativas aumentan y mejoran la autoestima del adulto mayor”, las autoras recomiendan que se continúe aplicando la técnica recreativa al adulto mayor ya que es una herramienta útil para mejorar la autoestima y creen que es una forma diferente en la cual la población puede interactuar con los demás pacientes.

Las investigaciones mencionadas anteriormente tienen relación con nuestra investigación, ya que tomamos como variables las técnicas recreativas que se han utilizado, así también el estudio con adolescentes como parte de grupos denominados “maras” y como estas técnicas pueden ser de utilidad en relación a un estado de bienestar individual, fortaleciendo las relaciones de los individuos entre sí.

Una de las diferencias de esta investigación con las anteriores es en si la propuesta de prevención a la violencia en los adolescentes, abriendo posibilidades de crear redes de apoyo dentro de su comunidad para evitar incluirse en grupos delictivos, también se utilizará la lúdica como técnica recreativa la cual será de utilidad para fortalecer las habilidades motrices de los adolescentes.

Se buscó con la implementación de este programa que las relaciones sociales y afectivas de los adolescentes de la comunidad de La Verbena mejoren de manera gradual al formar parte de dicha investigación.

#### **1.1.2.1 EDUCACIÓN POPULAR Y EDUCACIÓN FORMAL**

La Educación Popular se contrapone a la educación formal, esta última entiende a los participantes del proceso educativo como recipientes que pueden ser llenados de conocimientos. Se caracteriza por ser una práctica autoritaria y de traspaso unilateral de conocimiento, sin reflexión ni crítica.<sup>3</sup>

La Educación Popular o liberadora, se caracteriza por ser un espacio de diálogo, encuentro y reflexión. A través de la contradicción educador - educando,

---

<sup>3</sup> Freire, Paulo, Un Encuentro con Paulo Freire, Educación Popular, Centro Editor de América Latina, 1988, pp.93

nadie educa a nadie, sino que todos se auto educan y generan conocimiento popular y colectivo. Tomando en cuenta los siguientes puntos:

**Crítica y dialéctica:** Transformar al sujeto a partir de un proceso de educación contextual. Que el oprimido tenga las condiciones para descubrirse y conquistarse reflexivamente, como sujeto de su propio destino histórico.

Contexto: La persona siempre es en relación a un contexto social.

Método: La utilización de los recursos orales fundamentalmente. La evaluación también será contextual, utilizamos el método de la actividad lúdica.

Praxis: Toda teoría tiene que tener consecuencias prácticas.

#### **a) METODOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN POPULAR DE PAULO FREIRE:**

Objetivo: Cambiar la sociedad para que los oprimidos se conozcan a sí mismos y se desarrollen socialmente. Además recuperen su dignidad perdida.

Métodos: El principal método es el diálogo, es decir, lo que más se utilizan son recursos orales. Un diálogo adaptado a cada contexto y a cada individuo, en el que todos participen de una manera activa siguiendo las siguientes fases:

Inmersión del educador en la forma de vida, cultura y lenguaje de los educandos, desde el inicio del proyecto de investigación se realizaron observaciones y como investigadores nos hemos inmerso en la comunidad a trabajar.

Creación de círculos de discusión el educador no es pasivo, sino que escucha y va anotando las primeras palabras significativas que surgen, llamadas palabras generadoras, lo realizamos luego de cada actividad lúdica.

Aprender la escritura de las palabras generadoras y así rápidamente van surgiendo nuevos conceptos que van aumentando su grado de abstracción, esto se dio luego de la inmersión al entender los códigos de comunicación que utilizan los adolescentes en los sectores de la comunidad e la Verbena.

Discusión y escritura de conceptos abstractos. Llegan de manera natural a la definición antes que a la escritura del propio concepto.<sup>4</sup>

Proceso: El proceso de educación popular tiene varias etapas, estas etapas serían:

Concientización: reconocer críticamente la realidad y la propia práctica, haciendo ver a cada familia por medio de los adolescentes que acudieron a la actividad lúdica la importancia de la misma y como favorece sus relaciones.

Comprender y construir nuevas formas de actuar, mediante la realización de la investigación.

Cambiar la práctica con el fin de mejorar la realidad, se implementaron actividades lúdicas.

Actuar sobre la realidad, enfocándonos en la falta de espacios recreativos. Dentro de la comunidad de la Verbena existen pocas áreas recreativas, es evidente que no se cuenta con ningún sector donde los niños y adolescentes puedan recrearse de manera adecuada, para poder desarrollarse como personas dentro de la sociedad y es por eso que la recreación debe enriquecerse y motivarse a un progreso en la calidad de vida.

---

<sup>4</sup> Freire, Paulo, Centro Editor de América Latina, 1988, pp.33.



### **1.1.2.2. RECREACIÓN**

La recreación es toda aquella actividad y situación cuyo objetivo sea la diversión, relajación y entretenimiento. Son casi infinitas las posibilidades de recreación que existen hoy en día, especialmente porque cada persona puede descubrir y desarrollar intereses por distintas formas de recreación y diversión.

La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación activa física o mental de la persona en las actividades que fomenten el desarrollo de cada ser humano.<sup>5</sup>

La recreación se da a través de la generación de espacios en los que las personas pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias en varias actividades lúdicas constructivas.

La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más placer le genera, logrando sentirse cómodo a través de la experiencia.

La recreación como actividad organizada puede desarrollarse tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados. Claros ejemplos del primer caso serían todo tipo de actividades a realizar en parques, plazas, cierres de calles o en la naturaleza en espacios previamente diseñados para la relajación psicológica y física.

Para el segundo caso, pueden ser perfectas opciones, aquellas actividades recreativas relacionadas con el arte, la música, la comunicación, el teatro, el cine y el uso de tecnologías de última generación donde se relaciona la destreza de la visión y la motricidad.

---

<sup>5</sup> Chacón Ramírez, Miriam E., Educación Física para niños con necesidades educativas especiales, Primera Edición, Editorial Universidad Estatal a Distancia, San José, Costa Rica, 2005, pp. 131.

La organización de espacios de recreación para una determinada comunidad es una tarea importante, que atañe a los gobiernos ya que a través de ella los individuos pueden establecer lazos de contacto y de pertenencia mucho más sólidos, así como también pueden bajar los niveles sociales de estrés post – traumático por la violencia e individualismo al que se expone al ser humano bajo todo su entorno diario

Las personas que se ven inmersas en sus rutinas laborales o cotidianas y que no dedican espacios a experiencias de recreación, suelen sufrir por lo general mayores niveles de estrés, angustia y/o ansiedad. Por tanto, la recreación sirve no sólo para activar el cuerpo y la mente, sino también para mantener un sano equilibrio y mantener una buena salud mental.

Es fundamental que los padres entiendan la importancia de la recreación y saber que no es solo un entretenimiento o algo para divertirse, la recreación cumple una función psicológica importante, en la cual le permite al niño o adolescente expresar emociones y descargar energías negativas en las actividades recreativas en las cuales se ha trabajado con los adolescentes de la comunidad de la Verbena, así también el adolescente puede expresar temores e iniciar el proceso de socialización con sus pares.

Mencionamos algunos de los beneficios que la recreación aporta desde el punto de vista psicológico:

- Mejor salud mental y mantenimiento de la misma
- Sentido holístico de bienestar
- Manejo del estrés (prevención, mediación y restauración)
- Catarsis
- Prevención y reducción de la depresión, la ansiedad y el enojo.
- Cambio positivos en los estados de ánimo y las emociones.

## 1. SALUD MENTAL

La salud mental no es sólo la ausencia de trastornos mentales. Se define como un estado de bienestar y homeostasis que maneja el ser humano, en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, es capaz de hacer una contribución a su comunidad y ser una persona de bien.<sup>6</sup>

Aún más reducidos son los fondos disponibles para la promoción de la salud mental, expresión amplia que abarca toda una serie de estrategias destinadas a lograr resultados positivos en materia de salud mental. El desarrollo de los recursos, las capacidades de la persona y la mejora de la situación socioeconómica figuran entre los objetivos de esas estrategias.

La salud mental puede verse alterada por determinadas situaciones que afectan al individuo en forma traumática, ya sea por lo fuerte de un impacto socio-emocional recibido o por lo prolongado de un proceso desvalorizante o deformante. Cuando estas situaciones socio-afectivas traumáticas (miseria, desempleo, enfermedad, desplazamiento, maras, narcotráfico) se presentan durante la niñez, pueden producir modificaciones y/o alteraciones de la larga duración en la formación de la personalidad de los niños, niñas y adolescentes, así como la mayor severidad, trastornos depresivos, de ansiedad, de la interacción social, de los procesos adaptativos de socialización y en los adultos involucrados.<sup>7</sup>

Guatemala no escapa a este fenómeno y menos aún las pequeñas comunidades rurales o asentamientos urbanos que rodea la ciudad de Guatemala, en los cuales los pobladores se han visto seriamente afectados por los eventos económico-políticos y socio-culturales que han afectado al país, esto ha generado grandes desplazamientos poblacionales, pérdida de muchos rasgos

---

<sup>6</sup> Ugalde Apalategui, Mercedes, Enfermería de Salud Mental y Psiquiátrica, 2da. Edición, año 201, pp. 21.

<sup>7</sup> Marcos del Cano, Ana María, Salud Mental Comunitaria, Madrid, 2012, PP. 75.

que identifican a las poblaciones movilizadas, creando en ellos sentimiento de individualidad y desconfianza los cuales han sido llevados a extremos, los cuales repercuten en la salud física y mental en general, golpeando en la calidad de vida del guatemalteco, sin distinción de edad, sexo, etnia o estrato social al que este pertenezca.

La colonia la Verbena es un caso evidente de estas problemáticas mencionadas, ya que el ambiente físico, social, comunitario, educativo y sanitario son precarios. Se percibe en el entorno un debilitamiento de la configuración moral de sus habitantes debido al constante bombardeo de anti valores y relativismos adelantados. La injusticia y la marginación también son indicadores claros del malestar y por eso de la precariedad del nivel de salud mental de los habitantes.

La promoción de la salud mental requiere que se adopten medidas multisectoriales, en las que participen diversos sectores del gobierno y organizaciones no gubernamentales o comunitarias. El principal fin ha de ser promover la salud mental durante todo el ciclo vital, para garantizar a los niños un comienzo saludable en la vida y evitar trastornos mentales en la edad adulta y la vejez.

La Investigación realizada tomo como muestra poblacional etaria a adolescentes, en la recuperación de los juegos tradicionales a través de la lúdica como técnica aplicada, por lo que hacer una definición de ella, nos amplía el conocimiento en base al termino adolescencia, delimitar las edades con los cuales se realiza el trabajo de campo y las características de dicha muestra.

#### **1.1.2.4 ADOLESCENCIA**

La adolescencia es el período de la vida que se ubica entre la niñez y la adultez, si lo tenemos que ubicar temporalmente en una edad determinada, la adolescencia comprendería más o menos desde los 13, años hasta los 21 años aproximadamente.<sup>8</sup>

Será en este momento de la vida en el cual el individuo comprenda acerca de su capacidad de reproducción, evolucione su psiquis y donde comience a planificar y a pensar ciertamente en su futuro.

Así como cuando en oportunidad de hablar sobre la infancia, el período anterior a la adolescencia, en psicología, nos damos cuenta de la importancia de esta fase evolutiva del ser humano, como consecuencia, de ser en el cual se conformaban los sustentos afectivos e intelectuales de la persona siendo estos clave en el futuro, la adolescencia también resulta ser clave en el sentido que es aquí donde se va a producir una metamorfosis de cuerpo y mente que será determinante a la hora de llegar a la adultez.

Por supuesto que esa definición de edad que se marcó arriba es cierta pero a la vez algo caprichosa ya que la edad puede variar de un individuo a otro partiendo de la base que cada persona tiene en cuanto a su experiencia y un entorno distinto e inigualable al del otro. Por eso es que muchas veces solemos escuchar a alguien decir sobre otro que es un eterno adolescente o que se comporta como tal, aún ya habiendo pasado la edad cronológica de serlo.

La adolescencia también se caracteriza por ser el momento de la vida en el cual la persona que lo atraviesa empieza a padecer una crisis como consecuencia de ese crecimiento, se da cuenta que está a mitad de camino, o sea ya no es más un niño y no quiere ser tratado como tal por sus padres por

---

<sup>8</sup> Coleman, John.C. y Hendry, Leo.B. Psicología de la adolescencia Edición Morata, Madrid 2003. Pp. 83

ejemplo, pero tampoco es un adulto todavía por lo cual sigue necesitando de los consejos y de la guía de los mayores para dar algunos pasos importantes.

También es recurrente que en este momento se den algunos comportamientos rebeldes como resultado de esto último que se menciona, los padres quieren poner ciertos límites porque el chico no es adulto todavía y este se resiste a tomarlos en cuenta.

En nuestra sociedad, si un adolescente quiere convertirse en un adulto no solo necesita madurar físicamente, sino que también ha de alcanzar una serie de objetivos:

El ajuste a los cambios físicos de la pubertad y el posterior desarrollo de sentimientos y actitudes hacia la madurez sexual.

El desarrollo de una independencia de sus padres y cuidadores.

El establecimiento de relaciones sociales y laborales afectivas con sus compañeros para una preparación completa (Conger, 1977).

Nuestra sociedad tiene establecidos unos cauces poco claros por medio de los cuales pueden alcanzar estos objetivos. Esta es la razón por la cual una minoría significativa de adolescentes no alcanzan hoy día estos objetivos y se encuentran metidos en problemas relacionados con la delincuencia, las drogas, el embarazo no deseado, problemas en la escuela, en la familia.

Aunque y a pesar de todos los conflictos existenciales que puedan suscitarse en esta etapa es una de la más lindas a vivir y que por ser la etapa en la cual se atraviesa por una serie de crisis nos enfocamos en el tema a investigar, y fomentar sus relaciones socio-afectivas y como la lúdica es una buena herramienta para llevarlo a cabo.

### **1.1.2.5 DESARROLLO SOCIAL Y SOCIALIZACIÓN:**

El desarrollo social es un proceso de transformación evolutiva de la persona en el que, gracias a la maduración biológica y a la interrelación con los otros, va adquiriendo las capacidades que le permitirán vivir y desarrollarse como ser individual y social en contextos cada vez más amplios.<sup>9</sup>

Las adquisiciones de este ámbito son muchas y variadas. Se caracterizan porque en todas ellas encontramos aspectos cognitivos, afectivos y conductuales.<sup>10</sup>

Dentro de las adquisiciones del desarrollo social encontramos las del predominio de aspectos cognitivos (razonamiento de las personas y de sí mismo, conocimiento de las características de los demás, conocimiento de las relaciones interprofesionales y conocimiento de los sistemas e instituciones sociales) las adquisiciones con predominio de aspectos conductuales (aprendizaje de hábitos sociales: aseo, alimentación, sueño, control de esfínteres, vestido, aprendizaje de habilidades sociales: respetar turnos, pedir ayuda, iniciar una conversación, aprendizaje de conductas pro sociales: control de conductas indeseables, ofrecer ayuda) y las adquisiciones con predominio de los aspectos afectivos (establecimiento de vínculos afectivos; apego y amistad, emociones, empatía y afectos).

---

<sup>9</sup> Schaffer, H. Rudolph, Desarrollo Social, 2da. Edición, año 2000, México, PP. 36.

<sup>10</sup> Villuendas, Laura Ocaña. Desarrollo Socio afectivo Parainfo ciclos formativos. Impreso en España, 2011 pp. 4

### **a) DESARROLLO AFECTIVO DEL ADOLESCENTE:**

Tras el período de la pre-adolescencia, la conducta de los jóvenes suele sosegarse. Las relaciones familiares dejan de ser un permanente nido de conflictos violentos, la irritación y los gritos dejan paso a la discusión racional, al análisis de las discrepancias, los pactos y los compromisos. A partir de este momento, el conflicto se desplaza desde la ambivalencia afectiva a ciertos derechos personales, entre los que destacan las exigencias de libertad e independencia, la libre elección de amistades, aficiones, entre otros, es por tal motivo que para nosotros como investigadores es de suma importancia enfocarnos en el desarrollo afectivo del adolescente, propiciando espacios en los cuales el adolescente pueda desarrollar sus habilidades sociales y motrices.

El adolescente intenta experimentar sus propios deseos más allá del estrecho círculo de las relaciones familiares, los intereses afectivos de los jóvenes abandonan masivamente el ámbito familiar estableciendo nuevas elecciones de objetos afectivos extra familiares, como es propio de todo adulto.

El problema se encuentra en la decisión que tomará el adolescente en la búsqueda afectiva fuera del núcleo familiar y es aquí donde intervenimos como investigadores realizando un proyecto que tiene como fin desarrollar esta búsqueda afectiva de una manera sana llevando salud mental a cada espacio de la comunidad a trabajar, mediante la recuperación de los juegos tradicionales.

### **b) DESARROLLO SOCIAL DEL ADOLESCENTE:**

El desarrollo social del adolescente empieza a manifestarse a temprana edad, a medida que se va desarrollando empieza a ver otras inquietudes a la



hora de elegir un amigo, es selectivo, tienen que tener las mismas inquietudes, ideales y a veces hasta condiciones económicas.<sup>11</sup>

El grupo es heterogéneo, compuesto por jóvenes de ambos sexos, esto la mayoría de las veces trae como consecuencia la mutua atracción entre ellos; se inicia el grupo puberal con uno o dos amigos íntimos. Algunos psicólogos se refieren a esta etapa como una de la más crítica del ser humano ya que el adolescente ve a la sociedad o al mundo como un tema de crítica y rechazo, rompe el cordón umbilical que lo liga de sus padres, desconoce la autoridad o cualquier liderato y entra en ese período transitorio en donde no se pertenece a una pandilla pero tampoco forma parte de un grupo puberal.

La comprensión la buscan fuera, hasta encontrar el que va a convertirse en su confidente. La crítica y los sentimientos trágicos son las conversaciones más frecuentes entre dos adolescentes, lo que sirve para dejar salir sus preocupaciones y dar descanso a los estados trágicos. Ahora bien, todos los adolescentes, pasan por los mismos estados psíquicos. Cuando la amistad está formada por dos muchachos cuya situación conflictiva con el mundo es grave, el lazo de unión lleva a una fuerte dosis de resentimiento, que pudiera llevarlos a actos de trasgresión que son llamados conducta antisocial, como promotores de la salud mental nos es importante el abordaje de este tema para la realización de la investigación.

Las actividades del adolescente tienen como objetivo el olvido. El adolescente no es un ser esencialmente alegre, en consecuencia el adolescente gusta de estos placeres como bailar, pasear, ir al cine, para mantenerse alegre, pero en el fondo, cuando vuelven a la soledad, la tónica dominante no es precisamente la alegría. Por otra parte, para aceptar su identidad, el adolescente necesita sentir que la gente lo acepta y le tiene simpatía, a medida que los

---

<sup>11</sup> Martín Mauri, Mónica, Antropología social, desarrollo y cooperación internacional, Editorial UOC, año 2010, Barcelona, pp. 71.

individuos se independizan de su familia, necesitan más de los amigos para obtener apoyo emocional y probar nuevos valores, son sobre todo los amigos íntimos los que favorecen la formación de la identidad, a través de la investigación promoviendo salud mental mediante los espacios recreativos pretendemos brindar ese apoyo que el adolescente busca para su desarrollo afectivo.<sup>12</sup>

Durante esta etapa del desarrollo, aumenta considerablemente la importancia de los grupos de compañeros, el adolescente busca el apoyo de otras personas para enfrentar cambios físicos, psicológicos y sociales de esta etapa, es lógico entonces que recurra a quienes están experimentando estas mismas situaciones. Las redes de compañeros son esenciales para la adquisición de habilidades sociales, la igualdad recíproca que caracteriza las relaciones en ésta etapa favorece el aprendizaje de respuestas positivas a la crisis que sufre el adolescente.

Los adolescentes aprenden de sus amigos y compañeros de su edad las clases de conductas que serán recompensadas por la sociedad, los roles adecuados, la comparación social, es una función que cobra extraordinaria importancia durante la adolescencia y adopta diversas formas: al inicio los jóvenes dedican su energía a definirse en un área de compañeros donde hay muchas clases de adolescentes, es un amplio círculo de conocidos, pero pocos amigos cercanos.

El adolescente necesita estar solo algunas veces para interpretar los mensajes que recibe, consolidar su identidad y desarrollar un sentido seguro de sí mismo. La comparación social, cambia durante los últimos años de la adolescencia.

---

<sup>12</sup> Schaffer, H. Rudolph, Desarrollo Social, 2da. Edición, año 2000, México, pp. 26.

En esta investigación tratamos uno de los aspectos más difíciles del desarrollo humano porque afecta al campo emocional en un periodo de la vida caracterizado por una lucha constante de encontrar un yo y un lugar en la sociedad.

Sabemos que los cambios biológicos y cognitivos interaccionan y dan paso a conductas de difícil comprensión. El individuo se encuentra con la necesidad de reconstruir una nueva imagen corporal que puede llevar a inestabilidad emocional, sensibilidad extrema, inhibiciones e idealizaciones.

El grupo de amigos y compañeros constituye un gran punto de apoyo. Frente al grupo de iguales de la etapa anterior las necesidades lúdicas buscan comunicación, apoyo, liberación, reducción de tensiones íntimas. El grupo de compañeros ejerce influencias en la realización de deseos y necesidades del presente, en aspectos como formas de vestir, lecturas, música... En cambio, en situaciones normales, no dejará de recibir la influencia familiar de forma decisiva aunque, en ocasiones, rechace la manera sobreprotectora en que ésta se puede manifestar.

Las relaciones con los adultos son ambivalentes. En ocasiones se oponen a él y a los valores que se representa, otras veces, le imita pues necesita modelos en una época en la que tiene que afirmar su personalidad. Se adquiere un sentido mayor de la independencia y se acrecienta la capacidad crítica frente a los padres. La influencia de los padres es determinante sobre todo, para su futuro. El momento de máxima tensión entre padres e hijos parece producirse justo alrededor de la pubertad. Se deteriora la comunicación y se multiplican las interrupciones de la conducta del adolescente por la intervención de los padres.

Por tanto la vida afectiva va a fluctuar entre un claro retraimiento, aislamiento personal (intimidad recién descubierta) y su tendencia generosa a relacionarse con otros.

La adolescencia supone un crecimiento cualitativo caracterizado por nuevas tendencias o nuevas formas de conocimiento y donde descubre una vida interior, una intimidad que “guarda” celosamente y que habrá que respetar. El adolescente observa la aparición de nuevas formas de vida lo que explica el fenómeno que caracterizan el desarrollo psicológico de la adolescencia. El conocimiento del mundo íntimo tiene dos manifestaciones:

Una que le lleva a la conciencia de una riqueza interior, y otra, colocar al adolescente frente a la contradicción interna que hay en el hombre.

Las consecuencias del conocimiento de su riqueza interior se pueden resumir de la siguiente manera:

1. Puede haber una afirmación de sí (el individuo goza de la soledad; ve la intimidad como algo muy valioso).
2. Espíritu de independencia (le lleva a separarse de quien hasta entonces ha ejercido un cierto dominio sobre él).
3. Conquista afectiva del mundo (desde la perspectiva de su propio ser, quiere que los demás reconozcan el valor de su persona).

Por otro lado hemos dicho que el conocimiento del mundo interior puede llevar a un enfrentamiento con su contradicción interna pues supone enfrentarse con su insuficiencia o con su importancia, de aquí ese peculiar espíritu de inseguridad. La intimidad supone también debilidad. Este fenómeno hace que surjan dos actitudes:

1. El deseo y necesidad de comprensión lo que le lleva a buscar guía, apoyo en quienes le comprenden algo mejor que son sus amigos y por otro lado.
2. La desilusión que le produce descubrir la realidad que le rodea, el mundo en que vive, que puede llevarle a un sentimiento de inutilidad.

Pero también hemos dicho anteriormente, que el adolescente fluctúa hacia una tendencia generosa a relacionarse con otros basado en sus intereses sexuales. Constituyen otro de los componentes básicos que ayudan a comprender el mundo afectivo de la adolescencia. En edades tempranas, el individuo vive en un mundo cuyo centro es él mismo. Con el paso de los años, se supera ese egocentrismo, al principio se recoge en sí mismo y más tarde, comienza a reconocer a su alrededor personas y el mundo, surgiendo en él intereses sexuales, sociales, culturales y vocacionales. La evolución de este fenómeno es la siguiente:

De 12-14 años, se manifiesta, cierta oposición entre ambos sexos (pandillas unisexuales). A los 14-16 años comienzan a interesar los amigos (as) en cuanto grupo; surge la pandilla de ambos sexos cuyo sentido será facilitar el encuentro de la pareja y sólo algunos empiezan a emparejarse e independizarse.

El preadolescente era individualista, buscaba sólo aquellas personas que piensan como él. Ahora en la adolescencia, se abre a las influencias más diversas y reconoce que la autoridad, el orden, la ley y la obediencia son necesarios. Presenta intereses sociales. Se pone en contacto con las grandes relaciones de la sociedad (algunos la llaman etapa romántica).

Se empieza a socializar y madurar como sus semejantes desean y esperan de él. En consecuencia, el joven se hace maduro para el orden social después de encontrarse consigo mismo y de que haya acuñado su individualidad. Se trata de la edad de la entrega y la generosidad. Empezará a participar en los movimientos asociativos juveniles y se verá envuelto en todo tipo de revuelta social, movimientos como el que se pretende realizar con la apertura de espacios recreativos. Se encuentra sumido en un grupo que le entiende y le acoge al tiempo que los prejuicios y estereotipos le acechan en su lucha por construir su personalidad, de ahí la importancia de las buenas

compañías y el valor de los modelos correctamente asumidos (ahí tienen mucha tarea los padres y las familias en general).

En esa apertura al mundo que le rodea, aparecen también intereses culturales como parte integrante de sus intereses sociales. Se fijarán debidamente estos intereses cuando exista una correcta influencia del mundo de los adultos. La adolescencia es la edad del trabajo objetivamente orientado.

Despierta la capacidad para vivir valores, que también forman parte fundamental de nuestro trabajo de investigación, ya que luego de cada apertura del espacio recreativos planteamos la necesidad de involucrar una pequeña charla impartiendo valores integrativos que surgieron de las actividades realizadas, para establecer una conexión viva activa, con esferas culturales.

Todo lo anterior nos lleva a afirmar que en esta etapa se consuma el proceso de interiorización de pautas culturales y de valor, y se perfecciona la adquisición de habilidades técnicas, comunicativas y en general, sociales. Esta consolidación de habilidades contribuye a asegurar al adolescente su propia autonomía frente al entorno.

Caracteriza al adolescente un particular y sutil equilibrio, a veces desequilibrio, entre dependencia e independencia, autonomía y heteronomía, seguridad e inseguridad en sí mismo, que se manifiesta en relación tanto con la familia, la autoridad o la generación de los adultos, cuanto con sus propios compañeros e iguales en edad.

### **c) DESARROLLO SOCIAL AFECTIVO: LA REALIDAD SOCIOCULTURAL DE LOS ADOLESCENTES**

Es importante analizar los cambios sociales y familiares que se han producido en los últimos tiempos y el lugar social de la juventud de hoy. Además, tratar de definir las situaciones concretas de los adolescentes objetos de intervención, obteniendo información sobre la familia, el barrio, el nivel sociocultural, etc. Porque como bien sabemos para realizar una investigación debemos conocer previamente el lugar a trabajar y adaptarse a las necesidades de la población.<sup>13</sup>

Debiera considerarse, por ejemplo:

- El cambio de una estructura parental autoritaria a una estructura más permisiva que ha generado, a menudo, una confusión de roles.
- El impacto de la tecnología moderna en la vida cotidiana. Vivimos en un mundo donde domina la noción de obtener las cosas de inmediato, con poco esfuerzo, lo que ha debilitado la capacidad de espera, de posponer los deseos, promoviéndose así una baja tolerancia a la frustración.
- El consumismo, que parece ser un motivo vital, importante.
- El culto al cuerpo, a la eterna juventud, a modelos de belleza masculina y femenina.
- La sociedad no tiene claridad sobre el lugar de los jóvenes y su futuro; estudian y no saben si van a encontrar trabajo, no suelen disponer de lugares de esparcimiento y reunión, espacios en los cuales enfocaremos este trabajo, los adultos viven criticándolos, etc.

---

<sup>13</sup> Martín Mauri, Mónica, Antropología social, desarrollo y cooperación internacional, Editorial UOC, año 2010, Barcelona, PP. 71.

Todos estos factores inciden muy directamente en el sentir y actuar de los jóvenes, favoreciendo o dificultando su desarrollo, su maduración y la construcción de sus propios proyectos de vida. Consideremos, además, lo que significa la vida adolescente, un proceso de cambio y crisis.

La adolescencia en sentido biológico se inicia con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando el desarrollo físico es relativamente completo, hacia los 20 años. El inicio pasa por la biología y el fin del proceso, por la psicología. La adolescencia es un periodo de transición de la infancia a la edad adulta, de la dependencia a la autonomía.

La escuela debiera ser capaz de dar respuesta a la necesidad de educación integral, comprensiva, que atienda a la diversidad, ampliando programas específicos, para favorecer la educación en valores; para aprender a ser personas, a pensar, a convivir; para construir un buen auto concepto, para resolver problemas de la vida cotidiana y construir un proyecto personal de vida.

Pero para que se produzcan estas adquisiciones es necesario que se dé un proceso de socialización, proceso que lograremos con las actividades lúdicas fortaleciendo cada una de las adquisiciones antes mencionadas.



### **1.1.2.6 ACTIVIDAD LÚDICA**

La actividad lúdica favorece, en la infancia, la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, convirtiéndose así en una de las actividades recreativas y educativas primordiales. En todas las culturas se ha desarrollado esta actividad de forma natural y espontánea, pero para su estimulación precisa de educadores y educadoras especializados que la dinamicen, de espacios, de tiempos idóneos para poder compartirla con compañeros y compañeras, de herramientas que la diversifiquen y enriquezcan, de ambientes y climas lúdicos que faciliten su espontaneidad y creatividad.<sup>14</sup>

#### **a) LA AUTOCONFIANZA:**

Es algo que la gente encuentra difícil de dominar. Hay ciertas personas, cuya baja autoconfianza influencia la manera de verse a sí mismos, e incluso su comportamiento y rendimiento. Sin embargo contrario a lo que muchos piensan, la autoconfianza no es algo que sólo algunos pocos bienaventurados puedan tener. Con algo de esfuerzo y amor por sí mismos cualquier individuo podría empezar hoy mismo a construir su autoconfianza.

Se trata de desarrollarse mejorando a nivel personal, se trata de quererse uno mismo, aceptarse tal y como se es. Debes conocer muy bien tus debilidades y al mismo tiempo fortalecerlas. Se requiere algo llamado “autocontrol” para lograr un alto nivel de autoconfianza, todo empieza con la manera como nos vemos a nosotros mismos.

Es importante e indispensable que el adolescente pueda creer en sí mismo. Es también importante que se sienta a gusto con la persona que ahora es. Para desarrollar autoconfianza la auto aceptación debe estar presente.

---

<sup>14</sup> Martínez María José, Actividades Lúdicas para pre-escolar, Editorial Trillas, año 202, pp. 2

## **b) LA AUTO ACEPTACIÓN:**

Se trata de aceptar las cosas buenas y malas de nuestra vida, aprender de ambas. Autoconfianza es aprender de uno mismo y para ello, la auto aceptación es imprescindible.

Para ayudar a fomentar la auto aceptación realizamos actividades que tengan como fin la comprensión de los pensamientos y emociones, olvidarse de los malos hábitos o comportamientos ya que pueden permitirle al adolescente comprender sus pensamientos y emociones, que les permita sobrellevar y corregir sus fallas y por lo tanto incrementar su autoconfianza.

## **c) LA AUTONOMIA:**

Ser autónomo psicológicamente implica integrar unos cuantos aspectos como el tener claro cuáles son nuestras necesidades y deseos; la voluntad de alcanzarlos; la aceptación crítica de las normas y leyes impuestas por la sociedad; y por último, el reconocimiento de los deseos, necesidades y voluntad ajena.

Como hacer malabares con pelotas, el poder saltar cuerda sin ayuda y la realización de los juegos tradicionales que se trabajaron durante el trabajo de campo realizado, esta integración a la que hemos llamado autonomía no aparece según crecemos, como lo hacen las ruedas o el aprender a caminar.

Se trata de una función psicológica, más que neurológica, una función mediadora entre diferentes tendencias que se contraponen entre sí. Conseguir hacer vivir esas tendencias en armonía, supone bienestar.

### 1.1.2.7 FUNCIÓN DEL JUEGO (ACTIVIDAD LÚDICA)

El juego es útil y es necesario para el desarrollo social, en la medida en que se sea el protagonista.

La importancia de la utilidad del juego puede llevar a los adultos a robar el protagonismo al adolescente, al querer dirigir el juego. La intervención del adulto en los juegos debe consistir en:<sup>15</sup>

- Facilitar las condiciones que permitan el juego.
- Estar a disposición del adolescente.
- No dirigir ni imponer el juego. El juego dirigido no cumple con las características de juego, aunque el adolescente puede acabar haciéndolo suyo.

El juego permite:

- Que se mantenga diferenciado de las exigencias y limitaciones de la realidad externa.
- Explorar el mundo de los mayores sin estar ellos presentes.
- Interactuar con sus iguales.
- Funcionar de forma autónoma.

El juego siempre hace referencia implícita o explícita a las relaciones entre infancia, diversión y educación.

---

<sup>15</sup> Reyes Navia, Rosa Mercedes, El Juego Procesos de Desarrollo y Socialización, Contribución de la Psicología, Colombia, 1998, Págs. 120.

### **1.1.2.8 JUEGOS TRADICIONALES**

Basándonos en la educación popular que trata de una manera práctica y concreta, al servicio de la comunidad de la Verbena zona 7 ciudad de Guatemala.

Donde por medio de los juegos tradicionales se abordara el aprendizaje de varios valores con los cuales se trata de establecer nuevas conductas y la apertura de espacios públicos para la diversión de los niños de esta comunidad de tal forma se abordaron los temas de:

- Limpieza y Ornato
- Socialización
- Solidaridad
- Honestidad

Estos valores se trabajaron de una forma afectiva paralela con los juegos esto con el fin de tener una mejora de salud mental y fisiológica. Se utilizaron los juegos tradicionales especificando cada mejora psicológica y física de la siguiente manera:

#### **a) YAX:**

Se trabaja la motricidad fina, coordinación, percepción, y los valores de la socialización y la convivencia, los cuales se harán por medio del respeto de reglas.

#### **b) EL GATO Y EL RATON:**

Con este juego se trabajó la motricidad gruesa, coordinación, profundidad, espacio, relación visual, fuerza muscular y el valor de la solidaridad de igual manera se realizó por medio del respeto de reglas y el fortalecimiento al respeto de género.

**c) AVIONCITO:**

Se trabaja la motricidad fina por medio del uso de tejo, la motricidad gruesa por medio de los saltos para el juego, la coordinación, el equilibrio, profundidad visual, tomando en cuenta la práctica sobre la honestidad.

**d) CHIBIRICUARTA:**

Se trabajara la motricidad fina y gruesa por medio del el desplazamiento rápido y luego lento para el juego, la coordinación, , profundidad visual y el valor de la solidaridad, con el apoyo de los compañeros para seguir dentro del mismo juego.

**e) CINCOS:**

Se trabajara la motricidad fina, por medio del uso las manos, para el desplazamiento de los cincos de un lugar a otro con los juegos de la Tortuga y Hoyitos, la coordinación, el equilibrio, profundidad visual, y el valor de la solidaridad y la no denigración de personas por diferencias y el fortalecimiento al respeto de género.

**f) CAPIRUCHO:**

Generalmente participaban dos jugadores varones. El capirucho es confeccionado con un carrizo de madera de los que sirven para enrollar hilos. El carrizo es pulido; además, se emplea un cordón de pita y un palito de madera. El juego consiste en lanzar el carrizo y meterlo en el palito. Cada acierto se cuenta de 10 en 10 hasta completar 100 puntos, que deben hacer sin interrupción; si no se acierta una vez, el turno le corresponde al otro jugador. El ganador es el que logra completar los puntos en menos jugadas.

**g) SALTAR LA CUERDA**

Este es un juego practicado casi siempre por las niñas. Se utiliza una cuerda o lazo, el cual es sostenido y hecho girar por dos niñas; la otra o las otras

brincan la cuerda. Algunas variantes son que se brinca individualmente, en pareja o en grupo. También puede saltar cuerda un jugador haciendo girarla él mismo.

#### **h) EL TROMPO:**

Se fabrica con una pieza de madera dura en forma cónica con una punta de metal sobre el que se lo hace girar. En la parte superior tiene una especie de cilindro chato o sombrero que sirve de apoyo para enrollar el hilo. Existen una serie de variantes del juego, pero el principal objetivo es lucir las mejores técnicas para hacer bailar el trompo por más tiempo, y tratar de ganarle al del contrincante, según sea la modalidad del juego y sus reglas.

Con esto se trabajara la motricidad fina y gruesa así como la relación de profundidad visual y la percepción de espacio, esto para fortalecer la socialización y otros valores los cuales se trabajaron por medio del respeto de reglas y la no denigración de personas por diferencias y el fortalecimiento social-afectivo.

Mediante los juegos tradicionales y las actividades lúdicas estimulamos las capacidades motrices de los adolescentes de la colonia la verbena.

### 1.1.2.9 CAPACIDADES MOTRICES

A través de los espacios recreativos se desarrollan múltiples actividades físicas que requieren, del que las realiza, determinadas capacidades motrices y es precisamente en la ejecución de esas actividades físicas, que el individuo desarrolla esas capacidades y estas están determinadas, tanto por las posibilidades morfológicas, como por factores psicológicos.<sup>16</sup>

Estas capacidades motrices o llamadas también físicas, se clasifican atendiendo a factores energéticos y sensomotrices. De acuerdo a lo expresado, se plantea la clasificación siguiente:

Capacidades condicionales: están determinadas por factores energéticos que se liberan en el proceso de intercambio de sustancias en el organismo humano, producto del trabajo físico. Estas son capacidades energético-funcionales del rendimiento, que se desarrollan producto de las acciones motrices consiente del individuo.

- Fuerza
- Velocidad
- Resistencia

Capacidades coordinativas: son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación, dirección de los movimientos, con una finalidad determinada, estas se desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas del hombre y en su enfrentamiento diario con el medio.

Las capacidades motrices se interrelacionan entre si y solo se hacen efectivas a través de su unidad, pues en la ejecución de una acción motriz, el individuo tiene que ser capaz de aplicar un conjunto de capacidades para que

---

<sup>16</sup> Gould, Weinberg, Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio físico, 4ta. Edición, Editorial Medica Panamericana, Madrid, España, año 2006, pp. 113.

esta se realice con un alto nivel de rendimiento. Capacidades en las cuales se enfocó esta investigación, siendo estas:

#### Generales o básicas

- Regulación y dirección del movimiento
- Adaptación y cambios motrices

#### Especiales

- Orientación
- Equilibrio
- Ritmo
- Anticipación
- Diferenciación
- Coordinación

#### Complejas

- Agilidad
- Aprendizaje motor

#### Movilidad

- Activa
- Pasiva
- 

#### **a) CAPACIDADES COORDINATIVAS BÁSICAS:**

Capacidad reguladora del movimiento: esta se manifiesta cuando el individuo comprenda y aplique en su ejercitación, en qué momento del movimiento debe realizar con mayor amplitud y con mayor velocidad, ella es



necesaria para las demás capacidades coordinativas, sin ella no se puede desarrollar o realizar movimientos con la calidad requerida.

Capacidad de adaptación y cambios motrices: Esta capacidad se desarrolla cuando el organismo es capaz de adaptarse a las condiciones de los movimientos, cuando se presente una nueva situación, tiene que cambiar y volver a adaptarse, es por ello que se define como: la capacidad que tiene el organismo de adaptarse a las diferentes situaciones y condiciones en que se realizan los movimientos.<sup>17</sup>

Esta capacidad se desarrolla fundamentalmente a través de los juegos, complejos de ejercicios donde se presentan diferentes situaciones y condiciones, donde el adolescente debe aplicar las acciones aprendidas, valorarlas de acuerdo al sistema táctico planteado, es por ello cuando se enseña una acción táctica no debe hacerse con ejercicios estandarizados, por lo que se debe realizar con ejercicios variados.

**Orientación:** Se define como la capacidad que tiene el hombre cuando es capaz durante la ejecución de los ejercicios de mantener una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo, en dependencia de la actividad. Esta capacidad se pone de manifiesto cuando el individuo percibe lo que sucede a su alrededor y regula sus acciones para cumplir el objetivo propuesto.

**El equilibrio:** Es la capacidad que posee el individuo para mantener el cuerpo en equilibrio en las diferentes posiciones que adopte o se deriven de los movimientos, cualquier movimiento provoca el cambio del centro de gravedad del cuerpo, empleamos esta capacidad en los diversos juegos tradicionales entre los cuales podemos mencionar la liga y la cuerda.

---

<sup>17</sup> Trigo Eugenia, Creatividad y motricidad, Inde publicaciones, año 1999, Barcelona- España, pp. 58.

**El Ritmo:** esta no es más que la capacidad que tiene el organismo de alternar fluidamente las tensiones y distensión de los músculos por la capacidad de la conciencia, el hombre puede percibir de forma más o menos clara los ritmos de los movimientos que debe realizar en la ejecución de un ejercicio, tiene la posibilidad de influir en ellos, de variarlos, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos.

**Anticipación:** Es la capacidad que posee el hombre de anticipar la finalidad de los movimientos y se manifiesta antes de la ejecución del movimiento.

**Diferenciación:** Es la capacidad que tiene el hombre de analizar, diferenciar las características de cada movimiento, cuando una persona observa y analiza un movimiento o ejercicio percibe de forma general y aprecia sus características, en cuanto al tiempo y espacio, las tensiones musculares que necesita dicho ejercicio para su ejecución en su conjunto, pero al pasar esta fase debe apreciar, diferenciar las partes y fases más importantes del mismo. Para desarrollar esta capacidad juega un papel muy importante la participación del individuo.

**Coordinación:** Es la capacidad que posee el hombre de combinar en una estructura única varias acciones. Esta capacidad está estrechamente relacionada con las demás capacidades coordinativas producto de los cambios típicos que presenta el hombre en su desarrollo, o sea, en la niñez, la juventud, la adultez y la vejez. Esto lo podemos ver más claramente en la realización de los juegos tradicionales realizados, por ejemplo: en el acoplamiento de los movimientos de los brazos y las piernas.

## **b) CAPACIDADES COORDINATIVAS COMPLEJAS:**

**Agilidad:** Esta es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas. En el desarrollo de la Agilidad está presente la relación con las demás capacidades, la coordinación existente entre ellas. En el momento de resolver una tarea motriz pueden estar presentes varias de esas capacidades descritas anteriormente. Esta capacidad se desarrolla bajo del Sistema Energético Anaerobio, requiriendo una gran intensidad de la velocidad durante los movimientos, pues generalmente se desarrolla a través de complejos de ejercicios variados y matizados por constantes cambios en la dirección de los mismos, esta capacidad contribuye a la formación de destrezas y habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces, es el juego.<sup>18</sup>

**Aprendizaje motor:** Es la capacidad que posee el hombre de dominar en el menor tiempo posible la técnica de nuevas acciones motrices, ella está determinada en primer lugar por las particularidades individuales de asimilación de cada sujeto y por la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje.

El investigador juega un papel muy importante en el desarrollo de esta capacidad, por lo que él debe seleccionar los métodos, procedimientos y medios más adecuados para que el adolescente pueda comprender las diferentes acciones motrices que debe realizar para apropiarse de los conocimientos necesarios para ejecutar una acción determinada y brindarle la posibilidad de ejecutar y repetir el ejercicio con el fin de automatizar los diferentes movimientos que requiere dicha acción y por último, la corrección de errores juega un papel importante en este proceso.

---

<sup>18</sup> Piñera Sofía y Trigo Eugenia, Manifestaciones de la motricidad, Inde Ediciones, año 2002, Madrid, pp.123.

**Capacidad de movilidad o flexibilidad:** La Movilidad se define, como la capacidad que tiene el hombre de realizar movimientos articulares de gran amplitud y no se deriva de la transmisión de energía, o sea, no depende de los Sistemas Energéticos abordados anteriormente, si no, que está en dependencia de los factores morfológicos y estructurales, como son: la elasticidad de los músculos, ligamentos, tendones y cartílagos.

Se ha comprobado, que en personas con pobre desarrollo de esta capacidad se producen lesiones con mayor frecuencia, por ejemplo: tendinitis, sinovitis, etc. La Movilidad se clasifica teniendo en cuenta la magnitud de los movimientos.

### **c) INTERRELACIÓN DE LAS CAPACIDADES MOTRICES:**

Las capacidades motrices se han planteado para su estudio y comprensión de acuerdo a sus características y particularidades de forma separada. En la práctica no existe un ejercicio que solamente se ejecute con una sola capacidad. Las capacidades fundamentales que hemos tratado y donde se expresa la interrelación entre ellas son componentes de la forma física de un individuo y si el investigador conoce su interrelación podrá programar y planificar los juegos de una forma más eficientemente.

Entre otras capacidades motrices podemos mencionar la coordinación, el equilibrio, el ritmo, la agilidad, el esquema corporal, la lateralidad y la relación espacio-tiempo.

Las capacidades físicas básicas conforman la condición física de cada individuo, mediante su entrenamiento, ofrecen la posibilidad de mejorar las capacidades del cuerpo. Es una suma de capacidades que tiene el organismo

para realizar tareas con la máxima eficacia, rendimiento y se consigue mediante cualidades personales.

La condición física dependerá de:

- a) La edad y el sexo
- b) La herencia genética
- c) La coordinación
- d) Capacidades psíquicas o fuerza de voluntad
- e) Experiencia previa
- f) Hábitos de vida
- g) La altura

**Fuerza:** Se denomina fuerza a la habilidad de moverse. También llamado grado de tensión que los músculos desarrollan durante el trabajo. Además, puede definirse como la capacidad para vencer una resistencia por medio de un esfuerzo muscular.

La fuerza que se necesita para practicar diferentes deportes no es tan sólo diferente en la cantidad, también lo es en la calidad, pues hay diferentes tipos de fuerza. No es lo mismo tener que vencer la máxima resistencia posible a tener que transmitir el máximo impulso a una resistencia relativamente ligera. Por eso la fuerza posee varias clasificaciones.

Evoluciona de forma natural hasta los 8 años. A partir de los 12, que coincide con la pubertad, se desarrolla con mayor rapidez hasta los 18.

Llega a su máximo a los 25 años, aunque se puede mantener hasta los 35 con entrenamiento adecuado. En las personas sedentarias se produce una atrofia muscular, ya que no se trabaja la fuerza. Cabe destacar que el hombre tiene valores superiores a la mujer ya que la mujer tiene menor masa muscular para aumentar.

**Velocidad:** La velocidad es una cualidad física determinante para el rendimiento deportivo. Estando presente de alguna forma en todas las manifestaciones del deporte, saltar, correr y levantar.

A partir de los 12 años esta se incrementa (en la pubertad). El nivel máximo se consigue hacia los 20 años y con un buen entrenamiento se puede mantener o mejorar hasta los 30 ó 35 años.

**Flexibilidad:** La flexibilidad es la capacidad para realizar movimientos amplios y a diferencia de las anteriores cualidades físicas, la flexibilidad es una capacidad que se va perdiendo desde que se nace. En esta cualidad las mujeres poseen mayores niveles de flexibilidad que los hombres. Sus articulaciones son más laxas y permiten mayor movimiento; además, poseen menos tono muscular, que contribuye aún más a su flexibilidad.

La flexibilidad posee cuatro componentes elementales:

- Movilidad: propiedad que poseen las articulaciones de realizar determinados tipos de movimiento
- Elasticidad: propiedad que poseen algunos componentes musculares de deformarse por influencia de una fuerza externa, aumentando su extensión longitudinal y retornando a su forma original cuando cesa la acción
- Plasticidad: propiedad que poseen algunos componentes de los músculos y articulaciones de tomar formas diversas a las originales por efecto de fuerzas externas y permanecer así después de cesada la fuerza.
- Maleabilidad: propiedad de la piel de ser plegada repetidamente, con facilidad, retomando a su apariencia anterior al retornar a la posición original.

**Lateralidad:** La lateralidad es la preferencia que muestran la mayoría de los seres humanos por un lado de su propio cuerpo. (Saber cuál es el lado derecho e izquierdo).

**Movilidad:** La movilidad es la capacidad del individuo de alcanzar las máximas amplitudes articulares, acompañadas de las elongaciones de los músculos y articulaciones correspondientes.

Desde los 8 años hasta que sobreviene el período de desarrollo, entre los 11 a 14 años, no es necesario trabajar la movilidad ya que, de forma natural, se mantiene en toda su plenitud, aunque nunca está de más realizar algún tipo de trabajo de movilidad.

Después de la pubertad hay que intensificar el trabajo de movilidad para que no se produzca un descenso excesivo de la misma. A partir de aquí el objetivo debe ser el mantenimiento de la misma, para que no se produzca una pérdida paulatina de la misma.

**Coordinación:** Es la cualidad que permite utilizar conjuntamente el sistema nervioso y muscular, sin que uno interfiera con el otro (ejemplo: calcular la distancia y velocidad para saltar la cuerda).

La evolución está condicionada por el proceso de maduración del sistema nervioso. Después de la primera infancia los niños dominan un grupo de habilidades y formas motoras (caminar, correr, saltar, lanzar, estar en equilibrio, etc.). Estas cualidades motrices constituyen una habilidad motriz básica.

Casi toda prueba motora puede ser una prueba de la coordinación personal respecto a las otras. La destreza en los juegos tradicionales representa un modelo de movimientos coordinados, es decir, los movimientos están organizados espacial y temporalmente.

### 1.1.3 Delimitación

La investigación fue definida como la creación de una actividad social, lúdica – educativa, con una metodología participativa y enfoque dirigido hacia el de Educación Popular, por medio del aprendizaje comunitario, esto con el fin de recuperar valores por medio de los juegos tradicionales y del cierre de calle en determinados puntos dentro de la comunidad de la Verbena.

La primera y segunda actividad se realizó en el Monumento a los Mineros Caídos, el sábado 1 y 8 de marzo del 2014, con 25 adolescente comprendidos entre las edades de 12 a 17 años, siendo participes 14 niñas y 11 niños, se contó con diferentes juegos tradicionales: avioncito, trompo, Cuerda y cincos.

La tercera actividad se llevó a cabo el día sábado 15 de marzo del 2014 en la Cancha 6 de Octubre, participaron 20 adolescentes, asistiendo 12 niñas y 8 niños, se realizaron actividades recreativas utilizando Yax, juegos de mesa (para personas con discapacidad dentro de la comunidad).

La cuarta actividad se desarrolló en el Parque Infantil Las Tortuguitas el día sábado 22 de marzo del año en curso, en esta ocasión participaron 22 adolescentes y se realizaron actividades con juegos tradicionales: Cincos, Cuerda y Trompos.

La quinta y última actividad se llevó a cabo el día sábado 29 de marzo del año en curso en la Iglesia de la Virgen de la Medalla Milagrosa, La Ranchería, se realizaron actividades lúdicas dispersas en la calle, se trabajó con adolescentes de 12 a 17 años, el trabajo de campo se realizó en el período comprendido del 1 al 29 de marzo del presente año, los días sábados, en horario de 8:00 a 12:00 horas.



## CAPÍTULO II

### II. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

#### 2.1. Técnicas

##### **Técnicas de muestreo**

- a) Selección de la muestra: técnica de muestreo intencional o por conveniencia, este tipo de muestreo se caracteriza por un esfuerzo deliberado de obtener muestras "representativas" mediante la inclusión en la muestra de grupos supuestamente típicos, luego de un recorrido por la colonia la Verbena en la Z.7 y las observaciones realizadas durante ese recorrido, se seleccionó la población a trabajar siendo 25 adolescentes de 12 a 17 años de ambos sexos
- b) Técnica de recolección de datos:
- c) Observación: para el progreso de nuestra investigación utilizamos observaciones estructuradas, como técnica útil de recolección de datos, logramos observar las relaciones sociales y afectivas en los adolescentes, antes, durante y después del trabajo de campo, la utilizamos con el fin de estudiar a los adolescentes en sus actividades de grupo, como miembros de la comunidad, como se relaciones entre sí y enfocarnos en los aspectos a trabajar para fortalecer sus relaciones socio-afectivas.
- d) Entrevistas: realizamos entrevistas semi-estructuradas a los adolescentes en el cierre de calles, la entrevista, desde un punto de vista general, es una forma específica de interacción social, a partir de dichas entrevistas recolectamos la mayor fuente de información, conociendo mejor sus ideas, sus sentimientos y su forma de actuar. Nos fue útil pues las respuestas de los participantes refleja favorablemente la sociabilización

que se espera y al mismo tiempo es un instrumento evaluador del avance en cada actividad realizada.

### **Instrumentos**

Formatos de planificación, hojas de asistencia y reuniones, fotografías, informe, grabaciones, evaluación final y observación estructurada.

e) Procedimiento de trabajo:

OBJETIVO	CATEGORIA	TÉCNICA
Fortalecer el desarrollo socio afectivo a través de la lúdica en la colonia la verbena	Desarrollo socio afectivo Lúdica	Lúdica
Identificar cómo la falta de espacios recreativos afecta la salud mental de los habitantes de la colonia la Verbena.	Espacios Recreativos Salud mental	Observación Entrevistas
Estimular las capacidades motrices de los adolescentes de la colonia la verbena	Capacidades motrices	Juegos Tradicionales Trompo Yoyo

mediante la lúdica		Cuerda Cincos
Promover las relaciones socio afectivas en adolescentes a través de actividades lúdicas.	Relaciones socio afectiva	Volanteo

f) Forma de interpretación de los datos obtenidos de la aplicación de los instrumentos o técnicas:

La forma en que se dan a conocer los datos a la comunidad científica es de forma cualitativa mediante este informe final, mediante la interpretación de los instrumentos de apoyo: la encuesta, una serie de preguntas estructuradas acerca del tema de investigación; socialización, observación estructurada, se realizaron por cada cierre de calles, mediante una observación guiada por una pauta de observación estructurada, otra técnica útil para el investigador en su progreso de investigación, consiste en observar a las personas cuando efectúan su trabajo y los resultados de la investigación.

### CAPÍTULO III

## III. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

### 3.1 Características del lugar y de la población

#### 3.1.1. Características del lugar

La colonia La Verbena se encuentra ubicada en la parte central de la ciudad Capital de Guatemala, la mayoría de familias que residen en el lugar son personas que provienen del interior del país, en su mayoría de occidente.

Está dividida en catorce sectores; siendo estos: Casco Urbano o Sector Central, Joya I, que se divide en dos asentamientos, 22 de Diciembre, las Rancherías I, II y III, Joyas II con anexo llamado la Isla, Joya III, Joya IV, Joya V que se divide en tres asentamientos: Tierra Prometida, De León Carpio, Las Tortuguitas; novenas Avenidas “A”, “B”, “C”, Chatarrera, Cochera y 6 de Octubre.

Consideramos que la carencia de espacios recreativos impacta en el desarrollo socio afectivo de los adolescentes, por lo que tomamos en cuenta la lúdica como una estrategia que estimula las capacidades motrices de los adolescentes y así mismo fortaleciendo sus relaciones socio-afectivas.

Por lo que el fomento de valores y recuperación de los juegos tradicionales a través del cierre de calles, permite de forma práctica utilizar la educación popular propuesta por Freire<sup>19</sup> siendo esta una corriente educativa y política que nace desde el cono sur, desde los pueblos indígenas de Latino América, del campesinado, desde los excluidos y las excluidas, desde el pueblo en general que ha sido aislado por políticas burocráticas.

Dentro de la comunidad de la Verbena existen pocas áreas recreativas, y dentro de las cuales se ha utilizado para mal formar a los niños y adolescentes,

---

<sup>19</sup> Freire, Paulo. Un Encuentro con Paulo Freire. Educación Popular, Centro Editor de América Latina. 1988. pp.93

para la venta de droga y actos anómalos, es evidente que no se cuenta con ningún sector donde los adolescentes puedan recrearse de manera adecuada, para poder desarrollarse como personas dentro de la sociedad y es por eso que la recreación debe enriquecerse y motivarse a un progreso en la calidad de vida.

Guatemala ha dado progresos importantes en los últimos años, en los ámbitos económico, político y social, no obstante a estos avances persisten grades desafíos que corresponden encarar. Es por ello que como estudiantes de la Universidad de San Carlos de Guatemala y además de la Escuela de Ciencias Psicológicas trabajamos en la comunidad “La Verbena” identificando de manera específica los problemas psicosociales que son abordados a través de la atención psicosocial, siendo estos: desintegración familiar, abandono, vagancia, falta de identidad, falta de valores, sentimientos de minusvalía, desesperanza, abuso sexual, ansiedad y violencia intrafamiliar, afectando a los integrantes de las familias y provocando el abandono en muchos de los casos.

La visión como estudiantes universitarios es la potenciación del desarrollo humano que constituye un proceso de fortalecimiento de las capacidades humanas para ampliar las opciones y oportunidades de manera que todas las personas sin exclusiones puedan vivir una vida digna y de valor.

### **3.1.2. Características de la población**

La comunidad está catalogada como zona roja o de alto riesgo, en donde no se prestan algunos servicios tales como: entregas de comida rápida, algunos vendedores ruteros, vendedores ambulantes, etc.

La diversidad socioeconómica es muy variada, ya que se encuentra habitada por familias de escasos recursos que viven en casas edificadas con material reciclado, como cartón, laminas, plástico, tablas, etc. Por otro lado también hay familias que habitan casas de dos o tres niveles, con edificación de block, cuentan con vehículo propio y en algunos casos más de uno. La mayoría de niños y niñas asisten a las escuelas públicas del área y otros asisten a colegios privados, haciendo más evidente las diferencias socioeconómicas de la población local.

El abandono o deserción escolar es muy común en esta comunidad, ya que las familias son de escasos recursos peligran en el sentido que sus hijos sean persuadidos por personas dedicadas a actos delictivos, entendiéndose esto, como narcotráfico, asesinos a sueldo, maras y delincuentes comunes.

Se observa que gran cantidad de la población de esta comunidad es en promedio joven, pero sus actividades más que académicas son de ocio y trabajo informal, por ejemplo manejando “tuc tuc”, o de ayudantes en los buses.

La población infantil también es bastante numerosa dentro de dicha comunidad, sin embargo los espacios de recreación son mínimos y los niños y niñas se ven obligados a permanecer en sus casas durante el día.

Para realizar nuestra investigación se tomó como muestra representativa a 25 adolescentes en cada uno de los cierres de calles, entre 12 y 17 años de edad, siendo un total de 125 adolescentes en las cinco actividades realizadas durante la investigación.

### **3.2 Presentación, análisis e interpretación de los resultados**

La elaboración de nuestra investigación tiene como objetivo fortalecer el desarrollo socio afectivo a través de la lúdica, partiendo de este objetivo hemos estimulado las capacidades motrices de los adolescentes de la colonia la verbena mediante la lúdica, promoviendo las relaciones socio afectivas en adolescentes a través de actividades lúdicas ,así también describir los beneficios que aporta implementar actividades lúdicas a nivel comunitario, fortalecer el desarrollo socio afectivo de las personas que participen en la apertura de los espacios recreativos e identificar cómo la falta de espacios recreativos afectan la salud mental de los habitantes de la comunidad.

Tomamos en cuenta la actividad lúdica porque favorece, en la infancia, la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, convirtiéndose así en una de las actividades recreativas y educativas primordiales.

El papel que juega la lúdica como técnica para estimular las capacidades motrices de los adolescentes es importante en el desarrollo del mismo, porque cualquier actividad lúdica al ser tomada como una fuente de motivación, refleja el incremento de la atención, mejora la percepción y la estimulación de los sentidos, esto hace mejorar la movilidad y agilidad en actividades que requieren coordinar movimientos, movilizar articulaciones, logrando así un mantenimiento de las habilidades sensoriales y motoras.

Las relaciones socio afectivas en el adolescente se pueden promover mediante actividades lúdicas, las cuales potencian el contacto social y la comunicación, ya que el juego compartido invita a la socialización, esto abre la puerta a tener un mayor contacto con otras personas con las que no se solía socializar o que no se había frecuentado con anterioridad.

A continuación se presentan los resultados de los datos obtenidos en el trabajo de campo en la actividad de cierre de calles en la colonia la verbena zona 7 de la ciudad de Guatemala.

### **¿Jugando nos hacemos más honestos?**

En su totalidad los adolescentes que participaron en las diferentes actividades lúdicas, conviven aplicando el valor de la honestidad en su diario vivir, ellos manifestaron que jugando limpio entre sí la actividad es más bonita por que comparten de una manera positiva.

Tabla # 1

<b>Respuesta</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Si	25	100%
No	0	0%
No respondió	0	0%

Fuente: trabajo de campo marzo 2014

### **¿Debe estar limpio el lugar donde se juega?**

A los adolescentes participantes de la actividad, se les explico el significado del ornato y la limpieza, en lo cual ellos están de acuerdo que los lugares en donde desarrollan actividades recreativas deberían estar limpios para poder desarrollar las actividades de la mejor manera.

Tabla # 2

<b>Respuesta</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Porcentaje</b>
Si	25	100%
No	0	0%
No respondió	0	0%

Fuente: trabajo de campo marzo 2014



### ¿Les gustaría jugar más tiempo en estos lugares?

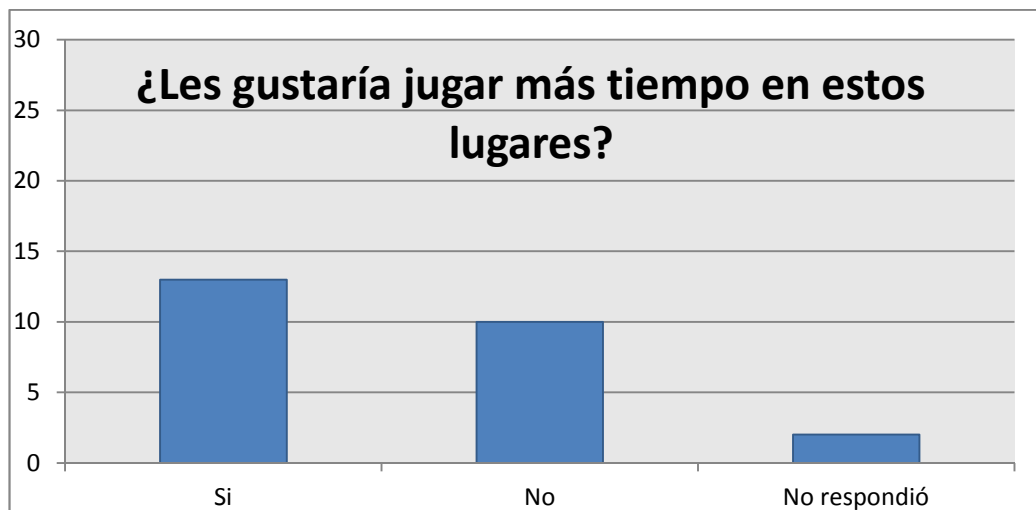
La mayoría de asistentes a la actividad indicaron que les gustaría participar por tiempos más prolongados en los lugares donde se han desarrollado los cierres, pero comentan que no son lugares donde se pueden hacer de manera continua por no ser lugares exclusivos para ellos porque los vecinos pueden molestarse por el ruido, otros indicaron que no por el hecho que tienen más cosas que hacer como ir a estudiar o tareas en casa.

Tabla # 3

Respuesta	Cantidad
Si	13
No	10
No respondió	2

Fuente: trabajo de campo marzo 2014

Gráfica # 1



Fuente: trabajo de campo marzo 2014

### ¿Les gustaría que volviéramos a hacer esta actividad?

En su totalidad los asistentes a la actividad quedaron satisfechos con la misma y se mostraron en la disposición de participar en más actividades ya que compartieron con los vecinos del sector e inclusive se logró la que compartieran con personas que nunca habían frecuentado, esto de lleno se refleja favorablemente en la sociabilización que se espera.

Tabla # 4

Respuesta	Cantidad	Porcentaje
Si	25	100%
No	0	0%
No respondió	0	0%

Fuente: trabajo de campo marzo 2014

### ¿Les gustaría tener un lugar para jugar?

Todos expresaron que sí, esta respuesta la podemos asociar con la pregunta anterior, donde el objetivo es que las pocas áreas de juego existentes no son incluso apropiadas, y según lo observado el patrón de conducta de los asistentes refleja una aceptación tanto a las actividades como el compartir con los demás asistentes.

Tabla # 5

Respuesta	Cantidad	Porcentaje
Si	25	100%
No	0	0%
No respondió	0	0%

Fuente: trabajo de campo marzo 2014

### ¿Conocían los juegos tradicionales que les enseñamos?

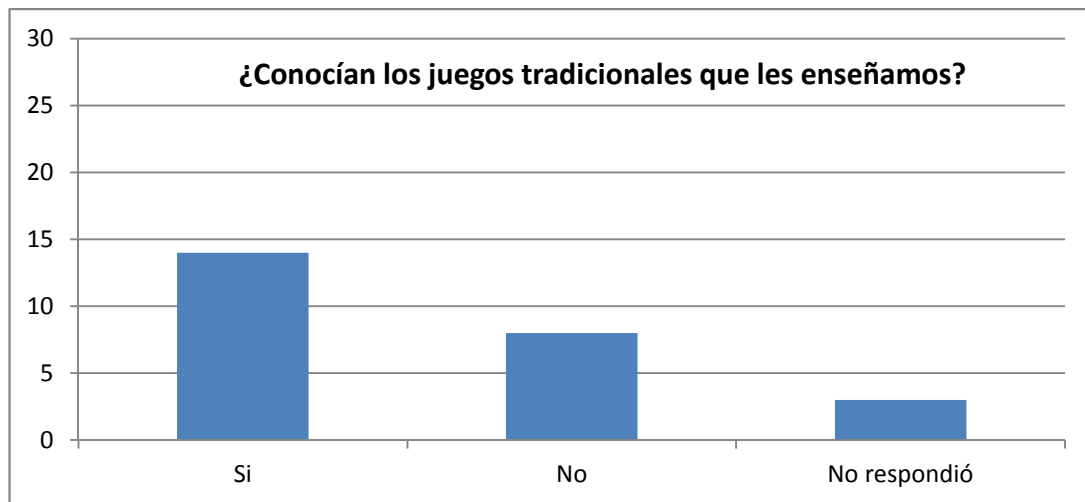
La mayoría de los adolescentes tenían familiaridad con las actividades que se llevaron a cabo ya que en ocasiones indicaron ellos habían participado en juegos similares en su centro educativo y/o muy pocas veces con sus amigos de su vecindario, la otra parte no los conocía sin embargo al entender la dinámica de las actividades se integraron de una manera favorable, esto ayudo a la trasmisión de los valores que se querían abordar.

Tabla # 6

Respuesta	Cantidad
Si	14
No	8
No respondió	3

Fuente: trabajo de campo marzo 2014

Gráfica # 2



Fuente: trabajo de campo marzo 2014

**¿Qué aprendieron con estos juegos tradicionales?**

En las actividades realizadas se fueron tomando los aspectos que los adolescentes respondían a la interrogante ¿Qué aprendiste hoy con los juegos de esta actividad?, ellos coinciden en los aspectos mencionados en la tabla lo cual se reflejó en el trabajo de campo de manera favorable, logrando el fortalecimiento en las relaciones socio afectivas por medio el trabajo en equipo lo cual se consiguió con honestidad, solidaridad, respeto tanto a los demás como a ellos mismos y ornato.

Tabla # 7

• <b>Trabajar en equipo</b>	• Ser honesto
• <b>Socializar</b>	• Solidaridad
• <b>Respetar el lugar de otro</b>	• Respeto al genero
• <b>Respetarse uno con otro</b>	• Aprender a ser limpios

Fuente: trabajo de campo marzo 2014

## **Análisis General**

Como estudiantes de la Universidad de San Carlos de Guatemala de la Escuela De Ciencias Psicológicas, realizando un trabajo de investigación en la zona 7 colonia la Verbena, se desarrollaron varios cierres de calles con el propósito de comprender las raíces del problema social que afecta a Guatemala, se ventilan aspectos como la pobreza, la desigualdad social y la presión ejercida sobre las personas por grupos delincuenciales que actúan al margen de la ley como narcotráfico y maras. La falta de opciones adecuadas de recreación para niños, jóvenes, adultos y ancianos, es lo que genera esta clase de violencia pues las únicas opciones para recrearse y aprovechar el tiempo libre son escasas.

En las actividades realizadas pudimos contactar con vecinos que observaron las mismas donde ellos compartieron que los adolescentes hoy en día ya no comparten como lo hacían antes, ahora todo es televisión, jugar frente a ella o la computadora, estar todo el día con el celular en la mano o bien irse con otros adolescentes en su motocicleta a aprender “mañas”, ellos se mostraron agradecidos por tratar de retomar un poco de lo que ellos vivieron y con lo que crecieron lo cual ya no es posible transmitir por que según ellos comentan, a los “patojos” ya no les interesa que su abuelo les cuente o enseñe a jugar de una manera sana.

Al no existir un entorno social adecuado que nos ofrezca opciones sanas de esparcimiento, es lógico que se presenten fenómenos como la violencia intrafamiliar, el alcoholismo, el abandono de hogar, la promiscuidad, el abuso sexual de menores y tantos otros que inhiben la normal formación de los adolescentes impidiendo el desarrollo social de la comunidad.

La recreación es necesaria porque es una manifestación humana que dinamiza el desarrollo del potencial lúdico creativo, hacia un equilibrio social, mental y físico, descubriendo la propia esencia del hombre, contribuyendo a su desarrollo integral y de la comunidad en general, al dejar todo esto a un lado se

forman los fenómenos negativos ya antes mencionados logrando así que sectores de la ciudad de Guatemala sean denominados como zonas rojas, al formar potencialmente adolescentes faltos de socio afectividad.

Como profesionales de la conducta humana pudimos observar como las personas se adaptan al lugar en donde viven y el ambiente los hace tener libertad de decisión o ser conformistas, en joya 2 los jóvenes se adaptaron a las actividades que se les llevaron en las dos ocasiones de los cierres de calles en este lugar, sin embargo en la colonia 6 de Octubre en donde si existe un lugar, aunque pequeño, para recrearse los jóvenes hicieron su propio juego, no obstante se logró un acoplamiento favorable al lograr que se integraran al grupo.

Esto sugiere que cuando hay un lugar espacioso para recrearse la juventud tendrá un mejor desarrollo mental y físico logrando lo que se planteó al inicio como lo es el reforzamiento de las relaciones socio-afectivas entre los adolescentes de la colonia la Verbena.

Los cierres de calles se llevaron a cabo con el fin de promover la salud mental, las relaciones socio afectivas y las capacidades motrices de adolescentes de la Colonia la Verbena, esto a través de la apertura de espacios recreativos lo cual fue favorable al conseguir la aceptación y participación de la población con la que se trabajó, también se enfatizó a los vecinos el motivar a estos grupos ya que por medio de estos los jóvenes de la colonia la Verbena se pueden retomar los valores morales y se conozcan con su entorno, que sean personas proactivas para la sociedad, que se desarrollen en un ambiente lúdico. De esta forma la recreación y quienes la orientamos asumimos el compromiso de generar procesos de desarrollo que incidan en mejorar la calidad de vida de los habitantes de las comunidades de seis de Octubre y la Joya Dos para luego así poder fomentar esto de manera integral a cada sector de la colonia la Verbena.

## CAPÍTULO IV

### 4.1 Conclusiones

- Para que el adolescente goce de buena salud mental, es necesario la estimulación de los sentidos para mejorar el desarrollo psicomotriz además de formar relaciones interpersonales seguras y sinceras para expresar sus emociones, esto conllevará a una motivación personal y lo podrá hacer de una manera apropiada por medio del juego, esto incide en una buena salud física, la recreación se presta como una herramienta necesaria para que el adolescente se proyecte en todas sus esferas, desde el punto evolutivo, psicológico, afectivo, social, antropológico y biológico.
- La promoción de relaciones socio afectivas favorables entre los adolescentes son la pauta para una salud mental adecuada en la colonia la Verbena, ya que la recreación funge como un proceso de selección de intereses, que a largo plazo guía a la persona a tener un sentido de vida, que también será determinado por el contexto social, personal y de trascendencia, esto influye en el entorno social en el que los adolescentes se desenvuelven por ser entes que pueden ser tomados como ejemplo a tomar por las generaciones que están por surgir.
- El juego es una técnica afectiva, que llevándolo a el sector social comunitario será un aliciente que permitirá al adolescente el poder solucionar problemas por sí mismo con sus padres, como también le ayudará a reducir el estrés, a mejorar las relaciones con otros, el desarrollo de la independencia personal, la comunicación y las normas

éticas que impone la sociedad, esto le permite adaptarse al medio en el que se desenvuelve, tomando como medio la actividad lúdica se logra reforzar las relaciones interpersonales, que le ayudan al adolescente a entender y relacionarse con el mundo que lo rodea; no obstante debe tener un ambiente de apoyo emocional con sentido de pertenencia y este se verá influenciada por la salud mental de los padres.



## 4.2 Recomendaciones

- Es necesario que existan programas de estimulación utilizando la lúdica para los adolescentes en los diferentes sectores de la ciudad capital, esto motivará a los mismos logrando a través del juego con una recreación apropiada formando relaciones socio afectivas estables y fortalecidas lo cual logrará que el desarrollo de todas sus capacidades sea potencializado de una manera positiva lo que formará que tengan un sentido de valoración más apropiado para ellos mismos y su entorno.
- La universidad de San Carlos de Guatemala en su área de psicología social comunitaria debería realizar talleres lúdicos los cuales lograrían una promoción más acertada con una mayor aceptación, consiguiendo la integración de otros grupos dentro de cada sector con el que se trabajaría y no solo el sector adolescente, esto amarrado al contexto social al que día a día viven en lugares como lo es la colonia la verbena sería de utilidad para dejar un punto de partida el cual se esperaría sea tomado por futuras generaciones y continuar con esta práctica.
- Para una aceptación total en el desarrollo socio afectivo de los adolescentes se recomienda la inclusión de los padres a algunos de los talleres para lograr una relación fortalecida con sus hijos, lo cual lograra una solución de conflictos la cual repercute en la esfera social de no ser finiquitada en casa, además de ello se ayudaría al adolescente a tener un balance emocional adecuado el que le permitirá ser una persona con mayor apego a sus padres, respeto a los demás y a cuidar el entorno en el que vive y practica cualquier actividad en conjunto o por su propia cuenta.

## Bibliografía

- Acevedo, Annie, La Buena Crianza, Reflexiones sobre cómo crear con responsabilidad y alegría, Bogotá Colombia, 2008, Págs. 91.
- Adamson, Gladys y Sapia, Pablo. Psicología Social para principiantes, Buenos Aires Argentina, 2005. Págs. 192.
- Baró, Ignacio Martín. Psicología Social de la Guerra, trauma y terapia. UCA, editores. El Salvador, 1990. Págs. 520.
- Bellamy, Carol, Estado Mundial de la Infancia 2005, La Infancia Amenazada, Unicef, Págs. 96.
- Coleman, John.C. y Hendry, Leo.B. Psicología de la adolescencia Edición Morata, Madrid 2003. Págs. 283.
- Freire, Paulo, Centro Editor de América Latina, 1988, Págs. 93.
- Freire, Paulo, Política y educación, Editores siglo veintiuno, Buenos Aires Argentina, año 2001, Págs. 122.
- Gould, Weinberg, Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio físico, 4ta. Edición, Editorial Medica Panamericana, Madrid, España, año 2006, Págs. 600.
- Jiménez Vélez, Carlos Alberto, La Inteligencia Lúdica, Editorial Aula Abierta, año 2005, Colombia, Págs. 230.
- López, Enrique Martín, Familia y Sociedad una introducción a la sociología de la familia, Editores Rialp, S.A., año 2000, España, Págs. 289.
- Marcos del Cano, Ana María, Salud Mental Comunitaria, Madrid, 2012, Págs. 550.
- Martín Mauri, Mónica, Antropología social, desarrollo y cooperación internacional, Editorial UOC, año 2010, Barcelona, Págs. 171.
- Montero, Maritza, Introducción a la Psicología Comunitaria, Paidós Tramas Sociales Argentina 2004. Págs. 144.
- Montero, Maritza, Teoría y Práctica de la Psicología comunitaria, La tensión entre comunidad y sociedad, Paidós Trama Sociales, Buenos Aires 2006. Págs. 201.
- Piñera Sofía y Trigo Eugenia, Manifestaciones de la motricidad, Inde Ediciones, año 2002, Madrid, Págs. 250.
- Repeto, E. Fundamentos de orientación, La empatía en el proceso orientador, 2da. Edición, Morata, año de 1992, Madrid, Págs. 240.
- Reyes Navia, Rosa Mercedes, El Juego Procesos de Desarrollo y Socialización, Contribución de la Psicología, Colombia, 1998, Págs. 240.

Schaffer, H. Rudolph, Desarrollo Social, 2da. Edición, año 2000, México, Págs. 470.

Trigo Eugenia, Creatividad y motricidad, Inde publicaciones, año 1999, Barcelona- España, Págs.157.

Villuendas, Laura Ocaña. Desarrollo Socio afectivo Paraninfo ciclos formativos. Impreso en España, 2011 Págs. 224.

Zapata, Oscar, La aventura del pensamiento crítico, herramientas para elaborar tesis e investigaciones socioeducativas, Págs. 187.

Paginas Consultadas:

<http://www.Escrito por juegostradicionalesaragon/Dra. Andreina Cattani O. /Pediatra. Endocrinóloga/Departamento de Pediatría. Pontificia Universidad Católica de Chile>

<http://www.definicionabc.com/general/concientizar.php#ixzz2frAHeGhF>

<http://definicion.de/carencia/#ixzz2frBI9qFQ>

<http://definicion.de/empatia/#ixzz2frCoFfSV>

# ANEXOS



### **Cuestionario**

**Instrucciones:** Responda a continuación lo que se le plantea

1. ¿Cree que jugando nos hacemos más honestos?
2. ¿Considera que debe estar limpio el lugar donde se juega?
3. ¿Les gustaría jugar más tiempo en estos lugares?
4. ¿Les gustaría que volviéramos a hacer esta actividad?
5. ¿Les gustaría tener un lugar adecuado para jugar?
6. ¿Conocían los juegos tradicionales que les enseñamos?
7. ¿Qué aprendieron con estos juegos tradicionales?