	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 3</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2017-11-16</b>
		<b>PAGINA: 1 de 7</b>

26.

<b>FECHA</b>	miércoles, 6 de junio de 2018
--------------	-------------------------------

Señores  
**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
 BIBLIOTECA  
 Ciudad

<b>UNIDAD REGIONAL</b>	Extensión Soacha
------------------------	------------------

<b>TIPO DE DOCUMENTO</b>	Tesis
--------------------------	-------

<b>FACULTAD</b>	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
-----------------	--

<b>NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO</b>	Pregrado
---	----------

<b>PROGRAMA ACADÉMICO</b>	<b>Ciencias del Deporte y La Educación Física.</b>
---------------------------	--

El Autor(Es):

<b>APELLIDOS COMPLETOS</b>	<b>NOMBRES COMPLETOS</b>	<b>No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN</b>
Sarmiento Alcantar	Marlon Andres	1022985675

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
 Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000  
 www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co  
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad  
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*



**MACROPROCESO DE APOYO  
PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO  
DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL  
REPOSITORIO INSTITUCIONAL**

**CÓDIGO: AAAr113  
VERSIÓN: 3  
VIGENCIA: 2017-11-16  
PAGINA: 2 de 7**

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

<b>APELLIDOS COMPLETOS</b>	<b>NOMBRES COMPLETOS</b>
Rodríguez Naranjo	Hamer Ricardo

<b>TÍTULO DEL DOCUMENTO</b>
Deporte Como Agente Mediador en Procesos de Resiliencia Familiar de Personas en Situación de Vulnerabilidad en Condición de Pobreza

<b>SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)</b>

<b>TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía Profesional En Ciencias Del Deporte y la Educación Física</b>

<b>AÑO DE EDICION DEL DOCUMENTO</b>	<b>NÚMERO DE PÁGINAS</b>
05/06/2018	102

<b>DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)</b>	
<b>ESPAÑOL</b>	<b>INGLÉS</b>
1.Estado	State
2.Educación	Education
3.Familia	Family
4.Deporte	Sport
5.Fútbol	Soccer
6.Pobreza	Poverty

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000  
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co  
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad  
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*



<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 3</b>
<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2017-11-16</b>
	<b>PAGINA: 3 de 7</b>

## RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS

(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

En este trabajo de investigación, se presenta el concepto de resiliencia, (se involucra el significado de resiliencia familiar), vulnerabilidad y deporte, frente a desarrollos actuales y posibles aplicaciones en el campo de la intervención deportiva como mediador de la resiliencia en familias en situación vulnerable en condición de pobreza.

Esta vía reconoce los aportes teóricos y empíricos de campos hasta ahora inconexos. Sin embargo, parece que solo en estas últimas dos décadas ha motivado el interés por parte de la Psicología del Deporte y del Ejercicio. Asimismo, se persigue revisar la aplicación, intervención y aporte del deporte entorno a la resiliencia en el contexto deportivo, con mira a brindar y promover, un enfoque integrador y resumido de los términos y de los efectos de las investigaciones realizadas hasta el momento.

Al mismo tiempo, se muestra la metodología planteada entorno al constructo. Recogemos los alcances prácticos del deporte en procesos que fomentan la construcción de la Resiliencia, fundamentados en la cohesión y el reconocimiento de la importancia de los entornos como: familia, comunidad, sociedad y Estado- en interacción permanente con el individuo. La resiliencia familiar se define como el conjunto de procesos de reparación, recuperación de significados y conductas que activa una familia sometida a estrés para redimir y proteger niveles óptimos de funcionamiento y bienestar, nivelando sus recursos y necesidades familiares.

Como conclusión, esta investigación recalca el deporte en la resiliencia familiar, suministrando estrategias de mediación para la optimización de los lazos afectivos y emocionales en el hogar.

**Abstract:** In this research work, the concept of resilience (involving the meaning of family resilience), sport and vulnerability, current developments and possible applications in the field of sports intervention as a mediator of resilience in families in vulnerable situations and condition of poverty is presented. This research project acknowledges the theoretical and empirical contributions of hitherto unconnected fields. However, it seems that only in the last two decades resilience has been connected to some extent to the Psychology of Sport and Exercise. Likewise, it is intended to review the application, intervention and contribution of sports around resilience in the sport context, with a view to providing and promoting an integrating and summarized approach to the terms and effects of research conducted up to the moment.

The methodology proposed around the construct is shown. We collect the practical scopes of sport in processes that promote the construction of Resilience, based on cohesion and recognition of the importance of environments such as: family, community, society and State - in permanent interaction with the individual.

Family resilience is defined as the set of processes of reparation, recovery of meanings and behaviors that activate a family subjected to stress to redeem and protect optimal levels of functioning and well-being, leveling their resources and family needs.

In conclusion, this research emphasizes sports in family resilience, providing mediation strategies for the optimization of affective and emotional ties in the home.



**MACROPROCESO DE APOYO**  
**PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO**  
**DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL**  
**REPOSITORIO INSTITUCIONAL**

**CÓDIGO: AAAr113**  
**VERSIÓN: 3**  
**VIGENCIA: 2017-11-16**  
**PAGINA: 4 de 7**

Keywords: Resilience, Inclusion, Vulnerability, Sport.

### AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son:

Marque con una "X":

<b>AUTORIZO (AUTORIZAMOS)</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera

Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000  
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co  
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad  
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*



<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 3</b>
<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2017-11-16</b>
	<b>PAGINA: 5 de 7</b>

complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

**NOTA:** (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

**Información Confidencial:**

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI \_\_\_ NO \_x\_.**

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

**LICENCIA DE PUBLICACIÓN**


Diagonal 18 No. 20-29 Fusagasugá – Cundinamarca  
Teléfono (091) 8281483 Línea Gratuita 018000976000  
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co  
NIT: 890.680.062-2



<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 3</b>
<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2017-11-16</b>
	<b>PAGINA: 6 de 7</b>

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).
- b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.
- c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.
- e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los

	<b>MACROPROCESO DE APOYO</b>	<b>CÓDIGO: AAAr113</b>
	<b>PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO</b>	<b>VERSIÓN: 3</b>
	<b>DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>VIGENCIA: 2017-11-16</b>
		<b>PAGINA: 7 de 7</b>

términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el “Manual del Repositorio Institucional AAAM003”

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



**Nota:**

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.



La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
Deporte Como Agente Mediador en Procesos de Resiliencia Familiar de Personas en Situación de Vulnerabilidad en Condición de Pobreza.pdf	Texto
2. Plan de intervención para resiliencia familiar.pdf	Texto
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafo)
Sarmiento Alcantar Marlon Andres	

12.1.50





**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE Y DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**  
**PROGRAMA: CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA EDUCACIÓN FÍSICA**

**DEPORTE COMO AGENTE MEDIADOR EN PROCESOS DE RESILIENCIA  
FAMILIAR DE PERSONAS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD EN  
CONDICIÓN DE POBREZA**

**Requisito para optar por el título de Profesional en Ciencias del Deporte y la Educación Física**

**Nombre del estudiante**  
**MARLON ANDRES SARMIENTO ALCANTAR**

**Asesor**  
**HAMMER NARANJO**

**Soacha**  
**Mayo del 2018**

## Dedicatoria

**A:**

Dios, por permitirme haber llegado hasta este punto y haberme ayudado, iluminado y extendido su mano para conquistar mis objetivos, además de su infinita misericordia, grandeza y amor.

Mi madre Elsy, por darme la vida, apoyarme en todo momento, por sus enseñanzas, por motivarme constantemente, por darme a entender el poder de la fe y por darme una carrera para mi futuro. Todo esto te lo debo a ti.

Mi padre Manuel, por estar conmigo en las buenas y en las malas, por sus ejemplos, por aceptar el reto de mantener una familia unida, por brindarme su cariño, amistad y por su amor.

A mi hermano Harold por permitirme ser su ejemplo, aún más importante, por compartir el gusto hacia el deporte.

A mis maestros, Mg. Yuri Arias Montenegro por su gran acompañamiento, apoyo y motivación, a la Esp. Martha Bernal por su tiempo compartido, al Lic. Víctor Piñeros por apoyarme en su momento y por inspirar el desarrollo de mi formación profesional.

A mis amigos, que me apoyaron en mi formación profesional y que hasta ahora, siguen siendo amigos.

Finalmente a los maestros, aquellos que dejaron su huella en cada etapa de mi camino escolar, universitario; y que me orientaron, ayudaron en asesorías y dudas surgidas en la producción de la tesis.

## **Agradecimientos**

Agradezco a mi madre, padre, hermano, ahijados, compañeros; sin su apoyo incondicional no hubiera sido posible alcanzar un escalón más, en la construcción de mi vida personal y profesional.

Agradezco a todos los deportistas, sus familias y aquellos que formaron parte de este trabajo, que contribuyeron al proceso su saber, su energía, su tiempo, sus tareas, sus palabras.

Agradezco a la Universidad de Cundinamarca sede Soacha, programa Ciencias del Deporte y la Educación Física, porque me inmortalizaron lo importante que es el emprender, para un desarrollo personal y social.

Agradezco a las personas con las que me he encontrado en el campo durante los últimos años, con los que he compartido reflexiones, palabras y conocimientos en el ejercicio de educar.

Quiero reconocer y agradecer muy especialmente a Yuri Arias por enseñarme que la esperanza, pese a todo, nos conduce a un rumbo de transmisión, trascendencia y transformación de saberes, en una construcción de tejido social; donde la memoria es el eje fundamental del cambio para la sociedad, pese a esa ruptura generacional, que ha sido agredida, violentada y abusada en el pasar de los años.

## Contenido

<b>Contenido</b> .....	4
<b>Contenido de tablas</b> .....	6
<b>Contenido de ilustraciones</b> .....	6
<b>Contenido de gráficas</b> .....	7
<b>Contenido de anexos</b> .....	7
<b>Resumen</b> .....	8
<b>Abstract</b> .....	9
<b>Introducción</b> .....	10
<b>Justificación</b> .....	13
<b>Antecedentes</b> .....	16
<b>Planteamiento del problema</b> .....	21
<b>Objetivos</b> .....	24
Objetivo general.....	24
Objetivos Específicos.....	24
<b>Marco Teórico</b> .....	25
Marco referencial .....	25
Resiliencia.....	26
Vulnerabilidad.....	34
Deporte.....	41
Marco legal .....	45
<b>Metodología</b> .....	51

<b>Resultados</b> .....	57
Familia y deporte (1ra clase).....	57
¿Conozco a mis hijos? (2da clase) .....	61
Educar en el deporte (3ra clase).....	72
¿Sabemos comunicarnos? (4ta clase).....	74
Derecho a una autoimagen positiva (5ta clase).....	76
Nuestro tiempo en familia (6ta clase) .....	79
<b>Análisis</b> .....	81
<b>Conclusiones</b> .....	86
<b>Ilustraciones</b> .....	89
Familia y deporte (1ra clase).....	89
¿Conozco a mis hijos? (2da clase) .....	90
Educar en el deporte (3ra clase).....	90
¿Sabemos comunicarnos? (4ta clase).....	91
Derecho a una autoimagen positiva (5ta clase).....	91
Nuestro tiempo en familia (6ta clase) .....	92
<b>Anexo</b> .....	96
<b>Bibliografía</b> .....	97

### Contenido de tablas

Tabla 1 Calendario de actividades .....	55
Tabla 2 Encuesta para padres.....	57
Tabla 3 Encuesta para hijos .....	58
Tabla 4 Encuesta para padres.....	61
Tabla 5 Encuesta para hijos .....	66
Tabla 6 Temáticas de la dramatización.....	77

### Contenido de Figuras

Figura 1 Sistemas y procesos involucrados en la resiliencia frente a contextos de adversidad...	82
---	----

### Contenido de ilustraciones

Ilustración 1 Globitos voladores .....	89
Ilustración 2 La pelota preguntona .....	89
Ilustración 3 Relajando andamos .....	89
Ilustración 4 Grupo participante .....	89
Ilustración 5 Momento de reflexión.....	90
Ilustración 6 El reloj.....	90
Ilustración 7 Visita docente Martha Bernal .....	90
Ilustración 8 La caja mágica .....	90
Ilustración 9 Saludar de formas diferentes.....	91
Ilustración 10 Para dialogar .....	91
Ilustración 11 Abecedario corporal.....	91
Ilustración 12 Futbolistas gateadores.....	92
Ilustración 13 Presentación teatral .....	92
Ilustración 14 La momia .....	92

Ilustración 15 Torre de zapatos.....	92
Ilustración 16 Pasa la pelota .....	93
Ilustración 17 El gordo.....	93
Ilustración 18 Transporta el pin pon.....	93
Ilustración 19 Pista de jabón.....	93
Ilustración 20 El quiebra nalgas.....	94
Ilustración 21 Pesca Sumando .....	94
Ilustración 22 La lleva .....	94
Ilustración 23 Tumba la torre.....	95
Ilustración 24 Tiro al blanco .....	95
Ilustración 25 Apunta y enchola .....	95
Ilustración 26 Encostalados .....	95

### **Contenido de gráficas**

Gráfica 1 Encuesta para padres.....	58
Gráfica 2 Encuesta para hijos .....	59

### **Contenido de anexos**

Anexo 1 Plan de intervención para resiliencia familiar .....	96
--	----

## Resumen

En este trabajo de investigación, se presenta el concepto de resiliencia, (se involucra el significado de resiliencia familiar), vulnerabilidad y deporte, frente a desarrollos actuales y posibles aplicaciones en el campo de la intervención deportiva como mediador de la resiliencia en familias en situación vulnerable en condición de pobreza.

Esta vía reconoce los aportes teóricos y empíricos de campos hasta ahora inconexos. Sin embargo, parece que solo en estas últimas dos décadas ha motivado el interés por parte de la Psicología del Deporte y del Ejercicio. Asimismo, se persigue revisar la aplicación, intervención y aporte del deporte entorno a la resiliencia en el contexto deportivo, con mira a brindar y promover, un enfoque integrador y resumido de los términos y de los efectos de las investigaciones realizadas hasta el momento.

Al mismo tiempo, se muestra la metodología planteada entorno al constructo. Recogemos los alcances prácticos del deporte en procesos que fomentan la construcción de la Resiliencia, fundamentados en la cohesión y el reconocimiento de la importancia de los entornos como: familia, comunidad, sociedad y Estado- en interacción permanente con el individuo. La resiliencia familiar se define como el conjunto de procesos de reparación, recuperación de significados y conductas que activa una familia sometida a estrés para redimir y proteger niveles óptimos de funcionamiento y bienestar, nivelando sus recursos y necesidades familiares.

Como conclusión, esta investigación recalca el deporte en la resiliencia familiar, suministrando estrategias de mediación para la optimización de los lazos afectivos y emocionales en el hogar.

Palabras clave: Resiliencia, Inclusión, Vulnerabilidad, Deporte.



## **Abstract**

In this research work, the concept of resilience (involving the meaning of family resilience), sport and vulnerability, current developments and possible applications in the field of sports intervention as a mediator of resilience in families in vulnerable situations and condition of poverty is presented.

This research project acknowledges the theoretical and empirical contributions of hitherto unconnected fields. However, it seems that only in the last two decades resilience has been connected to some extent to the Psychology of Sport and Exercise. Likewise, it is intended to review the application, intervention and contribution of sports around resilience in the sport context, with a view to providing and promoting an integrating and summarized approach to the terms and effects of research conducted up to the moment.

The methodology proposed around the construct is shown. We collect the practical scopes of sport in processes that promote the construction of Resilience, based on cohesion and recognition of the importance of environments such as: family, community, society and State - in permanent interaction with the individual.

Family resilience is defined as the set of processes of reparation, recovery of meanings and behaviors that activate a family subjected to stress to redeem and protect optimal levels of functioning and well-being, leveling their resources and family needs.

In conclusion, this research emphasizes sports in family resilience, providing mediation strategies for the optimization of affective and emotional ties in the home.

**Keywords:** Resilience, Inclusion, Vulnerability, Sport.

## Introducción

La presente investigación de naturaleza cualitativa, muestra la comprensión y explicación de la resiliencia, la vulnerabilidad desde la pobreza y el deporte; en el ámbito del deporte y la educación física. La pretensión final radica en capturar el significado de la resiliencia familiar en relación a los derechos humanos, civiles y ciudadanos, que en ella existe para cimentar teoría sobre la apropiación que estas áreas disciplinares, como el deporte; han emprendido en torno a la mencionada resiliencia, atacando desde las poblaciones susceptibles las condiciones de vulnerabilidad en la que viven.

En la última década, en Colombia el paisaje es deprimente, los escenarios de vulnerabilidad son impactantes, fruto de la política económica y social dominante como efecto de la globalización de la economía. Según el plan sectorial de educación 2010 – 2014, en palabras textuales, prioriza la Educación de Calidad como el camino para la prosperidad, en razón a la amplia relación entre los procesos educativos del país con el crecimiento, la productividad, la competitividad y la disminución de la pobreza e inequidad.

En Bogotá, Colombia; exactamente en la localidad quinta de Usme, los deportistas necesitan desarrollar las competencias básicas deportivas que les permita vincularse productivamente a la vida social, cultural y deportiva como una forma de mejoramiento de la calidad de vida propia, y del contexto familiar.

Una de las consecuencias sociales, donde el desinterés y la despreocupación de los padres de familia por las actividades deportivas de sus hijos, que realizan cada una de las escuelas o clubes deportivos, que trabajan activamente en la zona, en pro de la conducta motora de sus hijos, puede traer consecuencias sociales mucho más graves, como lo son: el consumo de sustancias psicoactivas, la pertenencia a pandillas o a grupos de barras bravas, la

deserción escolar, el hurto calificado, la violencia intrafamiliar, la prostitución infantil o hasta ser un fletero, entre otros factores.

Para ello, se recogen y se publicitan todo tipo de programas y actividades vinculados a la acción social y al acompañamiento de los deportistas, para poder desarrollar y fortalecer los lazos familiares por medio del deporte, la resiliencia familiar; en busca de la formación de padres e hijos capaces de transformar los procesos de comunicación dentro de su núcleo familiar.

Por tanto, se emplearán actividades lúdicas y deportivas, como lo son: encuentros deportivos, entre padres e hijos, con lo cual se busca aumentar la motivación y la participación en cada uno de ellos, con el fin de interactuar en sociedad, favoreciendo al padre de familia y al deportista; y aprovechando la habilidad que tienen para hacer varias cosas simultáneas en beneficio propio.

Inicialmente se definirá, las dificultades y las circunstancias conceptuales que existen para explicar el grado de importancia de esta investigación. En la segunda se funda un contexto teórico a partir de los conceptos: resiliencia, vulnerabilidad y deporte; e indicadores establecidos en lineamientos – Las Políticas Públicas de Deporte, la Recreación y la Actividad Física en Colombia (COLDEPORTES, 2016).

Dicho contexto proporcionó completar la especulación característica que emana de la aproximación del acceso del deporte a la realidad resiliente e inclusiva de las personas en condición de vulnerabilidad - pobreza (Bravo, Neira y Escobar, 2010). Así mismo, la restitución de los derechos de las personas, como sujetos sociales, con voz y voto, derechos y deberes (Congreso de la República de Colombia, 1991).

Finalmente, se precisa la constante extensión del rol del deporte en la sociedad actual, el interés exclusivo del deporte por las mediaciones en el ámbito de la “resiliencia familiar” y más preciso por la “vulnerabilidad” encaminada hacia la pobreza. Para terminar, se visualizaran las conclusiones que, más que respuestas, son un espacio generador de preguntas. De igual modo están las referencias bibliográficas.

## Justificación

En Colombia el significado del prodigio deportivo a pesar de haber rebasado un valor polisémico: “Deporte para todos”, ha exhibido transiciones en sus cimientos, originando una discordia en su modelo tradicional que lo concebía como un fenómeno social, hasta pasar en este momento a ser un sistema con una mirada cultural.

Perspectiva cultural, desde la cual se asienta la conceptualización del deporte, que se configura desde las conductas organizacionales y el funcionamiento de la sociedad en general. Admitiendo en muchas ocasiones el punto de vista limitante desde el cual el deporte involucra particularmente la producción de campeones, en busca de la medalla o el record, que como estructura jerárquica crea paradigmas interpretativos con facilidades y obstáculos sociales (Cantón, Mayor, & Pallarés, 1995).

Es así como esta investigación parte de la pretensión personal y profesional, por excavar en una figura social orientada hacia los determinantes sociales que median en la resiliencia del ser humano en situación de vulnerabilidad; en condición de pobreza.

Adicionalmente, se espera que este trabajo aporte a una mayor comprensión de las inequidades sociales en relación a la resiliencia y en parte la inclusión, estableciendo efectos de interrelación entre los determinantes sociales que intervienen a través de ideas en quienes practican deporte, tanto a nivel de estructura como a nivel intermedio adentro del contexto deportivo, en garantía para el ejercicio positivo y continuo de los derechos; respondiendo a las necesidades individuales y colectivas como pieza notable de la política pública en el deporte.

De la misma forma, el deporte se convierte en una de las fuentes de expresión a la que tenemos derecho todos los seres humanos tanto mujeres como hombres, con el fin de alcanzar

una equidad desde un enfoque de participación asociado de manera múltiple y compleja con los procesos sociales deportivos.

La investigación que se presenta a continuación surge como consecuencia de la participación y contacto directo con el entorno del fútbol, como entrenador de varias categorías y, posteriormente, como agente inmerso en los procesos de formación deportiva del Club Deportivo Usme.

A partir de ese contacto directo con la realidad de los secretos del desarrollo de los procesos de formación de niñas, niños y jóvenes jugadores, los hábitos y sus costumbres, el desarrollo de las competencias, y en general, el entramado socio afectivo y cultural en torno al cual se funda el fútbol y se desenvuelve el deportista, es lo que constituye el marco de esta propuesta.

De todos los semblantes que se conectan en el desarrollo de los procesos de iniciación y formación de los jóvenes jugadores, digno a mi ascendencia en el cultivo de la Educación Física, aquellos que llamaban más mi atención eran referidos a los procesos de enseñanza-aprendizaje, y a los agentes actores del mismo, esencialmente del triángulo directo que en él emerge: entrenador – deportista – padre de familia, donde se pretende fortalecer los lazos afectivos.

Partiendo de esta preocupación, tras pocos años inmerso en el entrenamiento y la competición en el fútbol dentro de su contexto, el del Club Deportivo Usme, de la localidad quinta de Bogotá, en el que se ha estudiado un cambio que fuera más allá de la orientación competitiva y resultadista de este deporte, propugnado por el acompañamiento de los padres y por la mayoría de los sectores sociales con papeles protagonistas del deportista, como lo es el ámbito familiar.

Como señala Vegas, G (2006), cada uno de estos principios, en rara ocasión tiene fiel reflejo en la realidad que nos encontramos día tras día, surge la oportunidad y la preocupación de comenzar una experiencia en la que los procesos socio afectivos y la necesidad de que los jugadores trasciendan más allá de los aspectos meramente formativos y competitivos, donde los niños, niñas y jóvenes sean los principales protagonistas de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo los entrenadores los mediadores en la causa de afianzar los lazos sociales con los padres de familia (Vegas, 2006).

Partiendo de esa preocupación primordial, por un lado, echar de ver el estado actual de la implementación de la escuela de padres en el área deportiva, para posteriormente aplicar, en el Club Deportivo Usme, una estrategia basada en la implicación afectiva del jugador en el hogar, involucrando a los padres de familia, quienes se mostrarán dispuestos al desarrollo de la experiencia que vamos a presentar a continuación.

## **Antecedentes**

El interés investigativo emana a partir de la experiencia de práctica docente formada en el Club Deportivo Usme, la vivencia llevó a observar en los grupos de entrenamiento, de las categorías establecidas, que una de las dificultades que se presenta en los entrenamientos es la constante falta de acompañamiento, el interés, el apoyo afectivo y emocional, de los padres hacia sus hijos, y viceversa.

Se identifican comportamientos y actitudes inadecuadas por parte de los padres e hijos, en este caso deportistas, como son el interés por las actividades del otro, el emocionarse por los logros del otro, la falta acompañamiento, hablar entre padres e hijos durante las practicas, el compartir los gustos del otro, y otras; esto trae ciertas dificultades para forjar un ambiente cálido y propicio en los núcleos familiares.

Dicho lo anterior, el Club Deportivo Usme, se encuentra ubicado en el Parque Presa Seca Cantarrana, entre los límites de la localidad de quinta “Usme”, por los barrios Brazuelos y Santa Inés; y la localidad diecinueve “Ciudad Bolívar”, por el barrio Santo Domingo; precedidas y separadas por el cuerpo de agua El Piojo, una de las extensiones hídricas de la cuenca del río Tunjuelo.

Todavía cabe señalar, que el Club trabaja y acoge a niños, niñas y jóvenes de 4 a 18 años, de barrios aledaños, de la zona rural y urbana, entre estratos uno y dos, en situaciones de vulnerabilidad urbana y rural (física y social), debido a factores físicos, ambientales, económicos, sociales, políticos, educativos, institucionales, ideológicos y culturales. A causa de ello, el Parque Cantarrana es el único entorno ecológico y deportivo en donde se reúnen personas, comunidades, colegios, entidades, fundaciones, organizaciones y escuelas



deportivas, para la práctica, interacción o esparcimiento de los diferentes grupos poblacionales que allí se albergan.

Así pues, la población a la cual se va a intervenir, presenta características determinadas según la situación socioeconómica y la composición morfo fisiológica que presenta. Son niños y jóvenes, entre hombre y mujeres, de estratos uno y dos, desplazados por la violencia, hijos de familias separadas, víctimas de violencia intrafamiliar y trabajadores forzados, pertenecientes a grupos étnicos como lo son: indígenas, raizales y negritudes; sin limitaciones físicas. En su mayoría son de somatotipo mesomórfico, con capacidades y habilidades sicomotrices limitadas, de familias numerosas y disfuncionales, económicamente inestables, con viviendas en sectores favorables y desfavorables, de fácil y difícil acceso, escolarizados y de gran vulnerabilidad.

Si bien es cierto, en Bogotá D.C, capital de Colombia, no existe una idea clara del uso del deporte como agente mediador para hacer resiliencia familiar, en poblaciones vulnerables, como lo es la categoría de la pobreza. Es claro, que nuestro país no escapo al aumento globalizado de la pobreza en América Latina, comprobado en las últimas décadas, sin embargo, ha sido insuficiente los progresos respecto a la resta de la misma (Unicef, 2004).

Asimismo, relacionado al crecimiento de la pobreza, se ha elevado la vulneración de derechos fundamentales como lo es el derecho al deporte, estipulado en la Ley 181 de 1995, siendo este del tipo que repare los umbrales mínimos de esparcimiento, ocio y aprovechamiento del tiempo libre (Congreso de Colombia, 1995).

Así, la población colombiana, en su mayoría, está por debajo de rangos mínimos, tales como ambientes esenciales, sobrevive en situaciones de pobreza absoluta, con los constantes peligros sociales que atacan e impiden, de una u otra forma, al ser humano participar de

escenarios y entornos deportivos alternativos, con el fin de aportar a su desarrollo integral y personal como individuo libre e igual ante la ley, según la Constitución Política de Colombia (Congreso de la República de Colombia, 1991).

La reciprocidad entre pobreza y deporte se hace cierto en tanto que la primera es la principal causa de la segunda, por tanto que, la extrema pobreza en que viven un sinnúmero de personas en el mundo, en Colombia y, específicamente, en Bogotá, imposibilitan, a un sinnúmero importante de personas, satisfacer necesidades secundarias como la participación en ambientes y eventos deportivos de sano esparcimiento, vitales para el desarrollo de competencias físicas, intelectuales, sociales y afectivas.

Como consecuencia, millares de niños y niñas se encuentran expuestos a numerosas enfermedades, peligros e, incluso, la muerte; trance que deben afrontar a diario. Un ejemplo claro de ello fue, como coinciden Extremera, Durán, & Rey, 2010; E. Gómez & Kotliarenco, 2011; Puerta & Vasquez, 2012; Secades et al., 2014:

El estudio de Werner con 500 niños de Hawai, encontrando que una tercera parte de ellos, a pesar de vivir con padres alcohólicos y estar sometidos a distintas situaciones de estrés, lograron salir adelante y se construyeron como personas la posibilidad de un futuro. (Extremera, Durán, & Rey, 2010; Gómez & Kotliarenco, 2011; Puerta & Vasquez, 2012; Secades et al., 2014)

Abordar esta problemática, demanda reflexionar unas concepciones elementales, entre las que se hallan la resiliencia, y el deporte en el marco de la Inclusión social, la vulnerabilidad en condición de pobreza; los cuales atienden el foco conceptual que sitúa el estudio del presente trabajo investigativo.

En efecto, el abordaje, con respecto al deporte como instrumento de resiliencia “asociada a la presencia de factores protectores que amortiguan los efectos adversos de golpes físicos y/o emocionales” (Extremera, Durán, & Rey, 2010, p.67) e inclusión en población vulnerable en situación de pobreza; debe imaginarse no sólo desde la perspectiva de la escasez de recursos, sino también desde una mirada más integral, una que dé cuenta de las dificultades estructurales, tales como la pobreza, la distribución de ingresos, acompañada por falta de infraestructura e insumos adecuados, entre otras, que ocasionan el vacío con respecto a la práctica deportiva .

Se trata entonces, de establecer cuáles pueden ser los componentes que se atañen con las políticas de inclusión social y las variables que no suelen ser apreciadas y que crean una valiosa huella sobre esos factores. Los elementos presentados en el marco conceptual insinuado arriba son; factores estructurales, cuyo inicio es socioeconómico; factores afines con la participación activa del individuo en deporte y; factores individuales, que son consecuencia de la inestabilidad e inseguridad sociales.

De esta manera, más que una dificultad de oferta deportiva, la resiliencia familiar está unida a los niveles de pobreza y a la desinformación; esto es aún más cierto en un país como Colombia caracterizado por las grandes desigualdades y la alta exclusión social. Así, el enfoque de derechos y deberes, implica que el Estado, a su vez, despliegue una intervención más integral, pedagógica y formativa, encauzada a cambiar costumbres y hábitos, dado que, según Bautista, Niño y Toledo, “existen una serie de factores y sesgos tales como: la edad, el sexo, el tipo de actividad, el embarazo, la lactancia, estereotipos y prejuicios regionales y culturales que influyen en la capacidad de los individuos para nutrirse y que no se pueden ignorar en la formulación y ejecución de las políticas” (Ramos, 2006).

En este ámbito situacional se demuestra la contrariedad estructural de la resiliencia familiar, la inclusión social y el deporte, cuyos efectos intentan poner en claro la política del deporte en Colombia. De esta manera, se identifica que el deporte es sujeto e instrumento y resultado de resiliencia e inclusión. Estas atenciones comprueban y afirman la necesidad de que el Deporte como Trabajo Social registre y examine la forma cómo se desenvuelve la Resiliencia e Inclusión Social en funcionamiento del deporte, escrudiñando a cerca de las nociones y acciones que la posibilitan (Fernández Gavira, 2007).

## Planteamiento del problema

Se ha buscado diversas estrategias para hacer que el deporte posibilite abordar otros aspectos como la salud, el tiempo libre, el fomento de valores éticos y sociales, entre otros muchos, por ello, se habla del deporte en campañas de salud pública y se incluye en diversos programas de recreación.

En cuanto los aspectos sociales, se ha buscado que el deporte sea un mecanismo para llevar a cabo procesos de resiliencia familiar. Este diseño pretende ver cómo el deporte puede ser una herramienta importante para superar situaciones adversas e incluir a las poblaciones que se encuentra en un estado de vulnerabilidad social. Teniendo en cuenta que el deporte no transmite valores por la práctica misma, sino que esa transmisión tiene que ver con los recursos que utilizan los docentes y los modos de participación en la orientación de las prácticas deportivas.

Por otro lado, a pesar de atribuírsele al deporte tantos beneficios físicos, psicológicos y sociales; puede ser usado en distintas facetas de la vida, ya sea en el trabajo, los quehaceres diarios, las relaciones familiares y por ende en el deporte. De igual manera, se busca algunas propuestas encaminadas a hacer resiliencia familiar desde las emociones y el sentir en la práctica físico-deportiva, a la vez que pretendemos una mayor atención para el deporte, puesto que, son espacios especialmente apropiados para instaurar al individuo como ser social.

A partir de lo anterior, al presentarse situaciones adversas, el ser humano ha sido capaz de enfrentar obstáculos en su vida; superándolos y afrontándolos. También, al encontrarse predeterminado por sus genes o su infancia, o por su fortaleza física, mental y emocional; se ha ocupado activamente de asumir los momentos y situaciones difíciles, a pesar de que

entiende que las cosas muchas veces no son como nos gustaría que fuesen, sino como son, y se deben aceptar como tal. Por lo tanto, la resiliencia se puede desarrollar mediante la práctica, desde la cual se puede preservar y mantener la concentración sobre el objetivo; poniéndose en manifiesto las redes de apoyo frente a las diferentes situaciones adversas que se presentan durante la vida del deportista.

Cabe destacar, que las situaciones que desafía el ser humano no siempre van a ser como se esperan, porque la vida está sujeta cambios llenos de sorpresas, y no todas ellas pueden llegar a ser favorables; es así como existen sorpresas que logran desmoronar el ánimo. Refirmando lo dicho, la resiliencia es un mecanismo fundamental para triunfar en la vida, para sentirse seguro, y para volver a iniciar si fuera necesario.

Asimismo, el ser resiliente es tener la capacidad de hacer frente a las adversidades de la vida. Visto desde el deporte, es transformar el dolor en fuerza motora, para sobresalir y emerger fortalecido en dichas situaciones o experiencias. Entonces, una persona resiliente, entiende que es contractura de su propia vida y su propio destino. Con base a lo dicho, la resiliencia no es un talante que la gente tiene o no tiene; son conductas, pensamientos y acciones, que consiguen ser asimiladas y perfeccionadas por cualquier individuo, siendo esto un proceso propio donde la persona consigue adaptarse a cualquier calamidad, trauma, desdicha, amenaza, hasta experiencias o vivencias de tensión significativa.

La construcción de una resiliencia para la sociedad y el deporte a partir de la declaración de la diversidad colocan de manifiesto los elementos sociales, políticos y económicos que encausan la misión resiliente de las personas en el ámbito deportivo y admite la transformación de la sociedad colectiva, como agente de cambio e impulso, planteándose entonces la siguiente pregunta de investigación:

Desde el planteamiento del problema anteriormente expuesto se aborda la siguiente pregunta problema: ¿Cómo el deporte posibilita la resiliencia familiar en contextos de vulnerabilidad y condición de pobreza?

## Objetivos

### Objetivo general

Analizar el proceso de resiliencia familiar a través de la práctica deportiva del fútbol en el club deportivo USME con personas en situación de vulnerabilidad en condición de pobreza.

### Objetivos Específicos

- Mostrar la función del deporte como medio para fomentar la resiliencia familiar en personas en situación de vulnerabilidad, en condición de pobreza.
- Identificar las acciones que imposibilitan que los padres de familia como figuras esenciales, promuevan la resiliencia familiar a través del deporte.
- Desarrollar actividades lúdicas y deportivas que aporten a la resiliencia familiar, frente a cada uno de los vínculos afectivos en los núcleos familiares.



## Marco Teórico

### Marco referencial

Como consecuencia, abordar esta problemática, demanda reflexionar unas concepciones elementales, entre los que se hallan las situaciones de vulnerabilidad y la disfuncionalidad familiar, lo cual lleva consigo el desinterés y el no acompañamiento de los padres en cada una de las actividades que organizan y ejecutan las personas u organizaciones a la cual pertenece y participa activamente los niños, niñas y jóvenes. Así, el deporte en el marco de los lazos afectivos entre los grupos familiares, los cuales se atienden en el foco conceptual que sitúa el estudio del presente trabajo investigativo (Garrido, M.E.; González, G.; Romero, 2010).

En efecto, el abordaje, con respecto al deporte como instrumento para el fortalecimiento de los lazos afectivos familiares y sociales, más exactamente en el fútbol; y el fomento de la resiliencia familiar en personas en situación de vulnerabilidad en condición de pobreza; debe imaginarse no sólo desde la perspectiva de la escasez de recursos, sino también desde una mirada más integral, una que dé cuenta de las dificultades estructurales, tales como el interés de los padres, la comunicación en el hogar, y en la relación afectiva en el núcleo familiar; acompañada por falta de espacios, entornos adecuados, personas resilientes, entre otras, que ocasionan el vacío con respecto a las relaciones afectivas de las familias enfocadas hacia la práctica deportiva.

Se trata entonces, de establecer cuáles pueden ser los componentes que se atañen con a resiliencia familiar, los lazos afectivos y las variables que no suelen ser apreciadas y que crean una valiosa huella sobre esos factores. Los elementos presentados en el marco conceptual insinuado arriba son; factores estructurales, cuyo inicio es socioeconómico;

factores afines con la participación activa del individuo en deporte y; factores individuales, que son consecuencia de la inestabilidad emocional y la inseguridad social.

De esta manera, más que una dificultad de oferta deportiva, la falta de acompañamiento e interés está unida a factores sociales y a la desinformación; esto es aún más cierto en un país como Colombia caracterizado por las grandes desigualdades y la alta exclusión social. Así, el enfoque de derechos y deberes, implica que el Estado, a su vez, despliegue una intervención más integral, pedagógica y formativa, encauzada a cambiar costumbres y hábitos, dado que, según Castillo, Vidal y Vegas, “existen una serie de factores y sesgos, cuya finalidad se enfatiza en entender la percepción que los deportistas tienen de sus padres y de la participación de éstos en el deporte (Castillo, 2015; Vegas, 2006; Vidal, 2015).

En este ámbito situacional se demuestra la contrariedad de la situación familiar-social y el deporte, cuyos efectos intentan poner en claro la situación actual de la influencia de los adultos en el deporte Colombiano. De esta manera, se identifica que el deporte es sujeto e instrumento y resultado de la coacción afectiva entre las familias (resiliencia familiar). Estas atenciones comprueban y afirman la necesidad de que el Deporte como Trabajo Familiar y Social registre y examine la forma cómo se desenvuelve en los grupos familiares, escrudiñando a cerca de las nociones y acciones que la posibilitan (Quesada, 2003).

### **Resiliencia.**

Como punto de partida, el concepto de resiliencia surge a partir del campo de la psicología. Así pues, para los psicólogos la resiliencia es entendida como una respuesta que se adecua cuando un individuo sufre situaciones adversas o de peligro (Piña, 2015). Igualmente, la resiliencia se considera como “una historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se

ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo; además, implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad frente a futuros estresores” (Extremera, Durán, & Rey, 2010, p.65).

Las raíces de la resiliencia, se originan del latín, en el término resilio, que simboliza el volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. Desde su evolución, este concepto no solo es aplicado a la capacidad de una persona, sino también a la capacidad de la sociedad de afrontar debidamente los trances en una forma socialmente aceptable. Algunos autores, manifiestan que en la actualidad no se debe definir la resiliencia como “una habilidad individual para mantener, relativamente estable, los niveles de funcionamiento y competencia de la salud física y psicológica, o experimentar una adaptación positiva una vez ha pasado la exposición a una adversidad significativa” (Secades et al., 2014, p.84); sino también, como:

Una cualidad que se adquiere de forma natural a lo largo del desarrollo, en función de procesos sociales e intrapsíquicos, formando parte, por tanto, de un proceso dinámico multifactorial y global que conlleva adaptarse a las circunstancias del entorno con las que los sujetos se enfrentan. (Secades et al., 2014, p.84)

La resiliencia ha recolectado un gran interés en los últimos años y poco a poco se ha transformado en una palabra popular, que ha sido utilizada y encauzada a un sinnúmero de contextos y escenarios sociales, que han permeado al individuo en su quehacer diario. Este término también es usado en otras disciplinas e ingenierías como la medicina, la física, la ingeniería civil, metalúrgica, la ecología, la sociología, el derecho, la psicología, y en este caso en particular el deporte.

“La resiliencia es una característica que puede aparecer como producto de una interacción positiva entre el componente personal y ambiental de un individuo pero también

como una forma para poder responder ante situaciones de conflicto” (Trujillo, 2003, p.6). “En la actualidad, lo más preciso es afirmar que resiliencia es una noción transdisciplinaria que abarca un abanico disciplinario que se extiende desde la biología celular hasta la sociología” (Bretón, Zurita, & Cepero, 2016, p.80).

A pesar que la resiliencia pretende promover procesos que impliquen al sujeto y su entorno social, ayudándolo a sobresalir frente a situaciones y condiciones y, a tener una mejor calidad de vida (Extremera et al., 2010); presentada de acuerdo a la capacidad, proceso y resultado, frente a características propias individuales y colectivas de la sociedad, la cual integre en su máximo exponente, las acciones sociales, culturales y deportivas, en un marco en el que interactúen las personas sin ninguna restricción o pugna, referente a su accionar como sujeto activo de la sociedad.

De lo anterior, la promoción de la resiliencia en Colombia, también ha sido abarcada e intervenida desde el deporte como agente mediador, en función de su fácil acceso para mitigar los problemas más comunes que afectan a las personas, de forma más directa, las que presentan situaciones de vulnerabilidad en condición de pobreza, lo cual impide la accesibilidad a los recursos personales y ambientales de que disponen los individuos, sus familias y la comunidad.

Cabe aclarar, que la resiliencia y la vulnerabilidad son polos opuestos. La vulnerabilidad se refiere a extender la posibilidad de una consecuencia negativa, típicamente como una derivación de la exposición de riesgo; mientras que la resiliencia se describe a evadir los problemas coligados con ser vulnerable (Becona, 2006; Puerta & Vasquez, 2012). En este sentido, nace la competencia y la autoestima como factores determinantes de

afrontamiento, en la que el joven supere los efectos negativos del riesgo, siendo estos cualidades que ayudan a superar la adversidad (Axmann, Tosello, & Macchiotti, 2009).

En relación con las implicaciones de la resiliencia y la vulnerabilidad; el deporte, desde el ámbito de la psicología deportiva, como bien lo resaltan algunos autores, se refiere a “la capacidad de afrontar, resistir y superar la adversidad con más recursos y mejores resultados que la mayoría de las personas” (Chiva, 2017, p.1).

En este caso, la resiliencia es importante en el ambiente deportivo, gracias a que permite al deportista de alto rendimiento o amateur, superar las adversidades, y de esta forma poder alcanzar y mejorar su rendimiento. Además, le permite establecer y construir en diferentes ambientes, como lo es el social, cultural y familiar, teniendo en cuenta que en este último, el deportista puede por medio del deporte reparar el rol activo, a partir del proceso interactivo, en un desarrollo más sano y positivo, en reciprocidad de la capacidad de conocer y reconocer las fortalezas, debilidades, límites y posibilidades, de cada uno de los miembros que conforman su núcleo familiar.

Por último, se puede decir que este componente, aduce a la “resiliencia familiar”, en donde se revisa los antecedentes históricos, desarrollos actuales y posibles problemáticas, de tensión familiar, que de una u otra forma, han generado el desinterés, la falta de acompañamiento, o simplemente el hecho en la ruptura de comunicación dentro de los hogares.

Sobre el asunto, “la resiliencia familiar se define como el conjunto de procesos de reorganización de significados y comportamientos que activa una familia sometida a estrés para recuperar y mantener niveles óptimos de funcionamiento y bienestar, equilibrando sus recursos y necesidades familiares” (E. Gómez & Kotliarenco, 2011, p.103).

En este camino, no podemos dejar de lado, la problemática que se ha generado frente a la inclusión de niños, adultos, familias y comunidades, que lidian en su diario vivir con adversidades y exclusiones que ponen a prueba sus capacidades y recursos, los cuales limitan, traumatizan o incluso destruyen el desarrollo humano, perjudicando la restitución de los derechos como agentes activos, pertenecientes a un Estado, que debe combatir la desigualdad e inequidad.

Para tal efecto, la inclusión es entendida como un cumulo de principios de una sociedad, en búsqueda del progreso, que orientan el modo en que esta actúa y regula las relaciones entre sujetos, grupos, comunidades y organizaciones sociales. Es así, como se sitúa la inclusión como un fin adherido a la exclusión y a la vulnerabilidad, que se formula de carácter específico por medio de programas y proyectos en contextos sociales definidos (Gomà & Giménez, 2003), como es el caso de la resiliencia y el deporte.

A ese respecto, se infiere que la inclusión social en relación a la resiliencia, es un proceso que es direccionado exclusivamente a la sociedad y al medio, como mecanismo de transformación de las situaciones de la vida y adaptación a las necesidades de todas los individuos y a las relaciones personales entre ellas (Lázaro, 2007).

Frente a esto, numerosos gobiernos, en este caso el gobierno Colombiano, han elaborado estrategias y fuertes medidas, desde diferentes disciplinas, pero que no han sido tan eficientes para solventar el problema; notoriamente, no son todos los gobiernos porque ha ocurrido que algunos gobiernos han contribuido eficientemente en cuanto para erradicar y combatir la resiliencia, la exclusión y la desigualdad; y que a su vez han conferido o cedido un sendero a la estabilidad de la inclusión social (Arias, González, Gelvez, & Melo, 2012).

Por un lado, “la Inclusión en cohesión con la resiliencia, ante una realidad de vida, significa contener una cosa en otra”, y como un verbo que revela la capacidad de los seres humanos para generar vínculos con los otros y consigo mismo, que nos lleva a reconocer a los demás en su diferencia y hacer de ese reconocimiento un encuentro vital. Incluye, también, una fuerza de doble vía, es decir: de los sujetos y el Estado a la sociedad como el Estado hacia los sujetos” (Ramos, 2006; pag. 50).

Sin embargo, en Colombia con este arduo y largo proceso de resiliencia, la comunidad se ha venido sumando y entusiasmando con el simple hecho de poseer significativamente un goce de soporte, cuidado y ayuda, que ha sido construido e ideado cuidadosamente y transportado a las vivencias de cada persona, con el fin de obtener un logro necesario, en el cual, la participación del Estado colombiano, las organizaciones sociales, la comunidad, la familia y el mismo individuo, garanticen un marco resiliente incluyente deportivo de todos para todos.

Por otro lado, la resiliencia es el proceso de cambio de las personas, familias, comunidades e incluso regiones, de manera que participen social, económica y políticamente, tanto de forma pasiva (beneficios y oportunidades) como activa (mecanismos y procesos de decisión comunitaria) (Gómez & Kotliarenko, 2011; Puerta & Vasquez, 2012; Trujillo, 2003).

Como conclusión, aunque Colombia sigue siendo un país con importantes recursos humanos, naturales, físicos, geográficos y culturales, aptos para crear sólidos procesos de desarrollo, y que por lo habitual tienen que ver con suministrar a esos sectores desamparados y excluidos con todos aquellos acervos necesarios para poder desenvolver un estilo de vida digno y estable.

Así pues, las políticas aplicadas o las propuestas de desarrollo promovidas en el pasado no han permitido fortalecerlos ni aprovecharlos favorablemente. Entonces, la resiliencia frente a la inclusión y el deporte puede significar asegurar trabajo, salud, hogares dignos y seguros, educación, seguridad e incalculables otras cosas que socorren a que toda la sociedad se desenvuelva de forma armónica y ordenada.

En otras palabras, la resiliencia debe inferir y pensarse desde un punto que el que se abarque las diferentes perspectivas sociales; desde las comunidades étnicas hasta los individuos en condiciones de discapacidad, contribuyendo de manera positiva a la sociedad por parte de cada uno de los miembros, acogiendo y abordando las carencias, necesidades y debilidades de todo tipo: afectivas, de conocimiento y habilidades sociales y laborales, de servicios educativos y de salud, de oportunidades de trabajo y de orientación personal.

En este sentido, la inclusión social tiene un sentido similar a la resiliencia, gracias a que busca reconocer en cada uno de los distintos grupos sociales, el valor que existe en cada diferencia, el respeto a la diversidad, y el reconocer a un tercero vulnerable, el cual cuenta con necesidades específicas que obligan a ser saciadas para que pueda vivir en condiciones de igualdad y regocijarse de sus derechos fundamentales que el Estado le confiere.

De esta manera, se imagina a la Inclusión como la capacidad del Estado y de la sociedad para fundar las realidades materiales, que aprueben a los habitantes ser parte de una sociedad y de una estructura Social que responde a sus derechos de forma integral (Arias et al., 2012); por lo tanto, la Inclusión Social se concibe como el reconocimiento que el Estado colombiano hace del ciudadano como sujeto de derechos y que reclama un conjunto de compromisos como fiadores de los mismos (Colombia, 2014).



Se aclara que la definición anterior, parte de la base que ser incluido no solicita ser igual o similar a los restantes a quienes se agregan, sino que tiene como anclaje la evidencia de que lo único acostumbrado entre los seres humanos son sus diferencias, y que ellas, remotamente no han de ser obstáculo, son un inicio vital de enriquecimiento.

Como contestación al reconocimiento de que hay excluidos en la sociedad, la noción de inclusión social se despliega en necesidad a inmiscuirse rápidamente para protegerlos. De la misma forma los autores Ainscow, Booth y Dyson (2006) citados por Bravo, Neira y Escobar (2010) señalan que la inclusión de los centros educativos comprende dos métodos adicionales, por un lado, involucra minimizar las barreras del aprendizaje y la aportación de todos los escolares y por otro, acrecentar la capacidad de las escuelas para responder a la diversidad que se halla en sus grupos locales (Bravo, Neira y Escobar, 2010).

Se atañe, que la resiliencia debe razonarse desde un punto que englobe los diferentes enfoques sociales; desde los grupos étnicos hasta las personas con discapacidad. Desde la perspectiva educativa, la inclusión nos permite acceder al conocimiento, aprender técnicas y desarrollar las habilidades y la confianza para moldear y transformar las comunidades.

Es necesario debatir y hablar de inclusión porque existe discriminación, exclusión y segregación de ciertos seres y comunidades humanas, en categóricos contextos y por varias razones, entre otras, la raza, realidad económica, clase social, origen étnico, idioma, religión, sexo, orientación sexual y aptitudes o habilidades. El mostrarse de acuerdo que los seres humanos son diferentes incumbe asumir una postura en la que todos los individuos poseen el mismo valor resiliente, libremente de sus características, su forma de pensar y de ser en el mundo (Nacional, 2013).

Por eso, la invitación que hace se hace desde la resiliencia, se sitúa en abordar las carencias de todo tipo: afectivas, de conocimiento y habilidades sociales y laborales, de servicios educativos y de salud, de oportunidades de trabajo y de orientación personal. El objetivo es restablecer los lazos afectivos y alcanzar la inclusión plena y la oferta es forjarlo de carácter colectivo, fortificando los tejidos personales, institucionales, comunitarios y sociales.

En ese arduo y largo proceso de resiliencia enlazada a la inclusión, el deporte y la vulnerabilidad; la comunidad goza de un título significativo de soporte, de cuidado, de ayuda, que debe idearse esmeradamente y transportarse a la experiencia con perseverancia y respeto por las personas. Para que tenga éxito, se debe cohesionar y estructurar las redes existentes entre los actores, ligando a los agentes necesarios para ganar una solución completa donde participe el Estado, las organizaciones civiles y sociales, la comunidad, la familia y el individuo.

Llama la atención, y para terminar, citar el concepto que genera el MIN (Ministerio de Educación Nacional), frente a la resiliencia familiar, entendida como “El enfoque de resiliencia plantea que todas las familias, los niños y las niñas son capaces de recuperarse y salir adelante pese a soportar un estrés o profundo dolor, gracias al fortalecimiento de los vínculos afectivos" (Ministerio de Educación Nacional, 2018).

### **Vulnerabilidad.**

Condiciones de vida precarias conllevan a situaciones que limitan el acceso a los recursos socioeconómicos del Estado. Por ende, se puede establecer e identificar colectivos vulnerables en relación a la estratificación social. Así pues, la vulnerabilidad en situación de

pobreza se remite a las diferencias y desigualdades entre grupos, así como las pericias socioeconómicas.

El concepto de vulnerabilidad, desde sus diversos alcances como en los contextos en los cuales concurre, como lo expresa Gómez, López, y Tandeoy (2013); “se mancomuna a expresiones como “daño”, “herida”, “fragilidad”, “indefensión”, “desamparo”, “debilidad”. Es una condición de riesgo, que implica ausencia de condiciones que posibilitan la realización de una vida con dignidad” (A. Gómez, López, & Tandeoy, 2013).

Así pues, como lo indica Bravo, Neira y Escobar (2010), la vulnerabilidad es definida:

Regularmente la vulnerabilidad es vista como una situación producto de la desigualdad que, por diversos factores históricos, económicos, culturales, políticos y biológicos (agentes cognitivos, físicos, sensoriales, de la comunicación, emocionales y psicosociales), se presenta en grupos de población, impidiéndoles aprovechar las riquezas del desarrollo humano y, en este caso, las posibilidades de acceder como por ejemplo al servicio educativo. (Bravo, Neira y Escobar, 2010).

Entonces, no solo debemos entender la vulnerabilidad como un estado de apuro, inseguridad, problema o amenaza; al contrario, se debe entender como coincide Rodríguez (2001): “La vulnerabilidad debe ser entendida como un conjunto de características que generan debilidad, desventajas o problemas para el desempeño, movilidad e integración social de los agentes sociales y que actúan como un freno para la adaptación de los mismos a los cambiantes escenarios sociales” (Rodríguez, 2001).

Abrir los ojos a estas inmediaciones, permite dimensionar la vulnerabilidad desde distintos y diferentes espacios en un marco perceptivo y contextual, en el cual se capta el

ámbito económico, político y social. Así por ejemplo, entendiendo que la vulnerabilidad desde su esencia y el punto desde el cual se observe, es compleja y multicausal, gracias a que incluye aspectos analíticos, no solo desde el individuo como agente activo, sino también desde lo grupal o comunal, debido a que presenta características y realidades económicas, políticas, culturales y ambientales en la sociedad.

Según el Ministerio de Educación Nacional (Kim, 2007; Vélez, 2005), la categorización de la población en condición de diversidad y en situación desfavorecida, se establece a partir de los principios de vulnerabilidad (refiriéndose específicamente a poblaciones que presentan las siguientes condiciones) y el grupo poblacional:

- Institucionales:
  - ✓ Poca o nula presencia del o en el Estado o imposibilidad de acceso a los servicios que éste debe prestar.
  - ✓ Carencia de un desarrollo institucional en las escalas local y regional que atienda las necesidades básicas de las poblaciones.
  - ✓ Dificultades de comunicación y relaciones de dependencia y desequilibrio con la economía de mercado.
  - ✓ Asentamientos en zonas de difícil acceso y de alto riesgo, rurales dispersas o urbano marginales.
- Ambientales y del entorno:
  - ✓ Ausencia de manejo sostenible del medio ambiente, deterioro de ecosistemas por fenómenos de extracción indiscriminada de recursos naturales.
  - ✓ Presencia de cultivos ilícitos que degradan los ecosistemas, intensificando todo tipo de problemas económicos, sociales y culturales.

- ✓ Presencia de condiciones de extrema pobreza.
- ✓ Expansión de situaciones de violencia armada y desplazamiento forzoso. Para

zonas de frontera, factores como la

- Salud:

- ✓ Problemas graves de seguridad alimentaria.
- ✓ Problemas de desnutrición y anemia.
- ✓ Altos índices de mortalidad, que afectan especialmente a niños y niñas, mujeres y

ancianos.

- Culturales:

- ✓ Situación de discriminación o riesgo de extinción no sólo en términos biológicos,

sino sociales y culturales.

- ✓ En el caso de las poblaciones étnicas, la vulnerabilidad está relacionada con las

afectaciones a la integridad y a la capacidad de pervivir, transformar condiciones de vida y

lograr legitimidad en su interacción con el resto de la sociedad, sin perder su cohesión,

autonomía e identidad.

- Educativas:

- ✓ Bajos índices de escolaridad.
- ✓ Dificultades frente a los procesos de aprendizaje.

- Grupo poblacional:

- ✓ Poblaciones étnicas.
- ✓ Población con necesidades educativas especiales.
- ✓ Población víctima.
- ✓ Población desmovilizada.

- ✓ Habitantes de frontera.

Analizando las características de la población de riesgo, nos damos cuenta de que suele haber condicionantes en sus contextos de referencia, que repercuten negativamente en su realidad actual, así, por ejemplo, si analizamos la realidad en la que se encuentran inmersos, a menudo presentan características comunes:

1. La precariedad económica grave.
2. La preparación laboral insuficiente.
3. El desarrollo psicológico.
4. El Apartamiento social.
5. El alto grado de pasividad e inhibición.
6. La carencia de proyectos de futuro.

Teniendo en cuenta estas definiciones, se avista que la noción mundial y generalizada de la concepción de vulnerabilidad, se encuentra unida y arraigada a la pobreza, desde el déficit que se presenta en el “desarrollo humano”, sobre el bienestar humano. En esta perspectiva, en relación al deporte, como capacidad y habilidad del ser humano en movimiento, Sen (citado por Gómez et al., 2013, pag. 10), escuda el hecho que:

El desarrollo no termina en el aumento de la producción económica y que por eso su estimación mediante los recursos disponibles es insuficiente. El desarrollo tiene que ver más bien, con las cosas que las personas pueden realmente hacer o ser (funcionamientos) y así con las capacidades de que disponen, entendidas como las oportunidades para elegir y llevar una u otra clase de vida. Es éste el sentido en que una sociedad desarrollada es una sociedad más libre y en el que el desarrollo es el camino hacia una libertad mayor. (A. Gómez et al., 2013).

Ahondando un poco más sobre lo que plantea Sen, las capacidades y habilidades del sujeto en el ámbito del desarrollo humano, obedecen a un conjunto de bienes y recursos sobre los cuales los individuos tienen poder, dominio y potestad. Las capacidades se direccionan y puntualizan en la interacción del ser y hacer. La habilidad se vincula a las oportunidades de reflexionar y perseguir metas, el qué hacer y cómo hacerlo. En ese caso, estas condiciones desde su accionar se manifiestan dependiendo de las limitaciones o posibilidades del contexto. En consecuencia, la pobreza es el resultado de una inequidad social, que se refleja en las condiciones de vida.

La pobreza a nivel mundial ha sido una realidad de gran trascendencia e impacto social, que actualmente, en la era de globalización y evolución, con grandes y formidables avances científicos y tecnológicos, han generado cantidad de pilares, herramientas y accesorios que; de una u otra forma, luchan contra la pobreza, generando una cohesión social de gran transformación.

Desde esta figura, a pesar de elogiar todos estos avances como el bum de la era, se debe pasar de los beneficios a los prejuicios. A pesar de que la humanidad se encuentra en un tiempo de riqueza de gran consumo, a su vez se establece en un punto de crisis transversal que afecta a la población desde las clases más altas a las más deprimidas. Este ejemplo basta para ilustrar lo dicho con lo que plantea Olivera (2010), quien define la pobreza como “la falta de acceso a los bienes públicos materiales y culturales” (Olivera, 2010).

Acorde con lo anterior, en la actualidad, en Colombia, se mantienen y manifiestan en gran proporción inequidades, que se relejan en condiciones de vida desiguales. Desde este punto de vista, las políticas públicas acogidas con el fin de equilibrar la desigualdad y la inequidad social, que son generadores de pobreza, dificultando las condiciones de vida de los habitantes

y restringiendo el acceso de la población a los servicios de educación, salud, vivienda y la práctica deportiva. Por lo tanto, el gran objetivo de lograr una igualdad de condiciones es aún lejana.

En este sentido, Sen (1981), citado por Gomes et al., 2013, asocia la pobreza a la ausencia de capacidades. Habla de un reconocimiento de los pobres según los recursos que poseen y las capacidades que tienen para utilizarlos, en lugar de identificarlos por medio de los recursos que les hace falta. Además, refuta el ingreso monetario como la única medida del bienestar.

Con ello, conectado al desarrollo socioeconómico; “la pobreza se centra en la carencia de recursos que imposibilita a las personas cumplir ciertas necesidades básicas para sobrevivir, gozando de una vida digna y saludable”. También expone: “además de los bienes básicos para la subsistencia fisiológica, las personas necesitan otros factores para llevar vidas valiosas: educación, acceso a la cultura, oportunidades de participación política, confianza en las relaciones familiares y sociales (resiliencia familiar) (A. Gómez et al., 2013).

Todo lo anterior, aún con las condiciones de vida que se han visto demacradas con la dificultad de acceder a un empleo y mejorar los ingresos, gastos, vivienda, seguridad social, entre otros. Esta situación producto de la desigualdad, “ha desencadenado diversos factores históricos, económicos, culturales, políticos y biológicos (agentes cognitivos, físicos, sensoriales, de la comunicación, emocionales y psicosociales) impidiéndoles aprovechar las riquezas del desarrollo humano” (Bravo, Neira y Escobar, 2010).



**Deporte.**

Respecto al deporte en general, es definido como: la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación y desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales (Artículo 15 de la Ley 181 de 1995), que se lleva a cabo por medio de juegos individuales o por equipos, basados en unas reglas preestablecidas, bajo la mejora de la condición física y psíquica, el avance de las relaciones sociales o el producto de resultados en competiciones a todos los niveles” (Lazaro Fernandez, 1975).

Quizá el mejor ejemplo de integración social a través del deporte lo encontremos en la organización de competiciones para discapacitados físicos y sensoriales (Aguilar-Palacio, Gil-Lacruz, & Gil-Lacruz, 2013; Foppiano Vilo, 2013). Pero la inclusión social se ha convertido en los últimos años en un propósito nacional para Colombia, así como la resiliencia en una estrategia de reivindicación del postconflicto; partiendo del hecho de incluir a los excluidos, con el fin de que participen pasiva y activamente por medio de la intensificación confusa de la ciudadanía hacia una sociedad en la cual los derechos sociales, económicos y culturales sean aceptados y de uso cotidiano. (Araoz-Fraser et al., 2010).

Atendiendo a estas consideraciones; la inclusión social es un objetivo, favorablemente tomado hoy por diferentes proyectos deportivos, que inclusive hace corto tiempo no había sido estimado entre los más relevantes. Sin embargo, en la actualidad ha venido extendiendo su espacio e importancia hasta el punto de convertirse en un propósito que ya se perfila como parte de cualquier iniciativa, sea pública o privada, que se trace agrandar la práctica deportiva,

la actividad física o el conocimiento, en indivisos semblantes, del deporte como realidad social (España, 2010).

En la base, ese desconocido y visible papel no es sino el reflejo de la función social que el deporte asume en la sociedad contemporánea, en una comunidad como la nuestra, con un sólido y extendido estado del bienestar. José Cayuela Maldonado, orienta el sentido del deporte, hacia una aproximación multidisciplinaria de las ciencias sociales al fenómeno del deporte, gracias a que él puede ayudarnos a comprender el papel que este tiene en nuestra sociedad; es decir, lleva a reflexionar sobre la dimensión social y los efectos culturales del deporte como instrumento de educación; a partir de los artefactos que este origina en las gráficas de vida humana: integración, socialización o violencia (Cayuela, 1997).

En cuanto a la resiliencia, el deporte juega un papel importante. “Cada día aumenta el número de niños, niñas, adolescentes, adultos y ancianos que se gestan, nacen, viven y mueren en la pobreza, el analfabetismo, el desempleo y la violencia; en condiciones de adversidad psicosocial severa” (Axmann et al., 2009, p.3). Al respecto, el deporte y la actividad física fomentan positivos semblantes personales muy afines con la salud y, con ello, el acrecentamiento de los niveles de Resiliencia (Chiva, 2017).

No obstante, cada día son más cuantiosos los investigadores y especialistas que defienden la práctica deportiva como instrumento competente de contribuir al ser humano significativos beneficios físicos, psicológicos y sociales. Por otro lado, a pesar de atribuírsele al deporte cantidad de beneficios, son pocas las personas que conservan un estilo de vida eficiente y eficaz a lo largo de la vida adulta.

Por todo ello, el valor del deporte en la educación integral del ser humano, debe enfocarse, según el autor Melchor Gutiérrez, en crear propuestas enfiladas a optimizar la

práctica físico-deportiva en su vertiente positiva, a la vez que se reclama un mayor cuidado para la educación física y el deporte en los propósitos educativos y formativos, demostrando que estos espacios son substancialmente convenientes para fundar en niños y jóvenes los talentos de vida dinámicos y saludables (Gutiérrez & Gutiérrez Sanmartín, 2004).

Un gran ejemplo de ello, es la investigación que realizó Jesús Fernández, obteniendo como fruto diferentes vivencias con personas en múltiples contextos de Exclusión Social, y en los que la práctica de la Actividad Física es un componente de integración, enfatizado desde la percepción de situación de riesgo y las características habituales de la población incluida. Se consuma con numerosas experiencias en entornos educativos donde los excluidos son estrellas. En ellos, la práctica de actividad física regular está yaciendo como un herramienta de transformación social (Fernández, 2007).

Otro ejemplo claro, recae en la resiliencia como factor determinante en el rendimiento deportivo, que; como bien lo señala Bretón et al., (2016), “el deporte y la actividad física pretende mejorar aspectos del propio deportista que le permitan realizar su actividad de forma más satisfactoria” (Bretón et al., 2016, p.79).

Dicho lo anterior, como señala González y Serrano (2009)...

El deporte es una alternativa y estilo de vida, que, sin duda alguna, cada vez hay más conciencia de la importancia del deporte para la salud y la calidad de vida de la población. Lejos de la concepción del deporte exclusivamente como un escenario de competición, en el que la mayoría asiste como espectador y sólo unos pocos participan activamente, numerosos estudios indican que la promoción de hábitos deportivos entre una mayoría de la población es un excelente medio para prevenir y tratar enfermedades, y en gran medida para minimizar los factores sociales que

llegasen a afectar la integridad de la niñez y la juventud. El deporte es, además, es fundamental desde un modelo educativo, formativo, recreativo y deportivo. Estos beneficios del deporte que se señalan no sólo son reconocidos por la mayoría de la población, sino que su fomento se ha convertido en parte de las actuales políticas públicas de la salud, en relación al deporte. (González & Serrano, 2009, p.7).

De lo anterior, se puede llegar a postular la actividad físico- deportiva como una alternativa de resiliencia e inclusión social para las poblaciones socialmente desfavorecidas, siendo un campo novedoso para las Ciencias del deporte, ya que como agente mediador se ha venido manifestando que; al mismo tiempo de servir como espectáculo para la diversión, se aprovecha para la obtención de altos logros o como práctica de tiempo libre.

Este croquis pretende ver cómo el deporte puede ser un arma substancial para la resiliencia familiar de personas en situación de vulnerabilidad en condición de pobreza y a través de ella la inclusión social de niños, jóvenes y adultos -sin importar la edad, los gustos, las etnias, los dogmas religiosos o incluso el estrato sociocultural- teniendo en cuenta que la transmisión de valores tiene que ver con los recursos que utilizan los docentes, siendo el deporte un fenómeno de símbolo notable en la vida de las personas que conforman las sociedades actuales (Bravo, Neira y Escobar, 2010) y (Bamonte, 2008).

Para ilustrar mejor, se toma el deporte, con el fin de dar a conocer el paradigma del deporte teniendo en cuenta que pueda ser entendido como un campo de innovación y diferente para las Ciencias del deporte; ya que como vía de resiliencia e inclusión social ha quedado comprobado que este asimismo ha de servir como juego para la diversión, zona para adquirir altos logros o como práctica de tiempo libre donde se ven inmersos directa o indirectamente

un gran número de sujetos en donde no importa la edad, los gustos, las etnias, las creencias religiosas o incluso el estrato sociocultural.

### **Marco legal**

Si bien es cierto, en Bogotá D.C, capital de Colombia, y más exactamente en la localidad de quinta de Usme, no existe una ley, norma o idea clara que involucre directamente a los padres de familia en las actividades deportivas en las que participa cada uno de sus representados, deportistas o hijos. Es claro, que en cada una de las instituciones, entidades, públicas o privadas, fundaciones, organizaciones, juntas de acción comunal o más exactamente en clubes o escuelas, que fomentan el deporte de nuestro país, a nivel formativo, de perfeccionamiento y alto rendimiento; no escapo al aumento globalizado de la pobreza en América Latina, comprobado en las últimas décadas, sin embargo, ha sido insuficiente los progresos respecto a la resta de la misma. Entorno a esto, se postula la resiliencia como mecanismo para afrontar los pilares individuales, familiares y comunitarios (B. Gómez, 2010; Villalba Quesada, 2003).

Asimismo, relacionado al crecimiento de la pobreza, se ha elevado la vulneración de derechos fundamentales como lo es el derecho al deporte, estipulado en la Ley 180 de 1995, siendo este del tipo que repare los umbrales mínimos de esparcimiento, ocio y aprovechamiento del tiempo libre (Congreso de Colombia, 1995).

Así, la población colombiana, en su mayoría, está por debajo de rangos mínimos, tales como ambientes esenciales, sobrevive en situaciones de pobreza absoluta, con los constantes peligros sociales que atacan e impiden, de una u otra forma, al ser humano participar de

escenarios y entornos deportivos alternativos, con el fin de aportar a su desarrollo integral y personal como individuo libre e igual ante la ley, según la Constitución Política de Colombia.

La reciprocidad entre pobreza y deporte se hace cierto en tanto que la primera es la principal causa de la segunda, por tanto que, la extrema pobreza en que viven un sinnúmero de personas en el mundo, en Colombia y, específicamente, en Bogotá, imposibilitan, a un sinnúmero importante de personas, satisfacer necesidades secundarias como la participación en ambientes y eventos deportivos de sano esparcimiento, vitales para el desarrollo de competencias físicas, intelectuales, sociales y afectivas.

Así por ejemplo, como aclara Martínez y Lira (2011):

Las normas vigentes reconocen a la familia como institución básica de la sociedad y a la Escuela como el espacio por excelencia para la formación integral del individuo, dentro los principios de la autonomía, participación, convivencia pacífica, reconocimiento del otro, capacidad crítica, reflexiva, y actitudes e intereses como seres biosíquicos y sociales, entre otros aspectos, que les permita una sana y constructiva convivencia, especialmente al iniciar este nuevo milenio. (Martínez, Lira, 2011; p.18).

Dicho lo anterior, en la Constitución Política de Colombia, desde la función del Estado, en el título I: De los Principios Fundamentales, establece:

Artículo 2. Son fines esenciales del Estado: servir a la comunidad, promover la prosperidad general y garantizar la efectividad de los principios, derechos y deberes consagrados en la Constitución; facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan y en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación; defender la independencia nacional, mantener la integridad territorial y asegurar la convivencia pacífica y la vigencia de un orden justo.

Las autoridades de la República están instituidas para proteger a todas las personas residentes en Colombia, en su vida, honra, bienes, creencias, y demás derechos y libertades, y para asegurar el cumplimiento de los deberes sociales del Estado y de los particulares. (Congreso de la República de Colombia, 1991, p.13)

Así mismo, en el título II, De los Derechos, las Garantías y los Deberes, Capítulo 2: De los Derechos Sociales, Económicos y Culturales, en los siguientes artículos establece:

Artículo 42. “La familia es el núcleo fundamental de la sociedad. Se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformarla”... (Congreso de la República de Colombia, 1991, p.18)

Artículo 44: Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia... La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos. Cualquier persona puede exigir de la autoridad competente su cumplimiento y la sanción de los infractores. Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás. (Congreso de la República de Colombia, 1991, p.18 y 19)

Artículo 45: El adolescente tiene derecho a la protección y a la formación integral. El Estado y la sociedad garantizan la participación activa de los jóvenes en los organismos públicos y privados que tengan a cargo la protección, educación y progreso de la juventud. (Jacobo, 1991)

Artículo 52: Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas. (Jacobo, 1991)

Todo lo anterior, se traslada a la Ley del Deporte o Ley 181 de 1995, en el título I: Disposiciones Preliminares, en el Capítulo I: Objetivos Generales y Rectores de la Ley, en los siguientes artículos implanta:

Artículo 3o. Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:

- 1o. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.
- 2o. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.
- 3o. Coordinar la gestión deportiva con las funciones propias de las entidades territoriales en el campo del deporte y la recreación y apoyar el desarrollo de éstos.
- 4o. Formular y ejecutar programas especiales para la educación física, deporte, y recreación de las personas con discapacidades físicas, síquicas, sensoriales, de la tercera



edad y de los sectores sociales más necesitados creando más facilidades y oportunidades para la práctica del deporte, de la educación física y la recreación.

5o. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.

6o. Promover y planificar el deporte competitivo y de alto rendimiento, en coordinación con las federaciones deportivas y otras autoridades competentes, velando porque se desarrolle de acuerdo con los principios del movimiento olímpico.

12. Planificar y programar la construcción de instalaciones deportivas con los equipamientos necesarios, procurando su óptima utilización y uso de los equipos y materiales destinados a la práctica del deporte y la recreación.

13. Velar porque los municipios expidan normas urbanísticas que incluyan la reserva de espacios suficientes e infraestructuras mínimas para cubrir las necesidades sociales y colectivas de carácter deportivo y recreativo.

14. Favorecer las manifestaciones del deporte y la recreación en las expresiones culturales folklóricas o tradicionales y en las fiestas típicas, arraigadas en el territorio nacional, y en todos aquellos actos que creen conciencia del deporte y reafirmen la identidad nacional.

15. Compilar, suministrar y difundir la información y documentación relativas a la educación física, el deporte y la recreación y en especial, las relacionadas con los resultados de las investigaciones y los estudios sobre programas, experiencias técnicas y científicas referidas a aquéllas.

16. Fomentar la adecuada seguridad social de los deportistas y velar por su permanente aplicación.

17. Contribuir al desarrollo de la educación familiar, escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para que utilicen el tiempo libre, el deporte y la recreación como elementos fundamentales en su proceso de formación integral tanto en lo personal como en lo comunitario.

18. Apoyar de manera especial la promoción del deporte y la recreación en las comunidades indígenas a nivel local, regional y nacional representando sus culturas” (Congreso de Colombia, 1995).

En conclusión, el Estado debe garantizar, promover y fomentar, a todos los sujetos de nacionalidad colombiana, desde su integralidad, sin discriminación alguna, escenarios y ambientes de fácil acceso, donde la práctica de la Recreación, el Aprovechamiento del Tiempo Libre, la Educación Extraescolar, la Educación Física y el Deporte, se rijan bajo el objetivo general de la Ley del Deporte:

Artículo 1o. Los objetivos generales de la presente Ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad. (Congreso de Colombia, 1995, p.1).

## Metodología

Durante los últimos años se han ido planteando diferentes retos para conformar un modelo más completo del deporte: la adherencia de los modelos sociales, la actividad física en el tiempo, el estado físico encaminado a la salud, la recreación, la iniciación deportiva, la educación en valores, el bilingüismo, etc.

El presente trabajo se desarrolla bajo la investigación cualitativa, de nivel exploratorio descriptivo, de diseño no experimental, en la cual se maneja el enfoque fenomenológico. Entonces, “cuenta sus orígenes en la filosofía y la sociología fenomenológicas, específicamente en la escuela de pensamiento creada por Husserl en la primera mitad del siglo XX” (Universidad Alberto Hurtado, 1995).

En esta exploración cualitativa se hace una compilación de trabajos en donde se ocupa el fenómeno del deporte como medio de resiliencia familiar en condiciones de vulnerabilidad, abarcado desde la pobreza, y objeto de estudio en mira de ser confrontado desde diferentes aspectos, tales como avance conceptual, la proyección e impacto social por medio del deporte; teniendo en cuenta que las ciencias y el mismo deporte, como un hecho social total, siendo una respuesta a la indagación del hombre, no simplemente en su accionar físico, y su optimización, sino una proyección de la cultura.

Este diseño pretende ver cómo el deporte puede ser una herramienta de valor e importante para las poblaciones que se encuentra en un estado de vulnerabilidad social, como lo es la pobreza. Teniendo en cuenta que el propósito es reconocer los significados y sentidos que los sujetos le conceden a la resiliencia familiar. Cabe tener en claro, que el deporte no transmite valores por la práctica misma, sino que esa transmisión tiene que ver con los

recursos que utilizan los docentes y los modos de participación que se instalan en la orientación de las prácticas.

A partir de ello, como señala la Universidad Alberto Hurtado (1995), se sustenta tres estipulaciones que son importantes en términos fenomenológicos:

1. “Toda vez que algo es observado, alguien observa. Es decir, que el objeto es objeto para una conciencia y, por lo tanto, el conocimiento es relativo a la relación entre el sujeto observador y el objeto observado...”.
2. “Las operaciones mediante la cual podemos comprender las maneras como los objetos se dan a la conciencia y como esta se constituye, son poner entre paréntesis su carácter nominal o “de conciencia en sí misma” y desarrollando los métodos de la apathe fenomenológica y el experimentus mentis, inventado y rescatado por Husserl...”
3. “El experimentus mentis, o la idea del experimento mental, no solo persigue despojar al objeto de sus características en función de encontrar sus propiedades esenciales, sino que también busca conocer y comparar las facultades de la conciencia y su constitución...”

En concordancia con lo anterior, “el objeto de estudio de la fenomenología son los significados que los individuos asignan a sus experiencias y su vida cotidiana”. Además, “junto con los procesos de interpretación a través de los cuales los individuos definen su mundo, se constituyen como tales y, actúan en consecuencia” (Universidad Alberto Hurtado, 1995). Por ejemplo, ¿qué es lo constitutivo de las emociones?, ¿del tiempo?, ¿de la experiencia de percibir?, ¿de la imaginación? Estos elementos de complemento o de compatibilidad reconocerían más bien a una distribución de las nociones de nuestra

conciencia que, sería un mecanismo funcional del lenguaje, como medio comunicativo y; que accedería la reciprocidad de las perspectivas individuales frente a ciertas situaciones.

El proyecto de la investigación se sitúa desde una perspectiva de estudio de revisión bibliográfica, del tipo de investigación teórica y empírica, de carácter metodológico, estructurado y sistemático, teórico y práctico; el cual se sitúa en la línea de procesos del deporte, enmarcado en la línea de investigación del “Deporte Social”. En esta línea de indagación sobre como los procesos deportivos se relacionan desde la idea de las políticas públicas del Estado, vista como el conjunto de principios de una sociedad, los cuales pilotan el modo en que ésta actúa y disciplina las relaciones entre los individuos, comunidades e instituciones sociales.

Para la validación de la revisión documental se optó por aplicar la búsqueda de artículos científicos, tesis de grado y documentos oficiales a nivel mundial y nacional, con el fin de abordar el deporte como medio en procesos de resiliencia familiar en Colombia desde diferentes puntos de vista: a partir de los esfuerzos en la disputa contra la pobreza y, desde el enfoque de derechos (Ibeth Sánchez, 2013).

Este enfoque de levantamiento y análisis documental, teórico-práctico; se ha definido como simple en el que se integran técnicas cualitativas de recolección de datos (revisión documental de la contextualización del deporte en el marco de la inclusión social de lo general a lo particular, las políticas inclusivas y entrevistas a profundidad a beneficiarios con la temática) (Araoz-Fraser et al., 2010). No obstante, una parte de la práctica deportiva tiene que ver con las oportunidades, la calidad y la posibilidad de que el mercado deportivo llegue a la población en la disposición en que la requiera y a los costos más bajos posibles; de ahí que la estrategia de “el deporte como inclusor social” esté centrada en dos mecanismos:

- El mecanismo global de deporte para todos, que busca fragmentar una cadena de barreras de acceso para la práctica y mejorar la eficiencia del sistema mismo del deporte (Congreso de la República de Colombia, 1994). Aunado a este problema global de acceso al deporte, se atina a la imposibilidad de que las personas tengan los espacios necesarios para que puedan adherirse al deporte, siendo un problema del aquí y del ahora enmarcado en una cultura propia.

- El mecanismo propio a la garantía, la recuperación, la defensa de los otros derechos económicos, sociales, culturales y deportivos (Cayuela Maldonado, 1997). De aquí, que la traba del deporte se debe posesionar como un derecho fundamental y se trasfiere como una de las relaciones más apreciables de la Inclusión Social. En consonancia con estos componentes, el Plan de Desarrollo para Bogotá en su Eje Social, garantiza que “el Estado colombiano busca la satisfacción de las necesidades generales de todos los habitantes...” (Alcalde, Bogotá, & Ana, 2014).

De esta manera, el deporte se bautiza en una trascendental estrategia en los procesos de acompañamiento, formativos y competitivos, de padres hacia los hijos. Por ello, la promoción del ejercicio de este derecho alcanza gran prioridad en el marco del Plan de Desarrollo: Esto, en concordancia con la Declaración Universal de los Derechos Humanos (ONU, 1948); en donde se enuncia que; “todas las personas, hombres y mujeres tienen derecho a una calidad de vida que les posibilite a ellos y a sus familias un desarrollo saludable, libre y autónomo, el ejercicio del derecho fundamental” (Gobierno colombiano, 2009). Desde esta perspectiva, se hace notoria la necesidad de avanzar en la construcción de conocimiento sobre el aporte del deporte respecto a la resiliencia familiar desde el funcionamiento de las políticas públicas, lineamientos y leyes. Las afirmaciones anteriores,

llevan a plantear las actividades, direccionadas a fortalecer los lazos afectivos de las familias participantes, a partir de la resiliencia familiar, por medio del deporte.

Por ende se establece el calendario de actividades familiar (tabla 1), en la cual se presenta el plan de intervención para resiliencia (anexo 1), distribuido por sesiones frente a cada actividad.

*Tabla 1 Calendario de actividades*

NOMBRE ACTIVIDAD	FECHA	OBJETIVO	RECURSOS	
			MATERIALES	HUMANOS
<b>Familia y Deporte: “el lazarillo”</b>	10 de marzo	Dar a conocer el deporte como tarea fundamental de la familia, su valor en el momento actual y la necesidad de dedicar el tiempo necesario para capacitarse en la maravillosa tarea de ser educadores de sus hijos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sillas</li> <li>• Bombas</li> <li>• Vendas para tapar los ojos</li> <li>• Balón o pelota</li> <li>• Reproductor de audio</li> <li>• Colchonetas</li> <li>• Lápices o esferos</li> <li>Encuestas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitadores</li> <li>• Padres</li> <li>• Hijos</li> </ul>
<b>¿Conozco a mis hijos?</b>	17 de marzo	Ofrecer elementos para que los padres descubran la importancia de conocer todos los aspectos de la vida de sus hijos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sillas</li> <li>• Globo largo</li> <li>• Encuestas</li> <li>Lápices y esferos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitadores</li> <li>• Padres</li> <li>• Hijos</li> </ul>
<b>Educación en el deporte</b>	24 de marzo	Concientizar a los padres sobre la necesidad de desarrollar en los hijos la autonomía para que puedan llegar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tela o papel periódico</li> <li>• Papel</li> <li>• Lápices y esferos</li> <li>Caja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitadores</li> <li>• Padres</li> <li>• Hijos</li> </ul>

		a ser personas libres y responsables.		
<b>¿Sabemos comunicarnos?</b>	31 de marzo	Descubrir la importancia del diálogo en el proceso de acercamiento y comprensión mutua entre padres e hijos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reproductor de audio</li> <li>• Pista de la canción</li> <li>• Papel</li> </ul> Lápices y esferos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitadores</li> <li>• Padres</li> <li>• Hijos</li> </ul>
<b>Derecho a una autoimagen positiva</b>	7 de abril	Concientizar a los padres de familia sobre la influencia que ejercen sus actitudes, en la formación del concepto que cada hijo(a) tiene de s mismo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lápices y esferos</li> <li>• Conos</li> <li>• Balones</li> <li>• Lazos</li> <li>• Papel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitadores</li> <li>• Padres</li> <li>• Hijos</li> </ul>
<b>Nuestro tiempo en familia</b>	14 de abril	Dar elementos que ayuden a los padres e hijos a planificar el tiempo que pasan juntos como familia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telón</li> </ul> Accesorios para una obra	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitadores</li> <li>• Padres</li> <li>• Hijos</li> </ul>



## Resultados

### Familia y deporte (1ra clase)

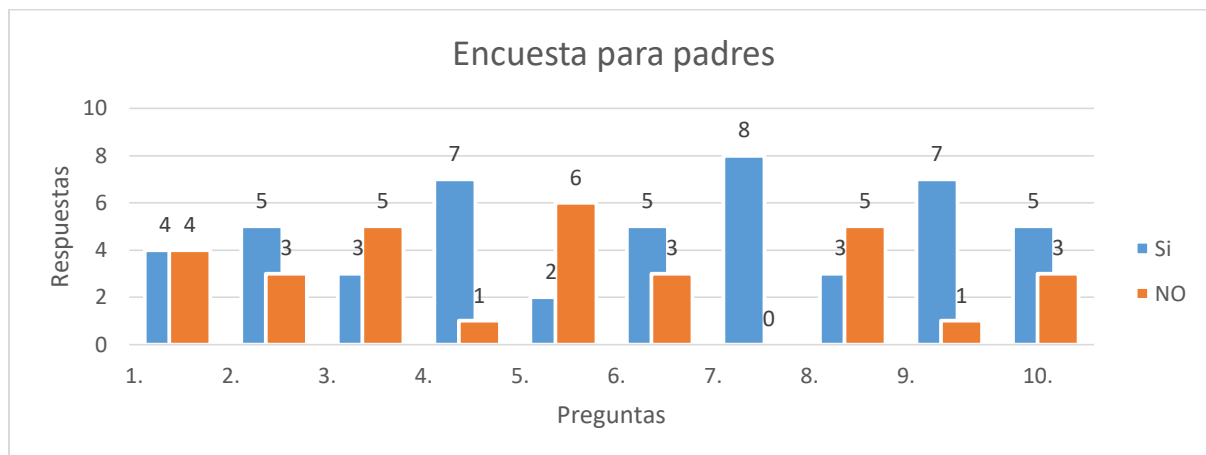
Encuesta para padres (tabla 2): «¿Está preparado para ser educador de sus hijos?»: total

padres: 8

Tabla 2 Encuesta para padres

CONTENIDO	SI	NO
1. ¿Conoce el origen de la palabra familia, educación y deporte?	4	4
2. ¿Sabe cuál es la diferencia entre educar e instruir?	5	3
3. ¿Ha leído algún libro sobre temas educativos o deporte?	3	5
4. ¿Está preparado para comentar con sus hijos temas sexuales?	7	1
5. ¿Sabe cómo actuar si su hijo ingresa al mundo de la droga?	2	6
6. ¿Puede escribir una página con este tema: «Los hijos serán lo que son los padres»?	5	3
7. ¿Puede ayudar a sus hijos en la preparación de las tareas y en la práctica deportiva?	8	0
8. ¿Puede guardar el equilibrio en la educación de sus hijos, enérgico sin ser rígido, bueno sin ser débil, equitativo sin preferencias, franco y abierto sin que lo irrespeten?	3	5
9. ¿Considera que el ambiente del hogar influye en el niño durante los primeros años de vida?	7	1
10. ¿Si se entera que su hija o hijo soltera(o) sostiene relaciones sexuales, sabría manejar la situación?	5	3

Gráfica 1 Encuesta para padres



Nota: revisar las preguntas en la tabla 10.

Encuesta para hijos (tabla 3): «¿Está preparado para mejorar como hijo?»: total hijos:

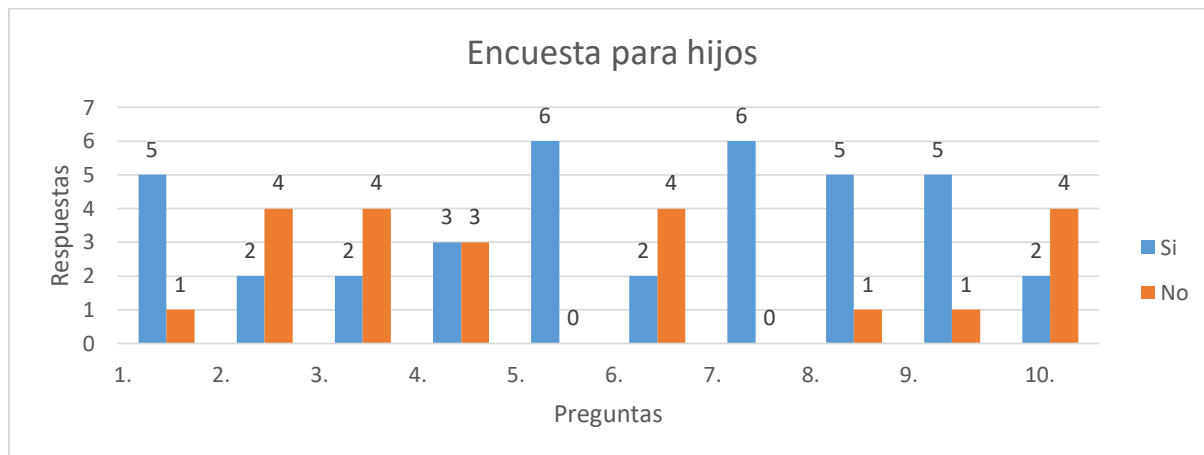
6

Tabla 3 Encuesta para hijos

CONTENIDO	SI	NO
1. ¿Conoce el origen de la palabra familia, educación y deporte?	5	1
2. ¿Sabe cuál es la diferencia entre ser educado y ser instruido?	2	4
3. ¿Ha leído algún libro sobre temas educativos o deporte?	2	4
4. ¿Está preparado para comentar con sus padres temas sexuales?	3	3
5. ¿Sabe cómo actuar si su padre evita que usted practique el deporte que más le gusta?	6	0
6. ¿Puede escribir una página con este tema: «Los hijos serán lo que son los padres?»	2	4
7. ¿Le gusta que su padre le ayude en la preparación de las tareas y en la práctica deportiva?	6	0
8. ¿Puede confiar en sus padres, si se le presenta alguna dificultad o problema?	5	1
9. ¿Considera que el ambiente del hogar influye en su formación como ser humano?	5	1
10. ¿Si se entera que sus padres se van a separar, sabría manejar la situación?	2	4

**Clave:** Cuento las respuestas afirmativas. Si obtuvo 10 respuestas afirmativas, es sobresaliente en la educación de sus hijos. De 5 a 7 respuestas afirmativas, regularmente aceptable. Menos de 5, no está preparado para ser educador.

*Gráfica 2 Encuesta para hijos*



Nota: revisar las preguntas en la tabla 11.

Como agentes educadores, lo que se busca en primera instancia es fortalecer los lazos afectivos y emocionales de los padres de familia con sus hijos. Se evidencio que los padres juegan un papel importante en el desarrollo físico y cognitivo de los hijos, en el cual, el deporte y la actividad física nos brinda una herramienta indispensable para educar a todo tipo de población sin importar su nivel socio-económico, raza o religión.

La intervención fue satisfactoria; observamos cada uno de los procesos y pensamiento que demostraban los partícipes a la actividad; los padres demostraban mucho afecto hacia sus hijos; era tan evidente el amor que sentían por sus hijos, pero la timidez de los niños no podría pasar a segundo plano. Cada uno de ellos demostró actitud e interés por realizar las actividades, no se presentaron momentos de apatía o aburrimiento, y su disposición fue la indicada. Con ayuda del programa **ESCUELA DE PADRES** como actividad de resiliencia familiar, explica la necesidad de la práctica corporal, desde la interacción del ser humano en

el ámbito familiar, como una de las mayores demandas de practica que se pueden realizar en el tiempo libre; no tenemos implícitos buscar un resultado deportivo, nuestra mayor gloria será la consecución de un aprendizaje cultural en diferentes entornos fuera de lo escolar.

Se encontró que el rol y carácter de cada uno de los diferentes comportamientos de aprendizaje de los padres e hijos, y verificamos que sus reacciones y aptitudes, cuando ejecutaban actividades individuales y grupales, nos da como conclusión el entendimiento y apoyo incondicional de cada uno de ellos.

Cabe resaltar que, a partir de las encuestas realizadas a padres e hijos, se logró identificar que, en los grupos familiares, padres e hijos, no se encuentran preparados para ejercer un rol o función idónea dentro del hogar. A pesar de tener en claro el concepto de palabras como familia, educación y deporte, no tienen una noción propia de cómo aplicar y afianzar esas definiciones en el contexto familiar y social en el que se encuentran inmersos.

Desde allí, los padres de familia, educan a sus hijos de acuerdo a la educación que le brindaron sus padres, utilizando costumbres antiguas que son adaptadas a la actualidad, como lo es, desde el ámbito académico, no permitir a su hijo practicar deporte si no responde académicamente.

Dicho lo anterior, se evidencia que la educación tradicional se ha divulgado al pasar de los años, como una apuesta que garantiza la construcción de seres humanos integrales que se adaptan de acuerdo a las manifestaciones culturales, que surgen de las necesidades sociales.

Así mismo, con base en la encuesta aplicada a los padres, se infiere que no existen unos parámetros establecidos que explique cómo se debe educar en el hogar, desde el rol de madre o padre de familia, aun sabiendo que desde la construcción de la personalidad, cada ser

humano es diferente, distinto y que ha construido su personalidad, carácter y actitudes, a partir de las experiencias vividas.

### ¿Conozco a mis hijos? (2da clase)

Encuesta para padres (tabla 12): «¿Conoce usted a su hijo?»: total padres: 9

Tabla 4 Encuesta para padres

1. ¿Cuál es la fecha del cumpleaños de su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 16 de noviembre</li> <li>2. 29 de septiembre</li> <li>3. 28 de noviembre</li> <li>4. 15 de julio</li> <li>5. 6 de agosto</li> <li>6. 21 de marzo</li> <li>7. 15 de enero</li> <li>8. 1 de noviembre</li> <li>9. 27 de junio</li> </ol>
2. ¿Cómo se llama el mejor amigo(a) de su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alejandro</li> <li>2. Michelle</li> <li>3. Juan David</li> <li>4. Joseph y Brian</li> <li>5. Ochoa</li> <li>6. José</li> <li>7. Maicol</li> <li>8. Karen</li> <li>9. Sebastián Neuta</li> </ol>
3. ¿Cuál es la materia de estudio que más le interesa a su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Educación física</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Educación física</li> <li>4. Matemáticas</li> <li>5. Educación física</li> <li>6. Español e inglés</li> <li>7. No aplica</li> <li>8. Inglés</li> <li>9. Mecánica</li> </ol>
4. ¿Cómo se llama el director de grupo de su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Patrick</li> <li>2. No responde</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Nelson</li> <li>4. Oscar</li> <li>5. Ani Barragán</li> <li>6. Francy Gutiérrez</li> <li>7. Marcela</li> <li>8. Leonardo</li> <li>9. Gloria</li> </ol>
5. ¿Cuál es la actividad favorita de su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Futbol</li> <li>2. Futbol</li> <li>3. Futbol</li> <li>4. El deporte</li> <li>5. Jugar futbol</li> <li>6. Jugar</li> <li>7. Futbol</li> <li>8. Jugar futbol</li> <li>9. Deporte futbol</li> </ol>
6. ¿Cuál es la mayor habilidad/disposición de su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El balón cuando lo maneja</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Futbol</li> <li>4. Futbol</li> <li>5. Jugar con el balón</li> <li>6. Aprende rápido</li> <li>7. Dibujo, todas las manualidades</li> <li>8. Escuchar y corregir</li> <li>9. Interés por aprender</li> </ol>
7. ¿En qué situaciones se siente seguro su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En el hogar</li> <li>2. Cuando uno lo acompaña</li> <li>3. Partido</li> <li>4. Cuando está conmigo</li> <li>5. Al momento de decir una mentira</li> <li>6. Cuando está conmigo</li> <li>7. No aplica</li> <li>8. Estudiando</li> <li>9. Cuando dialoga con la mamá</li> </ol>
8. ¿En qué situaciones se siente inseguro su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En la calle</li> <li>2. Cuando está sola</li> <li>3. Lugar desconocido</li> <li>4. Cuando esta con amigos</li> <li>5. Al momento de contar una verdad</li> <li>6. Cuando esta solo</li> </ol>

	<p>7. Cuando siente miedo de hacer algo que cree que no sabe</p> <p>8. Relaciones sentimentales</p> <p>9. Cuando tiene problemas en el colegio</p>
<p>9. ¿Qué es lo que más le desagrada a su hijo (a) de sí mismo?(a)</p>	<p>1. La timidez</p> <p>2. El cabello</p> <p>3. Mal genio</p> <p>4. Mal genio</p> <p>5. La inseguridad</p> <p>6. La poca tolerancia</p> <p>7. No poder hacer las cosas</p> <p>8. Cuando no puede hacer las cosas</p> <p>9. Mal genio</p>
<p>10. ¿Qué es lo que su hijo(a) más admira en usted?</p>	<p>1. La creatividad</p> <p>2. Ser una persona trabajadora</p> <p>3. Inteligencia</p> <p>4. Constancia con mis hijos</p> <p>5. Que juegue futbol</p> <p>6. No responde</p> <p>7. No se</p> <p>8. Que soy exigente</p> <p>9. Lo luchadora y lo guerrera</p>
<p>11. ¿Cuál es la persona favorita de su hijo(a) en la familia?</p>	<p>1. Papá</p> <p>2. Primo Wilmar</p> <p>3. Wilmar</p> <p>4. Madrina</p> <p>5. Tatiana</p> <p>6. Abuela</p> <p>7. Mamá</p> <p>8. La mamá</p> <p>9. Abuelito Julio</p>
<p>12. ¿Qué clase de lecturas prefiere su hijo(a)?</p>	<p>1. Comics</p> <p>2. No responde</p> <p>3. Sociales</p> <p>4. Tiras cómicas</p> <p>5. Ninguna</p> <p>6. Cuentos, fabulas</p> <p>7. No aplica</p> <p>8. Ciencia ficción</p> <p>9. Los comics</p>

<p>13. ¿Cuál ha sido el momento más feliz de la vida de su hijo(a)?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estar en la escuela de futbol</li> <li>2. Cuando cumplió sus 15 años</li> <li>3. Nacimiento de Dylan</li> <li>4. Ingresar a la Elite</li> <li>5. Cuando nació mi hijo menor</li> <li>6. El jardín</li> <li>7. Felicidad de poder jugar futbol</li> <li>8. Nacimiento hermana</li> <li>9. Estar en la escuela de futbol</li> </ol>
<p>14. ¿Cuál ha sido el momento más triste en la vida de su hijo(a)?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El hermano hospitalizado</li> <li>2. Cuando la separaron de los sobrinos</li> <li>3. No aplica</li> <li>4. Cuando se enteró que el padre nos cambió por otra persona</li> <li>5. Muerte de mi padre</li> <li>6. Separación de los papás</li> <li>7. No aplica</li> <li>8. Separación de los padres</li> <li>9. Enterarse de la verdad de su papá</li> </ol>
<p>15. ¿Qué actividades le gustaría a su hijo(a) compartir con usted?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Actividades familiares y futbol</li> <li>2. Acompañarla a los partidos</li> <li>3. Jugar parques</li> <li>4. Juego del futbol</li> <li>5. Ver partidos de futbol</li> <li>6. Jugar</li> <li>7. Salir más a pasear</li> <li>8. Jugar futbol</li> <li>9. Jugar futbol</li> </ol>
<p>16. ¿A qué le tiene miedo su hijo(a)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Las arañas</li> <li>2. A perder</li> <li>3. Oscuridad</li> <li>4. Las alturas</li> <li>5. Las alturas</li> <li>6. Oscuridad</li> <li>7. Soledad y fracaso</li> <li>8. No responde</li> <li>9. A no poder cumplir su sueño</li> </ol>
<p>17. ¿En este momento qué es lo que más necesita su hijo(a) de usted?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Que este más tiempo con el</li> <li>2. En todo momento</li> <li>3. Consejos</li> </ol>



	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Que lo acompañe al entreno</li> <li>5. Compañía y amor</li> <li>6. Tiempo</li> <li>7. Apoyo y seguridad</li> <li>8. Estar con ella en todo momento</li> <li>9. Mi comprensión</li> </ol>
18. ¿Qué piensa su hijo(a) acerca del amor?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sentimiento de dar y recibir</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Que es bello</li> <li>4. Sentimiento lindo</li> <li>5. Que es bonito</li> <li>6. Fundamental</li> <li>7. No aplica</li> <li>8. No se</li> <li>9. Es muy frio</li> </ol>
19. ¿Quién es Dios para su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ser espiritual</li> <li>2. Una persona que la acompaña</li> <li>3. Poder</li> <li>4. El ser más supremo</li> <li>5. El creador</li> <li>6. Creador</li> <li>7. No se</li> <li>8. Ser supremo</li> <li>9. Un padre celestial</li> </ol>
20. ¿Qué planes y proyectos futuros tiene su hijo(a)?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terminar su colegio e iniciar una carrera y ser el mejor jugador del mundo</li> <li>2. Ser una psicóloga infantil</li> <li>3. Ser futbolista profesional</li> <li>4. Ser un profesional en futbol</li> <li>5. Ser jugador profesional o ser profesor D.T</li> <li>6. Ser el mejor veterinario</li> <li>7. Ser futbolista profesional y hacer una carrera</li> <li>8. ser una gran profesional</li> <li>9. Ser un futbolista y un mecánico, llegar ser piloto</li> </ol>

Encuesta para hijos (tabla 13): «¿Conoce usted a sus padres?»: total hijos: 9

Tabla 5 Encuesta para hijos

<p>1. ¿Cuál es la fecha del cumpleaños de su padre o madre?</p>	<p>1. No responde  2. No responde  3. 29 de diciembre  4. 8 de mayo  5. 12 de marzo  6. 2 de septiembre  7. 12 de marzo  8. 22 de noviembre  9. 25 de diciembre</p>
<p>2. ¿Cómo se llama el mejor amigo(a) de su?</p>	<p>1. Marta  2. No responde  3. Mary Herrera  4. No sabe  5. Jeisi  6. Consuelo, Carolina  7. Emilse, Carolina  8. No responde  9. Dolly</p>
<p>3. ¿Cuál es la materia de estudio que más le intereso a su padre o madre?</p>	<p>1. Matemáticas  2. Confección  3. Sociales  4. Matemáticas  5. Educación Física  6. Matemáticas  7. Sistemas  8. No responde  9. Electricidad</p>
<p>4. ¿Cómo se llamó el director de grupo de su padre o madre?</p>	<p>1. No responde  2. No responde  3. No responde  4. No sabe  5. No sabe  6. Andres  7. Jaime  8. No responde  9. No sabe</p>

<p>5. ¿Cuál es la actividad favorita de su padre o madre?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ver novelas</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Jugar futbol</li> <li>4. Futbol</li> <li>5. Jugar futbol</li> <li>6. Trabajo en comunidad</li> <li>7. Escribir</li> <li>8. Ver T.V</li> <li>9. Decoración</li> </ol>
<p>6. ¿Cuál es la mayor habilidad/disposición de su padre o madre?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jugar futbol</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Fomy</li> <li>4. Matemática y deporte</li> <li>5. Jugar futbol</li> <li>6. Escribe rápido</li> <li>7. Cocinar</li> <li>8. Creatividad</li> <li>9. Decorar</li> </ol>
<p>7. ¿En qué situaciones se siente seguro su padre o madre?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hablar en familia</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Cuando estamos en familia</li> <li>4. En todas situaciones</li> <li>5. Cuando es buena</li> <li>6. Comparte conmigo</li> <li>7. En familia</li> <li>8. Problemas sin solución</li> <li>9. Cuando le cuento algo</li> </ol>
<p>8. ¿En qué situaciones se siente inseguro su padre o madre?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con el patrón</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Genio</li> <li>4. Ninguna</li> <li>5. Cuando no es nada bueno</li> <li>6. Cuando no sabe comprar</li> <li>7. Lugar desconocido</li> <li>8. Cuando tengo un problema sin tratar el tema</li> <li>9. Cuando le digo mentiras</li> </ol>
<p>9. ¿Qué es lo que más le desagrada a su padre o madre de sí mismo (a)?</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Los fluidos nasales</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Falta de cariño</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Se desquitan conmigo</li> <li>5. Que se brava</li> <li>6. Mal genio</li> <li>7. Grita mucho</li> <li>8. El mal genio</li> <li>9. Mal genio</li> </ol>
10. ¿Qué es lo que su padre o madre más admira en usted?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mi inteligencia</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Esfuerzo</li> <li>4. La responsabilidad</li> <li>5. Que juegue futbol igual que ella</li> <li>6. Mis ganas de salir adelante</li> <li>7. Presencia</li> <li>8. Ser luchadora y salir adelante</li> <li>9. Mi actitud</li> </ol>
11. ¿Cuál es la persona favorita de su padre o madre en la familia?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No responde</li> <li>2. Mis abuelos</li> <li>3. Hijos</li> <li>4. Tías, tíos y abuela</li> <li>5. Tatiana y el hijo Maicol</li> <li>6. Carolina Ortiz</li> <li>7. Dylan</li> <li>8. Las hijas</li> <li>9. Su familia</li> </ol>
12. ¿Qué clase de lecturas prefiere su padre o madre?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Novelas</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Informativas</li> <li>4. No responde</li> <li>5. Acción</li> <li>6. Sentimental</li> <li>7. Farándula</li> <li>8. No le gusta leer</li> <li>9. Romántica</li> </ol>
13. ¿Cuál ha sido el momento más feliz de la vida de su padre o madre?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuando nací</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Nacimiento hijas</li> <li>4. Nacimiento hijos</li> <li>5. Cuando nací yo</li> <li>6. Cuando nacieron los hijos</li> <li>7. Nacimiento hijos</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. Nacimiento hijos</li> <li>9. Nació sus hijos</li> </ol>
14. ¿Cuál ha sido el momento más triste en la vida de su padre o madre?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Muerte de mi abuela</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Separación padres</li> <li>4. No sabe</li> <li>5. Cuando se murió mi abuelito</li> <li>6. Cuando se separo</li> <li>7. No aplica</li> <li>8. Separarse de su madre</li> <li>9. Cuando nació mi hermano</li> </ol>
15. ¿Qué actividades le gustaría a su padre o madre compartir con usted?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El futbol</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Jugar futbol</li> <li>4. Ver películas en familia</li> <li>5. Jugar futbol</li> <li>6. Mas dialogo</li> <li>7. Jugar parques</li> <li>8. Salir una tarde de pura diversión</li> <li>9. Pasear y compartir mas</li> </ol>
16. ¿A qué le tiene miedo su padre o madre?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Arañas</li> <li>2. A que me enamore</li> <li>3. La muerte</li> <li>4. Arañas, cucarrón</li> <li>5. Arañas</li> <li>6. Soledad</li> <li>7. Alturas</li> <li>8. A fallarle</li> <li>9. Oscuridad</li> </ol>
17. ¿En este momento qué es lo que más necesita su padre o madre de usted?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ser juicioso</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Apoyo y cariño</li> <li>4. Amor y compartir</li> <li>5. Todo</li> <li>6. Mi compromiso</li> <li>7. Escuchar</li> <li>8. Más tiempo para compartir</li> <li>9. Mas compartir</li> </ol>

18. ¿Qué piensa su padre o madre acerca del amor?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No responde</li> <li>2. Que no piense en el</li> <li>3. No responde</li> <li>4. Bueno y lindo</li> <li>5. Es bello</li> <li>6. Sentimiento bueno</li> <li>7. Experiencia hermosa</li> <li>8. Verdadero</li> <li>9. 24 años con mi papá</li> </ol>
19. ¿Quién es Dios para su padre o madre?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No responde</li> <li>2. No responde</li> <li>3. El creador y nuestro padre</li> <li>4. Importante en la familia</li> <li>5. Nuestro creador</li> <li>6. Ser supremo</li> <li>7. Es todo</li> <li>8. Mayor acompañante</li> <li>9. Alguien importante</li> </ol>
20. ¿Qué planes y proyectos futuros tiene su padre o madre?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No responde</li> <li>2. No responde</li> <li>3. Comprar casa propia</li> <li>4. No sabe</li> <li>5. Tener casa propia</li> <li>6. Compartir mejores momentos</li> <li>7. Tener casa</li> <li>8. Verme como toda una profesional</li> <li>9. Que yo salga de estudiar</li> </ol>

¿Qué tanto conocemos a nuestros hijos? Partiendo de esta pregunta, lleva a reflexionar a los padres sobre la importancia de educar y conocer a sus hijos, pero llegar a conocerlos, no solo se plantea desde la esencia del ser, sino del cuerpo en acción, en movimiento, en interacción, en emoción y aún más importante, el fluir de su comportamiento con él mismo, con los demás y con el medio que lo rodea.

Es así, como los padres de familia, tomando como punto de referencia las encuestas, haciendo una interpretación cualitativa, echan de ver o ponen en tela de juicio, desde su

accionar como seres humanos educadores, el no conocerse a sí mismos, y aún más espontaneo, actúan dependiendo de la situación en la que vivan o se encuentren.

Pero, ¿Cuál es el problema? Desde la educación, los padres construyen una connotación en torno a las acciones desconocidas que viven sus hijos en la etapa escolar, donde las actitudes se implantan de acuerdo al contexto en el que se encuentren. Por ende, la ruptura de confianza y comunicación entre padres e hijos se ve influenciada y enmarcada por el carácter, el temor y la representación de las reacciones (autocontrol) que llegan a generar los padres cuando sus hijos se acercan para ser escuchados.

Los hijos no cuentan a los padres lo que les sucede, debido al miedo que sienten por las manifestaciones emocionales, transmitidas a través del gesto y movimiento corporal por parte de sus padres; y es allí donde los hijos tienden a confiar en un tercero cercano o ajeno a su ámbito familiar.

Además, otro factor que emerge como barrera, es la falta de tiempo por parte y parte, tanto los padres como los hijos. El tiempo, la calidad de acompañamiento, la sociedad, las actitudes y comportamientos de los miembros de la familia, los roles que representan, la falta de la figura paterna en su mayoría o en su defecto la ausencia de la figura materna en su minoría en el hogar, y más grave, el avance tecnológico.

Pero, estos factores se ven condicionados por elementos externos, que ocasionan el estrés, la falta de autonomía, la poca consciencia individual, el desinterés por auto reflexionar, la comparación con los demás, el descontento por algo que les sucedió, el uso de ejemplos cotidianos.

Todo esto se ve reflejado, porque los padres de familia no tienen claro que cada uno de sus hijos o seres humanos (educandos), son un mundo diferente, donde se crían cuerpos, sentimientos, emociones y actitudes.

### **Educación en el deporte (3ra clase)**

Al realizar la sesión, se determinó como punto principal, cada uno de los puntos de vista o miradas que nacieron a partir de la libre expresión, enfocado a la educación desde el deporte, por medio de diferentes actividades de reconocimiento personal, a través de la construcción de conocimientos y la perspectiva, encaminada a la necesidad de crear un vínculo entre padres e hijos y ante todo, identificar y reconocer desde las experiencias vividas, la unidad “educación en el deporte”, donde los padres de familia escrudinaron y afianzaron la importancia de la educación respecto a sus hijos.

Gracias a un juego dinámico, se reconoció la importancia de relacionarse con el entorno y la manera de interactuar en el vínculo familiar. Se tuvo en cuenta diferentes aspectos: ¿Qué le gustaría encontrar en la caja mágica para su esposo(a)? ¿Qué quiere para su hijo? ¿Qué desea cambiar de usted?, y ¿Qué quisiera cambiar en su hogar?

Se analizó detalladamente cada una de las respuestas de las personas y adicionalmente se conoció cada uno de los aspectos que delimitaban e imposibilitaban la comunicación asertiva en el hogar. Se encontró que algunos niños no tienen la autonomía de expresarles a los padres lo que realmente sienten, al momento de haber ejecutado una acción, que para ellos es de diversión, pero para los padres es un ejercicio indebido. En ese orden de ideas, se realizó un abordaje más específico y detallado para generar un cambio, bien sea de forma personal o con las personas que conviven a diario.



Esta actividad, fue de gran importancia para invitar a los participantes a interiorizarse a sí mismo y autoevaluarse, respecto a las dificultades, inconsistencias, diferencias, disfunciones y caracteres distintos que presentan de acuerdo a su rol y función en cada uno de los hogares, direccionadas a la manera correcta en la que se debe actuar, para así, generar un proceso de cambio en la forma de ver y actuar ante diferentes situaciones.

Visto desde la función del deporte, tanto los padres como los hijos aportan desde las situaciones en las que el deporte ha sido mediador en sus procesos de comunicación, como estrategia para combatir las problemáticas sociales (pandillismo, drogadicción, deserción escolar, entre otros), se evidencia que es un determinante en los procesos de integración, interacción familiar e involucra las emociones, sentimientos y muestras de afecto, orientadas a al fortalecimiento de los lazos afectivos y al interés de los padres por sus hijos.

A partir de la actividad “el extraño caso del canguro”, los padres de familia establecen a partir de su educación, la educación que quieren brindar a sus hijos, las experiencias observadas y las consecuencias sociales del contexto que; la confianza y el compañerismo dentro del hogar, deben ser el eje fundamental para fortalecer los lazos afectivos.

De una u otra forma, las libertades para los hijos se ven condicionadas por el crecimiento y el desarrollo respecto a la edad, donde los deberes y el cumplimiento con las normas establecidas por los padres, son de suma importancia e influyen en la formación individual de los hijos.

Además, el creerse adulto cuando niño, el mal uso de la tecnología y el estrés, llevan a que los hijos impongan una barrera, la cual impide una buena comunicación entre los miembros que conforman cada familia. Por eso, desde la famosa frase “dar para recibir”, los padres buscan canjes o chantajea a sus hijos con no dejarlos practicar deporte, salir o usar la

tecnología, si no cumplen o ayudan en los quehaceres del hogar. Es así, como a partir de estas estrategias, los padres de familia establecen condiciones, con el fin de formar el carácter y la personalidad de sus hijos.

### **¿Sabemos comunicarnos? (4ta clase)**

A partir de la temática ¿sabemos comunicarnos?, se pudo evidenciar que el factor más influyente en los procesos comunicativos dentro de los hogares de las familias participantes, es el mal uso de la tecnología, la carga académica de los hijos y las extremadas horas laborales de los padres. Por ende, se toma en consideración que estos elementos llevan consigo la falta de disponibilidad de tiempo de calidad de padres hacia sus hijos y viceversa.

Sin duda alguna, de las preguntas planteadas en el transcurso de la sesión y, desde el punto de vista y postura de los padres, se deduce que: las dificultades que afloran entre la comunicación con la pareja y el dialogo con los hijos se encuentra: el temperamento (mal genio), la falta de tiempo, la comprensión, la confianza, las palabras adecuadas, la diferencia y la manera de pensar de cada uno.

Respecto a las condiciones, se observa: el aprender a escuchar, la sinceridad, el hablar mirando a los ojos al otro, el estar tranquilo, sin distracciones, tener más tiempo, soltar el celular y buscar una solución efectiva para una comunicación asertiva.

Los hijos, respondieron frente a las dificultades que más se exhiben son: el trabajo de sus padres abarca mucho tiempo, el estrés laboral o académico, el uso del celular y el computador, la manifestación de pena en ciertas situaciones y la falta de confianza. En cuanto a las condiciones, los hijos las direccionan hacia la comunicación cara a cara entre el hijo y los padres, el apagar su celular, dejar a un lado las preocupaciones y no tener estrés.

Posterior a estas preguntas, se plantea el hecho de hacer de manera individual, un trabajo de interiorización, en el cual, a partir de las preguntas: ¿Qué método utilizaría para mejorar la comunicación con mi familia?, ¿qué debilidad tengo para comunicarme de manera asertiva con mi familia?, y ¿qué fortaleza tengo para dialogar asertivamente con mi familia? De todo lo anterior, se infiere que la mayor debilidad que nace es: los padres no tienen tiempo de calidad con su familia por su trabajo y el carácter fuerte que manejan frente a las situaciones que se generan en el diario vivir. Frente a la fortaleza se acierta: la actitud, la alegría, la comprensión, la tranquilidad, mirar lo bueno de las cosas, la paciencia, la disciplina y la fuerza que se necesita en cada problema.

Como método o estrategia para fortalecer el lazo comunicativo, los padres proponen estar tranquilo para que la familia se sienta en confianza, realizar actividades, como visitar el parque Mundo Aventura con sus hijos, invitar y compartir con los amigos de sus hijos en casa y bajar la guardia para escuchar lo que pasa en su hogar.

En las respuestas de los hijos, se atañen desde su debilidad: la pena o falta de confianza y el mal genio. En lo que respecta a la fortaleza, concluyen: fluidez al expresarse, el saber escuchar, el dar buenos consejos, el guardar los secretos de los demás y el decir que lo escuchen.

Todo ello conlleva, a plantear el método, de lo cual se piensa: hablar a la hora de la cena, hablar después del colegio, dejar el celular y dialogar, ayudar a los padres en los quehaceres para conversar, hacer una comida especial para la familia y poder platicar.

### **Derecho a una autoimagen positiva (5ta clase)**

Con respecto a las actividades planteadas en esta sesión, se obtuvo como resultado, en primera medida, los padres se ven condicionados a realizar ejercicios que requieran “hacer el oso”, debido a la pena que les genera y al sentirse observados por los demás, pero al romper ese estigma que se pronuncia al pasar las actividades, ese comportamiento se suprime gracias a que entran en un ambiente de confianza con las demás personas que conforman las familias participantes.

Como se afirmó arriba, sentirse bien con el otro, permite que al estar en un estado de familiaridad, las condiciones y restricciones comportamentales se vean influenciadas por actitudes arraigadas a pasar un momento ameno y agradable con sus hijos.

También se determinó que la competencia es una condición innata individual, que combatir contra el otro desde el juego como diversión, oprime conductas de agresividad. Además, el reír y estar feliz contraataca el estrés, los pensamientos de preocupación que puede llegar a tener cada sujeto en ese momento.

Otro rasgo que sale a flote, a partir de la representación teatral por medio de los gestos y movimientos corporales, tanto padres como hijos limitan su espontaneidad y sus habilidades de expresión corporal, a causa del temor a cometer un error y que esto traiga consigo consecuencias de burlas al finalizar la presentación de las temáticas trabajadas.

En su orden, los temas propuestos y las situaciones planteadas fueron (tabla 14):

Tabla 6 Temáticas de la dramatización

TEMA	DESCRIPCIÓN
<b>Juanita es una niña de 8 años</b>	Vive con su papá, su mamá y sus hermanos. Ella es un poco gordita por lo que sus hermanos la llaman «bom bom bum». Sus padres son indiferentes ante esto y en ocasiones se han reído; últimamente Juanita está más callada y no quiere asistir a las invitaciones sociales que le hacen.
<b>Jorge y Felipe son hermanos</b>	Jorge cursa primer grado de primaria y generalmente es el mejor del curso. Felipe está en tercero, no le gusta mucho estudiar, prefiere jugar y no hacer tareas, por tanto, tiene bajo rendimiento académico. Cuando sus padres recibieron el boletín, dijeron a Felipe: ¿No te das cuenta de lo bien que le va a Jorge en el estudio? Y eso que tú eres el mayor, deberías dar ejemplo. El si es un niño juicioso, tú eres un bueno para nada.
<b>Paula es una niña introvertida y callada</b>	En el colegio casi no tiene amigos, permanece sola en el recreo. La profesora, preocupada por la actitud de la niña, le comenta a la mamá. Cuando Paula llega a casa, su madre le dice: ¡Con usted, ni para adelante, ni para atrás! ¡Yo no sé qué es lo que le pasa, siempre está con esa cara larga, como si en la casa la tratáramos mal! ¡Mire a ver si se avispas, consiga amigas, hablele a la profesora y deje esa cara de amargada, que parece boba...!
<b>Fernando y Marcela tienen dos hijos</b>	Natalia de 7 años y Gonzalo de 2 años. Este bimestre, en el colegio, a Natalia no le fue muy bien. Sus papas dialogan con ella sobre la situación y concluyen que el cambio de colegio ha sido difícil para ella. La estimulan para que mejore su rendimiento académico y le recuerdan que pase lo que pase, ellos la quieren mucho y siempre la apoyarán.
<b>María tiene 12 años</b>	Sus padres trabajan. Ella va al colegio en la mañana. Regresa a casa hacia el mediodía, sirve el almuerzo de su hermanita y el de ella. Durante el resto de la tarde hace tareas y arregla la cocina. Sus padres llegan a las seis. A pesar de estar muy cansados, revisan el oficio y las tareas. Aunque María no lo ha hecho a la perfección, sus padres le agradecen y le indican los aspectos en que debe mejorar, expresan satisfacción porque María es muy capaz de asumir sus responsabilidades.

<p><b>Helena llegó triste a casa</b></p>	<p>Sus padres lo notan y tratan de descubrir lo sucedido. Ella les comenta que tuvo un disgusto con su mejor amiga y no se hablaron durante la mañana. La escuchan y le preguntan cómo podría solucionar el problema. Ella dice que fue su error, así que le pedirá disculpas a su amiga. Su padre la anima y la felicita porque reconoció su error y buscó la forma de enmendarlo. Su mamá le da un abrazo.</p>
--	--

Conforme a lo anterior se planteó algunas preguntas tales como: ¿Qué consecuencias traen estas actitudes en la imagen que el niño crea de él mismo?, ¿Qué actitudes favorecen el autoestima de los hijos?, ¿Qué errores cometen con sus hijos?, y ¿Cómo podrá remediarlos?

En su orden, y dando una respuesta general, los padres de familia aciertan y están de acuerdo en: de la primera, no se puede juzgar a los demás por su físico dentro y fuera del hogar, y mucho menos poner sobrenombres. Respecto a la segunda, no es bueno las comparaciones porque eso puede afectar la moral del niño, no juzgarlo, cada hijo es diferente y ninguno es igual, como padres de familia deben aconsejarlos y no juzgarlos; en cuanto al tercer tema, no juzgarla por no tener amigos, se debe respetar la personalidad de ella, hablar con la niña y brindarle consejos para fortalecer su autoestima. La cuarta, el apoyo de los padres debe ser incondicional.

Luego, la quinta temática, están de acuerdo en que los hijos deben apoyar en a casa cuando los padres trabajan, porque así era la crianza de antes y sin reclamar, poner de su parte, tomar iniciativa para ayudar en el hogar, pero sin dejar a un lado el agradecimiento de los padres hacia sus hijos; el apoyo de la mamá a los hijos en todo lo que pasa en la vida cotidiana, resaltar lo bueno y no solo lo malo.

### **Nuestro tiempo en familia (6ta clase)**

Como actividad de cierre, se realizó y ejecuto una jornada de integración creada y generada entre padres e hijos, a partir de la aplicación de un circuito de juegos recreativos, donde no solo se obtuvo un escenario de risas, un ambiente para compartir, un ámbito de diversión, sino que también, se logró generar un entorno de sentimientos y emociones entre los participantes.

Al contrastar las actividades programadas, con algunas preguntas propuestas y las conductas que se presentaron durante la práctica de los juegos, se diagrama dentro del marco observacional un momento de esparcimiento, ocio y el buen aprovechamiento del tiempo libre, donde las diferencias y distinciones entre unos y otros, emergió como un auge afectivo (emocional y sentimental) de participación, apoyo, competencia, entretenimiento, comunicación, abrazos, risas y mucho más; en el que el triángulo colaborativo entre entrenador – deportista – padre de familia, se implanto en un cumulo de factores y elementos que garantizaron un día de solidaridad, amistad y trabajo en equipo.

Se logra debatir, a partir de la experiencia individual y colectiva, y con las preguntas programadas: ¿Cuál de los momentos anteriormente reflexionados aprovecha para fomentar la unión familiar? ¿Cómo?, ¿Cómo podría planificar mi tiempo para obtener mayores satisfacciones?, ¿De qué forma me gustaría emplear mi tiempo libre?, y ¿Estoy conforme con la forma en que lo comparto?

De lo anterior, los padres e hijos, se muestran de acuerdo en que hoy en día, solamente llegan a compartir en familia cuando salen de vacaciones, fecha de Navidad, fiestas familiares, almuerzo fuera de casa, y eventos programados por la familia.

Referente a la segunda pregunta, establecen el aprovechamiento del tiempo, como alternativa de entrega y aporte a momentos de calidad en su hogar, donde los juegos de azar, de mesa o videojuegos, e incluso ver películas, sean retomados como una herramienta para compactar y unir nuevamente esos ambientes paternos, maternos y de pareja frente a sus hijos.

De igual manera, se muestran inconformes e indispuestos, gracias al mal uso de la tecnología y a la mala distribución del tiempo, porque los hijos a pesar de que conocen más de cerca el manejo de los aparatos electrónicos, no emplean ni aplican un buen manejo de la misma. También radica, el querer compartir más con los amigos, que con la familia.



## Análisis

El análisis de los datos y de los valores cualitativos de la muestra, mediante el desarrollo de las actividades y las encuestas, describen una problemática de resiliencia familiar. En primer lugar, para evidenciar la fiabilidad que los ítems de las dos escalas (Padres de familia e hijos) tienen en la muestra, se calculó por medio de encuestas las falencias que se presentan, frente a la relación con el otro y qué tanto conocen o saben, del padre o madre hacia el hijo, y viceversa. En segundo lugar, se realizó un análisis de forma reflexiva para analizar las estrategias que usarían tanto padres como hijos para fortalecer los lazos afectivos, la comunicación y el tiempo de calidad, dentro y fuera del hogar.

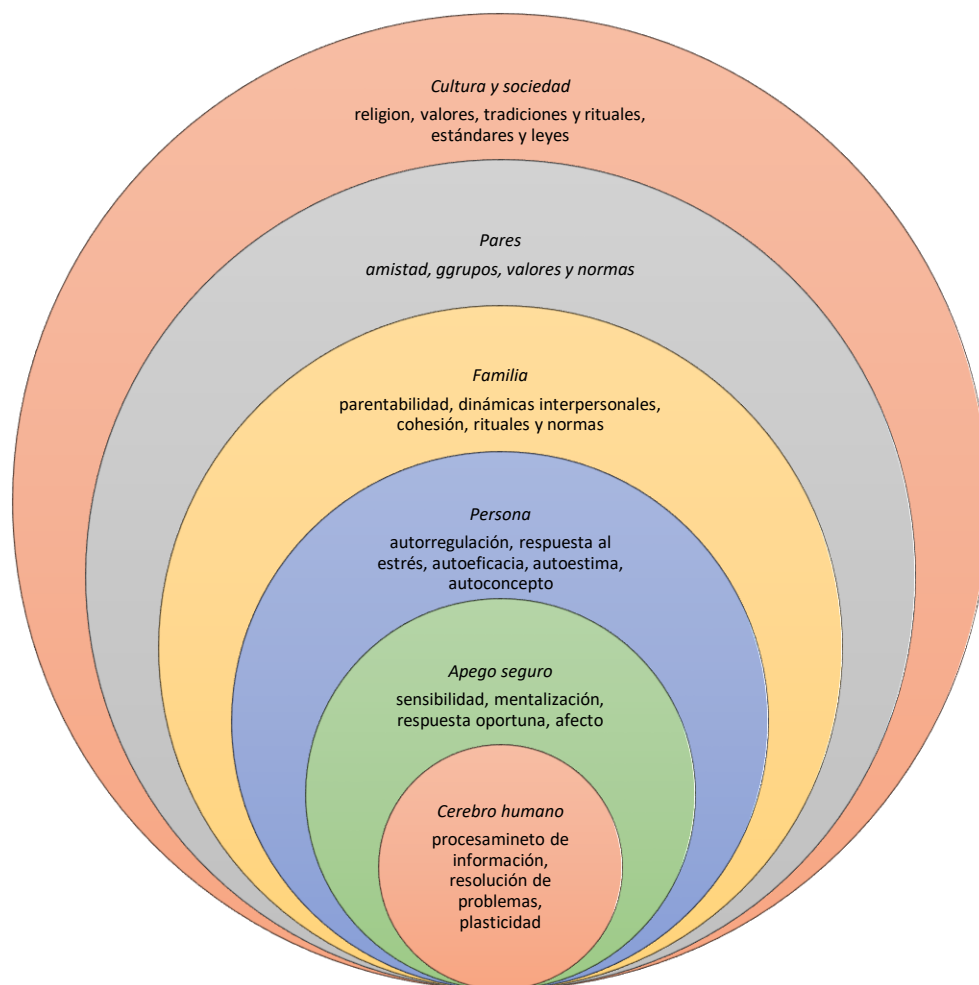
A continuación, se realizó una asociación entre las personas participantes, encaminada a si existen similitudes en la variable resiliencia familiar en función del sexo, su nivel socioeconómico, la práctica deportiva, y su rol en el hogar. Asimismo, con el fin de estudiar el valor, la función familiar y social del deporte, direccionada al derecho que se tiene de educar el cuerpo y todo lo que se educa a través del cuerpo, como lo son los valores, las emociones y los sentimientos, se realizó, de manera observacional la respuesta conductual que tenían los padres e hijos frente a su participación y accionar dentro de cada una de las actividades propuestas.

Los padres e hijos plantean el hecho de generar espacios, ambientes, escenarios o entornos que garanticen momentos de calidad entre los miembros que conforman el núcleo familiar. Como estrategias planteadas e interiorizadas, los grupos familiares sellan, el compartir más tiempo, la disposición de escuchar, manejar adecuadamente las emociones (autocontrol), un mejor aprovechamiento del tiempo libre, el buen uso de las tecnologías de comunicación e información, el no vivir superficialmente (como si nada importara), facilitar

la buena comunicación, controlar los temperamentos, y lo más importante convivir en paz y armonía, sin mentiras, ni tapujos y mucho menos tabús.

Un ejemplo claro de ello, es lo que nos plantea Gómez y Kotliarenco (2011) quienes establecen sistemas y procesos inmersos en la resiliencia frente a los contextos de adversidad (fig. 1); en el cual los lazos relacionales que acoplan a personas y sistemas, aprueban el hecho de circular hacia un trayecto cooperativo del desarrollo humano, en la fabricación y asentamiento de la experiencia dinámica que confiere la salud mental (Gómez & Kotliarenco, 2011, p. 107).

*Figura 1 Sistemas y procesos involucrados en la resiliencia frente a contextos de adversidad*



Fuente: tomado de Gómez y Kotliarenco (2011)

Otro ejemplo, es la “identificación de factores claves respecto a la protección de los niños y jóvenes que consiguen ser potenciados, con el fin de contrarrestar el impacto de los factores de riesgo como es el caso del trauma y el estrés; donde el factor más importante es la interrelación del niño y el joven con amigos, su familia y otros adultos fuera de su esfera familiar” (Axmann et al., 2009).

De lo anterior, como primero, los padres e hijos asocian y ponen a consideración el mal uso de las TIC’S (Tecnologías de Información y Comunicación), como lo es el celular, los computadores, las tabletas y la gran variedad de elementos digitales que permiten comunicarse con otras personas de forma virtual. Con ello, tenemos el manejo inequívoco de las redes sociales y las aplicaciones descargadas (Facebook, WhatsApp, Twitter, Instagram, entre otros), de los cuales solo con un me gusta o un gesto facial virtual “emoji” se transmite lo que se llega a sentir en ese momento.

Como segundo, la mala distribución del tiempo, debido a la carga académica o laboral, lo cual imposibilita dedicar tiempo a la familia y a tener tiempo de calidad y no de cantidad con los miembros del hogar. En tercera medida, como factor implícito en el fortalecimiento de los lazos afectivos familiares y sociales, radica en la motivación. Vegas (2006) señala; si no estás motivado hacia la adquisición de determinados hábitos, conocimientos, actitudes o habilidades, el proceso de asimilación de los mismos se verá perjudicado, al igual que en el caso contrario, este hecho actuara como eje facilitador del mismo (Vegas, 2006).

El ir más allá, de tan solo abarcar, acoger la resiliencia y la disfuncionalidad de las familias desde su funcionalidad comunicativa; es llegar a evidenciar, permear y tocar lo más profundo de las emociones de cada persona, el compartir sus preocupaciones, miedos,

fracasos, aciertos y frustraciones, con otras familias, y expresar a partir de su cuerpo gestual lo que siente al narrar sus experiencias.

Al respecto, la resiliencia es un semblante significativo dentro del contexto del deporte (Bretón et al., 2016; Chiva, 2017, p. 3), como lo es el caso de la resiliencia familiar en el fútbol, por la cual se establecen las similitudes y diferencias que se presentan en deportistas de dos categorías (sub 17 y sub 19). Allí, se focaliza unos grupos de interés como lo es: las situaciones adversas frente a los momentos difíciles por los que ha pasado cada jugador, los recursos entendidos como herramientas a las que acuden para intentar salir de situaciones difíciles, el enfrentarse a las adversidades que se presentan dentro y fuera del fútbol, las fortalezas que tienen los jugadores para sobresalir ante una situación, y las debilidades refiriéndose a las carencias o dificultades (Espinosa & Mora, 2010).

Sobre el asunto, el ser humano no es solo un encierro de sí mismo; al contrario, es una vivencia de vida que, cuando se trabaja en familia como una comunidad, se apoya, se acompañan, se escuchan y se aconsejan como un solo movimiento de paz, amor y de una búsqueda exhaustiva de un bien común, que dignifica e incluye desde el sentir, estar y el hacer en el otro y por el otro.

Por tanto, se puede aseverar que los objetivos que se aspiraban a conseguir con la elaboración de ese trabajo se han conseguido, ya que se ha manifestado con éxito, el uso del deporte como agente mediador para el fomento de la resiliencia familiar en personas en situación de vulnerabilidad en condición de pobreza, en beneficio de fortalecer los lazos afectivos en los grupos familiares participantes del Club Deportivo Usme.

Además, se extrae que la dificultad económica, el avance tecnológico, la confianza en el hogar y el mal uso del tiempo, son determinantes en la enemistad comunicativa que se

origina cada día en los hogares de las familias participantes, y que además la ruptura en la tradición cultural y generacional han sido limitantes de los procesos educativos y formativos en el ámbito familiar.

Se determina que cada uno de los integrantes que hicieron parte de esta gran experiencia, generaron un cambio en sus actitudes emocionales y sentimentales; seres más resilientes. Los padres y los hijos por medio de las reglas del deporte adquieren límites, igualdad ante los demás, comparte, cede el lugar para que juegue otro compañero, sabe esperar el turno, son aprendizajes que surgen a través de la práctica” (Castillo, 2015). Así como se ha planteado, el triángulo y trabajo mancomunado que se origina, persigue estrategias que apunten y aviven las enseñanzas y aprendizajes desde las experiencias significativas que se desgajan de la práctica del deporte.

## Conclusiones

Desde la ley, cabe destacar que los documentos se encuentran establecidos para fomentar una sociedad participativa e incluyente, con el propósito de aportar con la sociedad de carácter activo, a más de que, todas designan que el deporte es un derecho, desde el cual se busca que su reciprocidad y cooperación sea de insignia universal, que alcance y abarque a todas las poblaciones del país (León, 2015). Estas políticas no solo deben ser observadas desde la ley como norma, regla o código; al contrario, conviene establecerse desde la función del deporte como principal característica del desarrollo activo de los miembros de una comunidad, en busca de ser capaces de lograr al final una acción transformadora de las necesidades y problemas a resolver, es decir, conducir a una mayor cohesión social y a una mayor convergencia regional (Axmann et al., 2009, p.12). Desafortunadamente, que el deporte sea considerado un derecho, no hace que sea garantizado (Congreso de Colombia, 1995).

Teniendo en cuenta los objetivos y las metas que se trazaron para la elaboración de este proyecto, y consumando una revisión de todos los resultados, se identifica que el deporte es objeto e instrumento desde el cual se puede, se debe hacer resiliencia familiar y cohesión social, no solo por el deporte en sí mismo, sino porque al ser un derecho que garantiza un bienestar en los individuos y las personas, al servir como mecanismo de tejido social, se convierte en valioso instrumento que hace que a través de este se incluya, se minimicen inequidades y desigualdades sociales frente a los Derechos Humanos, civiles y ciudadanos.

De esta manera, los padres de familia frente a las diferentes construcciones y representaciones con respecto a su vida y la vida de sus hijos, el entorno social, a sus comportamientos físicos y emocionales; establecen que a pesar de que tienen la capacidad de

interactuar, comunicarse y escuchar, en base al carácter, la actitud, las emociones, las demostraciones de afecto y los sentimientos que presentan sus hijos, se encuentran preocupados por las barreras que imponen sus hijos frente al dialogo, por la falta de confianza y comunicación en el hogar, siendo aún más alarmante el consumo masivo y el mal uso que dan sus hijos a la tecnología.

Ante todo, los padres de familia al ser el agente social con más autoridad, buscan participar activamente a pesar de sus obligaciones económicas, en todo lo que se relaciona con las áreas de interés de sus hijos, en este caso el deporte; con el fin brindarle herramientas adecuadas y apropiadas que le haga pensar en lo importante que es la vida, las personas que lo rodean, la acción deportiva y que él vea que está siendo apoyado por todos y cada uno de los sujetos sociales que le envuelven,. Entonces, el deporte como agente mediador de procesos sociales, educativos, culturales y deportivos, en cualquier etapa de la vida, más en la niñez, es en un porcentaje muy alto, importante y enriquecedor, gracias a que, en el mismo deporte, se aprenden técnicas y habilidades, se contribuye a la formación integral en la familia y la sociedad.

En definitiva, se puede reflexionar que la resiliencia familiar en torno a la función social del deporte en la educación del individuo, como ser inteligente, pensante y crítico, con valores éticos y principios morales, es capaz de enfrentar diferentes y distintas situaciones y condiciones sociales, positivas y negativas; las cuales conllevan a reflexionar y plantear preguntas que profundicen en la condición y la situación actual en la que viven las personas, y el valor actual del deporte social: ¿Ser pobre es lo mismo a vivir en la pobreza? ¿Pobreza mental o pobreza social? ¿Ser humilde es ser pobre? ¿Gente pobre o en condición de pobreza? ¿El deporte para las personas genera un status político, económico, social, cultural,

psicológico e intelectual? Y finalmente, ¿El deporte al mismo nivel que la educación? Por otra parte, esta búsqueda se puede extender al estudio y diseño de otras estrategias que logren tratar los diversos conflictos sociales, a través de herramientas deportivas que generen la reflexión activa y constante de las personas.



## Ilustraciones

### Familia y deporte (1ra clase)



*Ilustración 1 Globitos voladores*



*Ilustración 2 La pelota preguntona*



*Ilustración 3 Relajando andamos*



*Ilustración 4 Grupo participante*

### ¿Conozco a mis hijos? (2da clase)



*Ilustración 5 Momento de reflexión*



*Ilustración 6 El reloj*

### Educar en el deporte (3ra clase)



*Ilustración 7 Visita docente Martha Bernal*



*Ilustración 8 La caja mágica*

### ¿Sabemos comunicarnos? (4ta clase)



*Ilustración 9 Saludar de formas diferentes*



*Ilustración 10 Para dialogar*

### Derecho a una autoimagen positiva (5ta clase)



*Ilustración 11 Abecedario corporal*



*Ilustración 12 Futbolistas gateadores*



*Ilustración 13 Presentación teatral*

### **Nuestro tiempo en familia (6ta clase)**



*Ilustración 14 La momia*



*Ilustración 15 Torre de zapatos*



*Ilustración 16 Pasa la pelota*



*Ilustración 17 El gordo*



*Ilustración 18 Transporta el pin pon*



*Ilustración 19 Pista de jabón*



*Ilustración 20 El quiebra nalgas*



*Ilustración 21 Pesca Sumando*



*Ilustración 22 La lleva*



*Ilustración 23 Tumba la torre*



*Ilustración 24 Tiro al blanco*



*Ilustración 25 Apunta y enchola*



*Ilustración 26 Encostalados*

## **Anexo**

[Plan de intervención para resiliencia familiar.docx.](#)

Anexo 1 Plan de intervención para resiliencia familiar



## Bibliografía

- Aguilar-Palacio, I., Gil-Lacruz, M., & Gil-Lacruz, A. I. (2013). Salud, deporte y vulnerabilidad socioeconómica en una comunidad urbana. *Atencion Primaria*, 45(2), 107–114. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2012.10.004>
- Alcalde, E. L., Bogotá, M. D. E., & Ana, H. U. (2014). Política Pública Distrital de Servicio a la Ciudadanía en la ciudad de Bogotá D.C, (10), 1–28.
- Araoz-Fraser, S., Santos Calderón Jaime Arias Ramírez Jaime Posada Díaz Fernando Sánchez Torres Dánghelly Giovanna Zúñiga, R., Alejandro Garzón Cubillos Rector Guillermo Páramo Rocha, D., Echeverri Ángel Vicerrector Administrativo Financiero Nelson Gnecco Iglesias, L., Otero Prada, D., Carlos Guzmán Rodríguez, L., & Bautista Jenny Paola Lis G, J. R. (2010). Inclusión social: un propósito nacional para Colombia Consejo Superior Vicerrectora Académica Una publicación del departamento de economía Departamento de Comunicación y Publicaciones.
- Arias, J., González, A., Gelvez, C., & Melo, C. (2012). Avances y retos de la Política Social en Colombia, 17.
- Axmann, M., Tosello, E., & Macchiotti, L. (2009). Derecho y Management del Deporte FIFA–CIES. Sexta Edición. Retrieved from <http://www.cies-cu-egypt.org/download/Derecho-y-Management-del-Deporte-FIFA-Entrega-Final-Sept30-2010.pdf>
- Bamonte, L. (2008). El juego y el deporte como una herramienta para la inclusión social y educativa. *Jornadas de Cuerpo y Cultura de La UNLP, 15 Al 17 de Mayo de 2008, La Plata*. Retrieved from [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.687/ev.687.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.687/ev.687.pdf)
- Becona, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto, 11, 125–146.
- Bravo, Neira y Escobar, S. (2010). El Deporte Como Medio de Inclusión En Condiciones de

Vulnerabilidad.

Bretón, S., Zurita, F., & Cepero, M. (2016). La resiliencia como factor determinante en el rendimiento deportivo. Revisión bibliográfica. *E-Balonmano.Com*, 12(2), 79–88. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5755975.pdf>

Castillo, M. E. (2015). "Influencia de los adultos en el futbol infantil".

Cayuela Maldonado, M. J. (1997). Los efectos sociales del deporte: ocio, integración, socialización, violencia y educación. *Centre d'Estudis Olímpics UAB*, 1–21.

Chiva, B. (2017). El deporte como fomento de la Resiliencia.

COLDEPORTES. (2016). *Las Políticas Públicas del Deporte, la Recreación y la Actividad Física en Colombia*.

Colombia, U. N. de. (2014). Construcción de ciudadanía e inclusión social.

Congreso de Colombia. (1995). Ley 181 de Enero 18 de 1995. *Diario Oficial*, 23. Retrieved from [http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919\\_archivo\\_pdf.pdf](http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf)

Congreso de la República de Colombia. (1991). Constitución Política Nacional Colombiana de 1991. Retrieved from [http://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion politica de Colombia - 2015.pdf](http://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia%20-2015.pdf)

Congreso de la República de Colombia. (1994). Ley 115 febrero 8 de 1994. *Congreso de La República de Colombia*, 50. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

España. (2010). *Deporte, actividad física e inclusión social: Una guía para la intervención social a través de las actividades deportivas. Plan A+D*. Retrieved from <http://www.planamasd.es/sites/default/files/programas/medidas/actuaciones/WEB-GUIA+I.pdf>

Espinosa, M. C., & Mora, J. D. (2010). Conductas Resilientes en Futbolistas de las Categorías

Sub 19 y Sub 17 en Bogota, 6–102.

Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2010). Recursos personales, síndrome de estar quemado por el trabajo y sintomatología asociada al estrés en docentes de enseñanza primaria y secundaria. *Ansiedad y Estrés*, *16*(1), 47–60.  
<https://doi.org/10.11600/1692715x.1113300812>

Fernández Gavira, J. (2007). La inclusión social a través del deporte. *Escuela Abierta*, *10*, 253–271.

Foppiano Vilo, G. (2013). Actividad Física y Deporte Orientado al Esfuerzo de las Habilidades Sociales en Sectores de Alta Vulnerabilidad, 1–39.

Garrido, M.E.; González, G.; Romero, S. (2010). La Actuación de los Padres en las Escuelas Deportivas Municipales de Sevilla, *2*(3), 261–276.

Gobierno colombiano, C. de la R. (2009). ley 1346 de 2009. Aprobación Convención ONU derechos Personas con Discapacidad, 4. Retrieved from <http://web.presidencia.gov.co/leyes/2009/julio/ley134631072009.pdf>

Gomà, R., & Giménez, L. (2003). *La Inclusión Social*.

Gómez, A., López, J. F., & Tandeoy, L. A. (2013). Pobreza y vulnerabilidad como condicionantes de la violencia intrafamiliar 1. *Universidad Autónoma de Santo Domingo UASD y Centro Cultural Poveda*, 1–30. Retrieved from [http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/777/Pobreza y vulnerabilidad como condicionantes de la violencia intrafamiliar.pdf?sequence=1](http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/777/Pobreza_y_vulnerabilidad_como_condicionantes_de_la_violencia_intrafamiliar.pdf?sequence=1)

Gómez, B. (2010). Resiliencia individual y familiar, 0–194.

Gómez, & Kotliarenco, M. A. (2011). Resiliencia Familiar: un enfoque de investigación e intervención con familias multiproblemáticas. *Revista de Psicología*, *19*(2), Pág. 103-132.

<https://doi.org/10.5354/0719-0581.2010.17112>

Gutiérrez, M., & Gutiérrez Sanmartin, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educacion*, 335, 105–126. Retrieved from [http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335\\_10.pdf](http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf)

Ibeth Sánchez. (2013). Una Mirada A Las Políticas de Desarrollo Para La Inclusión Social Desde Los Derechos Humanos En Colombia, 1–17.

Jacobo, P. (1991). Constitución Política 1991, 1991(Junio 13).

Kim, Y. W. (2007). Educación Superior Inclusiva en Corea.

Lazaro Fernandez, Y. (1975). Carta europea del patrimonio arquitectónico, 4.

Lázaro, Y. (2007). *Ocio y discapacidad en la normativa autonómica española*. Retrieved from [http://www.deusto-publicaciones.es/ud/openaccess/ocio/pdfs\\_ocio/ocio33.pdf](http://www.deusto-publicaciones.es/ud/openaccess/ocio/pdfs_ocio/ocio33.pdf)

León, A. (2015). Propuesta para la Inclusión de Niños de 6 Años Como Población Beneficiada en el Desarrollo de la Jornadas Complementarias Deportivas Superate (JCDS), 1–83.

Martínez, Lira, M. (2011). orientación con Padres y Madres de Familia.

Nacional, M. D. E. (2013). Lineamientos Política de Educación Superior Inclusiva. *Ministerio de Educación Nacional*. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>

Olivera, J. (2010). Pobreza y deporte. *Apunts*, 102(4), 5–8.

ONU. (1948). Declaración Universal de Derechos Humanos.

Piña, J. A. (2015). Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *Anales de Psicología*, 31(3), 751–758. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.185631>

Puerta, E., & Vasquez, M. (2012). Concepto de Resiliencia. *Previva*, 1(2), 1–4. <https://doi.org/10.1024/0301-1526.32.1.54>

Quesada, L. (2003). En la Formación Futbolística del Niño, 3, 77–81.

- Ramos, N. y T. (2006). *Inclusión Social*.
- Rodríguez, J. (2001). *Vulnerabilidad Y Grupos Vulnerables: Un Marco De Referencia Conceptual Mirando a Los Jóvenes. serie población y desarrollo (CEPAL)*. Retrieved from <http://www.eclac.cl/cgi-bin/getProd.asp?xml=/publicaciones/xml/9/7889/P7889.xml&xsl=/celade/tpl/p9f.xsl&base=/tpl/top-bottom.xslt>
- Secades, X. G., Molinero, O., Barquín, R. R., Salguero, A., Vega, R. D. La, & Márquez, S. (2014). La resiliencia en el deporte: fundamentos teóricos, instrumentos de evaluación y revisión de la literatura. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 14(3), 83–92. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232014000300010>
- Trujillo, M. (2003). La resiliencia en la psicología social. *Revista Científica de La Facultad de Estudios Superiores Iztacala*, 1(2), 1–6. Retrieved from <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-AF.pdf>
- Unicef. (2004). *Deporte para el desarrollo en América Latina y el Caribe*.
- Universidad Alberto Hurtado. (1995). *El Proceso de Investigación Cualitativa*, 40.
- Vegas, G. (2006). Metodología de enseñanza basada en la implicación cognitiva del jugador de fútbol base., 720.
- Vélez, C. (2005). Lineamientos de política para la atención educativa a poblaciones vulnerables, 2–52.
- Vidal, D. (2015). *Importancia de lo Padres de Familia en Edad Escolar*.
- Villalba Quesada, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. *Psychosocial Intervention*, 12(3), 283–299. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1355192&info=resumen&idioma=SPA>

