

## INSTRUMENTO PARA SESIONES PSICOLÓGICAS

**Proyecto:** Música y convivencia: talleres musicales para la formación en valores en barristas del Frente Rojiblanco Sur del Junior de Barranquilla.

**Título del Programa:** Licenciatura en Música

**Estudiantes:** Angelo Marcelo Portacio Jiménez y Sebastián Santiago Collado

**Lugar de realización:** Barranquilla Atlántico

**Población Objetivo:** Jóvenes barristas participantes del Frente Rojiblanco Sur

**Número de Sesiones:** 6 (ajustable según necesidades)

**Duración por Sesión:** 60 - 90 minutos

**Metodología:** Enfoque mixto (cualitativo y cuantitativo)

**Objetivo General:** Evaluar e intervenir en los aspectos emocionales, cognitivos y conductuales de los jóvenes a través de estrategias psicológicas que favorezcan su desarrollo personal y la convivencia.

**1. FICHA DE CARACTERIZACIÓN DEL PARTICIPANTE** (Diligenciada en la primera sesión para identificar el perfil del participante)

**Nombre y Apodo (si aplica):**

**Edad:**

**Tiempo en la barra y en el grupo musical:**

**Rol dentro del grupo musical:**

**Nivel educativo:**

**Situación familiar (convivencia, relaciones, antecedentes de violencia):**

**Historial de consumo de sustancias (si aplica):**

**Expectativas respecto al taller musical y psicológico:**

## 2. GUÍA PARA SESIONES PSICOLÓGICAS

### Sesión 1: Identidad y Pertenencia

**Objetivo:** Explorar la identidad de los participantes dentro del grupo y su sentido de pertenencia.

**Técnicas:**

- Conversatorio guiado sobre qué significa ser parte de la barra y del grupo musical.
- Dinámica "Línea de Vida": Dibujar un camino con momentos clave de su vida y cómo influyeron en su identidad.

**Preguntas Claves:**

¿Qué significa para ti ser parte de este grupo?

¿Cuáles son los valores que identificas en la barra?

¿Qué emociones experimentas en los encuentros deportivos y en la música?

### Sesión 2: Manejo de Emociones y Resolución de Conflictos

**Objetivo:** Identificar emociones predominantes y aprender estrategias para su regulación.

**Técnicas:**

- Role-playing de situaciones comunes de conflicto en la barra.
- Escala de Autoevaluación Emocional (identificar intensidad y frecuencia de emociones como rabia, miedo, felicidad).

**Preguntas Claves:**

¿Cómo reaccionas ante una provocación o agresión?

¿Qué estrategias usas para calmarte en situaciones de tensión?

¿Cómo puede la música ayudar a canalizar estas emociones?

### Sesión 3: Valores Éticos y Morales en la Convivencia

**Objetivo:** Reflexionar sobre la importancia de los valores en la vida cotidiana y la convivencia.

**Técnicas:**

Lluvia de ideas sobre valores clave dentro y fuera del grupo.

Análisis de dilemas morales relacionados con situaciones reales de la barra.

**Preguntas Claves:**

¿Qué valores consideras más importantes para la convivencia en el grupo?

¿Los valores deben ser innegociables o pueden ajustarse a la situación?

#### **Sesión 4: Autoestima y Proyecto de Vida**

**Objetivo:** Fortalecer la autoestima y explorar metas personales.

**Técnicas:**

- Ejercicio de reconocimiento de fortalezas personales.
- "Carta al Futuro": Escribir una carta describiendo cómo se ven en 5 años.

**Preguntas Claves:**

¿Cómo te sientes cuando interpretas música?

¿Qué habilidades has descubierto en ti a través del grupo?

¿Cómo crees que tu participación aquí puede ayudarte en el futuro?

#### **Sesión 5: Prevención de Riesgos y Toma de Decisiones**

**Objetivo:** Identificar factores de riesgo en el entorno y estrategias de afrontamiento.

**Técnicas:**

Análisis de casos sobre situaciones de riesgo.

Mapa de Redes de Apoyo (identificación de personas y espacios seguros).

**Preguntas Claves:**

¿Qué riesgos identificas en tu entorno?

¿Cómo puedes actuar en una situación de presión grupal negativa?

#### **Sesión 6: Evaluación y Cierre**

**Objetivo:** Reflexionar sobre aprendizajes y establecer compromisos personales.

**Técnicas:**

- Cuestionario de evaluación de cambios en autopercepción y convivencia.
- Dinámica de cierre: "El Legado" (cada participante comparte un compromiso para el futuro).

**Preguntas Claves:**

¿Qué cambios has notado en ti desde que iniciaste en el grupo musical?

¿Qué aprendizaje te llevas de estas sesiones?

### **3. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

Para asegurar validez y confiabilidad en el proceso, se utilizarán:

- Escala de Autoevaluación Emocional (pre y post intervención)
- Cuestionario de Valores y Convivencia (antes y después del programa)
- Registro de Observación de Sesiones
- Entrevistas semiestructuradas a participantes

Este instrumento permite estructurar las sesiones psicológicas con una base metodológica rigurosa, asegurando una intervención significativa en la convivencia de los jóvenes barristas a través de la música.