



Universidad
Internacional
de Valencia

Memoria de prácticas

TITULACIÓN:

Máster U. en Psicología de la
Intervención Social y
Comunitaria.

Curso académico: 2026
Sant Sadurni d'Anoia, Junio
2026

Alumno/a: Priscila
Barrera Verdeguer

D.N.I.: 71161943N

Tutor: Rafael Jarrod
Franco

Convocatoria:
segunda

Orientación: profesional

De:

 Planeta Formación y Universidades

Índice

1. Descripción del centro	3
1.1. Datos básicos del centro	3
1.2. Organigrama	3
1.3. Características principales	3
1.4. Características de la población atendida	4
2. Descripción de los principales objetivos de las prácticas	4
3. Descripción y desarrollo de las actividades llevadas a cabo durante las prácticas.	
Cronograma	5
3.1. Organización de la intervención por fases	6
3.1.1. Fase 1. Cohesión grupal, emociones e identidad	6
Taller 1. Nos conocemos	7
Taller 2. ¿Emo...qué?	8
Taller 3. Quién soy	9
3.1.2. Fase 2. Vínculos familiares y necesidades emocionales de la infancia	10
Taller 4. Hola, mamá	11
Taller 5. Hola, papá	12
Taller 6. Mi niño/mi niña	12
3.1.3. Fase 3. Relaciones afectivas, integración y cierre	13
Taller 7. Mi media naranja	14
Taller 8. Mi aprendizaje	15
3.1.4. Cronograma de actividades	16
4. Autoevaluación de las competencias adquiridas	17
5. Conclusiones y valoración general	18
6. Referencias bibliográficas utilizadas	20

1. Descripción del centro

1.1 Datos básicos del centro

Las prácticas externas se realizaron en CC ONG Ayuda al Desarrollo, entidad ubicada en la calle Sant Antoni, número 45, código postal 08770, en Sant Sadurní d'Anoia, provincia de Barcelona.

CC ONG Ayuda al Desarrollo es una asociación sin ánimo de lucro dedicada a la cooperación para el desarrollo y a la intervención social. La entidad impulsa proyectos orientados a mejorar las condiciones de vida de personas y comunidades en situación de vulnerabilidad, mediante actuaciones relacionadas con la educación, la salud, el desarrollo comunitario, la formación, el voluntariado y la sensibilización social. Su actividad se desarrolla tanto en España como en otros países y se fundamenta en valores como la solidaridad, la participación, la igualdad de oportunidades, la justicia social y el compromiso con las comunidades atendidas.

1.2 Organigrama

CC ONG Ayuda al Desarrollo está dirigida por su Junta Directiva, presidida por Rafael Jarrod Franco. La entidad cuenta con profesionales de la psicología, una trabajadora social, personal administrativo y personas voluntarias que colaboran en sus distintos programas y actividades (CC ONG Ayuda al Desarrollo, 2026).

Esta estructura multidisciplinar permite abordar las necesidades de la población desde una perspectiva psicológica, social, educativa y comunitaria, favoreciendo la coordinación y el seguimiento de las intervenciones.

1.3. Características principales

CC ONG Ayuda al Desarrollo desarrolla actuaciones sociales y comunitarias mediante el trabajo coordinado de profesionales y personas voluntarias. Su metodología combina actividades grupales, acompañamiento social, formación y acciones orientadas a la participación y al desarrollo personal de colectivos en situación de vulnerabilidad.

Durante las prácticas, la intervención se realizó mediante talleres, actividades de convivencia y espacios de escucha, adaptando el lenguaje y las propuestas a las características culturales y emocionales de los adolescentes.

1.4 Características de la población atendida

La población atendida estuvo formada por aproximadamente unos 20 adolescentes de entre 13 y 17 años. Procedían de diferentes nacionalidades y contextos culturales, principalmente de Marruecos y de distintos países africanos. Aunque comprendían adecuadamente el español, algunos presentaban dificultades para expresar sus emociones, pensamientos y necesidades.

Una característica especialmente relevante fue la existencia de varias relaciones sentimentales dentro del grupo. Los celos, la desconfianza, las rupturas y las posibles infidelidades generaban conflictos que afectaban a la convivencia, la participación en los talleres y las relaciones entre los participantes.

También se observaron dificultades de empatía, reconocimiento y expresión emocional, comunicación y resolución de conflictos, junto con problemáticas familiares y de adaptación cultural. Aunque inicialmente algunos adolescentes mostraron recelo y resistencia a participar, la creación progresiva de un clima de confianza favoreció una asistencia más regular y una mayor implicación en las actividades.

2. Descripción de los principales objetivos de las prácticas

El objetivo principal de las prácticas fue detectar las necesidades psicosociales del grupo y diseñar talleres de intervención adaptados a sus características emocionales, sociales y relacionales.

La intervención se orientó especialmente al reconocimiento y expresión de las emociones, la empatía, la comunicación, la resolución de conflictos y los vínculos familiares y sentimentales. El desarrollo de estas competencias resulta especialmente relevante durante la adolescencia, etapa en la que se consolidan la identidad, las relaciones entre iguales y las habilidades emocionales y sociales (American Psychological Association, 2002; Bisquerra & Pérez-Escoda, 2007).

Asimismo, se planteó mantener una intervención flexible, capaz de adaptarse a las situaciones que surgían dentro del grupo, especialmente a los conflictos de pareja, los celos, la desconfianza y las rupturas.

Los objetivos específicos fueron:

- Detectar las principales necesidades emocionales, sociales y relacionales.
- Observar las dinámicas grupales y los conflictos entre los participantes.
- Diseñar e impartir talleres adaptados al grupo.
- Favorecer la conciencia, expresión y regulación emocional.
- Potenciar la empatía, la comunicación y la resolución de conflictos.
- Abordar dificultades vinculadas a las relaciones familiares y sentimentales.
- Crear un espacio seguro, participativo y respetuoso.
- Desarrollar flexibilidad y capacidad de adaptación durante la intervención.

3. Descripción y desarrollo de las actividades llevadas a cabo durante las prácticas. Cronograma

Durante el periodo de prácticas se realizaron 100 horas presenciales, distribuidas de lunes a viernes durante aproximadamente tres semanas y media. La actividad principal consistió en el diseño, preparación y desarrollo de ocho talleres grupales dirigidos a adolescentes de entre 13 y 17 años en riesgo de exclusión social.

Cada taller tuvo una duración de entre dos y dos horas y media y se diseñó a partir de las necesidades observadas. La planificación se mantuvo flexible para responder a las dinámicas emocionales y relacionales del grupo, especialmente relevantes durante la adolescencia (American Psychological Association, 2002).

Además, se ofrecieron espacios individuales de escucha y acompañamiento a aquellos adolescentes que deseaban compartir preocupaciones personales, familiares o sentimentales. La información obtenida permitió comprender mejor sus necesidades y adaptar las actividades grupales.

3.1 Organización de la intervención por fases

Los ocho talleres se organizaron en tres fases progresivas para ajustar la profundidad de las actividades al nivel de confianza alcanzado por el grupo. Esta secuencia permitió comenzar por la cohesión y la alfabetización emocional antes de abordar experiencias familiares y relacionales más sensibles. La identificación, expresión y regulación de las emociones constituyen competencias especialmente relevantes durante la adolescencia (American Psychological Association, 2002; Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, 2007).

La primera fase, Cohesión grupal, emociones e identidad, incluyó los talleres *Nos conocemos*, *¿Emo...qué?* y *Quién soy*. Se orientó a generar confianza, favorecer la participación, ampliar el vocabulario emocional y diferenciar la identidad personal de los acontecimientos vividos.

La segunda fase, Vínculos familiares y niño interior, estuvo formada por *Hola, mamá*, *Hola, papá* y *Mi niño/a*. Una vez consolidado un clima de mayor seguridad, se trabajaron las experiencias asociadas a las figuras parentales y las necesidades emocionales de la infancia, respetando en todo momento la voluntariedad, los límites personales y los distintos ritmos de participación.

La tercera fase, Relaciones afectivas, integración y cierre, incluyó *Mi media naranja* y *Mi aprendizaje*. Se abordaron las relaciones sentimentales, los límites, la confianza, los celos, la comunicación y la sexualidad, y se finalizó con una revisión de los aprendizajes y una reflexión sobre los cambios y objetivos futuros.

3.1.1. Fase 1. Cohesión grupal, emociones e identidad

La primera fase se orientó a crear un clima de confianza, facilitar la participación y desarrollar un lenguaje emocional compartido. Debido a la actitud defensiva y al recelo inicial de algunos participantes, se comenzó con actividades de menor exposición personal antes de abordar contenidos más sensibles. Esta fase incluyó los talleres *Nos conocemos*, *¿Emo...qué?* y *Quién soy*.

Figura 1.



Taller 1. Nos conocemos

Duración: 2 horas.

Objetivo: Favorecer el conocimiento mutuo, reducir el recelo inicial y comenzar a generar cohesión y confianza dentro del grupo.

Técnicas y materiales: dinámica de presentación, reconocimiento positivo entre iguales, bolsa con nombres y pizarra.

Desarrollo: La sesión comenzó con una presentación en la que la responsable del taller y los adolescentes compartieron su nombre y algún aspecto personal que desearan comunicar. Posteriormente, se introdujeron los nombres de los participantes en una bolsa. Cada adolescente extrajo uno al azar y expresó una cualidad o característica positiva de la persona seleccionada. Las aportaciones se anotaron en la pizarra para que el grupo pudiera visualizar el reconocimiento recibido.

Resultados observados: Aunque al inicio se percibió cierta incomodidad y actitud defensiva, la participación aumentó progresivamente. La actividad permitió identificar afinidades y resistencias, reforzar el reconocimiento entre iguales y establecer las primeras bases de confianza para abordar contenidos de mayor profundidad emocional.

Taller 2. ¿Emo...qué?

Duración: 2 horas y 30 minutos.

Objetivo: Favorecer la identificación, localización corporal y expresión de las emociones, así como desarrollar la empatía y la toma de perspectiva.

Técnicas y materiales: explicación psicoeducativa, atención corporal guiada, escritura anónima, dos cajas —una blanca y otra negra—, papeles y reflexión grupal.

Desarrollo: La sesión comenzó con una explicación sobre diferentes emociones y sobre la importancia de reconocerlas sin clasificarlas como buenas o malas. Posteriormente, mediante un ejercicio con los ojos cerrados, los adolescentes observaron en qué parte del cuerpo sentían cada emoción y cómo era esa sensación: ligera o pesada, cálida o fría, intensa o suave. A continuación, se planteó la pregunta: «¿En qué momento has sentido esta sensación corporal?». Cada participante relacionó la emoción con una experiencia personal, la escribió de forma anónima y la introdujo en la caja blanca si estaba asociada a una emoción agradable o en la caja negra si estaba vinculada a una emoción desagradable.

Después, por turnos, los adolescentes extrajeron un papel y leyeron en voz alta la experiencia de un compañero sin conocer su identidad. El grupo reflexionó sobre qué podía haber sentido esa persona, cómo interpretaba lo sucedido y qué consejo o apoyo podría ofrecerle.

Resultados observados: El anonimato permitió compartir experiencias significativas sin una exposición directa. La actividad favoreció la conciencia emocional, la empatía, la escucha y el apoyo entre iguales. También se observó una mayor capacidad para relacionar las emociones con sus manifestaciones corporales y con situaciones concretas.

Fundamentación teórica: La conciencia emocional, entendida como la capacidad para identificar y nombrar las propias emociones, constituye una competencia básica para avanzar hacia su regulación y expresión adecuada (Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, 2007).

Taller 3. Quién soy

Duración: 2 horas y 30 minutos.

Objetivo: Favorecer la diferenciación entre la identidad personal y la historia de vida, cuestionando etiquetas y creencias negativas construidas a partir de experiencias familiares o personales difíciles.

Técnicas y materiales: escritura reflexiva, pizarras individuales, diálogo guiado, escucha activa y reflexión grupal.

Desarrollo: Cada participante escribió de forma breve en una pizarra algún acontecimiento significativo de su historia, como experiencias de abandono, maltrato, ausencia parental o conflictos familiares. A partir de cada situación se trabajó qué había sucedido, cómo había afectado emocionalmente al adolescente y qué ideas sobre sí mismo podían haberse formado como consecuencia.

Posteriormente, se ayudó a separar el acontecimiento de la identidad personal. Se trabajaron ejemplos como que la conducta delictiva de un progenitor no determina la identidad ni el futuro de su hijo, o que haber sufrido abandono no significa carecer de valor ni estar destinado a repetir esa experiencia. La sesión se desarrolló mediante la palabra, la escucha y el intercambio grupal, respetando en todo momento la voluntariedad de compartir.

Resultados observados: El taller generó una elevada implicación emocional y permitió que los adolescentes compartieran experiencias significativas dentro de un clima de apoyo. Se produjeron momentos de llanto, risa, silencio y acompañamiento entre iguales. La actividad favoreció el cuestionamiento de etiquetas negativas y una comprensión más amplia de la propia identidad.

Fundamentación teórica: La construcción de la identidad constituye una tarea central durante la adolescencia y se relaciona con la forma en que la persona integra e interpreta

sus experiencias y vínculos significativos (American Psychological Association, 2002; Branje et al., 2021).

3.1.2. Fase 2. Vínculos familiares y necesidades emocionales de la infancia

La segunda fase se centró en las experiencias vinculadas a las figuras parentales y en las necesidades emocionales originadas durante la infancia. Al tratarse de contenidos especialmente sensibles, se garantizó la participación voluntaria, el respeto a los límites personales y la posibilidad de permanecer en silencio. Esta fase estuvo compuesta por los talleres *Hola, mamá*, *Hola, papá* y *Mi niño/mi niña*.

Figura 2.

Talleres. Fase 2

Vínculo materno, vínculo paterno y niño interior

<p>4 Hola, mamá</p>  <p>Objetivo: explorar el vínculo materno y expresar emociones asociadas.</p>  <p>Contenido: representación interna de la madre, dolor emocional, respiración, expresión emocional y contención en parejas.</p>  <p>Técnica principal: conciencia corporal, frases terapéuticas y sostén emocional entre iguales.</p> 	<p>5 Hola, papá</p>  <p>Objetivo: explorar el vínculo paterno y expresar emociones asociadas.</p>  <p>Contenido: experiencias de ausencia, dolor, necesidad o conflicto con la figura paterna; respiración y expresión emocional.</p>  <p>Técnica principal: conciencia corporal, frases terapéuticas y contención en parejas.</p> 	<p>6 Mi niño / mi niña</p>  <p>Objetivo: favorecer la conexión con la infancia y el autocuidado.</p>  <p>Contenido: visualización guiada, encuentro simbólico con el niño interior y reconocimiento de necesidades emocionales.</p>  <p>Técnica principal: visualización guiada y gesto reparador simbólico.</p> 
---	--	--

Taller 4. Hola, mamá

Duración: 2 horas y 30 minutos.

Objetivo: Favorecer la identificación y expresión de las emociones asociadas a la figura materna, proporcionando un espacio seguro de escucha, apoyo y regulación emocional.

Técnicas y materiales: pizarras individuales, conciencia corporal, respiración guiada, visualización, expresión emocional mediante frases, trabajo por parejas, música y movimiento corporal.

Desarrollo: La sesión comenzó recordando que la participación era voluntaria y que quienes no desearan compartir podían permanecer escuchando. Cada adolescente escribió en una pizarra algunas palabras que asociaba espontáneamente a su madre, apareciendo descripciones relacionadas con el afecto, la ausencia, el conflicto o situaciones familiares complejas.

Posteriormente, se les invitó a identificar en qué parte del cuerpo sentían la vivencia asociada a la figura materna. Con las manos colocadas sobre esa zona, realizaron varias respiraciones y expresaron frases dirigidas simbólicamente a la madre, como «Mamá, me dolió lo que sucedió». La actividad se desarrolló por parejas elegidas libremente, de forma que mientras una persona realizaba el ejercicio, la otra ofrecía presencia, escucha y apoyo. Después se intercambiaron los roles.

La sesión finalizó con música alegre, movimiento y baile grupal, con el propósito de reducir la activación emocional y cerrar la experiencia desde un estado de mayor equilibrio.

Resultados observados: El taller facilitó la expresión de emociones vinculadas al dolor, la ausencia, el enfado y la necesidad de cuidado. El trabajo por parejas favoreció la confianza y el apoyo entre iguales, permitiendo que los participantes mostraran vulnerabilidad sin sentirse juzgados. Se observó una elevada implicación emocional y un clima de respeto hacia las diferentes historias familiares.

Fundamentación teórica: Las experiencias tempranas con las figuras de cuidado influyen en la seguridad emocional y en la forma de establecer vínculos posteriores, por lo que su exploración requiere condiciones de protección, respeto y contención (Bowlby, 1988).

Taller 5. Hola, papá

Duración: 2 horas y 30 minutos.

Objetivo: Explorar y expresar las emociones asociadas a la figura paterna dentro de un contexto seguro y voluntario.

Técnicas y materiales: pizarras, conciencia corporal, respiración guiada, frases terapéuticas, trabajo por parejas y música.

Desarrollo: Se siguió una metodología similar a la del taller anterior. Cada participante escribió palabras asociadas a su padre, localizó en el cuerpo las emociones que aparecían y expresó simbólicamente aquello que necesitaba comunicar. La actividad se realizó por parejas, alternando los roles de expresión y acompañamiento, y finalizó con música y movimiento para favorecer la regulación emocional.

Resultados observados: Surgieron emociones relacionadas con la ausencia, el abandono, el conflicto, la necesidad de reconocimiento y el afecto. El apoyo entre iguales facilitó la expresión emocional y reforzó el clima de confianza del grupo.

Fundamentación teórica: Los vínculos tempranos con las figuras parentales influyen en la seguridad emocional y en las relaciones posteriores (Bowlby, 1988).

Taller 6. Mi niño/a

Duración: 2 horas y 30 minutos.

Objetivo: Favorecer una mirada más compasiva hacia la propia infancia y reconocer necesidades emocionales de cuidado, protección y afecto.

Técnicas y materiales: visualización guiada, conciencia corporal, frases de cuidado y actividad simbólica de cierre.

Desarrollo: Mediante una visualización, los adolescentes imaginaron un encuentro con su versión infantil, aproximadamente de entre 5 y 7 años. Se les invitó a observar qué sentía ese niño o niña, qué necesitaba y qué palabras hubiera deseado escuchar. Después, cada participante imaginó que le ofrecía un regalo como gesto simbólico de cuidado.

La actividad finalizó con una salida al quiosco, donde cada adolescente eligió unas golosinas o un pequeño detalle. Este cierre permitió trasladar el contenido simbólico a una experiencia concreta, agradable y compartida.

Resultados observados: El taller favoreció la conexión con necesidades emocionales de la infancia, el autocuidado y una actitud menos crítica hacia uno mismo. También reforzó la convivencia grupal mediante un cierre positivo.

Fundamentación teórica: La autocompasión se relaciona con una forma más amable y comprensiva de responder al propio sufrimiento (Neff, 2003).

3.1.3. Fase 3. Relaciones afectivas, integración y cierre

La tercera fase se centró en las relaciones sentimentales y en la integración de los aprendizajes adquiridos. Estuvo formada por los talleres *Mi media naranja* y *Mi aprendizaje*. El primero surgió como respuesta a los conflictos de pareja observados dentro del grupo, mientras que el segundo permitió revisar lo trabajado y cerrar el proceso.

Figura 3.

Talleres. Fase 3

Relaciones afectivas, integración y cierre del proceso

7 Mi media naranja



Objetivo:
trabajar las relaciones afectivas en la adolescencia.



Contenido:
pareja, límites, celos, confianza, sexualidad y relaciones saludables.



Técnica principal:
reflexión grupal y educación afectivo-sexual adaptada.



8 Mi aprendizaje



Objetivo:
integrar aprendizajes y favorecer la proyección de futuro.



Contenido:
revisión del proceso, cambios personales y compromisos futuros.



Técnica principal:
reflexión guiada y cierre grupal.



Taller 7. Mi media naranja

Duración: 2 horas y 30 minutos.

Objetivo: Reflexionar sobre las relaciones de pareja saludables, los límites personales, la confianza, los celos, el consentimiento y la sexualidad.

Técnicas y materiales: diálogo guiado, debate grupal, análisis de situaciones cotidianas y psicoeducación afectivo-sexual.

Desarrollo: El taller no formaba parte de la planificación inicial, pero se incorporó debido a la existencia de varias parejas dentro del grupo y a los conflictos relacionados con rupturas, celos, desconfianza y posibles infidelidades. Se analizaron las características de una relación saludable y se trabajó la diferencia entre afecto, control y dependencia. También se abordaron los límites, el respeto, la comunicación, el consentimiento y la toma de decisiones responsables en el ámbito sexual.

Resultados observados: La temática generó una participación elevada al estar directamente relacionada con las experiencias de los adolescentes. La actividad permitió identificar conductas normalizadas de control, expresar dudas y reflexionar sobre formas más respetuosas de relacionarse.

Fundamentación teórica: La educación afectivo-sexual durante la adolescencia favorece la adquisición de conocimientos y habilidades relacionados con el respeto, el consentimiento, la comunicación y el establecimiento de relaciones saludables (UNESCO, 2018).

Taller 8. Mi aprendizaje

Duración: 2 horas.

Objetivo: Integrar los aprendizajes adquiridos, identificar cambios personales y realizar un cierre consciente del proceso.

Técnicas y materiales: reflexión guiada, diálogo grupal y preguntas de proyección personal.

Desarrollo: Se revisaron los contenidos trabajados en los talleres anteriores y se plantearon preguntas como: «¿Qué he aprendido?», «¿Qué quiero hacer de forma diferente?» y «¿En quién quiero convertirme?». Cada participante pudo compartir los aprendizajes más significativos y los aspectos que deseaba aplicar en su vida cotidiana.

Resultados observados: La sesión permitió reconocer la evolución del grupo, consolidar los aprendizajes y cerrar el vínculo creado durante las prácticas. Los adolescentes mostraron mayor apertura y capacidad para reflexionar sobre sus decisiones futuras.

3.1.4. Cronograma de actividades

A continuación, se presenta la distribución temporal de las principales actividades desarrolladas durante las 100 horas de prácticas. El cronograma recoge las fases de observación, preparación, intervención grupal, acompañamiento individual y cierre del proceso.

Figura 4

Cronograma de actividades



4. Autoevaluación de las competencias adquiridas

Las prácticas permitieron aplicar en un contexto real conocimientos relacionados con la Psicología de la Intervención Social y Comunitaria. Una de las principales competencias desarrolladas fue la capacidad para observar las dinámicas del grupo, detectar necesidades emocionales, sociales y relacionales y transformar esa información en propuestas de intervención adaptadas a los adolescentes.

También se reforzó la capacidad para diseñar, planificar y desarrollar talleres grupales. Las actividades no se plantearon de forma aislada, sino como un proceso progresivo en el que se trabajaron la cohesión, las emociones, la identidad, los vínculos familiares y las relaciones afectivas. Esta experiencia permitió trasladar contenidos teóricos del máster a situaciones concretas y comprobar la importancia de adaptar el lenguaje, las técnicas y el nivel de profundidad a la edad y características de los participantes.

Otra competencia especialmente relevante fue la flexibilidad profesional. Aunque los talleres contaban con una planificación previa, en varias ocasiones fue necesario modificarla para atender conflictos que estaban afectando al grupo, especialmente situaciones relacionadas con celos, rupturas, desconfianza o problemas de pareja. Esta adaptación permitió aprender a priorizar las necesidades reales de los adolescentes frente al cumplimiento rígido de una programación.

Asimismo, se desarrollaron habilidades relacionadas con la comunicación, la escucha, la gestión grupal y la resolución de conflictos. La evolución del grupo, desde una actitud inicial de recelo hasta una participación más abierta, mostró la importancia de generar confianza, respetar los ritmos individuales y ofrecer diferentes formas de participación. También se adquirió una mayor conciencia sobre la responsabilidad de proteger la intimidad, la voluntariedad y los límites emocionales de los participantes.

Las prácticas permitieron trabajar competencias del máster relacionadas con la detección de necesidades, el diseño de intervenciones, el desarrollo emocional, la intervención con menores y la resolución de conflictos interpersonales. No obstante, también se identificaron algunas limitaciones. La principal fue la ausencia de una evaluación inicial y final más sistemática que permitiera valorar de manera objetiva los cambios producidos. Aunque se observaron mejoras en la participación, la expresión emocional y la cohesión del grupo, habría sido conveniente utilizar instrumentos breves o registros estructurados.

Como necesidad de formación futura, se considera importante profundizar en la evaluación de programas, la intervención grupal con adolescentes, la diversidad cultural y la prevención de la violencia en las relaciones afectivas. Asimismo, se valora que el máster podría incorporar más actividades prácticas centradas en el diseño, aplicación y evaluación de intervenciones reales, ya que facilitarían la transferencia de los contenidos teóricos al ejercicio profesional.

En conjunto, la experiencia permitió adquirir una mayor seguridad al dirigir grupos, mejorar la capacidad de adaptación y comprender con mayor profundidad las necesidades de los adolescentes en riesgo de exclusión. La autoevaluación es positiva, aunque también pone de manifiesto la necesidad de continuar formándose y de incorporar procedimientos de evaluación más rigurosos en futuras intervenciones.

5. Conclusiones y valoración general

Las prácticas permitieron comprobar que la intervención con adolescentes en riesgo de exclusión requiere tiempo, vínculo y una gran capacidad para leer lo que ocurre dentro del grupo. Muchos de los contenidos más importantes no aparecieron en la planificación inicial, sino en las situaciones reales que los propios adolescentes llevaron a las sesiones.

El trabajo realizado mostró que los talleres podían convertirse en un espacio donde hablar de emociones, familia, identidad y relaciones sin sentirse expuestos ni obligados a compartir. La participación voluntaria y el respeto a los ritmos de cada persona fueron fundamentales para que el grupo se implicara progresivamente.

Uno de los aspectos más significativos fue comprobar cómo cambió la actitud de los adolescentes a lo largo del proceso. Al inicio predominaban el recelo y la distancia, mientras que en las últimas sesiones existía una mayor cercanía, confianza y disposición para participar. Este cambio no puede interpretarse como una transformación completa, pero sí como un indicador de que el espacio creado resultó útil y significativo para ellos.

La principal limitación fue la corta duración de las prácticas. El tiempo disponible permitió iniciar un proceso, pero no realizar un seguimiento suficiente ni valorar la permanencia de

los cambios. Por ello, habría sido recomendable mantener la intervención durante más semanas y realizar una evaluación final más estructurada.

La valoración general es positiva. La experiencia confirmó la importancia de trabajar con los adolescentes desde propuestas vivenciales, cercanas y adaptadas a su realidad, sin perder de vista la necesidad de planificación, cuidado emocional y supervisión profesional.

6. Referencias bibliográficas utilizadas

American Psychological Association. (2002). *Developing adolescents: A reference for professionals*. <https://www.apa.org/pi/cyf/develop.pdf>

Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XX1*, 10, 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Branje, S., de Moor, E. L., Spitzer, J., & Becht, A. I. (2021). Dynamics of identity development in adolescence: A decade in review. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 908-927. <https://doi.org/10.1111/jora.12678>

CC ONG Ayuda al Desarrollo. (2026). *Memoria 2025*. https://ccong.es/wp-content/uploads/2026/02/memoria_2025_web.pdf

CC ONG Ayuda al Desarrollo. (s. f.). CC ONG: *La solidaridad más próxima*. <https://ccong.es/>

Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>

UNESCO. (2018). *Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: Un enfoque basado en la evidencia*. UNESCO. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260840_spa