

GAZTEEEKIN:
HABILIDADES PARA LA
VIDA
Memoria 2017 - 2018

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	pág. 3
OBJETIVOS.....	pág. 4
TALLERES DE HABILIDADES PARA LA VIDA	pág. 5
▪ Datos del grupo	
▪ Contenidos y actividades desarrolladas	
▪ Calendario y asistencias	
▪ Evaluación	
GRUPO DE ADOLESCENTES.....	pág. 12
▪ Datos del grupo	
▪ Contenidos desarrollados	
▪ Actividades y técnicas realizadas	
▪ Calendario y asistencias	
▪ Evaluación	
CONSIDERACIONES FINALES.....	pág. 18
ANEXOS	pág. 19
1. Valoración de las personas participantes del Taller y del Grupo	
2. Comparativa cuestionario autopercepción pre-test y post-test del Taller	
3. Comparativa cuestionario percepción adulta pre-test y post-test del Taller	

INTRODUCCIÓN

Gazteekin es un programa de intervención psico-educativa que busca promover el bienestar entre la población adolescente de 12-17 años mediante el entrenamiento en **Habilidades para la Vida**.

El programa se inspira en los contenidos de una iniciativa internacional formulada en 1933 por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Se trata de diez destrezas a promover en contextos educativos de diversa naturaleza, con las cuales adolescentes y jóvenes pueden ser más competentes para afrontar de manera positiva los retos del mundo actual.

Las diez habilidades para la vida propuestas son: autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de emociones y sentimientos y manejo de tensiones y estrés.

Lo novedoso de la iniciativa presentada por la OMS no fue “descubrir” las habilidades sino agruparlas y proponer que se abriera para ellas un espacio educativo. En un mundo cambiante como el actual es necesario complementar educativamente la experiencia vital de socialización con nuevas oportunidades de aprendizaje, para comprender y actuar satisfactoria y responsablemente en el mundo.

Teniendo como guía el entrenamiento en estas habilidades el programa **Gazteekin** ha desarrollado 3 talleres consecutivos dirigidos a la población de 12-14 años, veinte sesiones entre los meses de noviembre 2017 y abril 2018, y un grupo de adolescentes entre 15 y 17 años, veinte sesiones entre noviembre 2017 y mayo 2018. En total han participado 20 adolescentes.

El equipo profesional ha estado configurado por 2 profesionales de la psicología, psicoterapeutas con experiencia y formación en trabajo grupal y familiar: **Gema Campo y Ion Arruabarrena**.

OBJETIVOS

Objetivo general:

- ❖ Promover el desarrollo saludable de los y las adolescentes mediante su capacitación en habilidades para la vida.

Objetivos específicos:

- ❖ Que las personas participantes conozcan y pongan en práctica las habilidades sociales o interpersonales.
- ❖ Que las personas participantes conozcan y pongan en práctica las habilidades cognitivas.
- ❖ Que las personas participantes conozcan y pongan en práctica las habilidades para el manejo de las emociones y sentimientos.

TALLER DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Datos del grupo

Inscripciones	Número de solicitudes	15
	Número de adolescentes participantes en el grupo	12
	Número de personas que asisten a más del 75% de las sesiones	7
	Número de personas que asisten entre un 50% y un 75% de las sesiones	2
	Número de personas que asisten a menos del 50% de las sesiones	3
	Número de personas que no asisten nunca	3
Genero	Mujeres	6
	Hombres	6
Curso escolar	1º Eso	1
	2º Eso	6
	3º Eso	5
Tipología familiar	Familia nuclear	6
	Familia monoparental	3
	Familia reconstituida	3
	Otras	
País de origen	España	9
	Otros	3

Otras características:

- Edad entre 12 y 15 años.
- Tres participantes son de origen extranjero. Dos de ellos con varios años de residencia en Irún y el tercero con menos de un año.

Contenidos y actividades desarrolladas

Durante el curso de Habilidades para la Vida se han desarrollado tres talleres consecutivos.

1. Taller de Comunicación.

Se ha trabajado principalmente la Comunicación Asertiva, la Empatía y las Relaciones Interpersonales, reflexionando, modelando y reforzando las competencias que las caracterizan. Este primer bloque se desarrollo entre noviembre 2017 y enero 2018 durante 8 sesiones.

2. Taller de Manejo de Emociones y Sentimientos.

Se ha trabajado la Identificación de emociones y el Control Emocional, la Expresión de Sentimientos y el Manejo del Estrés. Reflexionando y modelando las competencias que le caracterizan. Este segundo bloque se desarrollo entre enero y marzo durante 7 sesiones.

3. Taller de Resolución de Problemas.

Se ha trabajado principalmente el Autoconocimiento, la Toma de Decisiones y la Solución de Problemas. Reflexionando, modelando y reforzando las competencias que les caracterizan. El tercer bloque se desarrollo entre marzo y mayo durante las 5 sesiones finales

A continuación, señalamos las habilidades, competencias y actividades de los diferentes talleres:

TALLER	HABILIDAD	COMPTETENCIA	ACTIVIDADES
C O M U N I C A C I O N	Comunicación Asertiva	Exponer la opinión y defender su parecer	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámicas de presentación. • Dinámicas y juegos activos de carácter motivacional • Visualización de videos sobre diferentes temas • Trabajo de equipo sobre casos reales que aportaban las personas participantes. • Brainstorming o lluvia de ideas. • Debates • Discusiones grupales • Tareas en pequeños grupos • Rolplaying sobre situaciones vividas y búsqueda de nuevas respuestas • Exposición de genogramas. Mapa relacional de las familias • Realización de paneles murales con colage. • Juegos de naipes emocionales
		Escuchar activamente y con atención a los otros	
	Empatía	Entender el punto de vista de la otra persona	
		Compartir sentimientos de amigos o amigas	
		Tomar conciencia del malestar de la otra persona por acción o inacción propia	
		Pedir disculpas cuando se ofende a alguien con palabras o acciones	
	Relaciones interpersonales	Iniciar y mantener relaciones positivas para su persona	
		Finalizar las relaciones que impiden un crecimiento personal saludable	
		Establecer relaciones en la que prima la comunicación asertiva	
	MANEJO DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS	Control Emocional	
Controlar sentimientos de rabia antes de llegar a la explosión			
Ser conscientes de los cambios físicos que acompañan a mis emociones.			
Expresión de sentimientos		Entiende que tiene derecho a sentir tanto emociones positivas como negativas.	
		La identificación de la emoción y la expresión de la misma es coherente	
		Expresa las emociones ajustándose al contexto.	

Solución de problemas y conflictos	Estrés	Comparte preocupaciones con amigos o amigas cuando la necesita	<ul style="list-style-type: none"> Fotografías de expresión emocional. Las personas participantes transmitiendo diferentes sentimientos Tareas entre sesiones
		Pide ayuda para enfrentar situaciones estresantes	
		Cuanta con técnicas para calmarse ante situaciones de tensión.	
	Autoconocimiento	Es consciente de las consecuencias de su comportamiento	
		Evita cometer los mismos errores	
		Evita dejarse llevar ciegamente por lo que hacen los demás	
	Toma de decisiones	Evalúa distintas alternativas antes de tomar una decisión	
		Tiene en cuenta necesidades y criterios propios	
		Valora consecuencias presentes y futuras	
	Solución de problemas y conflictos	Identifica la naturaleza de los problemas que enfrenta	
		Pide ayuda a personas con mas experiencia	
		Compara las posibles soluciones al problema	
Es consciente de cómo afecta a los demás la solución de su problema			

Evaluación

El taller de habilidades para la Vida se ha desarrollado con un grupo estable de **10 participantes**. Si bien se inscribieron dos participantes más, una persona abandono en la primera sesión y otra en la séptima sesión. El completo de las personas participantes lo han hecho en los tres bloques consecutivos, no habiendo habido nuevas inscripciones para el segundo y tercer taller. La configuración del grupo ha resultado bastante homogénea por la edad y los intereses compartidos. Por género han participado 6 chicas y 6 chicos.

Respecto a los **objetivos** del Taller señalar que se ha trabajado sobre lo previsto. Si bien podemos señalar tres talleres consecutivos, en el desarrollo de cada uno han estado presentes competencias de todos ellos.

El primer bloque se destino al trabajo sobre la **Comunicación** para desarrollar las competencias básicas necesarias para el desarrollo de los posteriores bloques. El taller se ha erigido como lugar donde reflexionar, entrenar y reforzar las habilidades de comunicación, a la vez que los participantes se han ido conociendo y se han establecido las normas básicas de respeto y convivencia

En el segundo taller se trabajo las habilidades de manejo de las **Emociones** que si bien es el motor de la conducta de cualquier persona lo es en mayor medida para las personas en edad adolescente. El grupo se ha constituido como un espacio privilegiado donde poder investigar, identificar y hacer los primeros ensayos de expresión de ciertas emociones silenciadas. También se han entrenado en la expresión graduada de las emociones sentidas, como por ejemplo poder sentir rabia sin llegar a la explosión.

En el tercer taller de **Resolución de Problemas** se ha reflexionado por medio de situaciones concretas y reales vividas por las personas participantes, en la búsqueda de soluciones constructivas o, por lo menos, de actuaciones que no agravaran la situación de conflicto.

En general podemos decir que los **temas** que se han tratado mas recurrentemente en los tres talleres, al igual que el pasado año, han sido el de las relaciones de pares, el bullying, las relaciones familiares y los estudios.

En relación a la **asistencia** de las personas participantes podemos considerar que el nivel de compromiso ha sido bueno con una asistencia continuada. La puntualidad en general ha sido muy buena.

La **participación** del grupo ha sido activa y natural, propiciando contenido espontáneo con el que trabajar y apoyar los contenidos teóricos previstos.

El **clima** conseguido por parte del grupo ha sido positivo y ha evolucionado hacia la confianza y el respeto. Cuatro participantes tenían la experiencia de participación de años anteriores, para el resto de las personas participantes ha supuesto su primera experiencia grupal de estas características. Para todos supone entrenar su capacidad de pensar sobre si mismos/as de manera compartida, la necesidad de sentirse perteneciente al grupo es primordial para poder hacerlo desde la seguridad y la confianza.

En los talleres hemos utilizado diferentes **técnicas** que valoramos positivamente para el desarrollo de la confianza grupal y la consecución de los objetivos. El contar con un espacio amplio nos permite utilizar dinámicas activas, y el que la sala esté dotada con proyector y conexión a internet nos permite el uso de múltiples actividades que favorecen el desarrollo del clima y de los contenidos grupales.

Al igual que el año anterior la relación con las familias se realizó por medio de una reunión general inicial donde, además de presentar los talleres, pudimos conocer a las figuras parentales y contar con alguna información inicial de la persona menor de edad. Al final del proceso las entrevistas familiares se hacen de forma individualizada para comentar la participación y efectuar las orientaciones precisas.

Con una de las participantes se ha valorado la conveniencia de apuntalar el proceso grupal con una sesión familiar y tres individuales.

En los anexos 1 y 2 incluimos un estudio sobre efectividad e impacto del Taller en las personas participantes. Tal y como señalamos en el Proyecto, nos hemos apoyado en un cuestionario pre-test y en uno post-test, en los que se recoge la percepción subjetiva de las personas que lo cumplimentan. Estos cuestionarios han sido cumplimentados por las personas participantes y por una persona referente adulta de las mismas.

En el anexo 3 presentamos los cuestionarios de valoración de las personas participantes

GRUPO DE ADOLESCENTES

Datos del Grupo

Inscripciones	Número de solicitudes	10
	Número de adolescentes participantes en el grupo	8
	Número de personas que asisten a más del 75% de las sesiones	3
	Número de personas que asisten entre un 50% y 75% de las sesiones	1
	Número de personas que asisten a menos del 50% de las sesiones	4
	Número de personas que no asisten nunca	
Genero	Mujeres	3
	Hombres	5
Curso escolar	4º Eso	1
	3º Eso	2
	Grado Medio	1
	1º Bachiller	1
	Formación Profesional Básica	2
	Otros estudios	1
Tipología familiar	Familia nuclear	2
	Familia monoparental	3
	Familia reconstituida	4
	Otras	
País de origen	España	5
	Otros	3

Otras características:

- Edad entre 15 y 17 años
- Tres participantes repiten experiencia grupal del año pasado, para el resto supone una nueva experiencia.
- Una de las personas participantes no tenía proyecto formativo.

Contenidos desarrollados

El planteamiento del Grupo difiere en estructura y metodología a los Talleres, pero persigue de igual manera incidir, reflexionar y reforzar las Habilidades para la Vida que antes hemos mencionado.

Los contenidos desarrollados en el proceso grupal han estado determinados por los intereses manifiestos de las chicas y chicos participantes y por propuestas activas de los conductores en respuesta a cuestiones identificadas en relación al propio grupo.

En las primeras sesiones se trataron las normas grupales, la presentación de las personas participantes y el conocimiento de sus inquietudes y preocupaciones.

En las siguientes sesiones se han abordado los siguientes temas:

- Genogramas familiares y relaciones intrafamiliares.
- Igualdad de género
- Maltrato psicológico
- Relación de pareja
- Relación con iguales
- Identificación de diferentes emociones y sus manifestaciones corporales. Cuando el cuerpo habla.
- Buentrato en contraposición a Maltrato.
- Medidas de Protección.
- Elección de estudios para el próximo curso.
- Proyección de futuro.

Transversalmente hemos incidido en el desarrollo de los contenidos mediante entrenamiento de diversas habilidades:

- Comunicar en el grupo de manera asertiva con claridad y en tono respetuoso.
- Favorecer las relaciones de las personas participantes de manera empática conectando con las necesidades de las otras personas.
- Afrontar los problemas y conflictos gestionando las diferencias y usando mecanismos basados en el cuidado propio y ajeno.
- Conocer las emociones y sentimientos que están en nuestro interior, poderlas expresar y gestionarlas.

Actividades y técnicas realizadas

Las sesiones se han estructurado en tres momentos:

1. Actividades iniciales de caldeoamiento y motivación para abrir las sesiones.
2. Desarrollo de los contenidos del día.
3. Propuestas de tareas para realizar entre sesiones.

Las técnicas empleadas han sido de carácter activo y participativo:

Dinámicas y juegos activos de carácter motivacional.
Visualización de videos
Brainstorming o lluvia de ideas
Discusiones grupales
Tareas en pequeños grupos
Rolplaying
Tareas entre sesiones

Evaluación.

Durante este curso el grupo de adolescentes ha trabajado sobre los **objetivos** previstos dentro del marco de desarrollo de Habilidades para la Vida. Pudiendo afirmar que se ha incidido y reflexionado sobre las habilidades sociales relacionales, cognitivas y emocionales.

En relación con las habilidades relacionales hemos trabajado sobre los beneficios de la comunicación asertiva, la importancia de desarrollar la empatía y a la vez velar por los intereses y derechos individuales. Reflexionar sobre las relaciones positivas frente a las relaciones que nos impiden el crecimiento personal saludable.

Las habilidades cognitivas, pensar de manera crítica y creativa, para afrontar problemas y conflictos que son inherentes a la vida en cualquier edad y contexto.

El grupo ha alcanzado positivamente el objetivo de ser un lugar donde dar valor a las emociones y reconocer su relevancia en la cotidianidad de nuestros actos, así como fomentar la identificación de las mismas. El ser un grupo de pocos integrantes ha favorecido el compartir contenidos con alta carga emocional y con muy buen nivel de empatía.

En relación a la **asistencia** el grupo contó con 10 inscripciones iniciales de las cuales únicamente 8 llegan a presentarse. En tres casos solo asisten a dos sesiones abandonando por diferentes problemas personales. Una cuarta participante después de cinco sesiones deja de asistir por cambio de contexto de vivienda derivada de problemas familiares.

Esto ha hecho que se constituya un grupo pequeño e íntimo que ha favorecido un alto grado de confianza y posibilitado tratar problemáticas familiares y relacionales importantes.

En el grupo hemos utilizado diferentes **técnicas** que valoramos facilitadoras para el desarrollo de la confianza grupal y la consecución de los objetivos. El contar con un espacio polivalente, amplio y con recursos materiales ha ayudado a realizar diferentes técnicas activas. También ha sido muy positivo el contar con la posibilidad de la utilización de video, proyector e Internet para la visualización de pequeños cortos de interés.

En el anexo 3 presentamos los cuestionarios de valoración de las personas participantes

CONSIDERACIONES FINALES

Trabajar sobre el objetivo del desarrollo de **Habilidades para la Vida** nos parece una herramienta muy positiva para el apoyo a la población adolescente.

El formato de única **inscripción** y continuidad para los tres talleres ha dado como resultado que todos los participantes que se inscribieron inicialmente hayan realizado los tres talleres consecutivos. Quedando abierta la posibilidad de nuevas inscripciones al inicio del segundo y tercer taller, aunque en este año no ha habido incorporaciones en estos momentos.

El curso Gazteekin 17-18 lo hemos iniciado con una reunión conjunta de **padres y madres**, diferenciándolas en dos reuniones, una para el Taller y otra para el Grupo. Pensamos que ha sido muy positivo de cara a las familias tener información y conocimiento directo de los profesionales que iban a coordinar los grupos, además de ser una manera de transmitir el encuadre sobre las normas y proceso que regirán los grupos.

En relación a las personas participantes en los talleres, dada su edad (12-14 años) hemos estimado necesaria la realización de entrevistas finales con cada familia. Han sido entrevistas útiles para aportar información a los padres y madres sobre la participación de las personas menores de edad y su evolución en los talleres. De igual manera, han sido importantes ya que nos han facilitado su visión desde la familia y, en el caso que haya sido necesario, se han podido dar orientaciones concretas. En la mayoría de los casos, se ha valorado adecuado la continuidad de las personas menores en el programa Gazteekin 18-19. Vemos indicado dar continuidad el curso que viene a las entrevistas familiares finales.

En el caso del Taller, y con una persona participante en concreto se ha intensificado el proceso con una entrevista familiar y tres individuales.

En el grupo de mayor edad (15-17) se han realizado sendas entrevistas familiares en el caso de dos participantes.

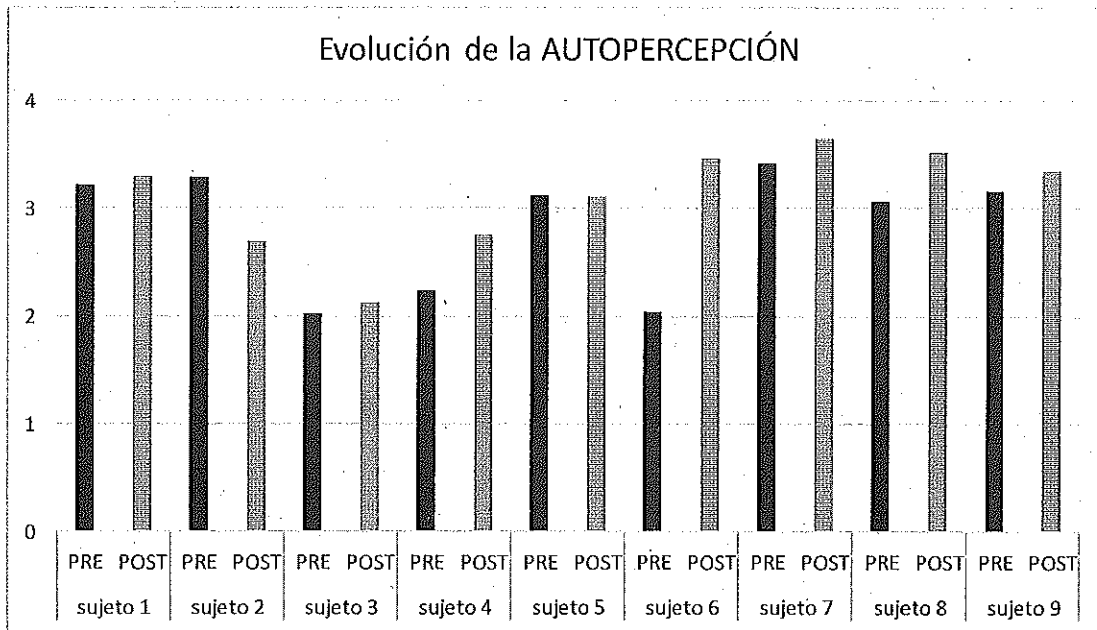
Al igual que el año pasado, valoramos de manera muy positiva el contar con una amplia sala en el Centro Cívico Palmera Montero que dispone de mobiliario adecuado, conexión a Internet con proyector y un entorno positivo donde participan diversos colectivos. Vemos adecuado dar continuidad a este Programa en dichas instalaciones

ANEXO 1

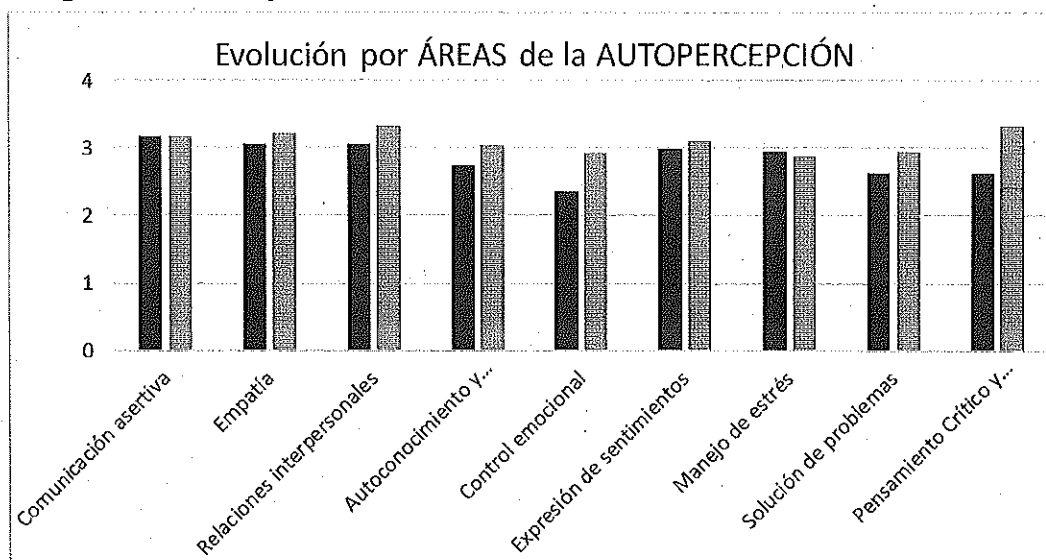
Comparativa cuestionario autopercepción
pre-test y post-test

Si bien han sido 10 las personas participantes en el proceso, únicamente hemos reflejado la comparativa de 9 sujetos ya que una de las personas participantes no cumplimentó el post-test.

Tal y como se observa en los gráficos que a continuación presentamos, la puntuación de los cuestionarios de autopercepción post-test es superior a la de los pre-test en 7 de los casos, siendo inferior en 2 de los casos.



La comparativa de las Habilidades para la Vida realizada por áreas, refleja que tras el Taller las personas participantes puntúan más en todas las áreas excepto en el manejo del estrés..

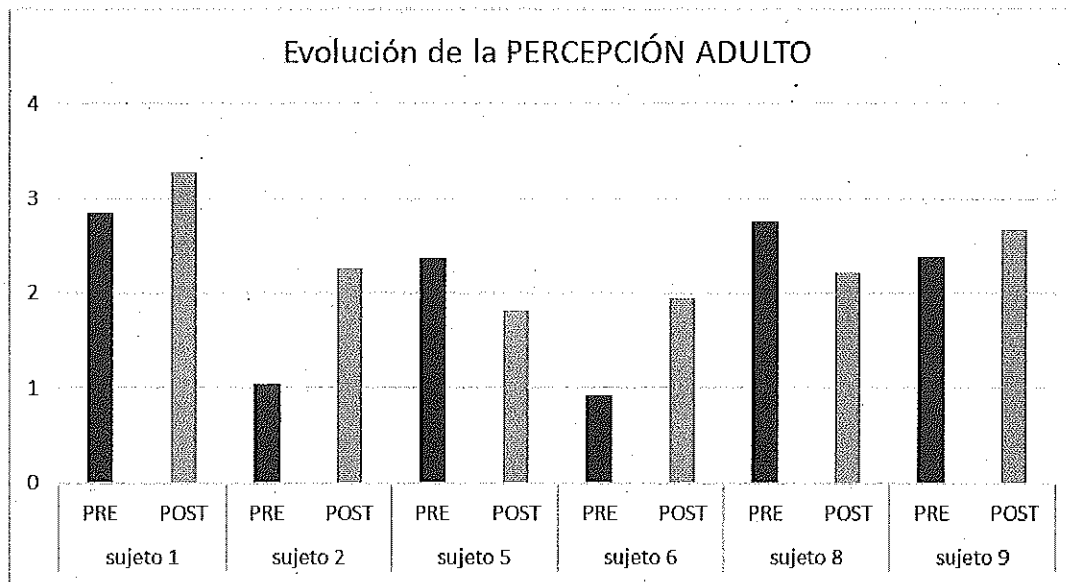


ANEXO 2

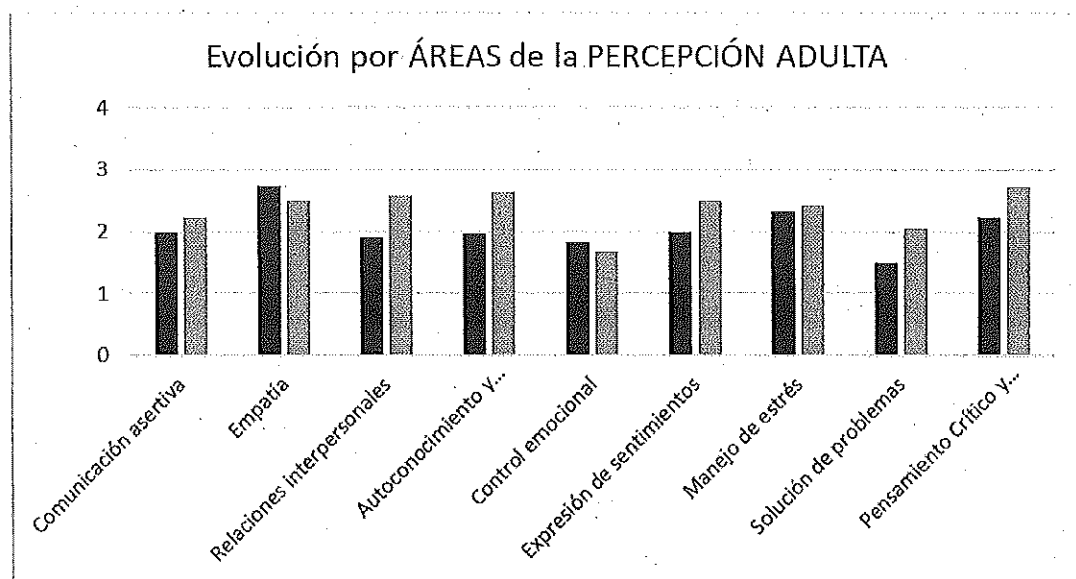
Comparativa cuestionario percepción
adulta pre-test y post-test

En el caso de la percepción de la figura adulta referente, únicamente reflejamos la comparativa de 6 figuras parentales ya que no contamos con el post-test de 4.

Tal y como se refleja en el gráfico, la puntuación de éstos es superior a los pre-test en 4 casos, siendo inferior en 2.



La comparativa de las Habilidades para la Vida realizada por áreas, refleja que tras el Taller las personas referentes adultas puntúan más en todas las áreas a excepción de la empatía y el control emocional.



ANEXO 3

Valoración de las personas participantes

RESPUESTAS AL CUESTIONARIO FINAL TALLER (2018)

N= 9

1. En el taller me he sentido.

- Muy bien: 3
- Bien: 6
- Regular:
- Mal:
- Muy Mal:

2. Participar en el taller me ha resultado:

- Muy Fácil:2
 - Porque el grupo ha estado bien
 - Porque cojo el bus de las 16:45 y vengo directo.
- Fácil: 7
 - Porque hablamos de cosas
 - Porque tenía la seguridad y confianza para poder contar todo lo que he necesitado y cuando lo he necesitado
 - Me he podido mostrar tal y como soy
 - Porque no tenía vergüenza
 - Porque me gusta hablar
 - Porque el año pasado me parecía más difícil
 - Porque me llevo bien con los compañeros
- Regular:
- Difícil:

3. ¿Me ha servido el taller?

- Mucho: 2
 - .Para aprender muchas cosas sobre muchos temas, para poder aprender a mostrarme como soy entre otras cosas.
- Bastante: 5
 - Porque ha sido interesante
 - Solucionar problemas y nuevos amigos
 - En los tres temas porque me ha ayudado en la vida
 - En hablar
 - Porque cuando he tenido problemas me han ayudado
- Regular: 2
 - Porque ya llevo bastantes años viniendo
- Poco:
- Nada:

4. ¿Qué es lo que más te ha gustado?

- Cuando nos ponemos a hablar de cosas y salimos a la calle
- Hablar y los juegos
- Mis compañeros, los profesores, las actividades y otras cosas
- La gente con la que me he relacionado
- La compañía de nuevos amigos y solución de problemas

5. ¿Qué es lo que menos te ha gustado?

- Cuando hacemos fichas
- Que fuera el jueves
- Nada
- Algunos juegos

6. ¿Has aprendido sobre los temas tratados?

- Nada:
- Algo:
- Bastante :7
- Mucho: 1

7. ¿El grupo te ha ayudado a cambiar tu manera de actuar ante alguna situación?

- Nada:
- Algo: 2
- Bastante. 6
- Mucho:

8. Valora en una escala de 0 a 10 a los coordinadores del grupo

- 10: 2
- 9: 6
- 8: 1
- 7:

9. Si se organizaran grupos de adolescentes el próximo curso, ¿participarías?

- Si: 7
- No: 1
- No se: 1

10. ¿Qué le dirías a un compañero que está pensando participar en el grupo de adolescentes?

- Que se anime a participar que se lo va a pasar bien
- Que se apunte que está bastante bien
- Que es un buen lugar para aprender muchas cosas y que siempre le podría ayudar para las cosas que mas necesite
- Que es una experiencia nueva, conoces a mucha gente y te lo pasas bien.
- Que venga y se lo pase bien
- Apúntate porque aprendes cosas y te sirve para no enfadarte, etc.
- Que está muy bien
- Pues yo ... nada porque no me llevo con los del cole



RESPUESTAS AL CUESTIONARIO FINAL GRUPO (2018)

N= 4

1-En el grupo me he sentido.

- Muy bien: 3
- Bien: 1
- Regular:
- Mal:
- Muy Mal:

2-Participar en el grupo me ha resultado:

- Muy Fácil: 1
- Fácil: 3
- Regular:1
- Difícil:
- Buena comunicación
- Porque he podido hablar sobre cosas que me incomodan y cosas que estaban geniales y que me alegraba de ellas. He podido recibir consejos y ayuda.
- Porque era sencillo
- Me he sentido a gusto en este grupo.

3-¿Me ha servido el grupo?

- Mucho: 2
- Bastante: 2
- Regular:
- Poco:
- Nada:
- El poder solucionar problemas y entender emociones que no podía descifrar.
- En los problemas y en el ánimo
- Tenía muchos problemas
- Para hacer amigos y pensar muchas cosas

4. ¿Qué es lo que más te ha gustado?

- Hablar mis problemas
- Poder compartir y escuchar el día a día mío y de mi grupo
- El juego del cordón
- todo

5. ¿Qué es lo que menos te ha gustado?

- Que durante el comienzo empezamos muchos participantes pero después empezaron a faltar muchos.
- Todo me ha gustado
- Cuando alguien se sentía mal

6. ¿Has aprendido sobre los temas tratados?

- Nada:
- Algo:
- Bastante: 3
- Mucho: 1

7. ¿El grupo te ha ayudado a cambiar tu manera de actuar ante alguna situación?

- Nada:
- Algo:
- Bastante: 3
- Mucho: 1

8- Valora en una escala de 0 a 10 a los coordinadores del grupo

10: 2
9: 2

9-Si se organizaran grupos de adolescentes el próximo curso, ¿participarías?

- Si: 4
- No:
- No se:

¿Qué le dirías a un compañero que está pensando participar en el grupo de adolescentes?

- Si tienes problemas apúntate
- Le diría que es un buen lugar para poder abrirse y hablar muchos temas buenos y malos, En donde aprender a resolver problemas y entender sentimientos y poder escuchar las diferentes historias de los componentes del grupo.
- Que pruebe que es una experiencia muy buena y que le va a servir.
- Que esté tranquilo porque lo pasas bien