

## RESUMEN

El presente trabajo investigativo trata sobre la relación entre la aplicación de las Actividades Recreativas con la finalidad de mejorar la Autoestima y disminuir la Depresión de las personas privadas de la libertad del Centro de Rehabilitación social de varones N°1, conocido como “Ex penal García Moreno”, la población investigada fue de 20 personas, quienes se encontraban internos en el pabellón Eloy Alfaro”E”, Este proyecto va más allá de una simple aplicación de Actividades Recreativas, consiste en una implementación que busca contribuir con la rehabilitación de las personas privadas de la libertad, para mejorar su calidad de vida y aportar a su salud mental, Después de aplicar el pre y post test para medir la Autoestima y los Estados Depresivos, los resultados obtenidos según las guías de observación y los test de Zung y Rosenberg fueron positivos ya que las 2 variables independientes mejoraron ya que las áreas físico deportivas, lúdicas, manuales, artísticas, conmemorativas, sociales, literarias y de la salud permitieron la buena utilización del tiempo libre en este centro. Es importante señalar que las actividades recreativas que se implementaron tuvieron el apoyo del departamento educativo del centro en mención. De ésta manera me permito dejar la puerta abierta para que la presente investigación sea implementada en todos los centros de rehabilitación social del país.

### **Palabras clave.**

- **Actividades Recreativas**
- **Áreas de la Recreación**
- **Autoestima**
- **Depresión**
- **Personas privadas de la libertad**

## **ABSTRACT**

This research investigation deals with the relationship between the applied recreational activities whose purpose is enhance Self Esteem and lessen depression of people deprived of liberty at the Center for Social Rehabilitation especially of men, well known as "Ex penal García Moreno ". The population investigated was of 20 individuals who were inmates in Pavilion Eloy Alfaro. This project extends beyond a single application of the Recreational Activities. It consists of an implementation that aims at contributing to the rehabilitation of people deprived of liberty, in order to improve their quality of life and contribute to their mental health, after applying the pre and posttest to measure the self-esteem and depression. The results (obtained according to the guidelines of observation and test Zung and Rosenberg) were positive since the 2 independent variables improved, since the physycal sporting areas, games, manuals, artistic, commemorative, social, literary and physical health areas allowed for good use of free time at the center. It is worth noting that the recreational activities that were implemented were supported by the educational department of the center in question. In this manner I would leave the door open so that research shall be implemented in all the centers of social rehabilitation in the country.

### **Keywords.**

- **Recreational Activities**
- **Recreation Areas**
- **Self-Esteem**
- **Depression**
- **People deprived of liberty**