

EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA A TRAVÉS DE ESTRATEGIAS CON ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA PARA FAVORECER LAS RELACIONES SOCIO-AFECTIVAS POSITIVAS

Autor: ITZEL YARELY RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ

Nombre de la Institución: **CENTRO UNIVERSITARIO MAR DE CORTÉS**

Correo electrónico: **profraitzelrguez@outlook.es**

Teléfono de contacto: **(667) 330 8646**

País: **MÉXICO**

Área temática (Mesa de Trabajo):

Tipo de ponencia: Avances de investigación.

Resumen

El presente documento tiene el objetivo de trabajar la autoestima para coadyuvar e impactar en las relaciones socio-afectivas de manera positiva. Se sustenta principalmente en Rogers con su Enfoque Centrado en la Persona y los Grupos de Encuentro, así como en la aplicación sustancial de las habilidades básicas del facilitador: congruencia, aceptación positiva incondicional y empatía; y como apoyo Moreno (1939) y González (2008). Por consiguiente, se plantean los resultados de la aplicación de un pilotaje, que consiste en seis estrategias extraídas del extenso. Su ejecución se llevó a cabo durante 4 ciclos escolares para la realización de adecuaciones según las características propias del contexto y de los alumnos. Por lo cual, se plantean tres fases para determinar los resultados y detectar oportunamente el contraste entre éstos. La primera fase se realiza en un grupo de primer y segundo grado (6 y 8 años), la segunda fase a un grupo de cuarto grado (9 y 10 años), ambas ejecutadas en el sector Villas del Río; y la tercera fase en un grupo de tercer grado (8 y

9 años), implementadas en el sector Los Sauces. Asimismo, aborda dos casos particulares para contrastar resultados.

Palabras clave: Autoestima; Relaciones Socio-afectivas Positivas; Enfoque Centrado en la Persona; Estrategias.

Introducción

El presente trabajo aborda de manera detallada la realidad social que surge en la práctica docente, desde la perspectiva de crecimiento personal, considerando a la autoestima como eje medular para lograr una comunicación efectiva que coadyuve a crear relaciones sociales y afectivas positivas entre los participantes del grupo.

A través de estrategias con Enfoque Centrado en la Persona y el rol del docente como facilitador, así como crear ambientes de aprendizaje con seguridad psicológica, permite que los alumnos desarrollen y potencien habilidades que fortalecen su bienestar integral. De esta manera la relación que tienen consigo mismos y con los demás accede a una educación humanista que subyace en el entorno no solo escolar, sino social y familiar.

La finalidad de integrar las habilidades básicas del facilitador que plantea Rogers en su teoría y la práctica docente, permitiría formar niños que desarrollen las condiciones actitudinales pertinentes para una correcta socialización donde sean capaces de valorarse a sí mismos y a los demás, convirtiendo los problemas en áreas de oportunidad para establecer relaciones inter e intrapersonales positivas. Cabe destacar que el Enfoque Centrado en la Persona favorece:

- ❖ Espacios libres de diálogo.
- ❖ Clima de seguridad psicológica.
- ❖ Desarrollo de habilidades básicas.
- ❖ Toma de consciencia.
- ❖ Impulsa la libertad en la toma de decisiones y la responsabilidad de nuestros actos.
- ❖ Crecimiento personal y grupal.
- ❖ Promoción de la emergencia de los valores propios en cada persona, grupo y sociedad.

El interés para promover el desarrollo de la autoestima y las relaciones socio-afectivas positivas nace en el deseo de poder gestionar ambientes de aprendizaje que favorezcan el desarrollo integral de los alumnos, debido a que existen características particulares que interfieren en su educación al no encontrarle un sentido al estudio. Incluso, las referencias que tienen sobre ellos mismos, carecen de amor y seguridad, principalmente en aquellos que tienen familias disfuncionales.

El principal objetivo consiste en: “Favorecer la autoestima para consolidar las relaciones socio-afectivas positivas en los alumnos a través de la aplicación de estrategias con Enfoque Centrado en la Persona”; con el enfoque cualitativo y el método de investigación-acción. Asimismo, la aplicación de Estrategias con Enfoque Centrado en la Persona, consiste en el autoconocimiento del Ser a través de una relación interpersonal comprensiva y transparente, con actitud positiva y sin condiciones, la capacidad de la persona para satisfacer sus propias necesidades valiéndose de sus propios recursos.

Metodología

Este documento tiene una característica propia del enfoque cualitativo, es empírico, la intervención del investigador, se orienta en los procesos sociales que impactan al contexto inmediato. Por lo tanto, su análisis parte de una realidad actual que se va orientando a través de la dinámica que existe dentro del grupo.

El Enfoque Centrado en la Persona, es una teoría, que valida los procesos a través de tres actitudes básicas para el facilitador, da prioridad a los cambios que se generan en el proceso de actualización de su potencial humano, permitiendo cambios internos y externos que posibilitan un impacto en cualquier campo de estudio. Entonces bien, “si estudiamos a las personas cualitativamente, llegamos a conocerlas en lo individual y a experimentar lo que ellas sienten en sus luchas cotidianas en la sociedad” (Álvarez-Gayou, 2003, p. 26).

A continuación, se describen los procesos que han logrado que se obtengan los resultados que se abordarán en el siguiente apartado:

Primeramente, como ya se mencionó antes, la investigación se rige por un enfoque cualitativo y el método de investigación-acción.

Por consiguiente, las técnicas e instrumentos que se han utilizado para recuperar información son: diario de campo a través de la observación participante, las notas se construyen a través de aspectos relevantes que hayan sucedido durante las sesiones, aplicación de test como el de Rosita y Roberto, implementación de círculos mágicos con temas específicos y meditaciones guiadas como introducción a las estrategias diseñadas. Por último, el plan de intervención consiste en la aplicación de 6 sesiones para pilotaje y 30 sesiones de trabajo con propósitos específicos para lograr en cierta medida los objetivos de la investigación, están jerarquizados de acuerdo a la categoría a desarrollar: 15 sesiones de autoestima y 15 de relaciones socio-afectivas.

Los autores que acompañan este documento en lo que respecta a la metodología son: Álvarez-Gayou (2003); Baena (2017); Balestrini (2006); Hernández, S. (2014); Tamayo y Tamayo (2003); Galeano (2011); Rojas (2013).

Las teorías que sustentan el presente trabajo son:

Branden (1993) cuando dice que: “la clave más importante para la motivación humana es la autoestima”. La autoestima es promotora de valor y confianza en sí mismo, permite la autorrealización a través de las experiencias vivenciales personales, que se acumulan en la conciencia generando conocimiento. Es decir, para que todos los individuos desarrollen su potencial, primeramente, deben atender y consolidar la base de la autoestima, este será un marco de referencia para proyectar de forma asertiva sus pensamientos, sentimientos y emociones.

Las relaciones socio-afectivas positivas, desde su **teoría sociocultural**, Vigotsky enfatiza como, a partir de la interacción social, ya sea con el docente o con sus pares, se va gestando en el estudiante la capacidad de comprender por sí mismo el mundo que lo rodea. Este desarrollo tiene lugar a nivel interpersonal y luego se internaliza (SEP, 2017, p. 447).

Como autores de apoyo, que conectan esta categoría de análisis con el Enfoque Centrado en la Persona, están Moreno (1983) que subraya la importancia de sentirse bien para poder aprender, dándole énfasis a la educación humanista con interés prioritario a la inteligencia, la conducta y la afectividad; y González (2018) da lugar a la autoestima cuando acuña que “El aprendizaje cobra significado cuando la persona asimila e integra en la conciencia de sí mismo lo que aprende. [...]

Cuando lo aprendido cobra sentido para la persona, queda grabado en la memoria y puede aplicarse a la vida en el momento en que se necesita”.

Y para finalizar, el Enfoque Centrado en la Persona por Rogers, prioriza en la disposición de las tres actitudes básicas del facilitador, él plantea que, en una relación basada en congruencia, aceptación positiva incondicional y empatía, el otro se comprenderá a sí mismo, logrando integrar su autoconocimiento y su realidad para poder potencializar sus habilidades intrínsecas que permiten la autorrealización.

Resultados y discusión

La aplicación del pilotaje se desarrolló en tres fases. Las fases se caracterizan por realizarse en tres grupos y periodos diferentes.

Primera Fase

Escuela Primaria Distribuidores Nissan núm. 25; 38 alumnos de 1° grado Ciclo Escolar 2019-2020 y 35 alumnos de 2° grado Ciclo Escolar 2020-2021.

Se aplicaron las 6 sesiones seleccionadas para pilotaje, con el objetivo de poner a prueba el plan de intervención y se observaron los siguientes indicadores:

1. Los alumnos desarrollan habilidades comunicativas y su participación era activa. Todos quieren compartir experiencias.
2. La escucha activa al principio fue complicado, debido a que tenían mucha necesidad de ser escuchados. No tenían un orden para compartir.
3. Les costaba trabajo seguir con las reglas que Uvaldo plantea en el círculo mágico. Sin embargo, era fácil intervenir para reorientar la sesión.
4. Los alumnos tenían apertura para compartir experiencias personales que enriquecían al grupo.
5. La aplicación del círculo mágico modalidad presencial, permitió que los alumnos se desarrollaran asertivamente en la modalidad en línea.
6. Los padres no intervenían en las sesiones virtuales, por lo tanto, las participaciones de los alumnos eran auténticas.

Segunda Fase

Escuela Primaria Distribuidores Nissan núm. 25; 36 alumnos de 4° grado Ciclo Escolar 2021-2022.

Se aplicaron las 6 sesiones seleccionadas para pilotaje, con el objetivo de poner a prueba el plan de intervención y se observaron los siguientes indicadores:

1. El círculo mágico debe exclusivamente ser orientado para detectar sentimientos actuales; los temas de elección deben ser enfocados en el aquí y el ahora.
2. El círculo mágico es el único recurso que debe ser utilizado para la ejecución de estrategias, debido a que por sí solo ya incluye inicio, desarrollo y cierre.
3. La participación de los sujetos es activa, sin embargo, a veces conectan con situaciones que no se puede trabajar en grupo.
4. El objetivo principal es favorecer la autoestima y las relaciones socio-afectivas, los círculos mágicos también pueden ser con temas de su propia elección.
5. Incluir melodías a la meditación guiada (Focusing) puede ser de gran ayuda para orientar al alumno a situarse en el aquí y el ahora.
6. Los temas seleccionados son demasiado generales, están abiertos a cualquier comentario y se extiende el tiempo de aplicación.
7. El círculo mágico ha permitido la toma de conciencia ante las formas de actuar, asimismo, se han desarrollado habilidades como la escucha activa, la empatía y la aplicación de los valores (respeto, tolerancia, solidaridad).

Fase 3.

Escuela Primaria Las Américas; 38 alumnos de 3° grado Ciclo Escolar 2022-2023.

Se modificaron las 4 sesiones seleccionadas para pilotaje, se implementó el círculo mágico como herramienta para trabajar la sesión con el objetivo de poner a prueba el plan de intervención y se observaron los siguientes indicadores:

La primera sesión se intervino con 7 alumnos, porque la asistencia no es regular en el grupo. Hubo apertura, sin embargo, no se logró el objetivo. Sirvió para detectar áreas de oportunidades y fortalezas.

Las otras tres sesiones, se integraron paulatinamente más alumnos.

1. Se les dificulta la escucha atenta.
2. Platican otros temas entre ellos, sin prestar atención al compañero que está compartiendo.

3. Frecuentemente, interrumpen y piden permiso para ir al baño.
4. No tienen una postura de apertura.

Aun no se logra el 100% de asistencia grupal. Se optó por trabajar hábitos y habilidades comunicativas-receptoras, para lograr los objetivos de las sesiones en aplicaciones posteriores. Es un grupo que no comunica lo que piensa y siente, copian textos y no tienen disposición para la escritura.

Cabe mencionar que, en este último grupo, se detectaron dos casos particulares, con características similares. Al ser etiquetados como alumnos que requieren apoyo por parte de USAER y no contar con la madurez cognitiva de acuerdo a su edad cronológica, por un tiempo prolongado fueron excluidos de las actividades no solo por el docente, sino también por la convivencia social de los alumnos fuera de los límites de estudios.

Por lo tanto, se toma en cuenta la participación de los padres de familia, al realizar una carta de consentimiento, donde están de acuerdo en que se realicen dichas actividades en el grupo para favorecer no solo a esos casos sino a todos los que participen.

Sin embargo, la mamá del participante número 3, no estuvo de acuerdo y optó por no enviar a la persona durante todo el ciclo escolar. Por otro lado, la mamá del participante núm. 19, accedió y tomó una postura de acompañamiento similar al que se estaba viviendo en el aula.

Dentro de unos meses, se lograron cambios positivos y notorios en el desenvolvimiento no solo social y conductual del alumno, sino de perseverancia y compromiso hacia el estudio.

De esta manera, el próximo ciclo escolar, al continuar con el plan que se ha diseñado con las modificaciones que surgieron del contexto y características particulares del grupo, se incorporará el/la participante núm. 3, por solicitud propia de la madre.

Conclusiones

La aplicación de estrategias con Enfoque Centrado en la Persona favorece la autoestima y las relaciones socio-afectivas en los alumnos a partir de la promoción de la empatía y la aceptación incondicional.

Dichas estrategias funcionan como una guía, debido a que las sesiones al tornarse no directivas, establecen su propio curso de acuerdo a las características y necesidades del grupo en la realidad a la que se enfrentan.

En gran medida, cumplen con un proceso de descubrimiento interno, que les permite darse cuenta y situarse en el aquí y el ahora, para establecer una escucha activa que coadyuve a la relación con sí mismo y a su vez con el otro.

Cabe mencionar que la empatía y la aceptación positiva incondicional se logre a través de la apertura y disposición que tengan los participantes del grupo. No obstante, cada grupo tiene la oportunidad de pasar por una dinámica auténtica que varía según las condiciones y el ambiente del presente, así como el temperamento y características particulares de cada participante.

Cuando la autoestima repercute en el desarrollo de las relaciones socio-afectivas, la forma en la que se percibe la persona coadyuva a tomar decisiones asertivas.

Definitivamente el caso del participante 19 antes mencionado, da cuenta que cuando se le brinda la oportunidad a las personas, independientemente de su condición cronológica y psicológica, puede mostrar cambios favorables que coadyuven a sentirse bien y a mostrarse capaz de realizar las actividades e incluso de socializar los procesos de desarrollo de aprendizaje significativo. Por ello, se afirma que: *El Enfoque Centrado en la Persona, incentiva la seguridad y el amor propio de los alumnos vulnerables y, les permite reconocerse seres únicos y parte de un mundo.*

La congruencia, la empatía y la aceptación incondicional son factores que constituyen la promoción de la afectividad entre los alumnos, éstos permiten que los alumnos se pongan en los zapatos de otro y reconozcan que todos somos diferentes e importantes. Al sentirse queridos y aceptados, ellos transmiten los mismos sentimientos hacia otros.

El grupo en general, adoptó una postura de apertura, ante la aplicación de las tres actitudes básicas, lo que permitió que las desarrollaran y adoptaran como habilidades comunicativas y ejes medulares para la convivencia en el aula y fuera de ella. De esta manera se puede establecer que: El Enfoque Centrado en la Persona favorece la autoestima y las relaciones socio-afectivas de forma benéfica, funcional y exponencial, al poner en juego las habilidades básicas del facilitador contribuirá a la convivencia sana y pacífica entre las personas. Además de adoptar dichas actitudes para su vida personal.

Referencias

Álvarez-Gayou, J. Juan Luis (2003). *Cómo hacer una investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. México: Editorial Paidós Mexicana, S. A.

Baena, Guillermina (2017). *Metodología de la investigación (3a. ed.)*. México: Grupo Editorial Patria, S.A. de C.V.

Balestrini, A. Mirian (2006). *Como se elabora el proyecto de investigación (7ma. Ed.)*. Caracas: BL Consultores Asociados. Servicio Editorial.

Branden, Nathaniel (1993). *El Poder de la Autoestima*. Barcelona: Paidós.

González, Ana María (2008). *El Enfoque Centrado en la Persona: Aplicaciones a la Educación*. 3era. Ed. México: Trillas.

Hernández, S. Roberto (2014). *Metodología de la Investigación*. México. 6ta. Ed. McGraw –Hill.

Moreno, Salvador. (1983). *La Educación Centrada en la Persona*. 2da. Ed. México: Editorial El Manual Moderno, S. A. de C. V.

Rojas, S. Raúl (2013) *Guía para realizar investigaciones sociales*. México: Plaza y Valdés Editores.

SEP. (2017). *Aprendizajes Claves. Educación Primaria. Primer grado*. México: Secretaría de Educación Pública.

SEP. (2017). *Aprendizajes Claves. Educación Primaria. Segundo grado*. México: Secretaría de Educación Pública.

SEP. (2017). Aprendizajes Claves. Educación Primaria. Tercer grado. México: Secretaría de Educación Pública.

SEP. (2017). Aprendizajes Claves. Educación Primaria. Cuarto grado. México: Secretaría de Educación Pública.