



**DESARROLLO DEL AUTOCONOCIMIENTO PARA FAVORECER LAS
RELACIONES INTERPERSONALES, EN ALUMNOS DE TERCER GRADO DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA, MEDIANTE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS CON
ENFOQUE HUMANISTA.**

Autor: Orquídea Fiorella Villarreal Casarrubias

Nombre de la Institución: Centro Universitario Mar de Cortés S.C.

Correo electrónico: orquidea.dhye2023@gmail.com

País: México

Área temática (Mesa de Trabajo): Desarrollo Humano

Tipo de ponencia: (Avances de investigación)

Resumen

La presente investigación aborda las relaciones interpersonales mediante estrategias didácticas con enfoque humanista. En su contenido se retoman las actitudes facilitadoras de crecimiento, propuestas por Carl Rogers, así como las necesidades de pertenencia y estima expuestas por Maslow, con el objetivo de promover un ambiente de seguridad en el que los participantes se abran a cada una de las experiencias que se les sugieren. Se basa en el desarrollo del autoconocimiento de adolescentes por medio de la introspección y las relaciones flexibles, abiertas, empáticas y aceptantes, que impliquen la posibilidad de fortalecer su autoconcepto para favorecer su crecimiento personal y social.

Tiene un enfoque cualitativo, ya que se trabaja a través de descripciones y registros que se recaban por medio de la observación. El método que se emplea es el de investigación-acción, pues se diseñó una propuesta de intervención, aplicado a 40 alumnos de educación secundaria. Durante la recolección y procesamiento de datos, se observó un mayor desarrollo del autoconocimiento, asimismo se detectó que los participantes pusieron en práctica habilidades emocionales necesarias y deseables en la formación de su ser.

Palabras clave: autoconocimiento; relaciones interpersonales; enfoque humanista.

El observar el comportamiento de los jóvenes de educación secundaria, al convivir y trabajar con ellos, dentro y fuera del aula, da la oportunidad de identificar sus cualidades, necesidades, dificultades e intereses; así como también de conocer parte de sus historias de vida y el tipo de relaciones que establecen con sus familias y compañeros.

A través de la interacción y entrevista con alumnos de tercer grado, se ha detectado que un porcentaje elevado de ellos no tiene aspiraciones, debido a que no conocen sus capacidades ni fortalezas y a que muestran una falta de valía personal, que los pone en desventaja, haciéndolos particularmente vulnerables a situaciones de riesgo, que pueden obstaculizar su desarrollo y bienestar. Este desconocimiento y falta de valía repercute tanto en su presente, como en su futuro al no identificar que quieren en su vida, se les dificulta trazarse metas y lograrlas, tomar decisiones, solucionar conflictos; lo anterior se observa en la apatía o indiferencia frente actividades escolares dentro de la escuela, intolerancia al recibir un no como respuesta, desintegración dentro de las aulas y carencia de valores destacando la falta de respeto a sí mismos.

La investigación se orienta bajo un enfoque cualitativo, tiene como método la investigación-acción porque se interviene con una propuesta educativa, cuyo objetivo principal es contribuir al desarrollo del autoconocimiento, para favorecer las relaciones interpersonales en alumnos de tercer grado de educación secundaria mediante estrategias didácticas con enfoque humanista. Su relevancia radica en que los participantes tengan la apertura de vivir experiencias significativas de aprendizaje a través de las cuales identifiquen sus cualidades y áreas de oportunidad, reconozcan sus habilidades y las sigan desarrollando, mejoren su relación consigo mismos y favorezcan sus relaciones interpersonales, para integrarse de mejor forma a los distintos ámbitos en los que participan

Marco Teórico

Las bases teóricas que sustentan y justifican la construcción de esta investigación:

Teoría del Desarrollo Humano de Abraham Maslow (1943), en la que hace referencia a una confianza profunda en la capacidad humana para conducir su propia vida, desarrollarse en su propia forma, conocerse, autorrealizarse y trascender, que es lo que lo hace un humano”.

Teoría del Desarrollo psicosocial de Erick Erickson (1968), en la que sostiene que el ser humano se desarrolla con base en impulsos, necesidades y conflictos, ocurridos durante distintas etapas de la vida y establece que “la tarea principal de la adolescencia, es enfrentarse a la crisis de identidad versus confusión de identidad, a fin de convertirse en un adulto único, con un sentido coherente del yo y un papel valorado dentro de la sociedad.”

Para desarrollar este estudio, es conveniente considerar una serie de conceptos que, son los ejes de análisis en esta investigación:

***Autoconocimiento** La capacidad de percibir nuestras propias experiencias es una extraordinaria cualidad humana. Es la base del propio conocimiento. Podemos conocernos a nosotros mismos y formar un concepto propio, el concepto del yo, que puede o no corresponder al yo real; es decir podemos o no podemos conocernos a nosotros mismos. El grado de correspondencia varía considerablemente de persona a persona. Rogers (1951)

***Relación interpersonal** es “la misteriosa empresa de comunicarse y relacionarse con otros seres humanos” (Rogers, 1978) y “no existe la posibilidad de relacionarse interpersonalmente, si no se desarrollan las habilidades y destrezas necesarias para comunicarse” (González Garza, 2008)

***Alumnos de tercer grado de educación secundaria** Allen (2003) citado por Papalia (2009) los adolescentes más seguros tienen relaciones sólidas y sustentadoras con padres que están en sintonía con la manera en que los jóvenes se ven a sí mismos, que permiten y alientan sus esfuerzos de independencia y que les proporcionan un puerto seguro en tiempos de estrés emocional.

***Estrategias didácticas con enfoque humanista** El enfoque humanista concibe a la educación como un proceso continuo, secuencial, integrador, envolvente y ascendente que favorece una praxis educativa, en la que se incluye la participación activa del estudiante en su proceso de aprendizaje y desarrollo, así como la apertura al encuentro consigo mismo, con los demás y con el mundo que lo rodea. (González Garza, 2008, p. 53)

Metodología

Uno de los aspectos más importantes en el desarrollo de la investigación es establecer la metodología a seguir, para alcanzar los objetivos propuestos y dar solución al problema planteado en la misma.

La investigación tiene un enfoque cualitativo, considerando que los objetivos del estudio giran en torno a la intención pedagógica de ofrecer espacios de aprendizaje para el desarrollo personal y social de los participantes, por lo que es de vital importancia el involucramiento del docente con los alumnos, y las posibles soluciones al planteamiento del problema dependen más de la forma de percibir, pensar, sentir, y actuar de cada participante, que de datos cuantificables y desde la perspectiva de Sherman y Webb (1988) citados por Hernández, Fernández, Baptista (2006, p 8) la preocupación directa del investigador cualitativo se concentra en las vivencias de los participantes, tal como fueron (o son) sentidas y experimentadas. y en la misma idea Williams Unrau Grinnel (2005) señalan que “el investigador entiende a los participantes, no únicamente registra hechos”.

Se eligió el método investigación-acción, porque se considera que es el más adecuado para dar respuesta al problema planteado, pues al ser el investigador, el facilitador del grupo en estudio, se buscará una mejora o cambio significativo en los estudiantes, a través de la aplicación de una propuesta de intervención educativa, con enfoque humanista, con el fin de desarrollar el autoconocimiento en alumnos de tercer grado de educación secundaria y favorecer sus relaciones interpersonales; al respecto Latorre (2005, p.32) señala que “el proceso de la investigación-acción fue ideado primero por Lewin (1946) y a modo de síntesis, dice que es un espiral de ciclos de investigación y acción constituidos por las siguientes fases: planificar, actuar, observar y reflexionar”.

Esta investigación tiene un diseño de campo no experimental, ya que se cuenta con un diagnóstico situacional, que se recopila de los instrumentos aplicados con base en la observación directa (Tamayo 2003), pues se ha podido observar situaciones personales de los alumnos en el contexto donde ocurre el problema, que en muchas ocasiones les impide la socialización o la convivencia sana, esto facilita tener percepciones propias y plantear el problema de la presente investigación.

En un primer momento, se realizó un diagnóstico situacional, en base a la observación directa, al poner atención a los detalles, dudas e interacciones de los alumnos participantes y también mediante la aplicación de entrevistas, dirigidas a los alumnos participantes y a los padres de familia de los mismos. En un segundo momento, se diseñó un plan de acción fase pilotaje, con la intención de llevar a la práctica seis situaciones didácticas, a fin de evaluar tanto su diseño como su factibilidad durante y después de su aplicación, para retomar las que resulten funcionales en el plan de intervención. En un tercer momento se diseñó y aplicó la propuesta educativa, para evaluar si las acciones realizadas contribuyen a cumplir los objetivos de la investigación y dan respuesta a las preguntas de la misma.

El grupo con el cual se estará trabajando en esta investigación está constituido por 40 estudiantes, de educación secundaria, que serán los participantes que conforman el objeto de estudio en la presente investigación y se establece un muestreo no probabilístico de tipo totalitario por conveniencia, el cual, según Grande y Abascal (2005, p. 69) “consiste en obtener una muestra de acuerdo a la conveniencia del investigador y a qué se seleccionan poblaciones accesibles a la investigación”.

Por medio de la entrevista, se identificó que menos del 50% fueron capaces de reconocer características o elementos positivos en ellos, que algunos de ellos piensan que son buenas personas, pero no especifican por qué. La mayoría de los participantes no reconocen sus habilidades o solo identifican que poseen una o dos habilidades, entre algunas de las que identificaron en lo individual, son dibujar, decorar, socializar, habilidades para el deporte, creatividad, escuchar, comunicarse con facilidad, entender y analizar información, organización; las cuales se aprovecharán para planificar el plan de acción y puedan potenciarlas o en su caso quienes aún no las descubren, podrán ir descubriéndolas. Algunos de los participantes no tienen ni idea de lo que quieren para su futuro, otros no están seguros de que es lo que quieren, sin embargo alrededor de la mitad del grupo, respondieron que tienen metas profesionales y quieren graduarse de su carrera profesional, quieren tener un trabajo digno y estable relacionado con lo que estudiaron, solo cuatro de los participantes respondieron que se visualizan siendo independientes y una de estas participantes dice que estará haciendo una maestría; otros hacen referencia a bienes materiales como casas y camionetas o dinero; cinco personas responden muy específicamente, respecto a lo que estarán estudiando o en que estarán trabajando; otros describen quieren algún tipo de relación estable; los que respondieron que quieren ser exitosos, no especifican a qué tipo de éxito se refieren; solo una participante se acordó de querer ser feliz. Lo anterior da cuenta de la necesidad de desarrollar en ellos la capacidad de autoconocerse.

Al preguntarles si consideran que el concepto que tienen de sí mismos, coincida con las ideas que otras personas tienen ellos, algunos respondieron que sí, pero no describen porque y otros dicen que no puede coincidir porque no los conocen lo suficiente o porque muchos no saben por lo que han pasado, otros más responden que no coinciden porque no se muestran como realmente son.

Con relación a sus relaciones con los demás, algunos respondieron que se relacionan bien, pero no argumentan porque lo consideran así, salvo uno que dice que trata de llevarse bien con todos para evitar pleitos, una minoría hacen referencia a ser antisociales y que se les dificulta hacer amigos a causa de su timidez y seriedad. Con estas respuestas valdría la pena preguntarse ¿Quién les dijo a esos jóvenes que son antisociales? y recordar que según se sienta el individuo acerca de sí mismo, ese sentimiento o creencia guía sus actos. En este sentido Rogers afirma que “La causa más importante del comportamiento es nuestro propio concepto. Lo que pensamos de nosotros mismos tiene un papel fundamental en todo lo que hacemos. Un grupo muy reducido de participantes consideran algunos valores éticos en sus relaciones, tales como: amabilidad, respeto, lealtad, empatía. Algunos participantes señalaron que al relacionarse nada más hablan de lo que a los demás les gusta.

Por medio de la observación, se ha recabado la siguiente información:

-El grupo está conformado por alumnos con características muy diferentes entre sí, algunos son inquietos y se distraen fácilmente, otros denotan la necesidad de hablar y expresarse, pero no se atreven a hacerlo y también hay alumnos que son muy participativos, un muy reducido número de alumnos se muestran seguros de sí mismos, no obstante, la mayoría desconfía de lo que son y de los demás.

-Durante las distintas sesiones los participantes se han mostrado interesados y dispuestos para llevar a cabo las distintas actividades que se les han propuesto, han sido participativos, pero cabe mencionar que ocasionalmente se les ha dificultado adaptarse a la forma de trabajo y cuando es así, se percibe nerviosismo, angustia y desesperación en ellos; la mayoría necesitaba preguntar varias veces, lo que tienen que hacer, ya que la naturaleza de las actividades les causa conflicto. También es necesario señalar que algunos de los participantes socializan fácilmente y a otros se les dificulta socializar e integrarse y al principio, cuando la dinámica lo permitía, optaban por no hacerlo y se enfocaban a realizar sus actividades, pero paulatinamente fueron modificando esa actitud y cada vez se involucraban más en las actividades con su grupo.

De las técnicas que se llevaron a cabo durante el plan de intervención, los participantes mostraron mayor interés y se cumplieron los objetivos

“Yo soy...”, Se considera que con esta situación didáctica, se cumple el objetivo de esta sesión que es que los participantes descubran aspectos positivos que no tiene reconocidos, los acepten y valoraren; además de que concienticen que todos poseen aspectos positivos y tienen muchas más cualidades de las que creen.

“Te presento a...” con las actividades planteadas dentro de esta situación didáctica, los participantes conocieron diferentes niveles de autoestima e identificaron algunas

características de cada nivel, hubo quienes expresaron en que nivel consideran que están y que empezarán a hacer cambios para sentirse mejor. Se observó el desempeño en equipo de los participantes y se detecta que a varios de ellos les resulta difícil integrarse y optan por permanecer al margen de la actividad, esta observación da la pauta al facilitador de la necesidad de trabajar en equipos y de favorecer la comunicación al interior de los equipos para que escuchen las opiniones de cada integrante y consensen sus respuestas.

Tanto en el Círculo de Aprendizaje Interpersonal como el Círculo de Retroalimentación, como técnicas para una educación humanista, se ha fomentado el acompañamiento del grupo, la expresión, la escucha pasiva y activa, el respeto, el conocimiento mutuo, la aceptación del otro.

Círculo Mágico

En cada sesión en la que se trabajó con la técnica de círculo mágico, se dividía al grupo, en subgrupos diferentes, en la primera sesión solo se dividió en dos subgrupos, cada uno

quedó de 20 integrantes y fueron muy pocos los participantes que se animaron a compartir alguna experiencia; por lo que las siguientes sesiones de círculo mágico se realizaron en subgrupos de 13 participantes cada uno.

A pesar de que en un principio, a los alumnos se les dificultaba abrirse a las temáticas que se les proponía en las distintas secuencias básicas de círculo mágico, paulatinamente se fue percibiendo su apertura a la experiencia y el grupo fue poniendo en práctica su capacidad de expresar, escuchar, algunas veces de fueron capaces de identificar sensaciones y emociones, otras se les dificultaba identificarlas; hubo mayor apertura en unos, que en otros, pero en todos los círculos, cuando el facilitador les proponía la temática y les daba un par de minutos a los participantes para que pensarán en ella, se experimentaba un silencio, a veces prolongado, no les agradaba ser los primeros en compartir; pero el silencio se suspendía, cuando el facilitador compartía desde su experiencia, dándoles la confianza de hacer lo mismo y demostrándoles su escucha atenta, su flexibilidad, la omisión de juicios; además teniendo claras las reglas de esta técnica, se ha generado el ambiente y la seguridad psicológica esperada para que compartan y escucharan pasivamente, sin juzgar, sin burlas, sin sugerencias ni señalamientos.

Referencias

- Lafarga, J (2013) Desarrollo Humano. El crecimiento personal. México Ed. Trillas
- Rogers, C. (1965). La relación terapéutica: Investigación y teoría recientes. En Desarrollo del potencial humano. Ed. Trillas.
- Rogers, C. (1972). Psicoterapia centrada en el cliente. Ed. Paidós.
- Rogers, C. (1974). Carl Rogers y la perspectiva centrada en la persona. Ed. Paidós.
- Balestrini M. (2006). Como se elaborar el proyecto de investigación. (Para los estudios formulativos o exploratorios, descriptivos, diagnóstico, evaluativos, formulación de hipótesis causales, experimentales y lo proyectos factibles). Ed. BL. Consultores Asociados, servicio editorial.
- Elliot Jhon (1993). El cambio educativo desde la investigación-acción. Ediciones Morata.
- Hernández S, Fernández C, Baptista P. (2006). Metodología de la investigación. Ed. McGraw-Hill
- Latorre Antonio (2005). La investigación-acción Conocer y cambiar la práctica educativa. Ed. Grao.