

Estrategias psicopedagógicas para mejorar la comunicación interpersonal en adolescentes desde un enfoque humanista

Dra. Mayra Aguilar Ramos

Doctora en Desarrollo Humano y Educación
Centro Universitario Mar de Cortés, Culiacán, México.

Resumen

Esta investigación examina estrategias psicopedagógicas para mejorar la comunicación interpersonal en adolescentes desde un enfoque humanista, originado por la necesidad de abordar desafíos académicos, sociales, personales y emocionales que impactan las relaciones y colaboración dentro de la escuela secundaria Gabriel Leyva Velázquez.

La pandemia de COVID-19 precipitó la transición de la investigación de un formato presencial a virtual, adaptándose a las nuevas condiciones que influyeron significativamente en la dinámica educativa y social de los adolescentes.

Se empleó un enfoque metodológico cualitativo, utilizando herramientas como observación participante, diario de campo, círculos de diálogo y entrevistas, con el objetivo general de analizar la efectividad de estrategias psicopedagógicas para mejorar la comunicación interpersonal en estudiantes de tercer grado de secundaria desde una perspectiva humanista.

A pesar de las limitaciones relacionadas con el acceso a la tecnología, se observaron avances significativos en el desarrollo de habilidades comunicativas entre los adolescentes. Esta investigación busca contribuir al campo de la psicopedagogía ofreciendo conocimientos prácticos y teóricos para mejorar las interacciones interpersonales entre adolescentes en un entorno escolar afectado por diversas variables sociales y tecnológicas.

Palabras clave: Estrategias, psicopedagogía, comunicación interpersonal, adolescente, enfoque humanista.

Abstract

This research examines psychopedagogical strategies to improve interpersonal communication among adolescents from a humanistic approach, arising from the need to address academic, social, personal, and emotional challenges that impact relationships and collaboration within the Gabriel Leyva Velázquez Secondary School.

The COVID-19 pandemic prompted a shift in the research format from in-person to virtual, adapting to new conditions that significantly influenced the educational and social dynamics of adolescents.

A qualitative methodological approach was employed, using tools such as participant observation, field journals, dialogue circles, and interviews. The general objective was to analyze the effectiveness of psychopedagogical strategies in enhancing interpersonal communication among third-grade secondary students from a humanistic perspective.

Despite limitations related to access to technology, significant progress was observed in the development of communication skills among adolescents. This research aims to contribute to the field of psychopedagogy by providing both practical and theoretical insights to improve interpersonal interactions among adolescents in a school environment affected by various social and technological variables.

Keywords: Strategies, psychopedagogy, interpersonal communication, adolescent, humanistic approach.

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

- Analizar la efectividad de la puesta en marcha de estrategias psicopedagógicas desde el enfoque humanista en la mejora de la comunicación interpersonal en los alumnos de tercer grado de secundaria.

Objetivos Específicos

1. Conocer estrategias psicopedagógicas con enfoque humanista que coadyuven en la mejora de comunicación interpersonal en los alumnos de tercer grado de secundaria.
2. Diseñar un plan de acción con enfoque humanista para que los alumnos de tercer grado de secundaria mejoren la comunicación interpersonal que coadyuve el trabajo en equipo de forma solidaria.
3. Reconocer que la potencialización de la empatía en los alumnos de tercer grado de secundaria, en tanto sus relaciones interpersonales, logra una comunicación más asertiva y con ello resuelve situaciones de conflicto

Introducción

En el contexto educativo actual, los desafíos que enfrentan los adolescentes no solo se limitan al ámbito académico, sino que también se extienden a dimensiones sociales, personales y emocionales que impactan de manera directa en la calidad de sus interacciones y en la dinámica del entorno escolar. Las dificultades en la comunicación interpersonal, la falta de habilidades socioemocionales y la escasa capacidad de colaboración constituyen factores que obstaculizan el desarrollo integral de los estudiantes y generan climas escolares poco propicios para el aprendizaje significativo.

Desde esta perspectiva, la presente investigación se plantea como una respuesta psicopedagógica centrada en el ser humano, orientada a comprender y mejorar la comunicación interpersonal en adolescentes desde un enfoque humanista. Esta mirada pone énfasis en la empatía, la aceptación incondicional, la congruencia y el respeto a la individualidad, elementos esenciales para fomentar relaciones saludables y entornos educativos más humanos.

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Gabriel Leyva Velázquez, con estudiantes de segundo y tercer grado, durante los ciclos escolares 2019-2020 y 2020-2021. Cabe destacar que, a raíz de la pandemia por COVID-19, se produjo una transformación significativa en el diseño y aplicación del estudio, transitando de una modalidad presencial a una virtual. Esta transición representó no solo un reto metodológico, sino también una oportunidad para explorar nuevas formas de interacción educativa mediadas por la tecnología.

Mediante una metodología cualitativa, se utilizaron instrumentos como la observación participante, el diario de campo, los círculos de diálogo y las entrevistas, los cuales permitieron acceder a la experiencia subjetiva de los adolescentes y comprender los procesos comunicativos desde una visión integral. A pesar de las limitaciones derivadas del acceso desigual a recursos tecnológicos, se identificaron avances relevantes en la expresión emocional, la autorreflexión y el fortalecimiento de vínculos interpersonales, particularmente a través de estrategias como la “red de gratitud”, que promovió espacios de reconocimiento y conexión emocional entre los participantes.

Este estudio busca aportar al campo de la psicopedagogía herramientas teóricas y prácticas para la mejora de la comunicación interpersonal en contextos educativos marcados por la complejidad social y tecnológica, proponiendo caminos que favorezcan el desarrollo humano y el bienestar emocional de los adolescentes.

Diseño de la Investigación

La investigación siguió un enfoque cualitativo con un método de investigación acción. Se emplearon diversas herramientas y técnicas para la recolección de datos, incluyendo observación participante, entrevistas y el test Nova-Res (1999-2002). Además, debido a la pandemia de COVID-19, se incorporó el trabajo digital como parte del proceso.

Participantes

La investigación se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Gabriel Leyva Velázquez en Culiacán, Sinaloa. Se trabajó con un grupo de 45 estudiantes de tercer grado, compuesto por 22 mujeres y 23 hombres, cuyas edades oscilaban entre los 13 y 15 años. Se consideraron distintos estilos de aprendizaje dentro del grupo (visuales, auditivos y kinestésicos). Se identificaron características como apatía, egoísmo y dificultades para la interacción social, lo que justificó la aplicación de estrategias psicopedagógicas para mejorar la comunicación interpersonal.

Instrumentos de Recolección de Datos

Los principales instrumentos utilizados fueron:

1. **Observación participante:** Permitió al investigador integrarse en el entorno de los estudiantes para comprender mejor su dinámica y comportamiento.
2. **Diario de campo:** Se utilizó para registrar experiencias, reflexiones y observaciones relevantes del proceso de investigación.
3. **Entrevistas:** Se realizaron entrevistas abiertas para obtener información detallada sobre las percepciones de los participantes en relación con su comunicación interpersonal.
4. **Círculo de retroalimentación:** Técnica que ayudó a evaluar el desarrollo de la comunicación y habilidades sociales a lo largo de la intervención.

Procedimiento

El estudio se estructuró en varias fases:

1. **Diagnóstico:** Identificación del problema en el grupo de estudiantes y análisis de sus dificultades comunicativas.
2. **Planificación:** Diseño de estrategias psicopedagógicas basadas en un enfoque humanista para mejorar la comunicación interpersonal.
3. **Implementación:** Aplicación de actividades y técnicas psicopedagógicas en el aula y en entornos virtuales.

4. **Evaluación y reflexión:** Análisis de los resultados obtenidos y ajustes a las estrategias implementadas.

Análisis de Datos

El análisis se realizó a través de una interpretación cualitativa de la información recolectada, considerando la evolución de los participantes en cuanto a sus habilidades comunicativas. Se aplicaron técnicas de categorización y codificación de datos, con el fin de identificar patrones y tendencias en la mejora de la comunicación interpersonal. Además, se integró la retroalimentación de los participantes para fortalecer el análisis y validar los resultados obtenidos

Resultados de la Investigación

Evaluación Pre-Intervención

Antes de implementar las estrategias psicopedagógicas, se identificaron dificultades en la comunicación interpersonal entre los estudiantes. La observación inicial mostró que los adolescentes tenían problemas para expresar sus ideas de manera clara, gestionar conflictos y colaborar en equipo. La pandemia de COVID-19 intensificó estos problemas al limitar las interacciones sociales directas.

Descripción de las Estrategias Aplicadas

El estudio implementó estrategias psicopedagógicas en cuatro etapas:

1. **Primera etapa (presencial, 2019-2020):** Se llevaron a cabo 30 sesiones de 50 minutos cada una.
2. **Segunda etapa (presencial, 2020):** Continuó la intervención con actividades enfocadas en el desarrollo de la empatía y el trabajo en equipo.
3. **Tercera etapa (virtual, 2020-2021):** La pandemia obligó a adaptar las actividades a un entorno digital, lo que generó nuevos desafíos.
4. **Cuarta etapa (virtual, 2021):** Se implementaron estrategias finales, como la "Red de Gratitud", para evaluar el impacto de la intervención.

Interpretación de los Resultados

Los resultados reflejaron mejoras significativas en la comunicación interpersonal de los estudiantes. Se observó un aumento en la capacidad para expresar opiniones de manera asertiva y en el desarrollo de la empatía. Estrategias como la "Rueda de Preguntas" y "Círculos de Diálogo" promovieron una mayor apertura y confianza entre los adolescentes. Además, la "Red de Gratitud" permitió reforzar los lazos emocionales y mejorar la convivencia en el grupo.

Comparación con Otros Estudios

Los hallazgos coinciden con investigaciones previas que destacan la importancia de las estrategias psicopedagógicas en la mejora de la comunicación interpersonal. Por ejemplo, estudios de Zepeda et al. (2020) y García-Cabrero et al. (2021) subrayan que la implementación de estrategias educativas basadas en la empatía y la escucha activa tiene un impacto positivo en la dinámica grupal y el desarrollo socioemocional de los adolescentes.

Limitaciones y Consideraciones Futuras

Las principales limitaciones del estudio fueron:

- **Acceso desigual a la tecnología:** Algunos estudiantes no contaban con dispositivos electrónicos o conexión a internet estable, lo que dificultó la transición al entorno virtual.
- **Tiempo limitado de intervención:** Aunque se implementaron diversas estrategias, el periodo de aplicación pudo haber sido más extenso para evaluar mejor los cambios a largo plazo.

Para futuras investigaciones, se recomienda:

1. Diseñar estrategias híbridas (presenciales y virtuales) para garantizar la participación de todos los estudiantes.
2. Ampliar la duración del estudio para observar cambios sostenibles en la comunicación interpersonal.
3. Implementar programas de formación para docentes en el uso de estrategias psicopedagógicas basadas en el enfoque humanista

Recomendaciones

- **Diseñar programas de formación docente** que integren estrategias psicopedagógicas desde una perspectiva humanista, promoviendo el desarrollo de habilidades socioemocionales, la empatía, la escucha activa y el respeto a la diversidad emocional de los estudiantes.
- **Implementar estrategias híbridas** que combinen modalidades presenciales y virtuales, adaptadas a las realidades tecnológicas de cada comunidad educativa, con el fin de garantizar el acceso y la participación de todos los estudiantes en actividades de comunicación y expresión emocional.
- **Ampliar la duración y seguimiento de las intervenciones psicopedagógicas**, permitiendo observar de manera más precisa los

efectos a mediano y largo plazo en el desarrollo de habilidades interpersonales, la autorregulación emocional y la cohesión grupal.

- **Fomentar la creación de espacios seguros de diálogo** dentro del horario escolar, donde los adolescentes puedan expresarse libremente, compartir experiencias y construir vínculos significativos que favorezcan su bienestar emocional y sentido de pertenencia.
- **Integrar el enfoque humanista en el currículo escolar**, transversalizando contenidos y metodologías que prioricen el desarrollo integral del estudiante y que valoren la dimensión emocional como parte fundamental del aprendizaje.
- **Fortalecer el trabajo colaborativo entre docentes, orientadores y directivos**, para establecer líneas comunes de intervención psicopedagógica que respondan a las necesidades emocionales detectadas en el contexto escolar.
- **Involucrar a las familias y a la comunidad en actividades de sensibilización y formación emocional**, con el objetivo de extender el impacto de las estrategias comunicativas más allá del entorno escolar y favorecer la construcción de redes de apoyo afectivo.
- **Evaluar sistemáticamente las estrategias aplicadas**, mediante métodos cualitativos y participativos, que incluyan la voz de los estudiantes y permitan retroalimentar continuamente las prácticas pedagógicas.

Conclusiones

Las relaciones interpersonales desempeñan un papel fundamental en el desarrollo integral de los adolescentes, ya que facilitan la formación de vínculos de amistad, compañerismo, pertenencia y solidaridad. Estas conexiones no solo son esenciales para la adaptación y el autoconocimiento personal, sino que también permiten a los estudiantes explorar y comprender mejor su identidad dentro del entorno escolar.

La implementación de estrategias psicopedagógicas desde un enfoque humanista, inspirado en la teoría de Carl Rogers, demostró ser una herramienta efectiva en la Escuela Secundaria Gabriel Leyva Velázquez. Esta intervención contribuyó a la creación de ambientes más acogedores y propicios para el trabajo colaborativo, fortaleciendo la identificación y el sentido de pertenencia de los estudiantes en sus grupos escolares.

Uno de los logros más significativos fue el desarrollo de la comunicación asertiva entre los adolescentes, facilitando una mejor comprensión y promoviendo la empatía en sus interacciones sociales. Los estudiantes aprendieron a reconocer la importancia del lenguaje corporal y las expresiones faciales como

componentes esenciales para una comunicación emocional efectiva. Además, la implementación de estrategias humanistas permitió integrar principios clave como la escucha activa, el respeto mutuo y la autorreflexión. A lo largo del proceso, se observó que los estudiantes adquirieron habilidades para la resolución de conflictos a través del diálogo y la negociación, evitando recurrir a medidas disciplinarias severas.

Referencias bibliograficas principales

- Rogers, C. (1970). *El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapéutica*. Ed. Paidós.
- Rogers, C.R. (1992). *El proceso de convertirse en persona*. Ed. Paidós.
- Rogers, C. (1980). *El poder de la persona*. Editorial El Manual Moderno.
- Rogers, Carl. (2007). *El camino del Ser*. Editorial Kairos.
- Rogers, Carl y Rosenberg, Rachel (1989). *La persona como centro*. Ed. Heider.
- Maslow, A. (1970). *La amplitud del potencial de la naturaleza humana*. Ed. Trillas.
- Maslow, A. (2010). *La amplitud del potencial de la naturaleza humana*. Recuperado de Scribd.
- Martínez Migueles, M. (2004). *La Psicología Humanista*. Ed. Trillas.
- López Calva, M. (2006). *El enfoque humanista en la educación*. Ed. Trillas.
- Ausubel, D. (1969). *Psicología cognitiva*. Ed. Trillas.
- Alcocer, M. (1998). *Investigación acción participativa*. Ed. Addison Wesley Longman.