



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 460-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

Año: XI Número: 3 Artículo no.:54 Período: 1 de mayo al 31 de agosto del 2024

TÍTULO: Propuesta de Intervención Psicoeducativa en adolescentes de primer año de secundaria.

AUTORES:

1. Pas. Armando Ariel Gutiérrez López.
2. Pas. Estefany Yaquelin Sánchez González.
3. Pas. Celso Humberto Ríos Godínez.

RESUMEN: El objetivo de este estudio fue realizar un análisis cualitativo sobre el diseño y aplicación de una estrategia metodológica de intervención. Dicha intervención tuvo como objetivo apoyar a un grupo de adolescentes de primer año de secundaria a desarrollar herramientas adaptativas durante la transición de infancia-adolescencia, lo cual propicie una adecuada gestión emocional, desembocando en un manejo de salud mental favorable y una sana expresión de la identidad y de la personalidad. La muestra estuvo conformada por 44 adolescentes entre los 12 y 13 años. El análisis indica que se lograron generar cambios a nivel cognitivo, pragmático y emocional en los alumnos, además de salir a relucir el impacto que generó en los alumnos un proceso de enseñanza humanista y lúdico en comparación con el sistema tradicional y conductista.

PALABRAS CLAVES: adolescentes, identidad, personalidad, educación, derechos humanos.

TITLE: Proposal for Psychoeducational Intervention in adolescents in their first year of secondary school.

AUTHORS:

1. Intern. Armando Ariel Gutiérrez López.
2. Intern. Estefany Yaquelin Sánchez González.
3. Intern. Celso Humberto Ríos Godínez.

ABSTRACT: The objective of this study is to carry out a qualitative analysis on the design and application of a methodological intervention strategy. This intervention intends to support a group of adolescents in the first year of high school in the development of adaptative tools during the transition from childhood to adolescence by fostering an adequate emotional management, which leads to favorable mental health management and a healthy expression of identity and personality. The sample consisted of 44 adolescents between the ages of twelve and thirteen years old. The analysis indicates that changes at the cognitive, pragmatic, and emotional level in the students were possible. In addition, the impact that the humanistic and playful approaches have on students compared to traditional and behavioral approaches stood out.

KEY WORDS: adolescents, identity, personality, education, human rights.

INTRODUCCIÓN.

Para garantizar la protección y el cumplimiento de los derechos humanos, a nivel mundial existen objetivos con una perspectiva integral, transformadora y civilizatoria con el fin de llevar a cabo un mundo de respeto universal hacia la igualdad y la no discriminación, tal es el caso de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2019). Por otra parte, en México, la Dirección de Programas Estratégicos (Pronaces) del Consejo Nacional de Humanidades Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT) busca cumplir objetivos a corto, mediano y largo plazo que conlleven a solucionar aquellas problemáticas nacionales específicas, que por su estado de importancia y gravedad, requieren ser atendidos de manera integral y multidisciplinaria, articulando capacidades científico-técnicas con otros actores sociales en constante diálogo e intercambio de saberes y conocimientos con el propósito de cumplir con lo establecido en el Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024 (CONAHCYT, 2023).

Dentro del ámbito de la educación, el ODS 4 “Educación de calidad” tiene como fin “garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos en América Latina y el Caribe” (CEPAL, 2019). En dicho objetivo, se considera que para comprender de mejor manera la problemática de la educación es de vital importancia tomar en cuenta

la voz y la experiencia de los estudiantes; no obstante, sin olvidar el papel fundamental que juegan los docentes como guía para la motivación de estos a concluir su proceso educativo, especialmente en la educación media, que es donde se inicia la etapa de la adolescencia, garantizando así preservar sus sueños y aspiraciones; así mismo, el Pronace de educación se enlaza con el ODS 4 en el sentido de alcanzar una educación integral y horizontal en la que se considere el contexto donde los estudiantes logren alzar la voz en los espacios públicos.

Actualmente, la concepción que se tiene sobre la adolescencia ha dado un giro, si bien la psicología ha buscado darle una definición menos dramaturga, la sociedad sigue tratándola con pigmentos oscuros. Tal imagen de la adolescencia, en palabras de Oliva (2015), trae consecuencias indeseables, tales como justificar la limitación de ciertos derechos a este grupo de edad y al establecimiento de medidas sancionadoras de carácter represivo.

Esta imagen desfavorable de la sociedad hacia el adolescente crea dos vertientes: la primera, al generar un intenso prejuicio social a dicho grupo, provocando así relaciones conflictivas entre adultos y jóvenes; y la segunda, trabajando como una especie de “profecía”, logrando que los niños asuman con normalidad que dichos comportamientos transgresores, sean el camino para dejar atrás la infancia e incorporarse a la adolescencia.

De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut), en México “54.8% de las niñas y niños de 1 a 14 años fueron sometidos a al menos una forma de castigo psicológico o físico por miembros del hogar durante el mes previo a la encuesta” (p. 204); así mismo, señalan que los adolescentes experimentan en mayor tendencia la violencia en la vía pública, siendo un 69.5% en hombres y un 45% en mujeres. A pesar de esto, en el hogar se muestra una mayor tendencia de las mujeres (32.8%) a sufrir violencia a comparación de los hombres (9.5%) (Shamah-Levy et al., 2022).

Es importante señalar, que de acuerdo con Álvarez (2023), es justo en la adolescencia, cuando conformamos una identidad y una personalidad que nos hará distintos a los demás, y que a pesar de que podrá estar en constante cambio, nos marcará por el resto de nuestras vidas; de esta manera, cuando el adolescente vive en un ambiente en relación a la violencia, esta tendrá influencia en el desarrollo del

autoestima y autoconcepto; entendiendo a la personalidad como aquellas formas de vivir de cada individuo y los sistemas de sentidos y saberes (Tintaya, 2019), que por su parte también logran impactar en la construcción del autoestima, la cual se desarrolla dentro del proceso de socialización a través de las etapas de la vida (Gerosa, 2016), incluyendo las experiencias físicas, espirituales y sociales que abonan a la formación del autoconcepto (Espejo et al., 2018, como se citó en Tacca et al, 2020).

A este respecto, Castro et al., (2023) mencionan, que cuando un adolescente muestra un estado de salud mental favorable, este se desenvuelve entre procesos de retroalimentación positiva que engloba los sistemas en los que interactúa cotidianamente, reflejando así un adecuado rendimiento escolar propiciando conductas que lo categoricen como un buen estudiante, y por ende, que desarrolle un proyecto de vida con metas académicas a corto, mediano y largo plazo.

El adolescente que vive un clima familiar negativo presenta un deterioro en la salud mental, provocando por la comunicación ofensiva de los padres que descalifica la identidad del adolescente, este no se sienta participe en la unión y amor familiar, generando una perspectiva donde no se sienta apoyado en las situaciones conflictivas, y a su vez, no se le considere en la toma de decisiones familiares (Castro et al., 2023).

Dichas situaciones provocan que exista vulnerabilidad en los adolescentes, lo cual conlleva a un estado depresivo caracterizado por emociones de tristeza, fatiga, trastornos del sueño y síntomas de ansiedad (Shamah-Levy et al., 2022). Esto se ve reflejado en el contexto nacional, en los datos publicados en Ensanut 2020-21, en donde de 4152 adolescentes encuestados, el 71.6% manifestó sentir tristeza en la gran mayoría del tiempo; aunado a esto, el 6.3% de la población adolescente encuestada menciona haber tenido pensamientos suicidas a lo largo de su vida, existiendo mayor prevalencia en las mujeres (8.8%) en comparación a los hombres (3.9%), destacando que el 42.5% de las mujeres y el 24% de los hombres ha intentado suicidarse en ese último año (Shamah-Levy et al., 2022).

A partir de los indicadores nacionales de salud mental de México, así como los antecedentes teóricos, el presente trabajo de investigación se planteó como objetivo diseñar y aplicar una estrategia metodológica de intervención (curso-taller), la cual apoyará a un grupo de adolescentes de primer año

de secundaria a desarrollar capacidades adaptativas para la transición de infancia-adolescencia, propiciando una reflexión existencial, que permita conocer y definir su identidad, sus metas, sueños y aspiraciones, así como facilitar una adecuada gestión emocional, desembocando en un manejo de salud mental favorable y una sana expresión de la identidad y de la personalidad.

DESARROLLO.

Metodología.

El presente trabajo es una investigación de corte cualitativa basada en la investigación-acción que en palabras de Seikkula y Arnkil (2019), se trata de “[...] un método y un diseño que permite estudiar los sistemas humanos desde dentro, donde el investigador es una parte del sistema que se está observando”, cuyo fin es atender la problemática anteriormente mencionada y donde el objetivo consiste en proporcionar elementos que sirvan para facilitar el juicio práctico en situaciones concretas y en las que la validez de las teorías e hipótesis que genera no depende tanto de pruebas “científicas” de verdad, sino de su utilidad para ayudar a las personas a actuar de modo más inteligente y acertado.

Siguiendo los pasos de la investigación-acción, se llevó a cabo el siguiente procedimiento:

- Detección y diagnóstico del problema.
- Elaboración del programa para introducir un cambio.
- Implementación del plan y evaluación de los resultados.
- Retroalimentación para llegar a un nuevo diagnóstico.

Como principal técnica, se implementó la observación participante, mientras uno de los facilitadores del curso presentaba el tema, el resto de los diseñadores se encargaba de observar la aceptación y la conducta del grupo, para así plasmar lo ocurrido durante la sesión en bitácoras, las cuales servirían para lograr una adecuada triangulación de las pruebas obtenidas a través de la observación; de esta forma, lograr contrastar o comparar lo sucedido dentro del aula a través de distintas perspectivas, para así poder puntualizar aquellos aspectos en los que se difiere o se coincide, esto con la finalidad de plasmar las ideas obtenidas en el informe analítico realizado en la última etapa del trabajo de investigación.

Antes de iniciar la aplicación del curso, se planteó la carta descriptiva de la siguiente manera:

Módulo	Sesiones	Dinámicas	Objetivos
Módulo 1. Ciclo de vida y cambios.	Sesión 1. Ciclo vital.	Cosas en común.	Establecer el <i>rapport</i> entre los facilitadores y los participantes del curso-taller.
		Contrato.	Crear un contrato en conjunto con los participantes para lograr un clima de armonía y de confianza.
		Proyección del cortometraje: Bao.	Identificar los cambios de la infancia a la adolescencia
		Buzón de cartas.	Retroalimentar con las cartas las dudas que vayan apareciendo durante el curso.
	Sesión 2. Cambios en la transición de la infancia a la adolescencia.	Historia: El diario de sol.	Exponer los diferentes cambios que se presentan en la transición de la infancia a la adolescencia y que los participantes sean capaces de identificarlos.
		¿Qué cambios he notado en mí?	Que los alumnos reconozcan los cambios más visibles que han encontrado en sí mismos, de acuerdo con el tema anteriormente abordado.
		La palabra clave.	Que los alumnos hagan uso de la concentración, atención, memoria y lateralidad para cerrar la sesión.
Módulo 2. Identidad y personalidad.	Sesión 3. Tipos de Identidad.	Estiramiento.	Que los alumnos repitan los movimientos de estiramiento de los coordinadores para relajarse previo a la temática establecida.

		Lluvia de ideas.	Que los alumnos lean el concepto de identidad que investigaron y compartan sus ideas del tema.
		Identificando mitos y prejuicios.	Que los alumnos identifiquen y reflexionen sobre los mitos y prejuicios que existen sobre la diversidad sexual y los roles de género.
	Sesión 4. película.	Proyección de la película: Tarzán 2.	Comparar el proceso que viven los participantes con el proceso que vive el protagonista durante la búsqueda de su identidad.
Módulo 3. Perdida del niño que ya no soy.	Sesión 5. Construyendo la personalidad.	Análisis del cortometraje: Cuerdas.	Que los alumnos logren identificar en el cortometraje "Cuerdas" las distintas expresiones sociales de la personalidad.
		Se anuncia algo importante.	Que los alumnos aprendan a mostrar a los demás cualidades y destrezas propias.
Módulo 4. Identificación emocional y plan de vida.	Sesión 6. Pérdida y duelo.	Cuento: Mariana.	Enseñar el significado de las pérdidas y las emociones psicológicas que estas producen.
		Carta a mi yo del pasado.	Aceptar que se dejó atrás la infancia no como algo negativo, sino como el principio de una nueva etapa del ciclo vital.
	Sesión 7. Identificación emocional.	Ruleta de emociones.	Que los alumnos obtengan ejemplos de situaciones y las emociones que pueden sentir.

		Adivina la emoción.	Que los alumnos logren identificar emociones expresadas físicamente por sus compañeros.
		Mindfulness.	Que los adolescentes practiquen una técnica de regulación emocional, en este caso mindfulness.
	Sesión 8. Plan de vida, crecer y hacernos mayores.	Línea del tiempo.	Conocer qué aprendieron los alumnos durante el curso.
Módulo 5. Cierre.	Sesión 9. Cierre.	Línea del tiempo.	Conocer qué aprendieron los alumnos durante el curso.
		Entrega de reconocimientos.	Que los adolescentes reconozcan su participación en el curso-taller abordado.
		Convivio.	Que los adolescentes construyan nuevos recuerdos con sus compañeros y los coordinadores.

Tabla 1. Carta descriptiva del curso-taller “Un encuentro con quien soy ahora”.

Con el apoyo de las bitácoras elaboradas por sesión, se adaptó la carta descriptiva a las necesidades del grupo, y a su vez, a lo solicitado por la escuela; de tal forma, que la carta descriptiva final fue la siguiente:

Módulo	Sesiones	Dinámicas	Objetivos
Módulo 1. Ciclo de vida y cambios.	Sesión 1. Ciclo vital.	Cosas en común.	Establecer el <i>rapport</i> entre los facilitadores y los participantes del curso-taller.
		Contrato.	Crear un contrato en conjunto con los participantes para lograr un clima de armonía y de confianza.

		Proyección del cortometraje: Bao.	Identificar los cambios de la infancia a la adolescencia
		Buzón de cartas.	Retroalimentar con las cartas las dudas que vayan apareciendo durante el curso.
	Sesión 2. Cambios en la transición de la infancia a la adolescencia.	Historia: El diario de sol.	Exponer los diferentes cambios que se presentan en la transición de la infancia a la adolescencia y que los participantes sean capaces de identificarlos.
		¿Qué cambios he notado en mí?	Que los alumnos reconozcan los cambios más visibles que han encontrado en sí mismos, de acuerdo con el tema anteriormente abordado.
		La palabra clave.	Que los alumnos hagan uso de la concentración, atención, memoria y lateralidad para cerrar la sesión.
Módulo 2. Identidad y personalidad.	Sesión 3. Tipos de Identidad.	Lluvia de ideas.	Que los alumnos lean el concepto de identidad que investigaron y compartan sus ideas del tema.
		Identificando mitos y prejuicios.	Que los alumnos identifiquen y reflexionen sobre los mitos y prejuicios que existen sobre la diversidad sexual y los roles de género.
	Sesión 4. Construyendo la personalidad.	Análisis del cortometraje: Cuerdas.	Que los alumnos logren identificar en el cortometraje "Cuerdas" las distintas expresiones sociales de la personalidad.
		Se anuncia algo importante.	Que los alumnos aprendan a mostrar a los demás cualidades y destrezas propias.

Módulo 3. Pérdida del niño que ya no soy.	Sesión 5. Pérdida y duelo.	Cuento: Mariana.	Enseñar el significado de las pérdidas y las emociones psicológicas que estas producen.
		Carta a mi yo del pasado.	Aceptar que se dejó atrás la infancia no como algo negativo, sino como el principio de una nueva etapa del ciclo vital.
Módulo 4. Identificación emocional y plan de vida.	Sesión 6. Identificación emocional.	Ruleta de emociones.	Que los alumnos obtengan ejemplos de situaciones y las emociones que pueden sentir.
		Adivina la emoción.	Que los alumnos logren identificar emociones expresadas físicamente por sus compañeros.
		Mindfulness.	Que los adolescentes practiquen una técnica de regulación emocional, en este caso mindfulness.
	Sesión 7. Plan de vida, crecer y hacernos mayores.	Carta a mi yo del futuro.	Reflexionar sobre los cambios que han pasado desde que se escribió la carta hasta que se vuelva a leer en el futuro.
Modulo 5. Cierre.	Sesión 8. Cierre.	Linea del tiempo.	Conocer qué aprendieron los alumnos durante el curso.

Tabla 2. Carta descriptiva actualizada del curso-taller “Un encuentro con quien soy ahora”.

Participantes.

Para la aplicación de esta estrategia de intervención, se tomó como población a un grupo de 44 adolescentes de primer año de secundaria de la delegación de Ixtapa, Puerto Vallarta, Jalisco, de los cuales eran 21 (47.7%) hombres y 23 (52.3%) mujeres, de edades comprendidas entre los 12 y 13 años.

Procedimiento.

Inicialmente se asistió a la Escuela Secundaria General Guillermo González Camarena, con el objetivo de presentarles una propuesta de curso-taller titulado “Un encuentro con quien soy ahora” para sus alumnos de primer año como parte de la Unidad de Aprendizaje de Prácticas Profesionales en Psicología Educativa. Dicho curso tuvo como objetivo general concientizar a los estudiantes respecto a todos los cambios que existen en la transición de la infancia a la adolescencia, brindándoles herramientas con las cuales puedan llevar a cabo un duelo sano por la pérdida de la niñez a la que se enfrentan; sin embargo, debido a que dicho proceso de transición es el inicio del proceso para la conformación de una identidad y personalidad propia, se pretendió desafiar a aquellos conceptos, constructos y estereotipos que tienen los adolescentes sobre cómo será su vida ahora, indagando a su vez sobre el autoconocimiento que tienen de ellos mismos, con el fin de que puedan llevar a cabo una adecuada madurez.

Tras la aceptación de la institución para la aplicación del curso-taller, esta misma proporcionó al grupo con el que se trabajó, mencionando que en palabras de la dirección de la secundaria era “el más problemático”. En conjunto con la subdirectora, se estableció un cronograma en donde se dictaminaron los horarios y las fechas en que se llevarían a cabo las sesiones de dicho curso, y posteriormente, se realizaron ajustes en el programa para cumplir con las demandas de la institución.

En concreto, se implementó el curso-taller “Un encuentro con quien soy ahora” durante un periodo de 2 meses, desde marzo del 2023 hasta mayo del mismo año, siendo las tres primeras sesiones de dos módulos de 50 minutos y las cinco sesiones restantes de un módulo de 50 minutos, finalizando con un total de ocho sesiones.

Este trabajo tuvo la autorización tanto de la secundaria en la que se llevó a cabo, así como de la Coordinación de la carrera de Psicología del CUCOSTA-UDG y del profesor a cargo de la Unidad de Aprendizaje anteriormente mencionada; además, se respetaron los lineamientos éticos establecidos en el Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología, así como de los principios fundamentales de la Declaración Universal de la UNESCO de Derechos Humanos.

Diseño.

Una vez planteado el objetivo del curso-taller, se llevó a cabo la construcción del marco teórico con el cual se fundamentaron los temas abordados durante las sesiones; así mismo, gracias a la metodología de investigación-acción, se diseñaron cartas descriptivas particulares para cada uno de los temas y dinámicas, además de una carta general en donde se engloba todo el curso-taller (véase tabla 1); sin embargo, llevando a cabo las modificaciones de cada una de estas conforme avanzaba el curso y si el contexto respecto al espacio de aprendizaje o la manera en que los alumnos respondían así lo requería. Las dinámicas llevadas a cabo se basaron en la clasificación de estrategias de intervención pedagógicas propuestas por Diaz Barriga y Hernández Rojas (2010), estas son de inicio o apertura (preinstruccionales), de desarrollo (coinstruccionales) y de cierre (posinstruccionales).

Con las estrategias preinstruccionales, se preparaba a los alumnos respecto a qué y cómo iban a aprender, y para ello, se utilizaron relatos a manera de introducir los temas y preguntas abiertas con el fin de conocer qué era lo que los alumnos sabían.

Las estrategias coinstruccionales sirvieron de apoyo para lograr una mayor atención y retención de la información, por lo que se utilizaron ejemplos ficticios y personales, al igual que material videográfico acorde a los contenidos, con el fin de que los alumnos se identificaran, surgiera un autoanálisis y a su vez prestaran mayor atención.

Las estrategias de cierre o postinstruccionales permitieron hacer una síntesis en conjunto con los alumnos al final de cada una de las sesiones con el fin de que reflexionaran respecto a lo que habían aprendido, cómo lo vivían o lo aplicarían en su vida, pero al mismo tiempo, desde una perspectiva crítica sobre aquellos temas que consideran como establecidos.

Con el fin de generar cambios aún más potentes en los estudiantes, en conjunto con las estrategias de intervención pedagógicas descritas anteriormente, se utilizaron las estrategias de intervención pragmáticas, cognitivas y emocionales descritas por Linares (1996) fundamentadas en la terapia familiar sistémica, tomando en cuenta los distintos ejes por los cuales se encuentran atravesadas las

personas (la familia, la escuela y la comunidad), generando así cambios al desafiar aquellos constructos con los cuales han crecido los alumnos a lo largo de su vida.

En el caso de las intervenciones pragmáticas, principalmente se tomó en cuenta la descripción que hace el autor respecto al movimiento y la estructura del espacio en el que las personas se colocan y desenvuelven en primera instancia, y el papel que tiene el terapeuta al poder modificar los espacios al momento de cambiar a la gente de lugar, generando así otra perspectiva de evidencia conductual.

Siguiendo esta parte de la teoría, en el diseño del curso-taller se intervino al momento de organizar la ubicación de las butacas en el aula, las cuales se decidió colocar en forma de herradura para concentrar la atención en el centro del salón. Conforme a esto, se movió de lugar a los alumnos que constantemente estaban conversando entre sí, también entre ellos mismos regulaban su comportamiento según el lugar en el que se encontraban del aula y la proximidad con los diseñadores del curso-taller, conformando así una de las características de este tipo de intervención, que es la de la correspondencia entre cambio en la narrativa y en la organización.

De la mano de la intervención anteriormente mencionada, están las intervenciones cognitivas, donde es importante mencionar, que a lo largo de las sesiones se promovió la reflexión a los alumnos respecto a sus creencias y los mitos existentes que son generados desde la sociedad y reforzados en el núcleo familiar.

El diseño del curso-taller se basa principalmente en el duelo y el proceso de infancia-adolescencia, por lo cual en cada sesión se explicaron conceptos, constructos y la diversidad de experiencias que cada ser humano comprende como únicas. En el caso de esta intervención, lo que se genera en consecuencia, con palabras de Linares (1996), es que "la incertidumbre puede ser la exploración de nuevos constructos, acompañada de la incursión en nuevas maneras de actuar de la experimentación de nuevos sentimientos"; es por ello, que se dividen las sesiones desde temas sociales que pueden entrar en debate hasta temas que los alumnos consideraron personales e incluso íntimos; sin embargo, al hablarse de lo que podría ser tabú o morboso a la edad del grupo de secundaria en el que se intervino, se acoplaron a la incomodidad, reconociendo que los cambios que están viviendo en la etapa en la que están son

característicos de la misma. En cuanto las intervenciones emocionales, estas se caracterizan en que si son llevadas de manera adecuada, podrán impactar en los demás planos (cognitivo y pragmático), en este caso las técnicas predominantes han sido de nutrición emocional.

Discusión.

En el presente trabajo de investigación-acción se planteó como objetivo diseñar y aplicar una estrategia metodológica de intervención, la cual apoyará a un grupo de adolescentes de primer año de secundaria a desarrollar herramientas adaptativas durante la transición de infancia-adolescencia, lo cual propiciará una adecuada gestión emocional, desembocando en un manejo de salud mental favorable y una sana expresión de la identidad y de la personalidad.

El trabajo realizado demuestra que la estrategia metodológica diseñada cumplió con los objetivos planteados de manera satisfactoria, lo cual es observable en las cartas realizadas por los adolescentes en donde se expresan los cambios que se fueron gestando a partir de las sesiones; de tal forma, que en la primera sesión se logró cumplir con el objetivo inicial de la formación de un vínculo de confianza entre los coordinadores y los alumnos de este curso, ya que en esta misma sesión en las cartas los alumnos mencionaban la mala conducta que presentaba el grupo, con comentarios como “A mis compañeros les falta guardar silencio y prestar atención, pero sé que lo lograrán”, denotando que si bien existe una actitud negativa en el grupo, se presenta una actitud positiva ante la idea de generar un cambio en esta conducta; a su vez, una alumna mencionó “[...] creo que todos se comportaron mejor de lo normal, pero unos niños se comportaron peor de lo normal”, lo que permitió observar, que al realizar un cambio en la manera tradicional de enseñanza que recibe un grupo de adolescentes, pueden haber variaciones en las conductas consideradas normales por estos y por sus profesores.

En las sesiones venideras se presentaron los retos que conlleva la transición de la infancia a la adolescencia, y que el sistema educativo actual no es capaz de generar un ambiente en el que ellos puedan expresar y vivir dichos retos de manera sana, tomando de ejemplo lo que menciona una alumna en la sesión 2 “[...] a veces siento cosas raras o tristeza sin razón y siento que no sé, sensaciones raras o me da algo donde siento que no puedo respirar y mis ojos tienen lágrimas, y es raro, porque no las

control y no sé”, donde resalta el desconocimiento existente ante sus emociones y aquellas situaciones que las detonan; de tal forma, que genera confusión ante la aparición de estas emociones categorizadas como negativas, y la falta de habilidades para afrontarlas, demostrado en la sesión 7, donde una alumna menciona entre borrones que “otra es que yo he intentado vomitar mi comida y no comer, también me he cortado”, obteniendo así, que no existe una educación integral en el sistema educativo en la que se tome en cuenta una educación emocional y el contexto social en el que se desarrollan los adolescentes, haciendo que tengan que recurrir a estrategias que atenten contra su integridad para lograr el alivio momentáneo del malestar psicológico que se presenta.

Como se menciona, al principio de este trabajo, parte de los objetivos del curso-taller implementado fue propiciar un análisis de reflexión existencial en los alumnos que les permitiera una sana expresión de la identidad y la personalidad. A este respecto, en las cartas se observó, que en los ambientes en los que se desenvuelven (tal como el hogar y la escuela) les dificultan el alzar la voz y expresar lo que sienten, gracias a las ideologías machistas y homofóbicas, así como los estigmas que prevalecen en la sociedad. Un ejemplo de esto es lo que expresa una alumna en una carta de la tercera sesión, donde menciona “[...] he visto mucho en el salón la discriminación por la raza o por ser gay, más usado como un insulto, es algo que me genera conflicto. También hablando de la actividad de las banderas, hay gente del salón que son machistas y lo usan como insulto”, haciendo que cuando un adolescente intente expresar la identidad que está formando se le rechace o se le invisibiliza, sucediendo situaciones como la descrita por otra alumna en la misma sesión, “A veces me siento mal, porque no me traten como tal o me digan cosas hirientes por lo que me identifico y pues me es difícil, porque no luzco como tal y aun así intento no tomarle importancia”, demostrando así el rechazo que existe en su ambiente y que aprenden en la infancia ante la existencia de la diversidad de las personas.

La implementación de las cartas resaltó por su importancia y lo enriquecedora que fue debido a que una parte de los alumnos no les es tan sencillo la expresión verbal, por lo que la actividad contribuyó a potenciar la participación mediante la expresión escrita, apoyando a tomar en cuenta sus aportaciones, preguntas y comentarios sin hacerles sentir presionados o expuestos frente al grupo, lo que aportó el

conocimiento de que si bien no se expresen en voz alta, probablemente se tenga algo que decir y así se logra desarrollar la expresión de opiniones, puntos de vista distintos, emociones y sentimientos de alguna manera.

Al final del curso, se obtuvieron cartas de retroalimentación sobre lo que habían aprendido los alumnos, cómo se sintieron y qué les gustó, constatando una vez más el cumplimiento de los objetivos planteados al principio, recibiendo comentarios de varios alumnos como cómo “[...] aprendí a controlar mis emociones y a respetar a los demás (más de lo que ya lo hacía) y también de que cuando alguien va creciendo pasan cosas que son normales”, “me gustaron mucho estas sesiones, porque me ayudaron a seguir adelante, a ser yo misma, a abrirme más, a poder ser. Me divertí mucho con ustedes en estas sesiones, sentí que ya pude ser yo misma”, además de generar cambios en la conducta como se observa en una de las cartas, “Me sirvió demasiado hablar con Emma y Yaqui, porque me quitaron las ganas de seguir cortándome, estoy muy agradecida con ustedes”, evidenciando así, que se lograron generar cambios tanto a nivel cognitivo como pragmático y emocional en los alumnos, además de salir a relucir el choque que generó en los alumnos un proceso de enseñanza más humanista y lúdico preparado por los autores, en comparación con el sistema tradicional y conductista con el que trabaja la institución, logrando así una mejoría en la conducta y un mayor interés que demostraron frente a nosotros en comparación con otras clases.

CONCLUSIONES.

Con base en el trabajo de investigación-acción realizado, se llegó a la conclusión que el estar frente a un grupo tan grande en una secundaria pública representa una serie de retos, pues resalta la falta de interés de algunos académicos y administrativos por la construcción del aprendizaje de los alumnos, así como la implementación de métodos conductistas durante el transcurso de sus clases. Es evidente, que aún existen diversas problemáticas a superar en cuanto al sistema educativo de nuestro país, pues en las instituciones públicas no todas cuentan con la intervención de psicólogos educativos para lograr cambios en la construcción del aprendizaje, ni psicólogos clínicos u orientadores que se encarguen de

cubrir las problemáticas psicológicas, emocionales, familiares y académicas que presentan los alumnos y que son una barrera para su formación y desarrollo en el proceso educativo.

La adolescencia se trata de una etapa en la que los individuos comienzan a construir su identidad, definen aquellos valores que rigen sus decisiones, y sobre todo, viven en la incertidumbre ocasionada por el desconocimiento de quienes son, durante esta investigación, se observó cómo estas vivencias pueden afectar de manera positiva o negativa en el adolescente según las estrategias que les han sido otorgadas durante la crianza para el afrontamiento de esta etapa, pues si bien conviven en un mismo entorno social, cada uno de ellos construirá de manera patológica o saludable su identidad.

Durante ese proceso resaltó la falta de conocimiento sobre la importancia del cuidado de la salud mental por la que atraviesan los jóvenes de este país, pues algunos de los alumnos recurrían a técnicas autolesivas para aliviar los síntomas de ansiedad y/o estrés que experimentaban en su vida diaria, anudado a esto, existe la incapacidad por parte de algunos de identificar o conocer qué situaciones les provocan lo que consideran “emociones negativas”, con esto último, haciendo énfasis en que aún se sigue categorizando las emociones como buenas o malas, impidiendo que exista un libre desarrollo en su identidad emocional.

La implementación de este tipo de trabajos debe observarse como un esfuerzo a nivel micro de llevar a cabo el cumplimiento de los propósitos planteados tanto por los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) a nivel global, así como los Programas Nacionales Estratégicos (PRONACES) que se encuentran integrados en el Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024 de nuestro país.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Álvarez, M. (2023). La construcción de la identidad, fallas en la consolidación del sentimiento de sí mismo: la identidad negativa [Conferencia abierta]. Centro de Formación en Técnicas de Evaluación Psicológica. <https://www.angelfire.com/ak/psicologia/identidad.html>
2. Castro, R. Vargas, E. López, M. (2023). Análisis comparativo entre jóvenes con deterioro y salud mental y su relación con variables individuales, familiares, escolares y sociales. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 3, 1-17. Recuperado de:

<https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3629/3579>

3. CEPAL. (2019). Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). www.cepal.org. Recuperado de [https://www.cepal.org/es/temas/agenda-2030-desarrollo-sostenible/objetivos-desarrollo-sostenible-Ods#:~:text=Los%20Objetivos%20de%20Desarrollo%20Sostenible%20\(ODS\)%20son%20el,conjunto,%20construyen%20una%20visi%C3%B3n%20del%20futuro%20que%20queremos](https://www.cepal.org/es/temas/agenda-2030-desarrollo-sostenible/objetivos-desarrollo-sostenible-Ods#:~:text=Los%20Objetivos%20de%20Desarrollo%20Sostenible%20(ODS)%20son%20el,conjunto,%20construyen%20una%20visi%C3%B3n%20del%20futuro%20que%20queremos)
4. CEPAL. (2019). ODS 4: Garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos en América Latina y el Caribe. www.cepal.org Recuperado de: https://www.cepal.org/sites/default/files/static/files/ods4_c1900792_web_0.pdf
5. CONAHCYT. (2023). Programas Nacionales Estratégicos. Recuperado de: <https://conahcyt.mx/pronaces/>
6. CONAHCYT. (2023). Educación. Recuperado de: <https://conahcyt.mx/pronaces/pronaces-educacion/>
7. Díaz, F. y Hernández, G. (2010). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo Una interpretación constructivista. Mc Graw Hill.
8. Gerosa, F. (2016). Personalidad, autoestima y desempeño académico. Una aproximación complementaria a partir de la Teoría de los Cinco Factores de la Personalidad. PSOCIAL, 2(2), 46-49. Recuperado de: <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/view/2146/1833>
9. Linares, J. (1996). Identidad y narrativa: la terapia familiar en la práctica clínica. Paidós. Barcelona.
10. Oliva, A. (2015). Desarrollo positivo del adolescente. Síntesis. Madrid.
11. Seikkula, J. y Arnkil, T. (2019). Diálogos abiertos y anticipaciones terapéuticas: respetando la alteridad en el momento presente. Herder.

12. Shamah-Levy T., Romero-Martínez M., Barrientos-Gutiérrez T., Cuevas-Nasu L., Bautista-Arredondo S., Colchero MA., Gaona-Pineda E.B., Lazcano-Ponce E., Martínez-Barnetche J., Alpuche-Arana C., Rivera-Dommarco J. (2022) Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México. Instituto Nacional de Salud Pública. Recuperado en: <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2020/doctos/informes/ensanutCovid19ResultadosNacionales.pdf>
13. Tacca, D., Cuarez, R., & Quispe, R. (2020). Habilidades Sociales, Autoconcepto y Autoestima en Adolescentes Peruanos de Educación Secundaria. RISE, 9(3), 295-297. Recuperado de: <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/224816/Tacca.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Tintaya, P. (2019). Psicología y personalidad. Revista de Investigación Psicológica, 21, 123-134. Recuperado de: https://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n21/n21_a09.pdf

DATOS DE LOS AUTORES.

- 1. Armando Ariel Gutiérrez López.** Egresado de la Licenciatura en Psicología del Centro Universitario de la Costa, Campus Puerto Vallarta de la Universidad de Guadalajara, Jalisco, México. Asistente de la Coordinación de la Carrera de Psicología en el Centro Universitario de la Costa. Correo electrónico: armando.gutierrez@cuc.udg.mx
- 2. Celso Humberto Ríos Godínez.** Egresado de la Licenciatura en Psicología, Centro Universitario de la Costa, Campus Puerto Vallarta, Universidad de Guadalajara Jalisco, México. Correo electrónico: humbertorios1620@gmail.com
- 3. Estefany Yaquelin Sánchez González.** Egresada de la Licenciatura en Psicología, Centro Universitario de la Costa, Campus Puerto Vallarta, Universidad de Guadalajara Jalisco, México. Correo electrónico: yaqurlinsg@gmail.com

RECIBIDO: 18 de enero del 2024.

APROBADO: 10 de marzo del 2024.