



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional

**Programa de Profundización en Procesos en Desarrollo
Humano y Educativo**

Nombre del trabajo

**“CÍRCULOS DE APRENDIZAJE INTERPERSONAL
COMO TÉCNICA UTILIZADA DENTRO DEL
CONTEXTO EDUCATIVO PARA MEJORAR LA
COMUNICACIÓN Y LA PERCEPCIÓN DE EMPATÍA”**

Reporte de Práctica de Servicio

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

Silvia Rodríguez Espinoza



Director: Lic. Elizabeth Montecillos Peña

Vocal: Mtra. Mayra Yanet Sánchez Zuñiga

Secretario: Mtra. Miriam Velázquez Ortiz

Suplente 1: Doctor Marco Antonio González Pérez

Suplente 2: Doctor Cruz Edgardo Becerra González

Los Reyes Iztacala Tlalnepanitla, Estado de México, 25 de mayo de 2020.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos

A mis queridas hijas

Estefany, Ana Karen y Berenice por ser fuente de mi inspiración y de mi esfuerzo, han sido, son y serán el motor encendido y necesario que me da la energía para realizar cada proyecto en mi vida, espero que comprendan la recompensa que espera a cada sacrificio que realizamos. El tiempo será el mejor juez, y este trabajo el mejor testigo entre el sacrificio y el éxito.

A mi amado esposo

Por su apoyo incondicional, por su amor, acompañamiento y comprensión en todos mis proyectos. Edgardo eres mi compañero de vida, estás siempre a mi lado tomando mi mano, gracias por ser mi soporte, preocuparte y querer siempre lo mejor para mí , el recorrido de este camino no hubiera sido igual sin ti, cada experiencia buena o mala la vivimos juntos y nos sirvió como aprendizaje, por eso, este éxito es también tuyo mi amor.

A mi admirable mamá

Gracias mami, por ser siempre la mujer que me enseñó los valores que me forman como persona, por tu tiempo e inmenso amor, por tus consejos, por tu ayuda y por dedicar gran parte de tu vida a mi crianza, y gracias a eso soy la mujer que soy, quiero decirte que siempre me he sentido muy orgullosa de ti y que siempre te he admirado por tu temple, fortaleza, tu trabajo y sobre todo por tu gran bondad.

A mis profesores

Por sus enseñanzas, tiempo, esfuerzo y dedicación, por esa gran pasión por enseñar, por las llamadas de atención, por sus ceros y cincos que me obligaron a mejorar y a esforzarme. Cada uno me dejó conocimientos y enseñanzas de vida, por eso les estaré eternamente agradecida.

A mi directora de manuscrito recepcional

Gracias Licenciada Elizabeth Montecillos Peña por guiarme en este proceso de titulación con tanta dedicación y tolerancia, por su tiempo e interés para que este proyecto tan importante en vida saliera lo mejor posible, siempre la recordaré con mucho cariño y respeto. Es una gran maestra y excelente ser humano.

Índice

1. Resumen.....	6
2. Introducción.....	7
2.1 Justificación.....	12
2.2 Objetivo General.....	20
2.3 Objetivos Específicos.....	20
2.4 Metodología.....	21
2.6 Población.....	22
2.5 Técnicas de Recolección de Información e Instrumentos.....	23
3. Informe de práctica.....	24
3.1 Descripción del Contexto Institucional.....	24
3.2 Diagnóstico del Grupo.....	25
3.3 Participantes.....	26
3.4 Observación General.....	26
3.5 Resultados del Diagnóstico Realizado con el Instrumento IRI.....	26
3.6 Entrevista para Profesores y Orientador.....	29
3.7 Intervención.....	30
3.8 Resultados Cualitativos.....	41
3.9 Resultados Cuantitativos.....	45
3.10 Competencias Desarrolladas en la Actividad de Servicio.....	49

3.10 Competencias Desarrolladas en la Actividad de Servicio.....	49
3.11 Elementos Significativos en el Proceso de Cambio.....	50
3.12 Consideraciones Éticas y la Responsabilidad Social en el Trabajo Profesional.....	52
3.13 Limitaciones de la Práctica de Servicio.....	53
4. Conclusiones.....	54
5. Referencias.....	58
6. Anexos.....	60
7. Apéndices.....	62

1. Resumen

La empatía es importante dentro de las habilidades sociales, ya que contribuye a comprender al otro, mejorando así nuestras relaciones interpersonales. Los Círculos de Aprendizaje Interpersonal “CAI” permiten expresar los sentimientos, opiniones y deseos del otro, su dinámica permite desarrollar la escucha activa mientras se respeta y se trata de comprender las conductas y emociones de los demás.

Esta práctica de servicio tuvo el objetivo de mejorar la comunicación y la percepción de empatía en un grupo de grado secundaria mediante la utilización de una técnica denominada: Círculos de Aprendizaje Interpersonal, se trabajó con 20 alumnos de ambos sexos, en una secundaria ubicada en el Municipio de Chimalhuacán Estado de México, realizando un diagnóstico con el instrumento para la medir la empatía de Davis (1980), denominado Índice de Reactividad Interpersonal (IRI) así mismo durante la intervención se hizo uso de bitácoras de observación para la obtención de datos cualitativos y al final se hizo una evaluación de resultados (los cuales arrojaron un cambio positivo en la conducta y en la percepción empática de los alumnos).

Por lo que se concluye que los CAI´s son una técnica eficaz para mejorar la percepción empática y la comunicación dentro del contexto educativo.

Palabras clave: empatía, técnica CAI, comunicación, contexto educativo.

Abstract

Empathy is important within social skills, since it contributes to understanding the other, thus improving our interpersonal relationships. The Interpersonal Learning Circles "CAI" allow to express the feelings, opinions and desires of the other, their dynamics allow to develop active listening while respecting and trying to understand the behaviors and emotions of others.

This service practice had the objective of improving communication and perception of empathy in a secondary school group by using a technique called: Interpersonal Learning Circles, it worked with 20 students of both sexes, in a secondary school located in the Municipality of Chimalhuacán State of Mexico, making a diagnosis with the instrument to measure Davis's empathy (1980), called the Interpersonal Reactivity Index (IRI), and during the intervention, use of observation logs to obtain qualitative data and at the end an evaluation of results was made (which showed a positive change in the behavior and in the empathic perception of the students).

Therefore, it is concluded that CAIs are an effective technique to improve empathic perception and communication with in the educational context.

Key words: empathy, CAI technique, communication, educational context.

2. Introducción

La empatía es una habilidad sumamente importante en el ámbito académico y durante toda la vida, es clave para tener una buena comunicación, genera un ambiente agradable y coadyuva en la comprensión de las necesidades y la inclusión por lo tanto mejora las relaciones interpersonales. Cuando una persona es empática con otra le ayuda a tener una sensación de comprensión, de respeto, bienestar y sobre todo le hace sentir que importa.

Para Davis (1980) la empatía es una respuesta emocional a las situaciones emotivas vividas por otros y en esa medida es susceptible de ser aprendida y enseñada, Por lo tanto tiene dimensión afectiva y cognitiva.

Carl Rogers fue uno de los fundadores del movimiento de la psicología humanista, y la empatía es una de las actitudes básicas claves promotoras del cambio junto con la congruencia y la aceptación positiva incondicional. El enfoque de Rogers dignifica y valora el esfuerzo de la persona por desarrollar sus potencialidades.

De acuerdo a Riveros (2014), la psicología humanista nace oficialmente en Estados Unidos en 1962, cuando un grupo de psicólogos y pensadores progresistas como: Kurt Goldstein, Erich Fromm, Carl Rogers, Abraham Maslow y Fritz Perls entre otros, declaran su voluntad en desarrollar un enfoque nuevo que trascendiera los modelos vigentes del psicoanálisis y del conductismo; el anhelo era entonces desarrollar una nueva psicología que se ocupe de la

subjetividad y la experiencia interna, de la persona como un todo, sin fragmentaciones como la conducta o el inconsciente, o la percepción o del lenguaje; sino desarrollar una nueva disciplina que investigue los fenómenos más positivos y sanos del ser humano como el amor, la creatividad, la comunicación, la libertad, la capacidad de decidir, el cambio terapéutico, y sobre todo, la autenticidad y el arte de ser uno mismo, porque de allí debía provenir el sentido de respeto y responsabilidad. Desde ese núcleo del ser, puede surgir un camino del existir que sea sano o sabio, equilibrado y pleno, la autenticidad como un proceso de auto-aceptación y aceptación de todo lo que existe.

Siguiendo esta misma línea, dentro del Desarrollo Humano en México se han hecho aportes como los de Sergio Michel Barbosa y Rosario Chávez Ríos en la comunicación profunda y empática mediante el Espacio Protegido del Diálogo, así mismo han creado y desarrollado en el ámbito educativo los Círculos de Aprendizaje Interpersonal “CAI” siendo éstos una metodología inspirada en la propuesta de los círculos mágicos del Dr. Ubaldo Palomares. (Michel y Chávez, 2010).

Los CAI representan un recurso, en la cual se desarrollan habilidades interpersonales importantes, ya que los miembros del grupo van incorporando a su propia cultura una forma alternativa de relacionarse con los demás a manera de negociar las diferencias con una postura de respeto y de escucha; es decir es una herramienta accesible y de gran impacto a disposición del facilitador, en aspectos de distinta índole, por ejemplo; de planeación estratégica, de resolución de conflictos, de desarrollo de clima interno, de recuperación y promoción de una sana convivencia.

Para Michel y Chávez (2010), el CAI dentro del salón de clases trata de conseguir que los alumnos alcancen el máximo desarrollo posible en sus capacidades, individuales, sociales, intelectuales, culturales y emocionales. Afirman que la misión esencial de la educación, desde la perspectiva de los Círculos de Aprendizaje Interpersonal es la promoción del desarrollo afectivo y emocional del estudiante durante su proceso escolar. Si el escolar al final de un ciclo académico no creció como persona; si el niño no desarrolló, durante su paso por el aula, en alguna dosis su sentido de seguridad personal, de autorrealización, de libertad interior, de respeto hacia sí mismo y hacia los demás. Si el joven no aprendió durante su estancia en la escuela a valorarse como persona, si no aprendió a expresar sus sentimientos y sus puntos de vista, si no aprendió a escucharse es decir, a validarse a sí mismo y a los demás con empatía y respeto; no podremos pregonar, nosotros los maestros, nuestra contribución a su educación. (p.75)

El propósito del CAI se centra en el desarrollo de habilidades básicas de comunicación, es por ello que también es esencial tener en cuenta la importancia de evitar respuestas que son cotidianas en la interacción humana, familiar, laboral y escolar. Michel y Chávez (op. Cit., p.51) las llaman RAB's (respuestas automáticas bloqueadoras), entre las más conocidas se encuentran: juzgar, criticar, advertir, sermonear, consolar, defender o tomar partido, cambiar de tema, bromear, usar la ironía, la burla o el sarcasmo, cuestionar, aconsejar, diagnosticar, interrumpir, indagar, etc.

El reto es, el de convertir el acercamiento en enriquecimiento humano a pesar de sus diferencias.

Cuando en el proceso de una relación interpersonal se da un receso a la lucha cotidiana de ganar una discusión, de cambiar a una persona, o de demostrar una verdad (la propia); es decir, cuando por un momento se da una suspensión temporal de juicios; se abre entonces la posibilidad de un espacio de exploración donde el objetivo principal deja de ser el de ganar, o imponer un punto de vista sobre el otro, y se abre la posibilidad de permitirse entrar al mundo del otro mediante una escucha activa e incluso darse una escucha experiencial, es decir; englobar el significado de la experiencia total, con actitud empática, en donde no solo se entienda el mundo del otro tal y como él lo experimenta, sino que incluso se comunique a la persona aspectos de su experiencia que no son accesibles a su conciencia. Dicho de otra manera, ir un paso más delante de la persona e incluso poder realizar una confrontación pero empáticamente y desde su propio marco de referencia, mostrando así, una empatía avanzada.

El objetivo que surgió entonces en esta práctica es mejorar la comunicación y la percepción de empatía en el grupo de segundo grado de la secundaria José Vasconcelos mediante la utilización de la técnica denominada: Círculos de Aprendizaje Interpersonal, y en el camino de hacerlo, fortalecer la calidad de la relación, con honestidad y confianza, mediante la mejora de la percepción empática de los alumnos.

Por medio de la sensibilización se logró que los alumnos hicieran una toma de conciencia y un cambio de actitud. Abriendo sus sentidos e incrementando su conciencia respecto a los tópicos seleccionados para ser tratados en los CAI, algunos de ellos fueron: “Un momento difícil para mí

en el que alguien me apoyó”, “Alguna vez que necesité pedirle algo a mi profesor o compañero y no lo hice”, “Alguna vez me sentí juzgado y censurado” y “Alguna vez me sentí culpable de herir a alguien” entre otros, cabe mencionar que se utilizaron algunas estrategias para sensibilizar a los alumnos antes de comenzar los CAI, mediante videos, lecturas o dinámicas.

Con esta práctica se demostró la importancia de llevar a cabo técnicas como la del CAI para el desarrollo empatía en los adolescentes y que esto a su vez contribuya en la mejora de sus relaciones interpersonales.

2.1 Justificación

La empatía, en el contexto educativo, según Rogers (1981) estimula el establecimiento de un clima de seguridad emocional o psicológica, permite al estudiante canalizar su energía y atención a la exploración y experimentación del aprendizaje significativo.

Pero ¿por qué es importante la empatía en la educación?, es importante porque ayuda a resolver los conflictos que se presentan dentro del contexto escolar, ya que la etapa de la adolescencia está llena de ajustes físicos, emocionales y psicológicos que en ocasiones no facilitan la resolución de éstos, sin duda el diálogo es la mejor técnica para resolver un conflicto, pero para que el diálogo sea efectivo, es necesario la empatía en la búsqueda de soluciones, ya que ayuda no solo al entendimiento, sino a la comprensión de una manera más global y no solo de manera particular.

Rogers (1961) insiste en que aceptar realmente a otra persona con sus propios sentimientos no es tarea fácil, así como tampoco es fácil comprenderla. Es difícil para nosotros permitir que los demás difieran de nosotros o que piensen y sientan de un modo distinto a como lo hacemos nosotros. Pero, las diferencias entre los individuos, el derecho de cada uno a utilizar su experiencia a su manera y descubrir en ella sus propios significados, es una de las potencialidades más valiosas de la vida y es una forma de ayudarla a convertirse en persona. Este autor afirma que aquello que es personal resulta más general, los sentimientos íntimos y personales y, en consecuencia, más incomprensibles para los demás, logran hallar resonancia en muchas personas. Así mismo asegura que cuanto más aceptado y comprendido se siente un individuo, más fácil le resulta abandonar los mecanismos de defensa con que ha encarado la vida hasta ese momento y comenzar a avanzar hacia su propia maduración. El ser humano se mueve en ciertas direcciones: hacia lo positivo, lo constructivo, hacia la autorrealización, hacia la maduración y hacia el desarrollo de su socialización.

La capacidad de empatía, el manejo y comunicación de los propios sentimientos, y la capacidad de enfrentar la frustración de manera constructiva son esenciales cuando se aspira a promover a las generaciones futuras en la dirección de: una relación de pareja, de familia y de comunidad más estimulante, respetuosa y satisfactoria; de una sociedad más participativa, productiva, solidaria; y en términos generales con una mejor calidad de vida (Goleman, 1995, 1998; Lafarga, 1997; Larios, 1996, como se citó en Michel y Chávez, 2010, p. 18).

En el artículo “La empatía como un inhibidor cognitivo de la agresión interpersonal” de Richardson, Hamaca, Smith, Gardner y Signo (1994), se presentan tres estudios que relacionan la empatía con los conflictos. El primero reveló que en las respuestas hacia los conflictos los sujetos muestran poca preocupación, por la otra parte, el segundo, tras aconsejar al sujeto que pensara en la otra parte, se observó que la respuesta era menos agresiva; y en el tercero se analizó el lenguaje dando como resultado que los chicos tienden a amenazar y las chicas a provocar en los conflictos. En este último estudio se muestra la actitud que suelen presentar los jóvenes adolescentes ante los conflictos que les suceden dentro de la escuela. El desarrollo de la empatía dentro de la educación es importante porque como se mencionó antes, permite comprender otros puntos de vista, por lo tanto, da más autonomía a los alumnos para resolver sus conflictos sin la necesidad de un tercero. Es una oportunidad para compartir experiencias para aprender a escuchar y respetar a los compañeros poniéndose en el lugar de la otra persona para resolver conflictos, por ende mejora la convivencia y relaciones interpersonales.

Barbieri (2016 como se citó en Prestes, 2016) refiere que:

La empatía no es genérica, está encarnada en el tiempo y en el espacio que permito que sea ocupado y transformado dentro de mí.

Nuestro tiempo está colonizado, no tenemos tiempo para ser, para estar, para respirar y sentir, el uso de nuestro tiempo se ha convertido en un hacer incesante, sin extrañeza ni indignación, sin resistencia y con poca transformación. Tendemos a adherirnos a los flujos del mundo. Si eso sucede, no tengo tiempo para el otro dentro de mí, a menos que él esté dentro de mis objetivos. Ese exceso de pragmatismo contemporáneo hace inviable la

expresión de las sutilezas y de lo que no está programado, los desvíos y las inestabilidades. Queremos saber y dar forma a todas las ideas y vectores rápidamente, sin que con eso podamos escuchar nuestras inquietudes y urgencias: Yo quería llorar, ¿ahora no es el momento? Yo quería preguntar, ahora no es el momento. Yo quería ser, déjalo para las vacaciones, el feriado, después de la jubilación. Ahora tenemos que hacer que todo funcione bien. ¿Qué quiere decir? ¿Cuándo tendremos tiempo para vivir? En las ciudades pequeñas, donde la distancia entre el trabajo y el hogar es corta, la gente tampoco tiene tiempo. Parece que no tener tiempo es un valor del siglo XXI. ¡Es hora de problematizar este asunto! En diversos momentos tenemos la ilusión de que somos muy importantes porque no tenemos tiempo y porque hacemos mil cosas a la vez. Siento la urgencia de despresurizar la existencia para dar credibilidad y lugar a lo que sentimos y a lo que nos mueve. En ese sentido, pensando que la mayor riqueza que podemos tener en el mundo contemporáneo es el tiempo, creo que para tener empatía necesitamos tener tiempo. Creo que la empatía es el tiempo dedicado a percibir, escuchar, mirar y pensar en el otro dentro de mí, así como también el tiempo que el otro me dedica. De acuerdo con el sentido común, entendemos «empatía» como ponernos en el lugar del otro.

Sin duda la autora Stela Barbieri hace una reflexión sobre lo importante y valeroso que ofrece la empatía, así como de “despresurizar la existencia para dar credibilidad y lugar a lo que sentimos y a lo que nos mueve” como ella misma lo menciona. Sin embargo también ofrece la reflexión sobre que “la mayor riqueza que podemos tener en el mundo contemporáneo es el tiempo”. Y en este sentido cabe mencionar que los adolescentes están tan preocupados por el

cómo son percibidos y aceptados, que es la etapa ideal para reforzar en ellos esta actitud de empatía que les ayudará en todas las etapas de su vida.

Para Goleman (1996), la inteligencia emocional, es responsable de gran parte del funcionamiento exitoso en la vida, e incluye tres elementos; control adecuado de la impulsividad, capacidad de reconocer los propios sentimientos y finalmente la habilidad de percibir los estados y climas emocionales de las personas y de los grupos. Y es precisamente la “**empatía**” la que ayuda a entender los estados emocionales de los otros, aunque no precisamente significa estar de acuerdo con el otro, empatizar es expresar nuestra comprensión sobre lo que el otro siente. Rogers (1961) habla de la empatía por primera vez en el contexto de una relación terapéutica, definiéndola como "la captación precisa de los sentimientos experimentados por el paciente y de los significados que éstos tienen para él, y una vez captados, comunicárselo" (p.65). Este concepto de empatía va más allá, se enmarca dentro del concepto de comunicación humana (bidireccional) con dos aspectos a destacar: primero, comprensión de sentimientos y del significado de estos sentimientos para quien los padece, y segundo, comunicación verbal o no verbal de que le estoy comprendiendo. La empatía es ser capaz de entender lo que siente el otro, aunque no se compartan los mismos sentimientos, de ahí la importancia de trabajar con los alumnos la aceptación positiva incondicional que se mencionó anteriormente como una de las tres claves promotoras del cambio que propone Rogers, ya que al ayudar a mejorar la percepción empática en los alumnos, es necesario enseñarles que al escuchar deben hacerlo sin reproches y sin juicios, pues las personas que muestran una actitud poco empática, tienen dificultades para leer e interpretar correctamente las emociones de los demás. Según Bermejo (2012), los individuos que manifiestan incapacidad empática no saben leer su radar social, por lo que algunas veces sin proponérselo dañan la intimidad emocional de quienes tratan,

pues al no validar los sentimientos y emociones del otro, este se siente molesto, herido o ignorado, por lo que cualquier tipo de relación: amistosa, marital, familiar o de trabajo, puede verse afectada por esta incapacidad.

Otra razón por la que es importante coadyuvar en la mejora de la percepción empática de los alumnos es porque aproximadamente entre los 14 y 16 años de edad las preocupaciones psicológicas de los adolescentes giran prioritariamente en torno a la afirmación personal-social y afloran las vivencias del amor, ya que de acuerdo a Krauskopf (1999), la búsqueda de la exploración de las capacidades sociales y el apoyo en la aceptación por el grupo de pares, dinamizan la afirmación personal y social en la adolescencia.

El desarrollo humano tiene por meta según Krauskopf (1995), el enriquecimiento personal y social progresivo que avanza en la adolescencia mediante la actualización de capacidades que permitan la convivencia social positiva, rescatando las necesidades personales y el progreso colectivo en un ajuste e integración transformadores.

Existen técnicas desarrolladas para el fortalecimiento de prácticas generadoras de bienestar humano, una de ellas es el CAI (Círculos de Aprendizaje Interpersonal), que está basado en la experiencia de compartir y aprender de las diferentes vivencias y percepciones y esta práctica de compartir en un clima de respeto, representa una oportunidad invaluable para quien expresa, de reconocer, aceptar y poseer sus propios sentimientos. Así mismo, para quien escucha, la misma

vivencia ofrece la oportunidad de aprender acerca del prójimo acerca de sus experiencias de dolor, logro, descubrimiento, frustración, etc.

El CAI sirve para promover el derecho humano tanto del maestro como del alumno a la expresión de sus propios sentimientos y pensamientos en un ambiente de aceptación, sin que ello implique necesariamente aprobación o adhesión, también tiene cualidades que ayudan a mejorar los procesos de comunicación y, por consiguiente, las relaciones interpersonales; ya que como lo mencionan Chavéz y Michel (2010) el verdadero objetivo de educar para la paz, y para la vida, solamente se empieza a lograr cuando el estudiante logra tener de manera consistente, en el salón de clases, experiencias concretas de: tengo derecho a expresar mis pensamientos y sentimientos; tengo derecho a sentir lo que siento; tengo derecho a ser diferente; soy capaz de escuchar y respetar a alguien diferente a mí y además de aprender de él; tengo derecho a equivocarme y a aprender de mis errores; no tengo que cambiar a mi prójimo, ni hacerlo igual que yo soy, para poderlo apreciar “yo valgo”; “yo existo”. (p. 40).

La empatía facilita la autorregulación emocional, así los estudiantes capaces de regular sus emociones y comportamiento emocional experimentarán probablemente más empatía que distrés personal, y serán más capaces de desarrollar estrategias de afrontamiento ante conflictos o dificultades que se les presenten. Según Bermejo (2012), la empatía es fundamental para establecer relaciones de comprensión y es imprescindible para las relaciones de ayuda porque nos permite sintonizar con la frecuencia emocional de una persona y comprenderla.

Los cambios por los que pasan los estudiantes en la adolescencia pueden producir en ellos ansiedad, confusión, problemas para encontrar su identidad y depresión entre otras, si añadimos a estos factores los problemas de comunicación que se dan dentro del contexto educativo, ya sea con autoridades escolares o incluso entre iguales, será inherente la producción de malas relaciones y un ambiente hostil de trabajo.

Sin embargo Acosta y Domínguez (2012) afirman que la aprobación social motiva al individuo a responder de un modo culturalmente aceptable al atribuirse cualidades socialmente deseables y rechazar aquellas que le parecen inapropiadas.

Pero también y sin duda, cada alumno es un ser único, es decir; tiene sus propios pensamientos, sentimientos, fisionomía, cultura, valores, condición económica y su propia historia de vida, por lo que en ocasiones es un reto para ellos entender y sobre todo comprender la postura del otro, el fracaso ante este reto se da por una supuesta incompatibilidad, que lleva consciente o inconscientemente a invalidar al otro.

Es por ello que esta intervención educativa con enfoque en la psicología humanista surge como una necesidad para una mejor y sana convivencia, por medio del respeto hacia el otro, aun cuando no estemos de acuerdo con sus pensamientos, creencias o sentimientos. Y se lleva a cabo por medio de los Círculos de Aprendizaje Interpersonal “CAI” porque se considera una técnica adecuada para que el aprendizaje humanista sea significativo en los alumnos, involucrándolos en

su totalidad, es decir: con sus procesos cognitivos y afectivos, además de que permite desenvolverse de manera vivencial y experiencial.

Reforzando de forma teórica lo anterior cabe decir que Abraham Maslow es considerado el padre de la Psicología Humanista, y la denominó como La Tercera Fuerza que nació antes de la década de los sesenta. Esta nueva psicología intenta abarcar al hombre como un ser holístico y complementado a su contexto, legitimando la dimensión subjetiva a través de un nuevo objeto de la Psicología: la experiencia interna. De igual forma ha hecho importantes aportes en el fenómeno del diálogo y la liberación individual a través del proceso de cambio y de la dimensión social.

2.2 Objetivo General

- Mejorar la comunicación y la percepción de empatía en el grupo de segundo grado de la Secundaria José Vasconcelos, mediante la utilización de la técnica denominada: Círculos de Aprendizaje Interpersonal.

2.3 Objetivos Específicos

- Diagnosticar la empatía de los alumnos con el instrumento IRI “Índice de Reactividad Interpersonal” de Davis.
- Mejorar la comunicación interpersonal del grupo por medio de sesiones de CAI.
- Mejorar la percepción de empatía del grupo por medio de sesiones de CAI.

2.4 Metodología

De acuerdo a los objetivos de esta intervención, la metodología se llevó a cabo de la siguiente manera:

Inicio de la intervención

- 1) Se dio inicio con una presentación ante el grupo y una dinámica para conocer al grupo.
- 2) Se informó al grupo sobre la dinámica del CAI, qué es, para qué sirve y los objetivos de dicha intervención.
- 3) Se entregó a todos los alumnos un consentimiento informado para alumnos (apéndice A), y otro para sus tutores (apéndice B) con la finalidad de informarlos, así mismo, lo firmen y sea de común acuerdo para que sus hijos (estudiantes) participen en dicha intervención.
- 4) Se llevó a cabo una pre-evaluación o diagnóstico con el instrumento para la medición de la empatía llamado IRI (anexo1)
- 5) Se realizó una entrevista semiestructurada a profesores y orientador del grupo, para hacer un diagnóstico del comportamiento de los alumnos, situada en el apéndice C.

Durante la intervención

- 1) Se dio inicio a las sesiones de los CAI, detalladas ampliamente en cartas descriptivas situadas en el apéndice D.

Al final de la intervención

- 1) Se realizó una pos-evaluación utilizando el instrumento IRI, situado en el anexo 1.
- 2) Se agradeció a los alumnos por su entusiasmo y sinceridad durante la intervención, invitándolos a seguir con esta práctica en su vida diaria, con su familia o con sus compañeros, recordándoles las reglas principales para poder aplicarlo.
- 3) Se les entregaron diplomas de manera individual por su participación.
- 4) Se realizaron nuevamente entrevistas a profesores y orientador de grupo para corroborar si hubo cambios después de la intervención, y cuáles fueron éstos.
- 5) Se aplicó un cuestionario a los alumnos para evaluar el CAI, situado en el apéndice E.
- 6) Una vez teniendo los resultados se analizaron de manera cualitativa y cuantitativa.
- 7) Se detallaron los resultados finales de la intervención.

2.5 Población

La intervención se llevó a cabo con un grupo de adolescentes (conformado por 11 mujeres y 9 hombres de entre 13 y 14 años de edad), dentro de las instalaciones de la escuela Secundaria José Vasconcelos 0520, que se encuentra en Chimalhuacán, municipio que se ubica en la zona oriente del Estado de México.

2.6 Técnicas de Recolección de Información e Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizó:

1. Una entrevista semiestructurada para aplicar a profesores y orientador del grupo (apéndice C).

2. El instrumento para la medición de la empatía llamado Índice de Reactividad Interpersonal (anexo 1).

El instrumento IRI evalúa la empatía, pero desde una perspectiva multidimensional que incluye factores cognitivos y emocionales que miden cuatro sub dimensiones tomadas del concepto global de empatía, y está conformado por 28 ítems.

Tabla 1

Factores que incluye el Interpersonal Reactivity Index	
COGNITIVOS	EMOCIONALES
PT= Toma de perspectiva	EC= Preocupación empática
FS= Fantasía	PD= Malestar emocional

Dimensiones y sub dimensiones del instrumento Interpersonal Reactivity Index

La dimensión de tipo **cognitivo** incluye la escala de fantasía (FS), la cual evalúa la capacidad de comprender las emociones de los personajes de novelas o películas; y la toma de perspectiva (PT), que mide la habilidad para entender las posiciones y los argumentos del otro.

La dimensión de tipo **emocionales** incluye la preocupación empática (EC), que se define como la capacidad de sentirlo que el otro siente, y el estrés personal por empatía (PD), que mediría la capacidad de malestar personal generada frente a las situaciones adversas de los demás.

El instrumento se responde en una escala Likert de 5 puntos donde 1 corresponde a “No me describe” y 5 a “me describe bastante bien”. De los 28 ítems que lo componen, 19 de ellos se califican de manera directa y 9 a través de calificación inversa; la calificación total y la de cada una de las dimensiones se obtiene por medio de la sumatoria de los puntajes de los ítems.

3. Un cuestionario para evaluar los CAI’S (apéndice E).

4. Una bitácora de observación (apéndice F) en la cual se recogió información de cada sesión y de los CAI que se realizaron durante la intervención.

3. Informe de práctica

3.1 Descripción del Contexto Institucional

La intervención se llevó a cabo en una institución educativa, llamada Escuela Secundaria Oficial 0520 José Vasconcelos, dicha institución se encuentra en el municipio de Chimalhuacán, ubicado en la región oriente del Estado de México.

La escuela se encuentra en una calle pavimentada, sin embargo no todas a su alrededor lo están, por dentro cuenta con salones hechos de piso firme y de techo de losa; en cuanto a la iluminación de los mismos se considera que es buena dado a las ventanas que tienen; en cuanto al mobiliario cada salón cuenta con butacas individuales, pizarrones blancos y algunos con pizarrones verdes para gis; un escritorio y silla para los profesores. Hablando de la infraestructura en general, se considera que la institución cubre las necesidades básicas de los estudiantes ya que algunos lugares requieren cierto mantenimiento, uno de ellos es el área de los baños que cuentan con drenaje y agua; sin embargo hay un tambo afuera, junto con una cubeta para que los estudiantes puedan usarla en cada descarga del W.C. y tampoco cuentan con jabón para lavarse las manos, empero a pesar de las carencias que puedan observarse en la institución se considera que la intervención se puede realizar de manera efectiva, dado el objetivo general de la misma, que es: mejorar la comunicación y la percepción de empatía en un grupo de nivel secundaria mediante la utilización de la técnica denominada: Círculos de Aprendizaje Interpersonal. Para llevar a cabo dicho objetivo no se requieren de instalaciones de primera ni un material muy sofisticado, tan solo un grupo con el cual se pueda trabajar en el mismo salón de clases.

3.2 Diagnóstico del Grupo

El objetivo del diagnóstico fue tener un primer acercamiento con los alumnos de la secundaria antes descrita, conocer y presentarse ante el grupo, además de observar su conducta y el ambiente que se vive dentro del salón de clases, así también, realizar una pre-evaluación con el

instrumento Índice de Reactividad Interpersonal (IRI) diseñado por Davis (1983) para evaluar la empatía, que permite medir el aspecto cognitivo y emocional.

3.3 Participantes

Los alumnos que participaron en el diagnóstico pertenecen al grupo de 2do. “D”, con un total de 20 alumnos que oscilan entre 13 y 14 años de edad.

Así mismo se realizaron entrevistas a cuatro profesores y a la orientadora del grupo.

3.4 Observación General

La primera impresión que se observó en el grupo, fue que son alumnos con mucha energía desbordada, es decir; todo el tiempo hablan o incluso gritan y es un poco tardado calmarlos para obtener su atención. Se detectó muy fácilmente a los alumnos que son calmados y que casi no participan, a los que son inquietos, y también a los que les gusta participar dando su punto de vista sin gritar (siendo éstos minoría).

3.5 Resultados del Diagnóstico Realizado con el Instrumento IRI.

En la figura 1 se muestran los resultados del diagnóstico, obtenido del instrumento IRI aplicado a los alumnos de 2do. Año grupo “D” de la secundaria José Vasconcelos.

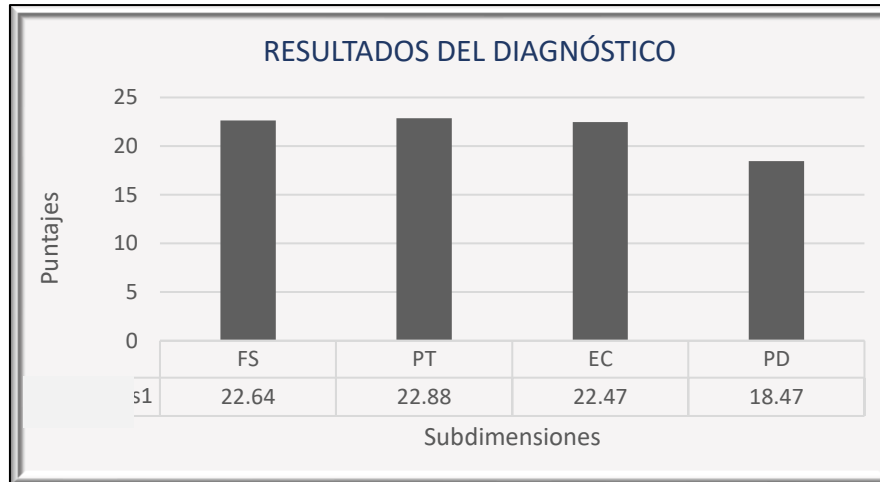


Figura 1. Resultados de los puntajes obtenidos en el diagnóstico

De acuerdo al instrumento IRI, los resultados deben ser obtenidos de la sumatoria de cada sub dimensión por separado, siendo al máximo de 35 puntos que se pueden obtener de cada uno y un mínimo de 7, entre más alto sea el puntaje obtenido, más alto es el nivel de empatía que muestran los alumnos.

Esto es porque cada sub dimensión está compuesta por 7 ítems y porque el instrumento es de escala Likert donde:

- 1 = No me describe bien
- 2 = Me describe un poco
- 3 = Me describe bastante bien
- 4 = Me describe bien
- 5 = Me describe muy bien

Como se puede observar en la Figura 1, los alumnos mostraron menor puntaje en la sub dimensión Malestar personal (PD), y corresponde a la dimensión emocional. Estos datos indican

que los alumnos tienden a sentir menos empatía a lo relacionado con sentimientos de ansiedad y malestar que pudieran manifestar al observar las experiencias negativas de los demás.

Por otro lado, los puntajes más altos los obtuvieron en la dimensión cognitiva, lo que significa que los alumnos tienen más habilidad para entender las posiciones y los argumentos de los demás, pero no así en su capacidad de sentir lo que el otro siente, donde el puntaje obtenido fue más bajo.

Tabla 2:

Puntaje obtenido en las sub dimensiones del diagnóstico aplicado a los alumnos de 2do. “D”

Interpersonal Reactivity Index		
SUB DIMENSIONES	PUNTAJE DEL GRUPO 2do. “D”	PUNTAJE MÁXMO DE IRI
Cognitiva	Fantasía (FS)	22.64
	Toma de Perspectiva (PT)	22.88
Emocional	Preocupación Empática (EC)	22.47
	Malestar Personal (PD)	18.47

Como se puede apreciar en la Tabla 2, el puntaje máximo que se puede alcanzar en el instrumento IRI es de 35 puntos por sub-dimensión, en la columna gris de la izquierda se muestran los puntajes obtenidos en el diagnóstico realizado a los alumnos del 2do. “D”. Entre más cercano sea el puntaje a 35 puntos, más empatía muestran los estudiantes, así mismo se observa que el puntaje de la sub dimensión Malestar Personal (PD) que pertenece a la dimensión cognitiva y se encuentra marcada en la celda de color rojo es el más bajo de todos.

3.6 Entrevista para Profesores y Orientador

Se realizaron las entrevistas semi-estructuradas disponibles en el anexo 1, a la orientadora y a cuatro profesores del grupo 2do. “D”, las cuales sirvieron para conocer el ambiente que se vive dentro del grupo y el comportamiento de éste.

Cabe mencionar que las respuestas fueron similares en cuanto al comportamiento del grupo, es decir; las respuestas de los profesores indican que el grupo tiene dificultades para estar en orden, lo cual se comprobó con la observación cuando se realizó la presentación y se hizo la pre-evaluación, añadiendo a esto que también se pudo observar burlas entre los alumnos.

De manera general los resultados de dichas entrevistas permitieron saber que: dentro del salón se acordaron reglas desde el inicio del ciclo escolar, así como la elaboración conjunta de un acuerdo de sana convivencia; empero los alumnos no siempre las respetan, los maestros atribuyen este comportamiento a la carencia de valores, problemas familiares y a los contenidos de la televisión e internet.

Sin embargo la entrevista dejó entre ver que el grupo no ha tenido dificultades que no se hayan podido resolver entre ellos o con los profesores, en cuanto a la participación en clase, la mayoría de ellos participa pero no esperan su turno para hablar.

De los profesores entrevistados solo uno de ellos no conocía lo que son los Círculos de Aprendizaje Interpersonal “CAI”, pero se le dio una pequeña explicación de lo que es esta técnica y se le invitó a participar en ellas durante la intervención. Los demás profesores sí conocían la técnica y aunque no la habían llevado a cabo con el grupo, piensan que sí puede ayudar a los alumnos a mejorar la comunicación interpersonal y su percepción de empatía.

De acuerdo a los resultados que arrojó el diagnóstico, se concluyó que es viable aplicar la práctica que lleva por nombre “Círculos de Aprendizaje Interpersonal como técnica utilizada dentro del contexto educativo para mejorar la comunicación y la percepción de empatía” ya que se detectó como una necesidad en el grupo 2do. “D”, por medio de la observación, las entrevistas realizadas y sobre todo por los resultados del instrumento IRI; donde los alumnos mostraron puntajes bajos en la dimensión emocional, sobre todo en la sub-dimensión malestar personal (PD) la cuál evalúa los sentimientos de ansiedad y malestar al observar las experiencias negativas de los demás, producidas en situaciones de tensión interpersonal. Por otro lado los puntajes altos predominaron en la dimensión cognitiva, por lo que se debe trabajar más en el área emocional, con los sentimientos de compasión, cariño y preocupación hacia el prójimo.

3.7 Intervención

La intervención se realizó en ocho sesiones, en la sesión número 1 se llevó a cabo el diagnóstico, luego entonces, la intervención educativa comenzó con la sesión número 2, y tuvo como objetivo: lograr que los alumnos analicen y se sensibilicen sobre el tema de la empatía.

En la sesiones participaron los 20 alumnos del grupo y se trabajó dentro del salón de clases.

Estrategias de intervención de la sesión 2

Las estrategias que se llevaron a cabo en esta sesión, fueron entre otras, proyectar a los alumnos un cortometraje llamado “El poder de la empatía”.

Durante la proyección se observó que los alumnos estaban muy atentos al cortometraje, cuando finalizó se platicó con ellos sobre los valores que pudieron rescatar del video y de la importancia y bondad que trae consigo la empatía.

Otra estrategia que se utilizó fue realizar una dinámica de respeto y unión grupal, dando un ejemplo sobre cómo responder y actuar empáticamente, por lo que se simuló un caso hipotético en el grupo (en el que un compañero estuviera pasando por un momento difícil emocional y económicamente por la pérdida de un familiar querido por fallecimiento) en el que se actuara con empatía y luego el mismo caso pero sin empatía, para que los alumnos logaran ver las consecuencias positivas y negativas que implica el ser y el no ser empático.

Explicación de la técnica CAI

Luego de estas actividades anteriores se dio inicio al primer CAI, no sin antes (mediante técnica expositiva) explicar a los alumnos de lo que trata un CAI, cómo se realiza y por supuesto las reglas para poder llevarlo a cabo (oportunidad de compartir algo personal, o pasar el turno de hablar sino lo deseas, hablar en primera persona para expresar sentimientos, pensamientos o vivencias, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera

equitativa, realizar acuse de recibido (repetir los hechos), realizar el cotejo (preguntando si el acuse que se hizo está completo), realizar un cotejo de sentimientos (empatía), realizar el cotejo de sentimientos y agradecer a la persona que tomo la palabra), (localizadas en el apéndice H).

El tópico que se trató en el primer CAI fue “Un momento difícil para mí en el que alguien me apoyó”. Durante la actividad los alumnos no querían pasar a platicar sus experiencias, y cabe mencionar que la facilitadora comenzó, para poner de ejemplo cómo es que se puede compartir la experiencia, sin embargo se tuvo que pasar a los alumnos al azar para que comenzaran a participar. En las primeras 3 participaciones se tuvo que realizar intervención por parte de la facilitadora en varias ocasiones, ya que los alumnos al no estar familiarizados con la práctica CAI, se olvidaban de las reglas o simplemente no sabían la manera correcta de hacer el cotejo y reflejo de sentimientos, empero mientras más se participaba más claro les fue quedando a los alumnos cómo realizar de manera adecuada la técnica.

Otro aspecto que se pudo observar fue que algunos alumnos (mayoría) les costaba mucho tener respeto, pues cuando a algún compañero le tocaba participar al azar, los demás se burlaban; o bien mientras un compañero contaba su experiencia, algunos se reían, por lo que las intervenciones de la facilitadora del CAI fueron constantes.

Fue necesario pensar e integrar más estrategias de sensibilización para el grupo antes de realizar el siguiente CAI.

Estrategias de intervención de la sesión 3

La estrategia que se llevó a cabo para coadyuvar a los alumnos a respetarse más entre ellos, fue una dinámica para empatizar y respetar, donde se repartieron cinco vasos a cada alumno y se les pidió que se los entregaran a los compañeros que consideraran más amables y respetuosos, las reglas para realizar el intercambio de los vasos fueron: que se debería de hacer en total silencio, se tenían que repartir todos los vasos y podían dar más de un vaso si querían al mismo compañero o incluso los cinco. Los resultados fueron que hubo 5 compañeros que no recibieron vasos, por lo que se les preguntó ¿por qué creían que no recibieron vasos? A lo que contestaron, que es porque no han sido muy amables con sus compañeros, mostrando una actitud de reflexión y tristeza a la vez. También se les preguntó a los demás compañeros qué se necesitaba para respetarse más, dándoles la palabra a muchos alumnos, de igual forma se les preguntó a los alumnos que recibieron más vasos, qué fue lo que sintieron y qué proponían para respetarse más.

Se observó que esta técnica tuvo un impacto positivo en los alumnos, pues se notó reflexión dentro del grupo, por lo que se platicó con los alumnos del cómo se siente que los traten bien y del malestar que se experimenta cuando alguien los trata mal o sin respeto, así como de algunas experiencias que ellos mismos quisieron compartir cuando alguien los trató bien y otros alumnos que compartieron la experiencia de cuando alguien los había tratado mal y de cómo los hizo sentir dichas acciones.

Sin perder la oportunidad se agradeció a los alumnos por compartir sus experiencias y opiniones.

Posteriormente se llevó a cabo el segundo CAI con el tópico “Alguna vez que necesité pedirle algo a mi profesor o compañero y no lo hice”, se recordó al grupo las reglas para llevar a cabo el CAI y se pidió que pasaran de manera voluntaria a compartir alguna experiencia que tuviera que ver con el tópico indicado, y los alumnos fueron pasando de manera voluntaria.

Se observó que los alumnos ya pasaban de manera voluntaria y que al compartir la experiencia, los demás compañeros guardaron silencio casi en todas las participaciones, incluso ya poniendo atención, y al realizar el cotejo y reflejo de sentimientos ya no fue necesario que la intervención de la facilitadora fuera tan constante.

Finalmente se volvió a agradecer al grupo por su participación y se les felicitó por mostrar una actitud más respetuosa.

Estrategias de intervención de la sesión 4

Esta sesión tuvo por objetivo lograr que los alumnos pudieran expresar sus sentimientos en cuanto al tópico “Alguna vez me sentí juzgado y censurado”, así mismo que los alumnos que escuchan logran sentir empatía por los sentimientos de los compañeros que estuvieron en el turno de expresarse.

Se comenzó por preguntar al grupo qué entendían por la palabra “censurado” y una vez llegado a la conclusión de que censurar se refiere a quitar, borrar o prohibir, se procedió a dar inicio con el tercer CAI.

Se les pidió a los alumnos que cerraran sus ojos e inclinaran la cabeza hacia abajo, para recordar algún momento en el que experimentaron sentirse juzgados o censurados y de lo que sintieron al respecto, después de unos segundos se pidió que abrieran los ojos y que alzaran la mano las personas que quisieran pasar para compartir su experiencia, al principio no fue fácil que se decidieran, por lo que se les dijo que podían compartir la experiencia de haberlo vivido en carne propia o de haberlo observado en alguien más, fue cuando una alumna levantó la mano y pasó a compartir su experiencia de haber visto cuando alguien más fue juzgado injustamente, cómo ella se sintió y de lo que hizo al respecto; posteriormente fueron pasando para participar desde la experiencia propia de haber vivido el sentirse juzgados por sus mismos compañeros y de cómo se sintieron. Incluso posteriormente hubo quien se disculpó por haberlo hecho, lo que abrió la posibilidad de ahondar en el tema entre participación y participación de compartir cada experiencia.

Se observó que los alumnos iniciaron a mostrar cierta empatía y no solo eso, sino que además se dio reflexión de los actos propios, incluso cierto arrepentimiento. Y lo que en un principio parecía un tópico en el cual no deseaban participar, terminó siendo muy acertado para que los alumnos pudieran expresar sus experiencias y sobre todo a reflexionar sobre sus actos, por lo que se empezó a notar que el objetivo de la intervención comenzaba a tomar un buen rumbo.

Estrategias de intervención de la sesión 5

Esta sesión se inició con un video, utilizándolo como recurso para que los alumnos aprendieran sobre la escucha activa, de una manera más dinámica, ya que esta sesión tuvo como objetivo sensibilizar a los alumnos sobre la importancia que tiene la escucha activa en la comunicación, para ponerla en práctica en el CAI con el tópico “alguna experiencia donde me sentí no escuchado por mi maestro o compañero”.

Una vez que terminó el video se realizaron preguntas al grupo, tales como: ¿ustedes a menudo ponen en práctica la escucha activa?, ¿cómo lo hacen? y ¿qué consecuencias tiene el no hacerlo?; así mismo se les explicó que la escucha activa también se realiza de manera física, es decir, que no se involucra únicamente el sentido del oído, sino que además es importante mostrar al otro que se le está poniendo atención con la mirada hacia la persona y la disposición corporal, y al no realizar otras actividades mientras se está escuchando. También se puede asentir con la cabeza para que el otro se dé cuenta que está siendo escuchado, así mismo se les explicó de la importancia que tienen los gestos, por ejemplo si una persona está expresando una experiencia triste, la persona que escucha puede realizar gestos similares, empatizando, de igual manera se puede escuchar atento incluso sin gesticular, pero se deben evitar gestos que no empaticen con lo que la persona está contando.

Posterior a esto se dio inicio con el CAI invitando a que los alumnos recordaran un momento en el que se sintieron no escuchados, ya sea por un profesor, compañero, amigo o algún familiar. Después de unos segundos; se preguntó si alguien quería pasar a compartir alguna experiencia, y

una alumna levantó la mano para preguntar si podía pasar y si podía contar la experiencia, pero lo que deseaba contar se trataba de cuando ella era la que no había escuchado a alguien, se le indicó que sí podía pasar, y se le invitó al resto del grupo a escuchar de manera activa, posteriormente alguien al que ella eligió le realizó el acuse y el reflejo de sentimientos. De esta manera fueron pasando los alumnos a contar sus experiencias, algunos expresando experiencias en las que no se habían sentido escuchados y algunos otros, experiencias en las que ellos no habían escuchado a alguien más.

En esta sesión se observó que los alumnos ya participaban de manera más espontánea, no se dieron burlas, la mayoría ponía atención; y a los alumnos que se detectó platicando se les invitaba a escuchar, se les recordó que la práctica del CAI era voluntaria y que si permanecían dentro del aula, deberían de mostrar respeto a los compañeros que pasaban a exponer su experiencia. Por otro lado se observó también en los alumnos, conductas de respeto y de reflexión, pues se platicó que escuchar y sentirse escuchado trae consigo consecuencias positivas en la comunicación y crea un ambiente de confianza y bienestar.

Estrategias de intervención de la sesión 6

En esta sesión se llevó a cabo un CAI con el tópico “Alguna vez me sentí culpable de herir a alguien”, por lo que se comenzó platicando con los alumnos del por qué herimos a las personas, lo que provocó muchas y diversas respuestas, entre ellas; que lo hacen muchas veces por enojo, es decir, intencionalmente, otras lo hacen sin pensarlo, otras por envidia o simplemente por indiferencia.

Se les pidió que recordaran algún momento en el que hirieron a alguien y se hayan sentido culpables de haberlo hecho. Después se preguntó al grupo quién deseaba pasar a compartir su experiencia, y comenzaron a participar los alumnos.

Durante este CAI sucedieron ciertas peculiaridades, pues hubo alumnos que contaron su experiencia de haber hecho y dicho cosas hirientes a sus padres, otros a sus compañeros. Manifestaron que en el momento no sintieron nada al respecto, pero en ese momento lograron sentir que con esas acciones lastimaron a sus compañeros y de hecho hubo un alumno que se puso de pie y se dirigió a su compañero para pedirle perdón por haberse burlado de él por no tener papá, entendió que aunque se llevaran algo pesado entre ellos, no debió de haberse burlado de él y menos de ese tema, después de esto más compañeros comenzaron a disculparse pues confesaron que también se habían reído, la experiencia que en ese momento se vivió fue realmente épica según el profesor que estaba presente durante el CAI.

Se observó que los alumnos manifestaban más empatía hacia sus mismos compañeros. Para finalizar esa sesión se agradeció su honestidad y participación.

Estrategias de intervención de la sesión 7

Esta sesión de CAI con el tópico “Un momento en el que me sentí reconocido por alguien, o en el que alguien se sintió orgulloso de mí” fue la última que se trabajó con los alumnos, es por

ello que decidió un tópico positivo con el objetivo de reconocer precisamente las experiencias positivas que logramos y no solo ver las negativas, y aceptar los halagos o críticas buenas que tienen los demás hacia nosotros, coadyuvando a fortalecer el autoestima de los alumnos.

Durante el CAI los alumnos que compartieron su experiencia, hablaron de situaciones donde sus padres les mostraron su admiración y felicitaciones por logros que han tenido, otros alumnos compartieron experiencias donde se han sentido reconocidos por sus compañeros o profesores, ya sea por algún torneo deportivo o por algún trabajo o tarea. Se observó al grupo con conductas positivas, de alegría y bienestar.

Terminando el CAI, se realizó una dinámica con los alumnos en la que cada uno de ellos se dirigía al compañero que tenía enfrente para decirle las cosas que le gustaba de ese compañero y de las virtudes que veía en él, esto se realizó con todos los alumnos.

Posteriormente se les preguntó cómo se sentían terminadas las dinámicas, y los alumnos expusieron que se sentían muy sorprendidos porque no pensaban que sus mismos compañeros tuvieran ciertas impresiones positivas acerca de ellos, también dijeron sentirse muy bien al reconocer las cosas buenas y las virtudes de sus compañeros y sobre todo de sentirse también reconocido.

Intervención de la sesión 8

Esta sesión fue el cierre de la intervención, con el objetivo de dejar una reflexión en los alumnos sobre la importancia que tiene la empatía en la vida de todos los seres humanos y en las habilidades que pueden seguir puliendo en su día a día, para lograr tener una formación integral que es importante no solo en la vida profesional, sino para toda su vida en general.

Se comenzó diciendo a los alumnos que siempre la vida nos llevará por ciertas circunstancias que nos pueden provocar crisis, pero que lo valioso o importante es que siempre habrá otras personas a nuestro alrededor que nos podrán y querrán ayudar; pero eso dependerá de cómo construyan sus relaciones interpersonales y por lo tanto de la empatía que ellos muestren a los demás, es decir, las personas no son valiosas por los estudios que tengan o los bienes materiales que posean, sino por la riqueza como ser humano que se tenga (ésta incluye los valores y la manera de tratar a los demás), porque al final es lo que les puede abrir o cerrar puertas en la vida. Y que el ser humano por naturaleza no puede vivir en soledad, siempre se necesita de otros, no solo para obtener cosas, sino para sentirse amados, reconocidos y protegidos, comenzando por la familia y los amigos que siempre nos traen felicidad, y si no es así deben reflexionar en cómo pueden mejorar sus relaciones y en cómo pueden ir puliendo sus actitudes y acciones.

Posteriormente se aplicaron nuevamente los instrumentos para poder realizar la evaluación y obtener resultados de la intervención, se realizó una pos-evaluación utilizando el instrumento IRI y se aplicó un cuestionario para evaluar los CAI's; así mismo se agradeció a los alumnos por su entusiasmo y sinceridad durante la intervención, invitándolos a seguir con esta práctica en su vida

diaria, con su familia o con sus compañeros, recordándoles las reglas principales para poder aplicarlo.

También se entregaron diplomas de manera individual por su participación.

Finalmente se realizaron nuevamente entrevistas a profesores y orientador de grupo (localizadas en el Apéndice G) para saber si hubo cambios visibles antes y después de la intervención, y cuáles fueron éstos.

3.8 Resultados Cualitativos

Se observó que cada CAI y dinámica aportaron aspectos positivos en los alumnos, que ayudó a sensibilizarlos sobre sus actos y sobre sus acciones y las repercusiones que éstas provocan.

Durante las entrevistas, un profesor y la orientadora del grupo dijeron haber notado cambios entre los alumnos, pues la convivencia entre ellos se veía más relajada, aspecto que resulta muy importante para los resultados de la intervención. Para los tres profesores restantes que fueron también entrevistados, el cambio no fue tan notorio, pues es claro que para el desarrollo y potencialización de habilidades es necesario ofrecer un tiempo constante a los estudiantes. Desde el punto de vista humanista se considera que la educación debe estar centrada en ayudar a los alumnos a explorar y comprender el conocimiento de su persona y los significados de sus experiencias vivenciales.

Luego entonces el tiempo es un factor que influyó, ya que la intervención se realizó en una semana, sin embargo las reflexiones que se dieron en los alumnos durante los CAI fueron evidentes, así como el cambio de conducta y la libertad para hablar que mostraron, pues en un inicio les costó trabajo participar, sin embargo en los últimos días la conducta era distinta y su percepción también.

Los estudiantes opinaron que los temas fueron adecuados, así como el ritmo, la claridad y la actitud de la facilitadora; así mismo, piensan que la práctica continua de los CAI's pueden contribuir para mejorar su comunicación interpersonal. En cuanto a los tópicos tratados en las sesiones, consideraron que fueron adecuados para tratar el tema de la empatía y que la práctica de éstos les ayudaría a cambiar más su perspectiva en cuanto al tema.

Los cambios fueron notorios, en cuanto al objetivo de la intervención, incluso desde la sesión 3 se observó que los alumnos mostraron conductas de reflexión, pues durante la dinámica de entregar los vasos a los compañeros más amables y respetuosos, se notó un sentimiento de tristeza y una conducta de seriedad en los alumnos que no obtuvieron ningún vaso, que fue totalmente opuesta a la conducta de los alumnos que consiguieron muchos vasos y que se mostraron sonrientes y de hecho hasta agradecidos con sus compañeros por pensar en forma positiva hacia ellos.

Los resultados de esta dinámica en los alumnos que recibieron muchos vasos sirvió para motivarlos a seguir teniendo conductas de respeto y amabilidad hacia sus compañeros, y siguiendo a la teoría, Maslow en su pirámide de necesidades, muestra en el tercer nivel las necesidades de

afiliación en las que se encuentran la amistad y el afecto, y de acuerdo a la edad en la que se encuentran los alumnos, las amistades y aprobación social es una de sus prioridades y les sirve como parte de formación para su identidad. (Maslow, 1954).

Por otro lado en los alumnos que no recibieron vasos, la dinámica sirvió para ayudarlos a darse cuenta por medio de este aprendizaje vivencial que es necesario la práctica de la tolerancia y respeto, pues ellos mismos expresaron que no recibieron vasos porque no han sido muy amables con sus compañeros.

Conforme se avanzó en las sesiones, fue cada vez más notable la conducta de los alumnos, mostrando durante los CAI respeto por sus compañeros al escucharlos ya sin burlas ni risas, demostrando de esta manera el inicio de su desarrollo de actitudes básicas, tales como: la empatía y la aceptación positiva incondicional, poniéndolas en práctica de manera más constante, notándose al dar sus acuses y reflejos de sentimientos de manera acertada y correcta. Lo que demuestra lo importante que es la empatía en la educación, ya que como lo menciona el título del artículo de Richardson, Hamaca, Smith, Gardner y Signo (1994), “La empatía como un inhibidor cognitivo de la agresión interpersonal”, porque permite comprender otros puntos de vista, da más autonomía a los alumnos para resolver sus conflictos sin la necesidad de un tercero, es una oportunidad para compartir experiencias para aprender a escuchar y respetar a los compañeros poniéndose en el lugar de la otra persona para resolver conflictos, por ende mejora la convivencia y relaciones interpersonales.

Además las preocupaciones psicológicas de los adolescentes giran prioritariamente en torno a la afirmación personal-social y afloran las vivencias del amor, ya que según Krauskopf (1999), la búsqueda de la exploración de las capacidades sociales y el apoyo en la aceptación por el grupo de pares, dinamizan la afirmación personal y social en la adolescencia.

Autores como Goleman, (1995, 1998), Lafarga (1997) y Larios (1996) (como se citó en Michel y Chávez, 2010), mencionan que “la capacidad de empatía, el manejo y comunicación de los propios sentimientos, y la capacidad de enfrentar la frustración de manera constructiva son esenciales cuando se aspira a promover a las generaciones futuras en la dirección de: una relación de pareja, de familia y de comunidad más estimulante, respetuosa y satisfactoria; de una sociedad más participativa, productiva, solidaria; y en términos generales con una mejor calidad de vida”(p.18).

Los resultados también arrojaron lo enriquecedor que fue abrir canales de comunicación por medio de los CAI ya que las sesiones permitieron a los estudiantes expresar sus emociones, pensamientos y sentimientos. Rogers (1981). Afirma que existe una serie de recursos para facilitar la comunicación y algunos de estos recursos dependen de las propias actitudes, tal como se vio en las últimas sesiones con el cambio de conducta de los alumnos.

Otro resultado importante que se pudo observar en los alumnos, fue que pusieron en práctica no solo su atención psicológica que consiste en escuchar los aspectos afectivos y cognitivos de las experiencias compartidas por sus compañeros, sino que además su atención

física también fue notoria; es decir, dirigían su mirada hacia el compañero que en ese momento tenía el turno de hablar y su disposición corporal se sentía más cercana.

3.9 Resultados Cuantitativos

La Figura 2 muestra los resultados de la post evaluación con el instrumento IRI que mide la empatía aplicado a los alumnos de 2do. Año grupo “D” de la secundaria José Vasconcelos.

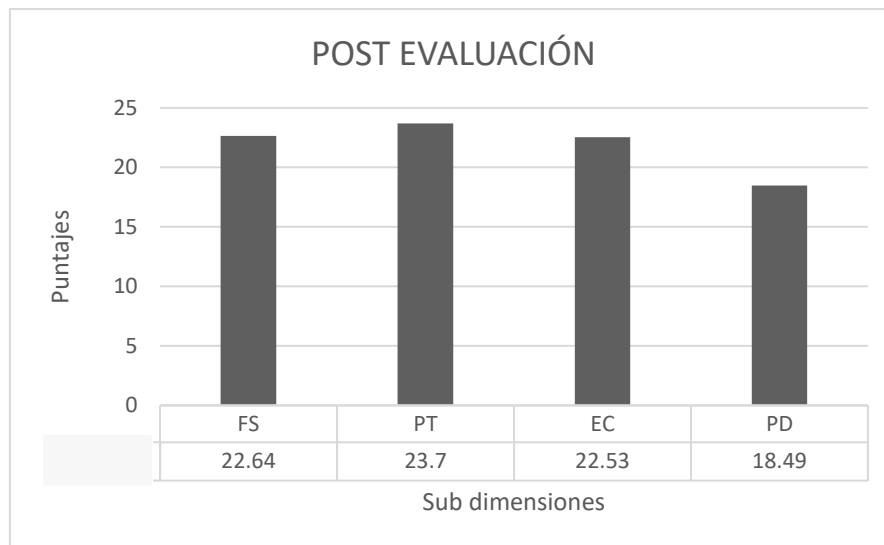


Figura 2. Resultados de los puntajes obtenidos en la post - evaluación

Como se puede observar en la figura 2 se encuentran los resultados de las cuatro sub dimensiones Fantasía (FS), Toma de Perspectiva (PT), Preocupación empática (EC) y Malestar Personal (PD), siendo esta última la más baja.

A continuación, se presenta la Figura 3, que muestra una gráfica comparativa de la pre y post evaluación del instrumento IRI.

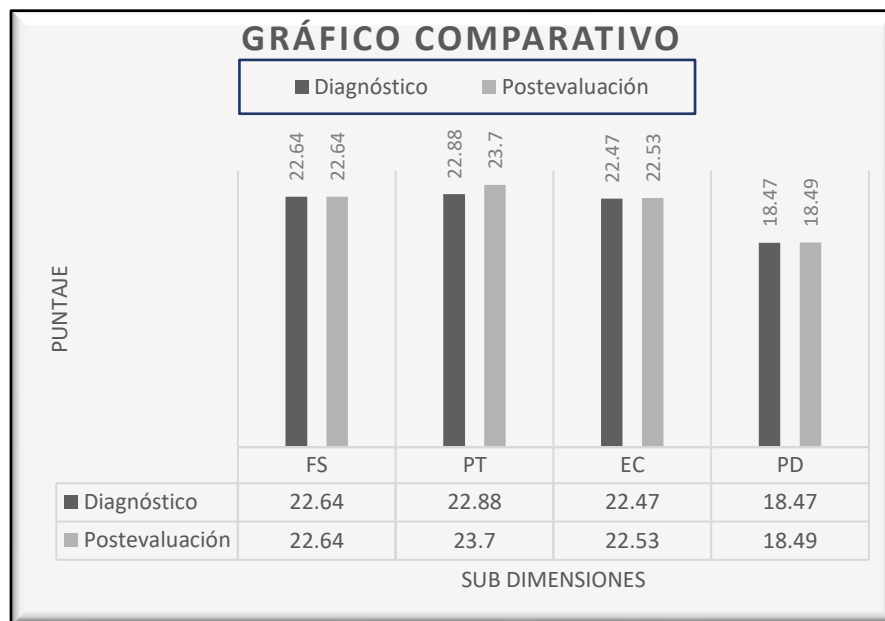


Figura 3. Comparación de los resultados obtenidos en la pre y la post - evaluación

Los alumnos mostraron aumento en el puntaje del área cognitiva. Se puede apreciar que en la sub dimensión Toma de Perspectiva (PT) es dónde más incremento hubo, perteneciendo ésta a la dimensión cognitiva que define aquellos intentos espontáneos del individuo por adoptar la perspectiva del otro ante situaciones de la vida cotidiana, lo que coincide con los resultados cualitativos antes descritos.

La psicología humanista toma en cuenta los cambios psicosociales en las etapas del desarrollo humano, en este caso se trabajó con jóvenes adolescentes, por lo que se encuentran en

una etapa en la que puede haber turbulencia debido a los diversos cambios, pero también con una gran riqueza emocional y un periodo de aprendizaje constante, en el que los Círculos de Aprendizaje Interpersonal sirvieron de guía, ayudándoles a completar este proceso psicosocial, favoreciendo la transición adecuada hacia su desarrollo empático, tal y como se muestra en la gráfica anterior.

Tabla 3:

Puntaje obtenido en la pre y post evaluación de cada sub dimensión.

AUMENTO DE PUNTAJE EN LA POST EVALUACIÓN

SUB DIMENSION	PRE EVALUACIÓN	POTS EVALUACIÓN	AUMENTO DE PUNTAJE
FS	22.64	22.64	0
PT	22.88	23.70	.88
EC	22.47	22.53	.06
PD	18.47	18.49	.02

Se puede apreciar en la tabla 3 de manera más clara que el aumento principal se dio en la sub dimensión PT, mostrando un aumento de empatía cognitiva en los alumnos.

Esto coincide con lo que dice Rogers (1961) en cuanto a que aquello que es personal resulta más general, pues los sentimientos íntimos y personales y en consecuencia más incomprensibles para los demás, logran hallar una resonancia en muchas personas, por esta razón, si es expresado y compartido lo más personal y singular de cada uno de nosotros, puede llegar más profundamente hacia los demás. Como pasó en la sub dimensión Toma de Perspectiva (PT).

En la sub dimensión de Fantasía (FS), no se ve aumento, ya que para Davis (1980) ésta evalúa la capacidad imaginativa del sujeto para ponerse en situaciones ficticias, es decir; cuando se imagina cómo me sentiría si los acontecimientos de una historia o de algún personaje de película le sucederían al sujeto o después de ver una obra de teatro o cine, el sujeto se sintiera como si fuera uno de los personajes, este tipo de cuestiones cambian de manera más lenta, se necesita un tiempo más considerable que el que se tuvo en esta intervención, por lo que se considera como factor para que esta sub dimensión no cambiara.

3.10 Competencias Desarrolladas en la Actividad de Servicio

De acuerdo al Plan de estudios de la Licenciatura en Psicología en el SUAyED (2005), los alumnos contarán con competencias globales, mismas que se muestran en la figura 4.

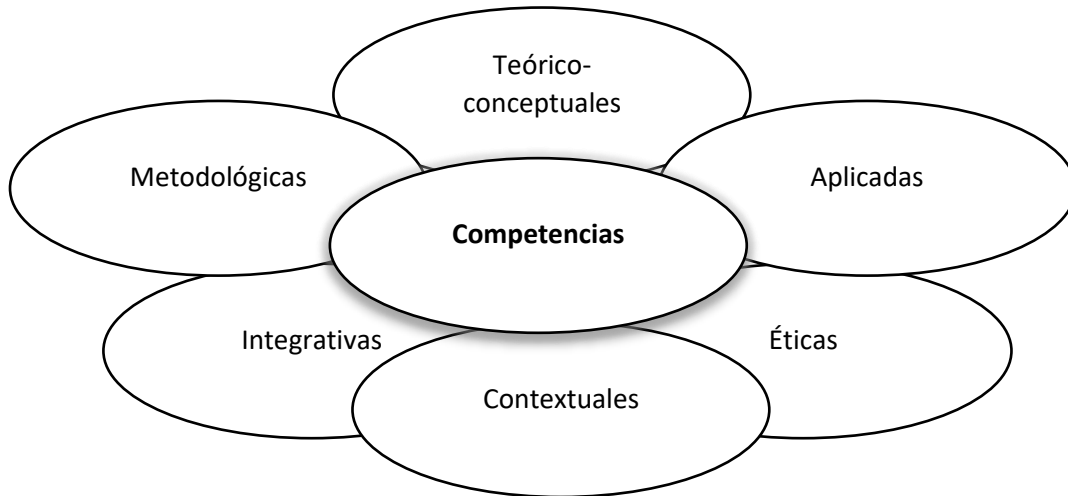


Figura 4. Competencias del perfil de egreso del plan de estudios

El profesional de la psicología tiene como funciones centrales construir, y aplicar crítica y reflexivamente conocimientos, metodologías y técnicas proporcionados por la psicología y sus diferentes aproximaciones teóricas, así como por ciencias afines, con un alto sentido de responsabilidad profesional proponiendo soluciones e ideas innovadoras en aras de reducir situaciones de riesgo personal y social; considerando que su campo de intervención es tan amplio que engloba varias ocupaciones y un número importante de puestos de trabajo.

Durante el servicio se pusieron en práctica las competencias y conocimientos adquiridos a lo largo de la licenciatura, comenzando por los teórico-conceptuales, necesarios para dar estructura, forma, enfoque y cimientos a la intervención. Las competencias metodológicas fueron parte importante para llevar a cabo la práctica en un espacio controlado, comprendiendo la interacción que se da entre los procesos psicológicos y los procesos biológicos, sociales y culturales. Así mismo se logró recopilar, organizar, analizar e interpretar información bajo estrategias cuantitativas y cualitativas para el estudio de los procesos psicológicos. En cuanto a la aplicación de las técnicas psicológicas, se hicieron notar desde el enfoque que se decidió y utilizó, donde también fue necesario integrar de manera eficaz todos los procesos uno a uno para cumplir los objetivos de dicha práctica y no perder de vista los factores que se presentaron durante su ejecución, de acuerdo al contexto donde se desarrolló y lo que esto implicó, sin alejarse de la ética, tan importante en el ejercicio profesional, misma que se mantuvo desde el momento en que distribuyeron consentimientos informados para que los alumnos y padres de familia tuvieran la información y conocimiento del propósito de la intervención educativa, respetando y manteniendo sumo cuidado en el manejo de los datos personales de cada participante; así como del cuidado mental y emocional de los estudiantes, siempre mostrando una actitud de respeto y honestidad hacia ellos.

3.11 Elementos Significativos en el Proceso de Cambio

El cambio comenzó a notarse desde los inicios de la intervención, con el cambio de actitudes, cuando los alumnos se mostraban con actitudes menos a la defensiva, convirtiéndose éstas en conductas más sociables. Un cambio que se notó mucho durante las sesiones fue que los alumnos mostraron ser conscientes de sus actos; es decir, tomaron conciencia de sus acciones y de cómo

éstas afectaban a los demás; porque ni siquiera podían notar que ciertas actitudes de burlas ocasionaban una afectación a sus demás compañeros, y tampoco eran conscientes de cuánto daño podían causar dichas burlas o palabras ofensivas, pues pensaban que “era parte normal de llevarse pesado”. La empatía durante las sesiones era notable, pues mostraban ya una preocupación y comprensión sobre las circunstancias y experiencias de vida que sus compañeros compartieron en las sesiones de CAI.

Otro elemento significativo durante la práctica fue el cambio de los alumnos a una conducta que mostraba ya el inicio de un desarrollo de su escucha activa, se observó un cambio de conciencia, de reflexión y de conocimiento sobre los demás y de ellos mismos. Esto se sustenta con el aumento en la dimensión cognitiva.

Fue muy notable el logro de confianza y de seguridad psicológica cuando expresaban sus experiencias y sus pensamientos en las sesiones CAI, mejoraron mucho la comprensión y la comunicación y su relación de grupo, al menos durante la intervención y las dinámicas. Y es que esta seguridad psicológica permite a los alumnos poder expresarse sin miedo a ser juzgados, criticados o burlados.

Como lo mencionan Michel y Chávez (2010):

Cuando todo lo que registra la persona escuchada es este especie de eco matizado con una mirada cálida y un silencio acogedor que no busca a través de preguntas saciar la curiosidad del escucha, sino simple, y humildemente acompañar, se da cuenta porque siente calientito su pecho,

porque siente que puede relajar su estómago, como si no tuviera que defenderse, como si se sintiera seguro. Cuando se acaba de recibir sin palabras, directamente al corazón, un montón de regalos que aunque no se pueden traducir con exactitud, pero más o menos dicen así: Lo que tu sientes es importante; Respeto tus sentimientos; Te respeto a ti; No necesito cambiarte para quererte; No necesito decirte que hacer porque profundamente confío en que tú, a tu propio ritmo encontrarás tus propias soluciones; Te entiendo y te respeto como eres; Aunque seamos diferentes, te puedo aceptar como eres; Tienes derecho a sentir como sientes; No necesitas explicarme ni justificarme; Tus sentimientos son como son, no como deberían ser... puedo apreciar y darle la bienvenida a tu experiencia así como es (p.40-41).

3.12 Consideraciones Éticas y la Responsabilidad Social en el Trabajo Profesional

Un buen desarrollo emocional permite comprender, expresar y sobre todo regular de forma apropiada las emociones, mientras que una carencia emocional tiende a conllevar problemas personales, en el caso de los alumnos, la construcción de su identidad y pocas habilidades de convivencia, autorregulación de las emociones y dificultad para comprender al otro.

Es por ello que para esta intervención fue imperante considerar la etapa en la que se encuentran los alumnos, que es la adolescencia, pues esta etapa es en la que se redefinen las competencias emocionales, por lo que se consideró como punto fundamental potenciar su desarrollo, enfatizando la empatía y todo lo que ésta conlleva, así como inducir al autoanálisis de los sentimientos y emociones que experimentan, con la finalidad de generar autoconocimiento,

pero también, conocer las propias limitaciones, lo que les permitirá comprender mejor las de los demás. La comprensión representa el medio y el fin de la comunicación, esto implica tener una mentalidad abierta y flexible a las situaciones que nos plantea tanto la sociedad como las relaciones humanas.

Así mismo se consideró imperante que los alumnos tuvieran claro la confidencialidad de las experiencias sobre los temas tratados dentro del salón de clases en las sesiones CAI, así como la libertad y el respeto, tanto de poder expresarse, como el de tener una escucha activa y experiencial.

3.13 Limitaciones de la Práctica de Servicio

Se considera que de manera general no hubo limitaciones que impidieran la realización de la práctica de servicio ni tampoco el logro del objetivo de la misma.

Sin embargo se considera que si se hubiese tenido más tiempo para la intervención, los resultados, sobre todo los cuantitativos hubieran sido más notorios.

Por lo que una limitación fue el problema de salud a nivel mundial que se presentó debido al coronavirus o “COVID 19” que impidió que esta práctica se llevara a cabo por más tiempo debido al cierre de escuelas por dicha contingencia.

4. Conclusiones

Se concluye que los Círculos de Aprendizaje Interpersonal son una técnica eficaz para el desarrollo de la empatía, y que ésta a su vez es importante que se desarrolle en el ámbito académico, para promover generaciones más tolerantes, coadyuvando a que los jóvenes acepten la diversidad de pensamientos, creencias, actitudes y sentimientos. Además, al ayudarlos a desarrollar esta habilidad, serán capaces de enfrentar la frustración de manera constructiva por lo que buscarán soluciones mediante el entendimiento y la comprensión. De lo contrario sus relaciones sociales pueden verse afectadas.

El objetivo de la práctica educativa se logró, al mejorar la comunicación y la percepción de empatía en el grupo de segundo grado de la Secundaria José Vasconcelos mediante la utilización de la técnica denominada: Círculos de Aprendizaje Interpersonal.

Para que esta habilidad se siga desarrollando depende de la guía y el seguimiento de los facilitadores de la educación en este ámbito, pues el ser humano en su libertad y acción constante, busca su autorrealización, y esto se logra según Maslow (1954) llenando una serie de necesidades, desde la más básicas como comer, dormir, descansar, etc., hasta las necesidades de seguridad, afiliación y de reconocimiento, y para alcanzarlas es imperante las relaciones de amistades, familia, pareja y en general todas las relaciones sociales.

El desarrollo constante de la empatía contribuye para que estas relaciones se mantengan en buenas condiciones, por lo que la empatía debe ser tratada en el ámbito educativo como elemento

importante, ya que el desarrollo de ésta ayuda a los alumnos a comprender a los demás, y de esta manera los beneficios se extienden a la sociedad. De hecho la enseñanza en empatía es un camino hacia la no violencia, porque ayuda a la tolerancia, al poder compartir, el respeto y la solidaridad.

Así mismo es importante mencionar que aunque la empatía tiene factores cognitivos y emocionales, no pueden ser tratados de manera independiente ya que estos aspectos siempre estarán relacionados., La respuesta empática incluye la capacidad para comprender al otro y ponerse en su lugar, a partir de lo que se observa, se escucha o de la información accesible desde la memoria, pero también de la reacción afectiva de compartir su estado emocional, que puede producir alegría, tristeza, miedo, enojo o ansiedad.

Rogers (1981) escribió un libro llamado “El proceso de convertirse en persona”, y es precisamente lo que cada uno de nosotros hacemos cada día de nuestra vidas, estamos en un constante cambio y por consiguiente en un constante proceso para convertirnos en personas, pero en personas con humanidad en nuestro ser, y para ayudar a que nuestras futuras generaciones logren formarse de manera integral beneficiándose no solo en su vida escolar, sino en su vida familiar y en un futuro, en la laboral. Debemos mostrarnos con honestidad, pero sobre todo con congruencia, pues esta transparencia lejos de restar autoridad, se manifestará ante los adolescentes como una autoridad de respeto, porque eso es lo que se les dio, y lo que a su vez trae consigo empatía y confianza. Todo esto es lo que se concluyó después de trabajar con los adolescentes de esta secundaria, pues a pesar de que se trabajó con un grupo que se encontró como primera instancia muy alterado y poco fácil de calmar, se terminó trabajando con un grupo cada vez más empático y

mostrando cada sesión más respeto, no solo a la facilitadora, sino entre ellos también. Al trabajar con ellos se mostró una actitud de respeto hacia sus inquietudes y hacia sus sentires. Cabe mencionar que las dinámicas ayudaron mucho a hacerles conciencia de la importancia de la escucha y el respeto y los videos ayudaron a concientizarlos aún más.

Se concluye que el proceso de formación es y debe ser constante, pues los retos de la educación de aprender a hacer, aprender a aprender, y sobre todo aprender a ser y a convivir, requiere de la ayuda de estrategias o técnicas que ayuden a las instituciones a lograr estos estándares tan deseables e importantes para nuestra sociedad, y el CAI sin duda es una de estas técnicas, ya que como se manifestó en los resultados cualitativos, la técnica ayuda a los alumnos a desarrollar habilidades, destrezas, atención, escucha, respeto y confianza que les permite escuchar y también expresarse con seguridad psicológica, ayudando a la vez a mejorar la relación interpersonal del grupo.

Y algo muy importante no se debe olvidar, es que la vida está llena de diferentes etapas y que los adolescentes son por naturaleza alumnos que disfrutan de platicar, son distraídos, juguetones, y que en ocasiones se muestran ausentes y rebeldes, pero es ahí también donde entra la empatía de los facilitadores del aprendizaje, y claro, la técnica de CAI que permite trabajar infinidad de tópicos para coadyuvar al aprendizaje y al acompañamiento de los estudiantes en su autorrealización y autorregulación. De hecho Michel y Chávez (2010) sostienen que los temas del CAI pueden ser propuestos por el grupo de manera individual o por equipos, o pueden también ser sugeridos directamente por el maestro, y que los tópicos sugeridos para el CAI, más que referirse

abstracciones, sean traducibles a experiencias concretas y cercanas a la experiencia de los participantes.

La técnica CAI permite que todos los alumnos participen y se puedan integrar poco a poco a las reglas para poder llevarlo a cabo con todo el grupo, con alumnos callados, platicadores, distraídos o receptivos, esto no impide que todos ellos en su diversidad y singularidad puedan establecer condiciones para su desarrollo de habilidades y crecimiento personal, más bien es una oportunidad para poder practicar la tolerancia y comprensión, es decir, la empatía.

Finalmente, se concluye que es importante la sensibilización a la escucha empática, previa a las sesiones CAI, ya que facilita que los alumnos incrementen su conciencia y abran sus sentidos para que entiendan y comprendan mejor las experiencias que escuchan o expresan, permitiéndose sentir y vibrar con la experiencia de manera más plena y auténtica, o como diría Roges (1961), establecer seguridad psicológica.

*“Lo importante no es lo que han hecho de nosotros...
...Sino lo que hacemos con lo que han hecho de nosotros”*

Jean Paul Sartre.

5. Referencias

- Acosta, T.T. y Domínguez, A.C. (2012). El manejo de la impresión y su influencia sobre el bienestar psicológico en dos poblaciones latinoamericanas. *Acta de Investigación Psicológica*, 4(2), 1535-1553.
- Bermejo, J. (2012). *Empatía Terapéutica. La compasión del sanador herido*. Centro de humanización de la Salud. Descleé De Brouwer.
- Davis, M. H. (1980). Un enfoque multidimensional a las diferencias individuales en la empatía. *Catálogo JSAS de documentos seleccionados en psicología*.
- Davis, M. H. (1983). Medición de las diferencias individuales en la empatía: evidencia de un enfoque multidimensional. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 44 (1), 133-126.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós
- Krauskopof, D. (1995). *Adolescencia y Educación*. (2a. ed.) Costa Rica: Editorial EUNED
- Krauskopof, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. *Adolescencia y Salud*, 1(2), 23-31.
- Maslow, A. (1954). *Motivación y Personalidad*. Madrid: Díaz de Santos S. A.
- Mestre, E., Frías, M. D. y Samper, P. (2004). La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index. *Psicothema*, 16(2), 255-260.

Michel, S. y Chávez, R. (2005). *Terapia de Reconstrucción Experiencial*. Santiago de Chile: Ed. Norte-Sur.

Michel, S. y Chávez, R. (2010). *El Facilitador del Aprendizaje Interpersonal*. El desarrollo Humano en el Aula. Ediciones Ciprimex. 3ra. Edic.

Olivera, J., Braun, M. y Roussos, A. (2011). Instrumentos Para la Evaluación de la Empatía en Psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 20 (2). 121 -132.

Prestes, C. (2016). *La importancia de la empatía en la educación*. São Paulo: Instituto Alana / Ashoka.

Richardson, D. R., Hamaca, G. S., Smith, S. M., Gardner, W. y Signo, M. (1994). La empatía como un inhibidor cognitivo de la agresión interpersonal. *Glob Behav* 275-289.

Riveros, E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 12(2), 135-186.

Rogers, C. (1961). *El Proceso de Convertirse en Persona*. México: Paidós.

Rogers, C. (1981). *Client- Centered Therapy*. Barcelona: Paidós Ibérica.

INSTRUMENTO

ÍNDICE DE REACTIVIDAD INTERPERSONAL DE DAVIS IRI

Apellidos y Nombre Edad Curso Sexo: V M

Las siguientes frases se refieren a vuestros pensamientos y sentimientos en una variedad de situaciones. Para cada cuestión indica cómo te describe eligiendo la puntuación de 1 a 5 (1= no me describe bien; 2= me describe un poco; 3= me describe bastante bien; 4= me describe bien y 5= me describe muy bien). Cuando hayas elegido tu respuesta, marca con una cruz la casilla correspondiente. Lee cada frase cuidadosamente antes de responder. Contesta honestamente. GRACIAS.

	1	2	3	4	5
1. Sueño y fantaseo, bastante a menudo, acerca de las cosas que me podrían suceder					
2. A menudo tengo sentimientos tiernos y de preocupación hacia la gente menos afortunada que yo					
3. A menudo encuentro difícil ver las cosas desde el punto de vista de otra persona					
4. A veces no me siento muy preocupado por otras personas cuando tienen problemas					
5. Verdaderamente me identifico con los sentimientos de los personajes de una novela					
6. En situaciones de emergencia me siento aprensivo e incómodo					
7. Soy normalmente objetivo cuando veo una película u obra de teatro y no me involucro completamente					
8. Intento tener en cuenta cada una de las partes (opiniones) en un conflicto antes de tomar una decisión					
9. Cuando veo que a alguien se le toma el pelo tiendo a protegerlo					
10. Normalmente siento desesperanza cuando estoy en medio de una situación muy emotiva					
11. A menudo intento comprender mejor a mis amigos imaginándome cómo ven ellos las cosas (poniéndome en su lugar)					
12. Resulta raro para mí implicarme completamente en un buen libro o película					
13. Cuando veo a alguien herido tiendo a permanecer calmado					
14. Las desgracias de otros normalmente no me molestan mucho					
15. Si estoy seguro que tengo la razón en algo no pierdo tiempo escuchando los argumentos de los demás					
16. Después de ver una obra de teatro o cine me he sentido como si fuera uno de los personajes					
17. Cuando estoy en una situación emocionalmente tensa me asusto					
18. Cuando veo a alguien que está siendo tratado injustamente a veces no siento ninguna compasión por él					
19. Normalmente soy bastante eficaz al ocuparme de emergencias					
20. A menudo estoy bastante afectado emocionalmente por cosas que veo que ocurren					
21. Pienso que hay dos partes para cada cuestión e intento tener en cuenta ambas partes					
22. Me describiría como una persona bastante sensible					
23. Cuando veo una buena película puedo muy fácilmente situarme en el lugar del protagonista					
24. Tiendo a perder el control durante las emergencias					
25. Cuando estoy disgustado con alguien normalmente intento ponerme en su lugar por un momento					
26. Cuando estoy leyendo una historia interesante o una novela imagino cómo me sentiría si los acontecimientos de la historia me sucedieran a mí					
27. Cuando veo a alguien que necesita urgentemente ayuda en una emergencia me derrumbo					
28. Antes de criticar a alguien intento imaginar cómo me sentiría si estuviera en su lugar					

Normas de corrección:

Escalas	Ítems
PT	-3, 8, 11, -15, 21, 25 y 28
FS	1, 5, -7, -12, 16, 23 y 26
EC	2, -4, 9, -14, -18, 20 y 22
PD	6, 10, -13, 17, -19, 24 y 27

La puntuación de cada escala se obtiene sumando las respuestas dadas por el sujeto en cada uno de los ítems que conforman dicha escala, siendo la puntuación para los ítems positivos: 1-2-3-4-5; y para los negativos: 5-4-3-2-1.

Figura 1. Interpersonal Reactivity Index (Davis, 1980, 1983)

ACTIVIDAD DE CARTA DESCRIPTIVA No. 2

EL HIPOPÓTAMO SIN RESPETO

Objetivo: Hacer tomar conciencia en los niños actitudes cotidianas que son irrespetuosas.

Actividad:

1-El guía leerá el cuento.

2-En voz alta los niños del equipo, votarán por quien crean que es la persona más respetuosa del equipo.

3-Los niños deberán representar el cuento. Y el Hipopótamo será quien haya sido elegido por sus compañeros como el más respetuoso.

4-Luego volverán hacer la representación, cambiando todas las actitudes negativas por modales respetuosos.

Cuento del Hipopótamo sin respeto

Había una vez un hipopótamo que para ir a trabajar debía tomar un bus por la mañana temprano. En vez de hacer cola como los demás, empezaba a dar empujones y codazos; quería ponerse él primero, y siempre lo conseguía. Con frecuencia causaba peleas y disgustaba a sus vecinos y colegas. El caso es que, cuando llegaba el bus a la parada de turno, siempre encontraba al hipopótamo por delante de todos. No contento con ello, tan odioso el animal, subía al bus repartiendo pellizcos y manotazos. Deseaba sentarse en un buen sitio y para lograrlo no reparaba en los medios. Ya en el asiento, abría descuidadamente el periódico y tapaba con sus grandes hojas el rostro de su compañero; después tosía con la boca abierta, sin preocuparse del perjuicio que sus bacilos causaban a los demás pasajeros del vehículo. Se removía constantemente tratando de ponerse cómodo y molestaba no poco a todo el mundo. Salía del bus igual que había entrado, repartiendo pisotones y exabruptos. Cuando al fin ponía el pie en la calle, todos respiraban con alivio.

Reflexión final: Luego del ejercicio, los niños deben contar en voz alta actitudes de ellos o que hayan visto de faltas de respeto. La idea es que concluyan y que tomen conciencia de que el respeto es algo de detalles y del día a día. Que consiste en tomar conciencia de que al lado mío hay otros, que debo ver!!!

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ALUMNOS

Yo alumno(a) _____ manifiesto mi deseo para participar en la intervención llevada a cabo dentro de la institución educativa, llamada:

“CAI COMO TÉCNICA UTILIZADA DENTRO DEL CONTEXTO EDUCATIVO PARA MEJORAR LA COMUNICACIÓN Y LA PERCEPCIÓN DE EMPATÍA”

Impartida por la psicóloga en formación Silvia Rodríguez Espinoza proveniente de la Universidad Nacional Autónoma de México, FES Iztacala.

Se me ha informado sobre el proceso de la intervención, así como la confiabilidad de mis datos, también se me informó que mi participación es de manera voluntaria y tengo derecho a retirarme en el momento que lo disponga.

Se me informa y acepto, que los datos obtenidos del instrumento por aplicar sean parte de procesos de investigación con fines educativos, siempre y cuando no se vea afectada mi intimidad y derecho al anonimato.

Acepto las condiciones que se me presentan en este consentimiento dado el día _____ del mes de _____ del año _____.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES

Estimado padre de familia por medio del presente se pide su autorización para que su hijo (a) participe en una intervención llevada a cabo dentro de la institución educativa donde asiste su hijo (a), dicha intervención lleva por nombre:

“CAI COMO TÉCNICA UTILIZADA DENTRO DEL CONTEXTO EDUCATIVO PARA MEJORAR LA COMUNICACIÓN Y LA PERCEPCIÓN DE EMPATÍA”

Impartida por la psicóloga en formación Silvia Rodríguez Espinoza proveniente de la Universidad Nacional Autónoma de México, FES Iztacala, así mismo se informa que la participación es de manera voluntaria por lo cual los alumnos no se verán obligados a participar en la intervención y tienen derecho a retirarse en el momento que lo dispongan. Si usted está de acuerdo llene la siguiente información:

Yo SR. (a) _____ Tutor del alumno(a)
_____ autorizo la participación de
mi hijo (a).

Se me ha informado sobre el proceso de la intervención “CAI como técnica utilizada dentro del contexto educativo para mejorar la comunicación y la percepción de empatía”, así como la confiabilidad de datos de mi hijo.

Se me informa y acepto, que los datos obtenidos del instrumento que se le aplicará a mi hijo (a) sean parte de procesos de investigación con fines educativos, siempre y cuando no se vea afectada la intimidad y derecho al anonimato de mi hijo.

Acepto las condiciones que se me presentan en este consentimiento dado el día _____ del mes de _____ del año _____.

Firma del padre o tutor.

ENTREVISTA PARA EL ORIENTADOR O PROFESOR

1. ¿Tiene dificultades con el comportamiento de sus alumnos?
2. ¿Hay reglas en el salón? ¿Los alumnos las conocen y las respetan?
3. ¿Hay un ambiente agradable dentro del grupo? ¿Por qué?
4. ¿A qué le atribuye el mal comportamiento de los alumnos?
5. ¿Los alumnos se pueden expresar en el salón de clases con confianza y naturalidad?
6. ¿El grupo ha tenido algún conflicto, el cual no se pudo resolver por falta de comunicación o de acuerdos?
7. ¿Los alumnos se sienten rechazados o juzgados por sus compañeros o maestros?
8. ¿Los alumnos se muestran nerviosos al participar en clase o en actividades grupales?
9. ¿Conoce o ha escuchado hablar sobre los Círculos de Aprendizaje Interpersonal?
10. ¿Cree que los CAI puedan ayudar a cambiar la percepción de empatía de los alumnos?
11. ¿Cree que los CAI puedan ayudar en la comunicación interpersonal del grupo?

CARTAS DESCRIPTIVAS

No. de sesión 1	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
Actividad: Presentación y aplicación de instrumentos			
Objetivo: Presentarse ante el grupo y dar a conocer los objetivos de la intervención así como la importancia del consentimiento informado que tendrán que firmar ellos y sus padres, así mismo aplicar los instrumentos de pre-evaluación.			
<p>Descripción: Se iniciará con una presentación mediante una dinámica, dónde cada participante se presentará así mismo, dando una breve descripción sus gustos, comenzando con el facilitador.</p> <p>Posteriormente se dará una breve introducción a los alumnos de lo que son los Círculos de Aprendizaje Interpersonal y de las reglas para llevarlo a cabo. Así como de los diferentes temas que se pueden abordar en cada CAI.</p> <p>Se repartirá los consentimientos informados para que los puedan firmar sus padres.</p> <p>Se les pedirá que llenen algunas entrevistas estructuradas e instrumentos, para la pre-evaluación (a los alumnos, profesores u orientador).</p>			
Participantes: Alumnos y facilitadora	<p>Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI.</p> <ul style="list-style-type: none"> * Cuestionarios *Instrumento para la medición de la empatía Índice de Reactividad Interpersonal de Davis IRI. *Consentimientos Informados 		

CARTA DESCRIPTIVA 2

No. de sesión 2	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
<p>Actividad: Cortometraje el poder de la empatía y primera sesión de CAI con el tópico: “Un momento difícil para mí en el que alguien me apoyó”</p>			
<p>Objetivo: lograr que los alumnos analicen y se sensibilicen, después de ver un cortometraje llamado “El poder de la empatía” y realizar una dinámica de respeto y unión grupal (localizada en el anexo2), dando un ejemplo sobre cómo responder empáticamente.</p>			
<p>Descripción: Esta sesión dará inicio con el cortometraje para sensibilizar a los alumnos, posteriormente se platicará con ellos sobre qué les pareció dicho video y cómo se puede cambiar la vida cuando somos empáticos, tanto de las otras personas como la de uno mismo.</p> <p>Se darán indicaciones para la realización del CAI el cual se trabaja de manera tradicional en donde todos los participantes se sentarán en círculo y el facilitador pondrá énfasis en que con el CAI se promueve una experiencia de testimonio dentro del salón de clases, donde el estudiante reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea respetuoso consigo mismo, una vez dicho lo anterior, se iniciará el CAI con la siguiente secuencia:</p> <p>Secuencia básica de una sesión de CAI.</p> <p>ESTABLECER EL AMBIENTE DE TRABAJO: acomodación en forma de círculo.</p> <p>REVISIÓN DE REGLAS DEL CÍRCULO: oportunidad de compartir algo personal, pasar el turno de hablar sino lo deseas, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera equitativa.</p> <p>INTRODUCCIÓN AL TEMA: elección del tópico (tema), pedir al grupo quedarse en silencio para recordar alguna experiencia que quieran platicar.</p> <p>FASE DE PARTICIPACIÓN: Iniciar de forma abierta invitando al grupo quien desea participar primero, si nadie lo desea toca al facilitador comenzar.</p> <p>FASE DE VALIDACIÓN (Escucha y síntesis): repetir lo que cada participante dijo sin ponerle ni quitarle de forma metafórica es como un eco. El participante elegirá de quien quiere repetir la experiencia.</p> <p>CIERRE DE LA SESIÓN DEL CÍRCULO: el profesor pregunta de manera abierta al grupo sus reflexiones o que aprendieron el día de hoy, se agradece.</p> <p>Una vez terminado el CAI se realizará la dinámica llamada “Un hipopótamo sin respeto” (localizada en anexo 2) tal dinámica ayuda a los alumnos a identificar los valores y beneficios del respeto y la tolerancia.</p>			
<p>Participantes: Alumnos y facilitadora</p>		<p>Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI. Proyector.</p>	

No. de sesión 3	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
<p>Actividad: primera sesión de CAI “Alguna vez que necesité pedirle algo a mi profesor o compañero y no lo hice”</p>			
<p>Objetivo: lograr que los alumnos sean capaces de expresar a sus iguales o a su profesor alguna petición, con la finalidad de mejorar o aumentar la comunicación del grupo.</p>			
<p>Descripción: se darán indicaciones para la realización del CAI el cual se trabaja de manera tradicional en donde todos los participantes se sentarán en círculo y el facilitador pondrá énfasis en que con el CAI se promueve una experiencia de testimonio dentro del salón de clases, donde el estudiante reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea respetuoso consigo mismo, una vez dicho lo anterior, se iniciará el CAI con la siguiente secuencia:</p> <p>Secuencia básica de una sesión de CAI.</p> <p>ESTABLECER EL AMBIENTE DE TRABAJO: acomodación en forma de círculo.</p> <p>REVISIÓN DE REGLAS DEL CÍRCULO: oportunidad de compartir algo personal, pasar el turno de hablar sino lo deseas, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera equitativa.</p> <p>INTRODUCCIÓN AL TEMA: elección del tópico (tema), pedir al grupo quedarse en silencio para recordar alguna experiencia que quieran platicar.</p> <p>FASE DE PARTICIPACIÓN: Iniciar de forma abierta invitando al grupo quien desea participar primero, si nadie lo desea toca al facilitador comenzar.</p> <p>FASE DE VALIDACIÓN (Escucha y síntesis): repetir lo que cada participante dijo sin ponerle ni quitarle de forma metafórica es como un eco. El participante elegirá de quien quiere repetir la experiencia.</p> <p>CIERRE DE LA SESIÓN DEL CÍRCULO: el profesor pregunta de manera abierta al grupo sus reflexiones o que aprendieron el día de hoy, se agradece.</p>			
<p>Participantes: Alumnos y facilitadora</p>		<p>Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI.</p>	

CARTA DESCRIPTIVA 4

No. de sesión 4	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
<p>Actividad: segunda sesión de CAI con el tópico “Alguna vez me sentí juzgado y censurado”</p>			
<p>Objetivo: Lograr que los alumnos pueden expresar sus sentimientos en cuanto al tópico, así mismo que los alumnos que escuchan logren sentir empatía por los sentimientos de los compañeros que estén en el turno de expresarse.</p>			
<p>Descripción: se darán indicaciones para la realización del CAI el cual se trabaja de manera tradicional en donde todos los participantes se sentarán en círculo y el facilitador pondrá énfasis en que con el CAI se promueve una experiencia de testimonio dentro del salón de clases, donde el estudiante reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea respetuoso consigo mismo, una vez dicho lo anterior, se iniciará el CAI con la siguiente secuencia:</p> <p>Secuencia básica de una sesión de CAI.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ESTABLECER EL AMBIENTE DE TRABAJO: acomodación en forma de círculo. 2. REVISIÓN DE REGLAS DEL CÍRCULO: oportunidad de compartir algo personal, pasar el turno de hablar sino lo deseas, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera equitativa. 3. INTRODUCCIÓN AL TEMA: elección del tópico (tema), pedir al grupo quedarse en silencio para recordar alguna experiencia que quieran platicar. 4. FASE DE PARTICIPACIÓN: Iniciar de forma abierta invitando al grupo quien desea participar primero, si nadie lo desea toca al facilitador comenzar. 5. FASE DE VALIDACIÓN (Escucha y síntesis): repetir lo que cada participante dijo sin ponerle ni quitarle de forma metafórica es como un eco. El participante elegirá de quien quiere repetir la experiencia. 6. CIERRE DE LA SESIÓN DEL CÍRCULO: el profesor pregunta de manera abierta al grupo sus reflexiones o que aprendieron el día de hoy, se agradece. 			
<p>Participantes: Alumnos y facilitadora</p>		<p>Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI.</p>	

CARTA DESCRIPTIVA 5

No. de sesión 5	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
<p>Actividad: tercera sesión de CAI con el tópico “alguna experiencia donde me sentí no escuchado por mi maestro o compañero”</p>			
<p>Objetivo: Sensibilizar a los alumnos en la importancia que tiene la escucha activa mediante un video, y ponerlo en práctica en la sesión del CAI atendiendo el tópico.</p>			
<p>Descripción: Como primer paso se les pondrá un video a los alumnos sobre la escucha activa, mismo que se encuentra en la siguiente liga: https://youtu.be/lbfr17qiV3Y</p> <p>Posteriormente se darán indicaciones para la realización del CAI el cual se trabaja de manera tradicional en donde todos los participantes se sentarán en círculo y el facilitador pondrá énfasis en que con el CAI se promueve una experiencia de testimonio dentro del salón de clases, donde el estudiante reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea respetuoso consigo mismo, una vez dicho lo anterior, se iniciará el CAI con la siguiente secuencia:</p> <p>Secuencia básica de una sesión de CAI.</p> <p>ESTABLECER EL AMBIENTE DE TRABAJO: acomodación en forma de círculo.</p> <p>REVISIÓN DE REGLAS DEL CÍRCULO: oportunidad de compartir algo personal, pasar el turno de hablar sino lo deseas, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera equitativa.</p> <p>INTRODUCCIÓN AL TEMA: elección del tópico (tema), pedir al grupo quedarse en silencio para recordar alguna experiencia que quieran platicar.</p> <p>FASE DE PARTICIPACIÓN: Iniciar de forma abierta invitando al grupo quien desea participar primero, si nadie lo desea toca al facilitador comenzar.</p> <p>FASE DE VALIDACIÓN (Escucha y síntesis): repetir lo que cada participante dijo sin ponerle ni quitarle de forma metafórica es como un eco. El participante elegirá de quien quiere repetir la experiencia.</p> <p>CIERRE DE LA SESIÓN DEL CÍRCULO: el profesor pregunta de manera abierta al grupo sus reflexiones o que aprendieron el día de hoy, se agradece.</p>			
<p>Participantes: Alumnos y facilitadora</p>	<p>Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI.</p> <p>Proyector.</p>		

CARTA DESCRIPTIVA 6

No. de sesión 6	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
Actividad: cuarta sesión de CAI con el tópico “Alguna vez me sentí culpable de herir a alguien”			
Objetivo: Mejorar la percepción de los alumnos en cuanto a la empatía.			
<p>Descripción: Se darán indicaciones para la realización del CAI el cual se trabaja de manera tradicional en donde todos los participantes se sentarán en círculo y el facilitador pondrá énfasis en que con el CAI se promueve una experiencia de testimonio dentro del salón de clases, donde el estudiante reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea respetuoso consigo mismo, una vez dicho lo anterior, se iniciará el CAI con la siguiente secuencia:</p> <p>Secuencia básica de una sesión de CAI.</p> <p>ESTABLECER EL AMBIENTE DE TRABAJO: acomodación en forma de círculo.</p> <p>REVISIÓN DE REGLAS DEL CÍRCULO: oportunidad de compartir algo personal, pasar el turno de hablar sino lo deseas, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera equitativa.</p> <p>INTRODUCCIÓN AL TEMA: elección del tópico (tema), pedir al grupo quedarse en silencio para recordar alguna experiencia que quieran platicar.</p> <p>FASE DE PARTICIPACIÓN: Iniciar de forma abierta invitando al grupo quien desea participar primero, si nadie lo desea toca al facilitador comenzar.</p> <p>FASE DE VALIDACIÓN (Escucha y síntesis): repetir lo que cada participante dijo sin ponerle ni quitarle de forma metafórica es como un eco. El participante elegirá de quien quiere repetir la experiencia.</p> <p>CIERRE DE LA SESIÓN DEL CÍRCULO: el profesor pregunta de manera abierta al grupo sus reflexiones o que aprendieron el día de hoy, se agradece.</p>			
Participantes: Alumnos y facilitadora		Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI.	

CARTA DESCRIPTIVA 7

No. de sesión 7	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
<p>Actividad: quinta sesión de CAI con el tópico “Un momento en el que me sentí reconocido por alguien, o en el que alguien se sintió orgulloso de mí”</p>			
<p>Objetivo: Reconocer las cosas positivas que logramos y no solo ver las negativas, y aceptar los halagos o críticas buenas que tienen los demás hacia nosotros. Fortalecer el autoestima.</p>			
<p>Descripción: Antes de iniciar el CAI se expondrá a los alumnos un caso llamado Roberto. Una historia típica que mencionan los autores Michel, S. y Chávez, R. (2010) en el libro “El facilitador del aprendizaje Interpersonal”. Realizando una lluvia de ideas sobre las reflexiones de los alumnos en cuanto al caso.</p> <p>Posteriormente se darán indicaciones para la realización del CAI el cual se trabaja de manera tradicional en donde todos los participantes se sentarán en círculo y el facilitador pondrá énfasis en que con el CAI se promueve una experiencia de testimonio dentro del salón de clases, donde el estudiante reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea respetuoso consigo mismo, una vez dicho lo anterior, se iniciará el CAI con la siguiente secuencia:</p> <p>Secuencia básica de una sesión de CAI.</p> <p>ESTABLECER EL AMBIENTE DE TRABAJO: acomodación en forma de círculo.</p> <p>REVISIÓN DE REGLAS DEL CÍRCULO: oportunidad de compartir algo personal, pasar el turno de hablar sino lo deseas, escuchar mientras la persona está hablando, tiempo de compartir debe ser de manera equitativa.</p> <p>INTRODUCCIÓN AL TEMA: elección del tópico (tema), pedir al grupo quedarse en silencio para recordar alguna experiencia que quieran platicar.</p> <p>FASE DE PARTICIPACIÓN: Iniciar de forma abierta invitando al grupo quien desea participar primero, si nadie lo desea toca al facilitador comenzar.</p> <p>FASE DE VALIDACIÓN (Escucha y síntesis): repetir lo que cada participante dijo sin ponerle ni quitarle de forma metafórica es como un eco. El participante elegirá de quien quiere repetir la experiencia.</p> <p>CIERRE DE LA SESIÓN DEL CÍRCULO: el profesor pregunta de manera abierta al grupo sus reflexiones o que aprendieron el día de hoy, se agradece.</p>			
<p>Participantes: Alumnos y facilitadora</p>		<p>Material o instrumentos: Un papel bond donde estén especificadas la reglas del CAI.</p>	

CARTA DESCRIPTIVA 8

No. de sesión 8	Tiempo estimado: 2 horas	Escenario: salón de clases	Fecha: Pendiente
<p>Actividad: Cierre de la intervención y evaluación final</p>			
<p>Objetivo: Dejar en los alumnos una reflexión sobre los tópicos tratados en los CAI y en las habilidades que pueden seguir puliendo para su formación personal, no solo en la escuela sino en su vida cotidiana en general. Y evaluar como fase final a los alumnos.</p>			
<p>Descripción: Esta será la última sesión con los alumnos, en la cual se recordarán los temas tratados en cada CAI trabajado con ellos y las diferentes habilidades y perspectivas que han surgido después de haber sido partícipes de esta experiencia.</p> <p>Posteriormente se aplicarán nuevamente los instrumentos para poder realizar la evaluación y obtener resultados de la intervención.</p> <p>Como agradecimiento y reconocimiento de su participación, se entregaran diplomas de forma individual a cada alumno.</p> <p>Además de manera verbal se agradecerá a los alumnos por su entusiasmo y sinceridad durante la intervención, invitándolos a seguir con esta práctica en su vida diaria, con su familia o con sus compañeros, recordándoles las reglas principales para poder aplicarlo.</p>			
<p>Participantes: Alumnos y facilitadora</p>	<p>Material o instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Cuestionarios *Instrumento para la medición de la empatía Índice de Reactividad Interpersonal de Davis IRI. *Diplomas 		

CUESTIONARIO
(PARA EVALUAR EL CAI)

- 1- ¿Sobre el tema tratado en el CAI opinas que fue adecuado?
- 2- ¿Crees que el CAI puede ser útil?
- 3- ¿Opinas que el facilitador tuvo una actitud de respeto?
- 4- ¿Te parece que las instalaciones, el ritmo y claridad de las explicaciones fueron apropiadas?
- 5- ¿Tu perspectiva sobre el tópico hablado en el CAI ha cambiado, respecto al que tenías anteriormente?
- 6- ¿Piensas que la práctica continua de los CAI puede ayudar a mejorar tus habilidades de comunicación interpersonales?
- 7- ¿Piensas que la práctica continua de los CAI pueda cambiar tu perspectiva de empatía?

BITÁCORA DE REGISTRO DE OBSERVACIÓN



No. DE SESIÓN:

FECHA:

ACTIVIDAD:

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:

PARTICIPANTES:

INSTRUMENTOS O MATERIALES:

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

OBSERVACIONES PERSONALES:

ENTREVISTA PARA EL ORIENTADOR O PROFESOR DESPUÉS DE LAS SESIONES CAI

1. ¿Ha notado un cambio en la actitud de sus alumnos? Si es así, ¿Cuál o cuáles han sido?
2. ¿El comportamiento de sus alumnos a cambiado en la forma en que se llevan o se tratan entre ellos?
3. ¿Durante las clases los alumnos muestran actitudes de escucha y atención?
4. ¿Ha notado problemas en los alumnos para ponerse de acuerdo en alguna actividad?
5. ¿Cuándo un alumno participa en clase, puede hacerlo sin que los demás lo interrumpen?

REGLAS PARA PODER LLEVARLO A CABO UN CÍRCULO DE APRENDIZAJE INTERPERSONAL

1. Oportunidad de compartir algo personal.
2. Pasar el turno de hablar sino lo deseas.
3. Hablar en primera persona para expresar sentimientos, pensamientos o vivencias.
4. El grupo debe escuchar mientras la persona está hablando de su experiencia.
5. El tiempo de compartir es distribuido de manera equitativa.
6. No se permiten burlas, comentarios, o interrupciones mientras otro está hablando.
7. Realizar acuse de recibido (repetir los hechos).
8. Realizar el cotejo (preguntando si el acuse que se hizo está completo).
9. Realizar un cotejo de sentimientos (empatía).
10. Realizar el cotejo de sentimientos.
11. Agradecer a la persona que tomó la palabra.
12. Lo que aquí se hable debe ser tratado con respeto y no ser mencionado fuera del círculo.

