



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 23 No. 3

Septiembre de 2020

INTEGRANDO LA EDUCACIÓN PARA LA PAZ EN LA TERAPIA HUMANISTA: UN ESTUDIO DE CASO

Janet Santos Camacho¹, María de Lina Roque Menéndez² y Marta Rodríguez Plaza³

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
México

RESUMEN

El acoso escolar es una problemática de significativa prevalencia mundial. Varios han sido los programas de intervención que se encuentran registrados desde diferentes enfoques de la psicología destinados a la prevención del fenómeno. Este estudio de caso único se realizó desde la Psicoterapia Humanista y la Educación para la Paz en una adolescente víctima de acoso escolar en un punto de encuentro para fortalecer las habilidades psicoemocionales de la participante. La intervención fue desarrollada en co-terapia lo cual favoreció la realización de dinámicas grupales dentro de un proceso psicoterapéutico convencional. Se emplearon instrumentos de psicodiagnóstico TPG (Test de Psicodiagnóstico Gestalt) y del POI (Personal Orientation Inventory) para con el apoyo de la observación fenomenológica diseñar el plan de intervención y recabar en el estado de las habilidades psicoemocionales de la participante. Como resultado de este estudio de caso, se exploró a fondo las áreas emocionales, personales, sociales y familiares de la adolescente. Se logró trabajar indistintamente desde la psicoterapia y herramientas de comunicación de la educación para la paz en una misma intención objetiva para fortalecer sus recursos para el afrontamiento al conflicto.

Palabras clave: acoso, adolescente, integración, humanismo, educación, paz

¹Licenciada en Derecho. Universidad de Cienfuegos, Cuba. Correo: jasaca89@gmail.com

²Licenciada en Psicología. Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos, Cuba. Correo: mroquemenendez@gmail.com

³Máster en Acción Internacional Humanitaria. Universidad de Deusto, España. Correo: martarodriguezplaza@gmail.com

INTEGRATING PEACE EDUCATION IN HUMANIST THERAPY: A CASE STUDY

ABSTRACT

Bullying is a problem of significant worldwide prevalence. There have been several intervention programs that are registered from different approaches in psychology aimed at preventing the phenomenon. This unique case study was carried out from Humanistic Psychotherapy and Peace Education in an adolescent victim of bullying at a meeting point to strengthen the psycho-emotional skills of the participant. The intervention was developed in co-therapy which favored the performance of group dynamics within a conventional psychotherapeutic process. TPG (Gestalt Psychodiagnostic Test) and POI (Personal Orientation Inventory) psychodiagnostic instruments were used to support the phenomenological observation to design the intervention plan and collect the state of the psycho-emotional skills of the participant. As a result of this case study, the emotional, personal, social, and family areas of the adolescent were thoroughly explored. It was possible to work indiscriminately from psychotherapy and communication tools of peace education with the same objective intention to strengthen their resources for coping with conflict.

Keywords: bullying, adolescent, integration, humanism, education, peace.

El presente artículo se constituye en un estudio de caso de tipo cualitativo desde la fenomenología para describir el proceso de co-terapia de una adolescente víctima de acoso escolar. Se trabajó desde el enfoque humanista con técnicas de la psicoterapia Gestalt y desde los estudios de la Educación para la Paz para incluir en las sesiones dinámicas psicoeducativas de manejo del lenguaje asertivo para fortalecer el afrontamiento al conflicto.

Actualmente la violencia se presenta en casi todos los ámbitos en los que los seres humanos se desenvuelven. Para Galtung (2003), la violencia tiene una triple dimensión: directa, cultural y estructural, ésta se puede experimentar en los distintos espacios vitales de los individuos como puede ser en la familia, el trabajo, en la comunidad o en la escuela y van desde el maltrato físico y psicológico hasta la discriminación, las burlas o el aplicar la ley del hielo (Díaz, 2002). En el ámbito educativo, la violencia en cualquiera de sus manifestaciones constituye un problema social y de salud que viene generando una gran alarma; sin embargo solo en los últimos años se está reconociendo su importancia e influencia en la formación

académica y personal de cada adolescente ya que según Benítez y Justica (2006) “El maltrato entre iguales es un problema en los centros educativos cuyas consecuencias afectan a todos los agentes implicados, e indirectamente, al resto de la comunidad educativa que ha de convivir con los efectos derivados del mismo” .De esta forma el fenómeno del acoso escolar se encuentra enmarcado en las interacciones sociales del grupo , donde la negociación no tiene lugar ante la presencia de un conflicto. Lograr resolver los conflictos de manera positiva, requiere de un proceso de formación e instrucción y en este caso, la educación en valores juega un papel importante (Salazar y Narejo, 2002).

El acoso escolar es definido como aquellas acciones que son repetidas en el tiempo de un alumno a otro (Olweus, 1983). En relación Bisquerra (2014), formuló un componente de desequilibrio de poder en el acoso el cual es proporcional a una intencionalidad de causar un daño, ambos insistieron que en tales casos se produce una situación de indefensión de la víctima.

En el 2019, según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], las cifras acrecentaron y se comprobaron que 1 cada 3 estudiantes generan acoso escolar y una proporción similar son afectados por violencia física. Existen diferencias significativas en la prevalencia y frecuencia de acoso escolar entre regiones. La proporción de los estudiantes que informan que han sido intimidados es el más alto en África subsahariana (48,2%), África del Norte (42,7%) y Oriente Medio (41,1%) y el más bajo en Europa (25%), el Caribe (25%) y Centroamérica (22.8%) (2019). La Organización de las Naciones Unidas [ONU] reconoce al Caribe dentro de las regiones con altos índices de violencia física (segunda región del mundo) entre jóvenes estudiantes caribeños (2019).

México no escapa de esta realidad. En los años 2000 y 2003, se registraron las primeras cifras de acoso escolar en la nación por el Instituto Federal Electoral (IFE); en este sentido adolescentes de 15 años fueron víctimas de maltrato escolar, más del 15% fue insultado y un 13% golpeado por un compañero (Congreso del Estado de Chihuahua, 2017).

Como se puede apreciar en México existe una alta prevalencia del acoso escolar en diferentes niveles educativo, al respecto, Trianes (2000) y Del Rey y Ortega (

2001) alertaron sobre la presencia de un número alto de casos de violencia en las escuelas, los cuales lamentablemente no suelen ser reportados, investigados o atendidos por el personal docente; se da mayor importancia a las dificultades de aprendizaje, los problemas de disciplina, la falta de participación de las familias o de los recursos humanos y materiales. En la actualidad “es poco lo que se sabe en México sobre la violencia escolar; entre las escasas investigaciones se encuentra la de Gómez (1996) sobre primaria y la de Prieto (2003) sobre secundaria” (Prieto, 2005, p. 1006). La violencia escolar no solamente afecta a los alumnos, sino también los procesos educativos, su principal víctima. “Las consecuencias van desde la deserción escolar hasta la persistencia de altos índices de analfabetismo” (Kodato, 2004).

Según la Secretaría de Educación Pública (SEP) de México dentro de los posibles factores que favorecen la problemática del acoso se encuentra la falta de comunicación y contención de tipo emocional y afectiva por parte de los padres con sus hijos (Veccia, Calzada y Grisolia, 2008). Aunado a lo anterior la familia podría tener gran influencia si se trata de un ambiente permisivo o sin límites, lo que influye en los hijos para tener un menosprecio por las normas escolares, por la autoridad y los sentimientos de sus compañeros (Valdés, Martínez y Torres, 2012). En este sentido, intervenir en las habilidades sociales definida por Blaya (2001) como la habilidad para organizar cogniciones y conductas en un curso integrado de acción dirigido hacia metas interpersonales o sociales que sean culturalmente aceptadas resulta funcional en los casos de acoso escolar.

Con respecto a las intervenciones realizadas se aprecia que a nivel mundial se han implementado varios programas que se encuentran encaminados en su mayoría a la prevención del acoso escolar, por ejemplo, Finlandia en la Universidad de Turku en el 2007 implementó el método KIVA con las siglas Kiusaamista Vastiaan el cual obtuvo éxito en el 82% de las escuelas que formaron parte del proyecto, el mismo consistió en un programa preventivo que abarcó juegos, entrevistas y debates. En relación, en la Facultad de Psicología de la Universidad de Viena se implementó un programa preventivo (WISK) que concibió el acoso escolar como una temática de interés público y el cual partió del currículo formal de la escuela a través de la

formación de docentes, aprobación de reglamentos, vigilancia de patios y actuaciones concretas en casos más graves (Spiel, Strohmeier y Atria, 2000). En la misma línea en España se implementó un Programa de Tutorías de Iguales (TEI) que pretende que el alumnado genere un clima en el que el acoso no tenga lugar. Por lo que teniendo en cuenta la magnitud y frecuencia de la problemática, resulta necesario registrar un estudio de caso único de una intervención psicoterapéutica humanista en una adolescente víctima de acoso escolar, considerado un acto de violencia con serias implicaciones a la salud mental. El mismo se constituye en una propuesta novedosa con la participación de dos terapeutas las cuales intervienen desde un enfoque humanista con la integración de componentes psicoeducativos desde los estudios de la educación para la paz. Se exponen y analizan desde la metodología cualitativa escalas de medición, técnicas humanistas y gestálticas con el uso de psicoeducación en competencias para la solución de conflictos y la discusión de los resultados. Se pretende que dicho registro funja como guía para estudiantes y profesores de la psicología y afines para posteriores estudios e intervenciones.

METODO

Enfoque y tipo de Investigación:

La metodología de investigación a utilizar será de tipo cualitativo centrado en la fenomenología como método para describir el proceso psicoterapéutico de la adolescente víctima de acoso escolar, y la implementación de una intervención desde el humanismo con técnicas de psicoterapia Gestalt y herramientas de la comunicación asertiva en los estudios de la educación para la paz para favorecer la solución noviolenta del conflicto,

La fenomenología es una corriente filosófica originada por Edmund Husserl a mediados de 1890; se caracteriza por centrarse en la experiencia personal, en vez de abordar el estudio de los hechos desde perspectivas grupales o interaccionales siendo el individuo constructor de su propia realidad y su lugar en el mundo La fenomenología descansa en cuatro conceptos clave: la temporalidad (el tiempo vivido), la espacialidad (el espacio vivido), la

corporalidad (el cuerpo vivido) y la comunidad (la relación humana vivida). Considera que los seres humanos están vinculados con su mundo y pone el énfasis en su experiencia vivida, la cual aparece en el contexto de las relaciones con objetos, personas y sucesos (Álvarez-Gayou, 2003, pp. 85 – 86).

Bisquerra y Alzina (2004), plantearon que la investigación cualitativa es una actividad sistemática orientada a la comprensión en profundidad de fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenarios socioeducativos, a la toma de decisiones y también hacia el descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimiento. La investigación cualitativa presenta similitudes en cuanto a la forma de entender y definir la realidad (nivel ontológico), forma de aproximarse a la realidad e iniciar su estudio (nivel epistemológico) y en las técnicas utilizadas para recoger evidencias y técnicas de análisis (nivel metodológico y técnico). Como puede observarse, los autores enfatizan que la investigación cualitativa entiende la realidad de forma holística. Es decir, observando el contexto en su forma natural y atendiendo sus diferentes ángulos y perspectivas. Esto exige la utilización de diversas técnicas interactivas, flexibles y abiertas, que permitan captar la realidad con todas las dimensiones que la completan.

Se utilizó como método el estudio de caso, teniendo en cuenta que este proporciona una información más profunda de la subjetividad del paciente, además nos permite percibir la realidad como única e irrepetible, y al mismo tiempo dar una explicación fenomenológica del caso más allá la teoría correspondiente(Bisquerra y Alzina, 2004). Es un estudio de caso donde se busca comprender la realidad en profundidad de la realidad social, familiar y educativa de la paciente que la hacen blanco del acoso escolar para llegar a realidades concretas y en consecuencia, diseñar el plan de intervención. La particularidad más característica de ese método es el estudio intensivo y profundo de un caso y una situación con cierta intensidad, entendido éste como un "sistema acotado" por los límites que precisa el objeto de estudio, pero enmarcado en el contexto global donde se produce (Muñoz y Muñoz, 2001).

Yin (1989), distingue tres tipos de objetivos diferentes que orientan los estudios de casos: el exploratorio, cuyos resultados pueden ser usados como base para formular preguntas de investigación más precisas o hipótesis que puedan ser probadas; el descriptivo, que intenta describir lo que sucede en un caso particular; y el explicativo, que facilita la interpretación de las estrategias y procesos que aparecen en un evento o fenómeno específico. El estudio de caso será de tipo descriptivo para exponer los componentes biopsicosociales y sus implicaciones en el acoso escolar en la adolescencia, el mismo responde a una comprensión global y profunda del caso, derivada de un examen holístico intensivo y sistemático; parte de múltiples perspectivas de obtención y análisis de la información; es contextualizada, es decir la descripción final implica siempre la consideración del contexto y las variables que definen la situación.

Con este encuadre metodológico, la obtención de la información en los métodos cualitativos se efectúa partiendo de la idea que "el investigador socialmente situado 'crea' a través de su interacción la realidad" (Ruiz Olabuénaga,1999), de donde extrae y analiza datos cualitativos. Son datos estratégicos de cada situación que contienen una gran riqueza de contenido de significado. Con este propósito se utilizan distintas técnicas de investigación cualitativa como la observación, la entrevista, el análisis de documentos, personales y oficiales, o los grupos de discusión, básicamente orientadas a profundizar en el sentido de las situaciones y el significado que las personas les atribuyen. Por lo que para el presente estudio se utilizó la entrevista semiestructurada, la observación favorecida por ser un proceso de co-terapia y la aplicación de Test de Psicodiagnóstico Gestalt teniendo en cuenta que este nos ofrece información sobre el ciclo de la experiencia de la paciente y propicia la identificación de los bloqueos gestálticos.

Objetivos

1. Implementar una intervención psicoterapéutica desde el enfoque humanista y la educación para la paz en un adolescente víctima de acoso escolar.

2. Describir los cambios en las habilidades socioemocionales en una paciente víctima de acoso escolar.

DESCRIPCIÓN DEL CASO

Elena, es un adolescente de 18 años que desde la niñez y gran parte de la adolescencia ha sufrido de acoso. Solicitó ayuda psicológica ya que se sentía triste, aislada, con presencia de somatización, desmotivación para realizar las actividades diarias y con pensamientos recurrente de desertar de la escuela. A nivel social estaba presentando conflictos familiares con su mamá, hermanos y pareja.

En la entrevista inicial realizada refirió que comenzó una nueva etapa en su vida como estudiante universitaria, durante la cual se le ha dificultado establecer relaciones interpersonales pues no se ha sentido aceptada en su entorno escolar. Desde hace un tiempo se había sentido triste y con pensamientos recurrentes de dejar la escuela, cuando se explora en profundidad su narración refiere que en su grupo hay dos chicas que se burlan diariamente de ella, se mofan de su cabello y de su forma de vestir ya que ama los cosplays y los animes japoneses e imita esos estilos en su vestuario, ha sido víctima de propagación de su imagen en redes sociales con la finalidad de humillarla ante sus amigos y conocidos. Ante esta problemática ella se ha mostrado anímicamente decaída, expresa sentirse desmotivada para hacer las actividades diarias lo que la ha llevado a tener enfrentamientos con su mamá de la cual refiere no sentirse apoyada, se ha aislado socialmente y su rendimiento académico ha decaído ya que además presenta falta de concentración.

En el proceso psicoterapéutico se abordaron y analizaron los factores de riesgo individuales y sociales de la adolescente que propiciaron el acoso escolar, así como los de protección para desde un enfoque de intervención humanista diseñar un plan terapéutico para fortalecer habilidades sociales e introducir el lenguaje asertivo para favorecer el afrontamiento al conflicto.

Presentación del caso: La paciente es una adolescente joven de 18 años, estudiante, actualmente vive solo con su madre y tres hermanos. Acude a terapia y fenomenológicamente se percibe como una chica de vestimenta casual, uso

frecuente de zapato cómodo adecuado para el clima, cabello suelto. Su actitud ante la terapia se aprecia expectante afirmando no haber acudido nunca a consulta psicológica. Presentó dificultad para establecer contacto visual, enfocando su mirada frecuentemente hacia abajo y hacia arriba. Se mueve frecuentemente de la zona externa a la de fantasía, habla desde los deberías, desde los pensamientos, desde el entorno. En cuanto a su postura, respiración y lenguaje no verbal: postura controlada inclinada hacia atrás ocupando todo el espacio de la silla y piernas cruzadas, manos delante del cuerpo y unidas, respiración agitada, en el lenguaje poco uso de gesticulación y contacto visual frecuente hacia abajo y arriba. En su lenguaje se observó un tono de voz suave y contundente, agitadas las frases, lenguaje coherente con tendencia a la racionalización, utiliza siempre un hilo conductor para expresarse, de igual forma va y viene en la experiencia con fluidez y congruencia.

Motivo de consulta: Elena acude a consulta inicialmente porque se sentía triste y desmotivada, lo cual fue en incremento al punto de no ser capaz de realizar las labores cotidianas. En la escuela se sentía aislada, con dificultad para mantener relaciones con sus compañeras, presentaba un pensamiento recurrente de querer dejar la escuela, cuando se indagó en su experiencia más cercana nos refirió que estaba siendo víctima de molestias constantes por parte de unas compañeras de aula, las cuales se mofaban de su forma de vestir y de sus preferencias por el anime y sus expresiones artísticas. Las palabras expresadas por ella según la situación narrada “Me siento triste”, “Siento que mi mamá no me apoya”, “Quiero ser fuerte para que no se sigan riendo de mi”

Descripción de la sintomatología: La paciente llega a la primera sesión con el ánimo decaído, presentaba somatización de falta de apetito y problemas de sueño, con dificultades para concentrarse en la escuela o en sus hobbies habituales, describió sentirse irritable lo que la ha llevado a tener conflictos en su casa, además de ello, nos comentó que se percibía a sí misma como fea y sin muchas posibilidades de cumplir las expectativas que su mamá tenía de ella. Refiere que se sus síntomas cada vez tenían mayor frecuencia, ya que identificó que antes no se sentía tan mal, pero que cada vez que va a la escuela empeora, refirió sentirse estresada en el aula

y con falta de concentración. Para ella es muy frustrante refirió ya que siempre se ha caracterizado por ser un buen estudiante, pero a raíz de toda esta situación y el malestar que presenta, ha bajado su rendimiento académico.

Historia personal: En la etapa de la niñez vivió con su madre y hermana mayor, su papá solo la ha visitado un par de veces a lo largo de su vida, del cual refirió necesitar su presencia en las diferentes etapas de la vida. Es la intermedia de sus hermanos por lo que ha sentido que le ha faltado atención de su madre, en la adolescencia temprana comenzó a sufrir bullying por parte de su hermana mayor de la cual tiene recuerdos muy feos ya que afectaron su autoestima, le llamaba fea, le criticaba el cabello y sus piernas, hoy no tiene buenas relaciones con ella. Comenta que no sabe si fue deseada, con respecto a su situación económica refiere que no ha sido un problema en su familia.

Historia familiar: Elena proviene de una familia monoparental de cuatro integrantes, la madre es obrera la describe como una persona que no la escucha, que no le cree y que no confía en ella, siente que le exige demasiado como hija y que para obtener su atención tiene que mantenerla satisfecha en sus reclamos. El padre ha estado ausente en gran parte de su vida del cual describe haberle necesitado en su infancia principalmente. Su hermana mayor tiene 26 años y convive con ella la misma le ocasionó bullying en su adolescencia con ella mantiene una relación distante, aunque ya no se mofa de ella. Con su hermano menor tiene una relación muy fraternal, amorosa y de buena comunicación, refiere ser su referente en todos los pasos que toma en su vida, así como, su confidente el cual conoce toda su historia de vida.

Historia socioafectiva: Elena, posee dificultades para establecer y mantener en el tiempo relaciones interpersonales, ya se ha caracterizado de tímida, suele ser desconfiada de las personas que se le han acercado, no obstante, si refiere tener éxito al establecer relaciones de pareja, presenta dificultades para decir que no en las situaciones que le molestan, llegando a describir que es un elemento que le produce mucha ansiedad.

Historia Escolar: Su vida escolar se ha caracterizado por la presencia de personas que siempre le han molestado de una forma u otra, no obstante, ha alcanzado

excelentes resultados académicos, siendo para ella el estudio y la superación una fortaleza y una motivación a lo largo de su vida, al punto de estudiar una carrera universitaria con gran peso de apoyo social, actualmente mantiene relaciones adecuadas con sus compañeros de estudio, excepto con las que le producen el acoso

Antecedentes patológicos personales: No refiere tener ningún padecimiento crónico o alguna otra enfermedad, de pequeña presentó problemas respiratorios con base en alergias que fueron corregidos con el paso del tiempo.

Antecedentes patológicos familiares: Su hermano menor ha sido atendido psicológicamente por depresión.

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Se realizó un proceso de psicoterapia que parte del Humanismo con técnicas de la Gestalt y con psicoeducación desde los estudios de la Educación para la Paz con la finalidad de desarrollar en la paciente las habilidades sociales que fortalezcan su enfrentamiento a situaciones de acoso escolar. La intervención se realizó en 13 sesiones y constó de tres etapas; una primera de diagnóstico de sus habilidades emocionales, la segunda es la etapa de intervención y la tercera se realizó el cierre y evaluación del proceso de intervención.

La primera etapa de la intervención consistió en el diagnóstico fenomenológico, con la aplicación del TPG (Test de Psicodiagnóstico Gestalt) y del POI (Personal Orientation Inventory) como instrumentos de diagnóstico para describir detalladamente el estado inicial de la paciente. Los objetivos principales de la primera sesión se enfocaron en crear y consolidar la relación terapéutica cuyos resultados se pudieron apreciar en su lenguaje verbal y no-verbal del principio y el final de la sesión siendo rígido, controlado y culminando abierto, espontáneo y con apertura a la terapia. No fue fácil tomando en cuenta que fue su primera vez en atención psicológica y vino con un marco de referencia de terapia con un solo terapeuta.

En un segundo momento en la etapa de diagnóstico se aplicaron 2 test, en primer lugar el Test de Psicodiagnóstico Gestalt (Salama,1992) con la finalidad de obtener

una descripción de las actitudes de la paciente en el presente, el mismo se conforma por 40 reactivos para ser respondidos en términos de respuesta Si/No y de los cuales 32 se corresponden con bloqueos del Ciclo de la Experiencia, los 8 restantes son factores de corrección de respuesta nula en el mismo se encontró como estilos disfuncionales la Postergación y la Introyección lo cual simboliza que estas fases adquieren menor fuerza en comparación con la energía. En la paciente se percibieron estos estilos durante el proceso psicoterapéutico, la postergación se observó en la baja autoestima, el sentir que no merece estar bien, auto sabotaje, retraso, postergación o dejar actividades placenteras para después, insatisfacción, desidia o desgano para satisfacer sus necesidades o terminar sus tareas, expresión emocional exagerada, rechazo y/o dificultad para iniciar experiencias nuevas y en cuanto a la Introyección el temor a ser rechazada, poca aceptación de sí misma, recelo, desconfianza hacia sí mismo u otros. Buscaba ser aceptada para actuar de acuerdo a los debeísmos a pesar de ser distónicos con su yo. Sentir temor ante la novedad. En relación se aplicó el POI (Personal Orientation Inventory) el cual está compuesto de 150 ítems con dos alternativas opuestas (frases cortas y simples), excluyentes, de elección forzada, que muestran juicios de valor significativos reflejando el estado de auto-actualización para cada persona, en sus aspectos generales y específicos. Se detectaron por debajo de la norma con puntuaciones relevantes el Autoapoyo, Sensibilidad a Responder las Propias Necesidades y Emociones, Espontaneidad, Capacidad para Establecer Contacto Íntimo, el Autoconcepto y Aceptación de la Agresión. Los resultados de los test de psicodiagnósticos constituyeron un sustento a los objetivos terapéuticos trazados. Durante la etapa de intervención se trabajó para abordar las características emocionales, sociales y comportamentales de la adolescente víctima de acoso escolar en su etapa del ciclo vital. Cada sesión culminó con una pregunta de aprendizaje.

En el área emocional se buscó favorecer la identificación de las manifestaciones emocionales que predominaron en la paciente con el fin de propiciar el autoconocimiento y promover la expresión y manejo emocional, para ello se diseñaron dos actividades fundamentales un ejercicio reflexivo acerca de las

emociones que identifica a través de un caldeamiento acompañado de una expresión de postura, gesto y sensaciones, todo ello posibilitó el darse cuenta de la presencia de las emociones y como la hacían sentir, así como identificarlas y resaltando la importancia que tiene en su expresión. Desde la fenomenología se percibió el contacto que sostuvo consigo misma, identificando el enojo, la tristeza y la vergüenza y contrastándolas con la alegría y el amor, el principal resultado obtenido fue que las sintió todas como parte de ella y permitirse sentir y expresar corporalmente tanto llorar como reír. Se trabajó la educación del cociente emocional para mejorar la empatía y la capacidad de adaptación desde la Educación para la Paz en el contexto escolar, para ello, se trabajó desde un role-playing entre la paciente y las coterapeutas denominado ver, juzgar y actuar el cual consistió en la presentación a fondo de un supuesto hecho conflictivo con la finalidad de propiciar la expresión de los sentimientos suscitados en cada una de las personas que componen cada parte y favorecer la comunicación asertiva (Goleman, 2000). En cada una de estas intervenciones la paciente se mostró abierta al experimento y con resultados positivos en la identificación y expresión de las emociones en aras de desarrollar en ella las habilidades para posicionarse asertivamente ante un conflicto.

En el área personal se trabajó el promover la autoaceptación partiendo de aquellas características de su personalidad que la paciente identificó como negativas. Los objetivos de las sesiones se encaminaron a fomentar la aceptación de virtudes y defectos como características individuales que cumplen determinada función, para ello se utilizó la técnica de perro de arriba/perro de abajo (Perls, 1990) se propuso que la paciente identificara a través de una fantasía guiada como es su respuesta ante los hechos que generan acoso, en la misma identificó como la parte que controla el temor a decir que no en muchas situaciones de su vida y con sus compañeros de escuela, para ello se le propuso una dinámica para favorecer la comunicación asertiva la misma consistió en la dinámica El Mensaje Yo la cual tuvo la finalidad de permitir una confrontación sin ofender al otro, se propuso discutir un mensaje y su efecto cuando lo usamos en un conflicto a través de role-playing entre paciente y coterapeutas (Lederach y Chupp, 1995), desde la observación

fenomenológica y su compartir durante la sesión se pudo evidenciar la reacción enérgica de ella ante los ejercicios realizados concluyendo la sesión con una postura corporal que la representara y en la cual simbolizó a una ave cóndor la cual simboliza fortaleza en la cultura japonesa, lo cual para ella representa un gran valor ya que los cosplays eran su motivación.

En el área social el principal objetivo trazado fue fortalecer las habilidades socioemocionales de la paciente, las estrategias de intervención estuvieron encaminadas a comunicar lo que se experimenta en preguntas basadas a través de la observación desde las tres formas de darse cuenta desde la zona interna externa y de fantasía (Stevens, 1971). En el mismo se observó que la paciente se expresaba mucho durante la observación en la zona de fantasía por lo que la dinámica estuvo encaminada a que experimentara desde su cuerpo en el presente favoreciendo el proceso de contacto. Se trabajó el fortalecimiento de la capacidad de tomar decisiones de manera asertiva a través de actividades encaminadas a propiciar el darse cuenta de la influencia que ejerce el grupo de iguales en la adolescencia, se utilizaron como estrategias de intervención la Identificación con lo Propio (Perls, 1990).

En el área familiar, teniendo en cuenta la particularidad se buscó fomentar la aceptación de las características de la familia de origen y validar el soporte social familiar de la paciente, para ello se elaboró la línea de vida de la paciente donde representó hechos que consideró en su familia encaminado a anclar fortalezas (Mohl, 2017) todo ello favoreció el darse cuenta del adolescente del soporte familiar con el que cuenta. Se desarrolló una dinámica de colaboración denominada Levantar al Compañero (Cascón, 1995), con el mismo la paciente percibió las fortalezas del trabajo en equipo y la importancia de la movilización de su propio cuerpo.

En una última sesión se realizó el cierre y evaluación del proceso de intervención encaminado al aprendizaje iniciada con la pregunta de que me llevo, para ello se trazó como estrategia la creación de un círculo mágico en una cocreación paciente-terapeutas, el mismo tuvo como objetivo integrar aspectos emocionales y sociales al aprendizaje. El mismo fue una oportunidad rica de intercambio de valores y

percepciones donde la paciente expresó sentirse que aprendió a conocerse durante el proceso de terapia.

RESULTADOS

El estudio de caso estuvo diseñado en función de registrar una intervención desde el Humanismo con enfoque Gestalt y con dinámicas de la Educación para la Paz favorecidas por ser un proceso de co-terapia. El plan de intervención se diseñó para promover cambios en las habilidades socioemocionales en una adolescente víctima de acoso escolar, los cuales se pudieron evidenciar en los resultados obtenidos por la paciente.

Para fundamentar los tests aplicados se utilizó la descripción fenomenológica de la paciente y del proceso psicoterapéutico y se tomaron en cuenta las categorías que distinguen a las víctimas de acoso escolar, las que según Sierra (2009) son alumnos más ansiosos e inseguros que los demás. Suelen ser cautos, sensibles y tranquilos, cuando se sienten atacados, normalmente reaccionan llorando y alejándose (en especial en grados más inferiores). Padecen de una baja autoestima con una opinión negativa de sí mismos y de su situación. Con frecuencia se consideran fracasados, estúpidos y avergonzados. En los colegios se les observa solos y abandonados, casi no tienen ni un solo buen amigo en su clase, no muestran conductas agresivas ni burlonas, de lo cual se infiere que el acoso y la intimidación no se puede explicar por las provocaciones a que las propias víctimas pudieran someter a sus compañeros.

Los resultados obtenidos en la intervención evidencian el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de la paciente ya que. En la escuela pudo manejar adecuadamente las situaciones de conflicto, las cuales pudo confrontar sin dificultad. En las últimas sesiones nos expresó que había conformado planes para fin de año e inicio de año con su familia, aumentaron sus demandas de inclusión en proyectos familiares y escolares.

Además de esto se aplicaron técnicas como el concentrarse en las propias sensaciones corporales y expresiones posturales, gestuales, paraverbales para favorecer la identificación de las manifestaciones emocionales que predominan en

los adolescentes con el fin de propiciar el autoconocimiento y la toma de contacto de la paciente, éstas fueron reforzadas con técnicas supresivas como acercadeísmo/debeísmo, las mismas para trabajar su autorreconocimiento y suprimir aquellos intentos de evasión del aquí y ahora que tiene el paciente esencialmente se trabajó en detectar los “deberías”, y cambiarlos por actitudes mucho más positivas y reales y la manipulación a través de los juegos de roles “como si”. Con el objetivo de promover la autoaceptación partiendo de aquellas características de su personalidad que consideren negativas se trabajaron las polaridades con las técnicas de /Perro de Arriba-Perro de Abajo y las Fantasías Dirigidas. Para fortalecer la autoestima y mejorar el autoconcepto se trabajó a través de la técnica “Me hago responsable” la cual le ayudó a tomar conciencia de su mundo interior, pero sobre todo encaminado a tomar acción en cuanto al cambio. Para finalmente potenciar las habilidades sociales se hizo un especial énfasis en comunicar lo que se experimenta a través de preguntas basadas en la observación desde las diferentes zonas de la consciencia, lo cual le hizo darse cuenta de que su cuerpo se sentía más agradecido cuando comunicaba lo que realmente pensaba de las cosas. De igual forma se fortaleció el proceso con dinámicas de la Educación para la Paz teniendo como fortaleza el ser un grupo de tres y que se trabajó con una adolescente lo cual le resultó muy favorecedor el cierre de la intervención se realizó a través de un Círculo de Paz lo cual constituyó una creación paciente-terapeutas con el objetivo de expresar sentimientos, valores, gustos, experiencias y aprendizaje del proceso psicoterapéutico.

DISCUSIÓN

El principal objetivo de la intervención se encaminó en el fomento de las habilidades socioemocionales en la adolescente para desarrollar en ella la autoestima, el autoconcepto, y las habilidades sociales haciendo especial énfasis en el desarrollo de la comunicación asertiva, para ello fueron implementadas técnicas de intervención Gestálticas las cuales produjeron importantes cambios en su forma de afrontamiento al conflicto, éste se midió a través de la propia valoración del proceso

por parte de la paciente donde se percibió que la misma fue respondiendo asertivamente en su familia y en la escuela, lo cual propició que se redujeran notoriamente las riñas con su mamá con la cual logró tener mejor comunicación

La novedad y la importancia recayó en el hecho de que se incluyeron dinámicas grupales de Educación para la Paz paralela a la psicoterapia, favorecido por ser un proceso en co-terapia, se encontraron puntos de encuentro entre las dos disciplinas. La adolescente sufría de acoso escolar por lo que incluir ejercicios enfocadas a la visualización del conflicto y a la obtención de lenguaje asertivo y responsable desde ambas visiones enriqueció el proceso individual y grupal de las tres

Los resultados alcanzados se fundamentaron y fueron posibles debido las actitudes de un psicoterapeuta humanista definidas por Rogers (1980) como congruencia, la aceptación incondicional y la comprensión empática, las cuales resultarían necesarias y suficientes para facilitar un cambio positivo en la personalidad del cliente, y serían en definitiva más importantes que cualquier recurso teórico o técnico que el profesional pudiera aplicar en su encuentro con el cliente. Otro facilitador del proceso fue la fortaleza de la coterapia la cual proporcionó una rica observación participante y retroalimentación, las cuales constituyeron estrategias de intervención en el proceso. Los acosados pueden presentar afectación en su autoestima y comenzar con el ausentismo y la deserción escolar, y desarrollar problemas de concentración y dificultades de aprendizaje, lo que genera insatisfacción y falta de motivación (Velasco, Seijo y Vilariño, 2013)

Es por ello por lo que según (Alpízar, 2011), sólo en la vía del diálogo es posible ir a más allá de la ley del más fuerte, al instaurar la regla de oro para la convivencia: no hagas al otro lo que no quieras que te hagan a ti. Este proceso se despliega a partir de la ética de la empatía, que se manifiesta a través de él cuando la finalidad del entendimiento es lo que priva. Se trata de saber introducir la palabra como mediación para dar cauce racional a un sentir que requiere de vías para expresarse y ser escuchado, posibilitando la formulación de las propias demandas en el procesamiento del conflicto, teniendo como base el reconocimiento de la diferencia. Es por eso que resulta fundamental aprender a utilizar las palabras en el momento adecuado para decir lo que se siente, con lo que se está o no de acuerdo; como vía

para crecer en el disenso, al enfrentar la compleja tarea de la negociación en la resolución de los innumerables conflictos que entraña la convivencia. Es por todo lo anterior que la centralidad de la intervención se enfocó en el manejo y expresión de las emociones, reconocimiento de polaridad para favorecer el autoconcepto y en consecuencia proveer a la paciente de lenguaje asertivo para construir participación y diálogo en espacios de acoso.

Para ello se recuperó el modelo educativo de Goleman (2000), sobre Inteligencia Emocional, cuya importancia radicó en educar el cociente emocional, con la finalidad de mejorar las cualidades sociales y emocionales como la empatía, el control del temperamento, la autonomía, la amabilidad, la capacidad de adaptación y la resolución de situaciones interpersonales. Para lo cual se fomentó el desarrollo de habilidades psicosociales en el ámbito escolar fundamentado en los cuatro pilares esenciales en la convivencia: Aprender a conocer, Aprender hacer, Aprender a vivir juntos, Aprender a ser (Delors, 2014).

Considerando que la escuela, después de la familia es el segundo espacio de convivencia más importante entre los jóvenes, es ahí donde se deben fortalecer herramientas para auto gestionar de manera positiva cualquier situación de conflicto, los cuales, al ser inherentes al ser humano, deben proporcionar áreas de crecimiento en diversos ámbitos, todo lo anterior sustentado en una educación emocional tendiente a promover espacios de paz en las escuelas y en la sociedad en general. Es por ello que se consideró de valor la Educación para la Paz en un proceso de psicoterapia Humanista en una víctima de acoso escolar.

CONCLUSIONES

El acoso escolar es un problema en el que por demás hace falta amor y confianza de padres, amigos, educadores de los chicos que sufren y generan violencia. En México las cifras de la problemática van en aumento, por lo que todo intento de intervención en la temática debe ser considerado como un aporte a los estudios que lo sustentan, ya que es una tarea que aún sigue pendiente para las familias y las

escuelas quienes son las principales fortalezas de la educación de niños, adolescentes y jóvenes.

Este esfuerzo de incluir desde los estudios de la educación para la paz herramientas de manejo de lenguaje asertivo en la resolución noviolenta del conflicto dentro de un proceso de psicoterapia humanista resulta novedoso y funcional, ya que se adoptó una postura en la que se consiguió un punto de encuentro entre ambas disciplinas. Con el proceso se lograron cambios en las habilidades socioemocionales de la paciente, pero sobre todo pudo darse cuenta de las herramientas que posee para ser parte activa de un grupo de personas, que le hace capaz de comunicar con mayor congruencia lo que siente y que por ende tal cual plantean los postulados humanistas es capaz de autoactualizarse, desarrollarse y tiene la responsabilidad de crecerse más que a mantener su estabilidad.

Los jóvenes son la generación del mañana, por ello es muy importante que reciban una educación libre de violencia. El costo del acoso escolar en términos económicos es alto, pero en términos de sufrimiento es incalculable, pues los trastornos depresivos interfieren con la rutina cotidiana y provocan sufrimiento no sólo a quienes lo padecen, sino también a sus seres queridos.

Referencias Bibliográficas.

Alpizar, G. (2011). Acercamiento al fenómeno del acoso escolar (bullying). Dfensor Revista de Derechos Humanos, 9, 6-11 Recuperado de:
<http://www.diputados.gob.mx/sedia/sia/spi/SAPI-ISS-16-12.pdf>

Atria, M., Strohmeier, D. y Spiel, C. (2007). La relevancia de la clase escolar como unidad social para la prevalencia del bullying y la victimización. European Journal of Developmental Psychology, 4 (4), 372-387 Recuperado de:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662013000100002

Benítez, J. y Justicia, F. (2006). El maltrato entre iguales: descripción y análisis del fenómeno. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa N°9 Vol. 4(2), 151 – 170, recuperado de: http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/9/espagnol/Art_9_114.pdf
Recuperado de: http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/9/espagnol/Art_9_114.pdf

- Besora, M. V. (1986). La psicología humanista: historia, concepto y método. Anuario de psicología/The UB Journal of psychology, (34), 7-46
Recuperado de:
<https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/64549>
- Bisquerra, R., y Alzina, R. B. (2004). Metodología de la investigación educativa (Vol. 1). Editorial La Muralla
- Bisquerra, R., Colau, C., Colau, P., Collell, J., Escudé, C., Pérez-Escoda, N., ... y Ortega, R. (2014). Prevención del acoso escolar con educación emocional. Bilbao: Desclée de Brower.
- Blaya, C., Debarbieux, E., Rey Alamillo, R. D., y Ortega Ruiz, R. (2006). Clima y violencia escolar. Un estudio comparativo entre España y Francia. Revista de Educación, 339, 293-315 Recuperado de:
<https://idus.us.es/handle/11441/59938>
- Cascón, P., y Martín, C. (1995). La alternativa del juego. Libros de las cataratas. Madrid.
- Castanedo, S C.(1991) Manual de psicodiagnóstico, intervención y supervisión. México. Manual moderno
- del Rey, R., y Ruiz, R. O. (2001). La formación del profesorado como respuesta a la violencia escolar: la propuesta del modelo de Sevilla Antiviolenia Escolar (SAVE). Revista Interuniversitaria de formación del profesorado, (41), 59-71
Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/274/27404105.pdf>
- Delors, J. (2014). La Educación encierra un tesoro, informe a la UNESCO.
Recuperado de: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000109590_spa
- Díaz, Y. (2012). Bullying, acoso escolar elementos de identificación, perfil psicológico y consecuencias, en alumnos de educación básica y media. Revista de Psicología.com, 1-11, Recuperado de
<http://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psicologiacom/article/viewFile/1399/1268>
- Galtung, J. (2003). Teoría del conflicto. Revista Paz y conflictos, 1(2), 60-81.
- García-Piña, C. A., y Posadas-Pedraza, S. (2018). Acoso escolar: de lo tradicional a un enfoque integral. Acta pediátrica de México, 39(2), 190-201.
Recuperado de:
<https://ojs.actapediatrica.org.mx/index.php/APM/article/view/1579>
- Goldstein, K. (1940). Human nature in the light of psychopathology. Cambridge. Mass.: Harvard University Press.
- Goleman, D. (2000). La inteligencia emocional. México: Vergara

- Gómez Nashiki, A. (2005). Violencia e institución educativa. *Revista mexicana de investigación educativa*, 10(26), 693-718. Recuperado de : <https://www.redalyc.org/pdf/140/14002605.pdf>
- Hernández, A. N. (2016). La empatía y su relación con el acoso escolar. *REXE- Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 11(22), 35-54. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2431/243125410002.pdf>
- Kodato, S. (2004). Social Representations of Violence in Brazilian Public Schools. Recuperado de: <http://www.ces.uc.pt/lab2004/inscricao/pdfs/grupodiscussao62/SergioKodato.pdf>
- Lederach, J. P., y Chupp, M. (1995). *¿Conflicto y violencia?: busquemos alternativas creativas*. Ediciones Clara-Semilla.
- Mohl, A. (2017). *El aprendiz de brujo*. México: Editorial Sirio.
- Narejo, N., y Salazar, M. (2002). Vías para abordar los conflictos en el aula. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 5(4), 4. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1034377>
- Olweus, D. (1999). Norway. En P. K. Smith, Y. Morita, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano y P. Slee, *The nature of school bullying. A cross-national perspective*. (pp. 28-48). Londres: Routledge. Recuperado de: <http://convivejoven.semsys.itesi.edu.mx/cargas/Articulos/ACOSO%20ESCOLAR%20BULLYING%20EN%20LAS%20ESCUELAS-HECHOS%20E%20INTERVENCIONES.pdf>
- Olweus, D. y Limber, SP (1983). Programa de prevención del acoso escolar de Olweus.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), 2019
- Perls F. *Sueños y Existencia – Terapia Gestáltica*. Chile: Editorial Cuatro Vientos; 1990.
- Prieto García, M. P. (2005). Violencia escolar y vida cotidiana en la escuela secundaria. *Revista mexicana de investigación educativa*, 10(27), 1005-1026. Recuperado de: <http://www.fisac.org.mx/violencia%20escolar%20y%20vida%20cotidiana%20en%20la%20escuela%20secundaria.pdf>
- Rogers, C. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin
- Salama, H. (1992) *Manual del Test de Psicodiagnostico Gestalt(TPG)* Editorial Centro Gestalt de México, México.

- SEP (2008). *Primera Encuesta Nacional sobre Exclusión, Intolerancia y Violencia en Escuelas de Educación Media Superior*. Recuperado de http://catedradh.unesco.unam.mx/BibliotecaV2/Documentos/Educacion/Informes/SEP_Encuesta_Discriminacion_y_Violencia_2008.pdf
- Sierra Figueredo, S., Fernández Sacasas, J. A., Miralles Aguilera, E., Pernas Gómez, M., y Diego Cobelo, J. M. (2009). Las estrategias curriculares en la Educación Superior: su proyección en la Educación Médica Superior de pregrado y posgrado. *Educación Médica Superior*, 23(3), 0-0. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412009000300009
- Stevens, J. O. (1971). *Awareness: Exploring, experimenting, experiencing*.
- Trianes, M. V., Blanca, M. J., De la Morena, L., Infante, L., y Raya, S. (2006). Un cuestionario para evaluar el clima social del centro escolar. *Psicothema*, 18(2), 272-277. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3209>
- Valdés, C. E., Martínez, A. y Torres, G. (2012). Diferencias en la situación socioeconómica, clima y ajuste familiar de estudiantes con reportes de bullying y sin ellos. *Psicología desde el Caribe*. Universidad del Norte, 29 (3), 616-631. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328599004.pdf>
- Veccia, T. A.; Calzada, J. V. y Grisolia, E. V. (2008). La percepción de la violencia entre pares en contextos escolares: un estudio cualitativo. Facultad de Psicología, UBA. *Anuario de investigaciones*, XV. Recuperado de: <http://www.scielo.org.ar/pdf/anuinv/v15/v15a14>
- Velasco, J., Seijo, D., y Vilariño, M. (2013). Consecuencias del acoso escolar en la salud psicoemocional de niños y adolescentes. R. González Cabanach, R. Fernández Cervantes, R. Arce, M. del Mar Ferradás y C. Freire, *Psicología y Salud II. Salud física y mental*, 113-126. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/267749629_Consecuencias_del_acoso_escolar_en_la_salud_psicoemocional_de_ninos_y_adolescentes