



Estrategia cooperativa Focus Group para promover el Autoconocimiento en alumnos de medicina

Millán Otero Claudia Karina Apellido Paterno Apellido Materno

Karinamillan.uas.edu.mx

Dora Yaqueline Salazar Soto

dora.salazar@uas.edu.mx

Esmeralda Alvarado Félix

esmeralda.alvarado@uas.edu.mx

**Facultad de Medicina, Universidad Autónoma de Sinaloa
Maestría en Docencia en Ciencias de la Salud**

Área temática: Práctica curricular: Docentes y alumnos, los actores del currículo

Resumen

Este estudio se realizó para promover el autoconcepto en los alumnos de la Licenciatura en Médico General de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa y evaluar el impacto de las actividades socioemocionales, que se llevaron a cabo con la estrategia de aprendizaje trabajo cooperativo, grupos de enfoque. En los resultados obtenidos se puede apreciar que los alumnos desconocen con claridad sus emociones y sentimientos, pero se muestran con apertura para adquirir herramientas que los ayude a mejorar, además consideran necesario que los docentes implementen en clase actividades socioemocionales para para su salud mental.

Palabras clave: Autoconocimiento, Autoconcepto, Autoestima, Aprendizaje Cooperativo, Grupos de Enfoque

Justificación

El autoconcepto y la autoestima son una de las principales competencias de la inteligencia emocional, consiste en la percepción que cada individuo tiene de sí mismos, es decir, es el conocimiento de sus emociones, la reacción que tiene su cuerpo en relación con determinada situación, lo que siente, lo que le genera, como actúa y también como lo regula.



Es por ello, que se considera la base de la inteligencia emocional ya que dependiendo del autoconocimiento o la percepción emocional que cada persona tiene sobre sí mismo es como se puede desempeñar en cualquier ambiente social. En lo que se refiere a los estudiantes se observa bajo desempeño académico, deserción escolar, conflictos dentro del aula y confrontaciones con docentes que en algunas ocasiones pueden ser violentas.

Por tal motivo, en el contexto educativo es primordial trabajar con el autoconcepto en las aulas y entornos escolares para fortalecer la habilidad de la autoestima en los estudiantes de todos los niveles educativos, desde el preescolar hasta nivel licenciatura, ya que el docente es pilar fundamental en la formación de los conocimientos cognitivos, pero también en lo que concierne al desarrollo de competencias socioemocionales de los alumnos.

En la Licenciatura en Médico General, de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS), se observa falta de competencias socioemocionales en los estudiantes; la situación que se percibe es una falta de interés, pérdida de la motivación, desapego a las actividades en clases, depresión, ansiedad, entre otras, que influye en su desempeño académico.

Por todo lo anterior, el trabajo está enfocado en conocer la autopercepción emocional que tienen los alumnos de la licenciatura en Médico General de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa y realizar una intervención socioemocional con la finalidad de fortalecer el autoconcepto y la habilidad de la autoestima, ya que una persona que no se conoce y no se quiere difícilmente puede comprender, conocer y querer a las demás.

Objetivo General

Promover el autoconocimiento de los alumnos de la Licenciatura en Médico General de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa.

Objetivos Específicos.

1.- Identificar el autoconocimiento de los alumnos de la Licenciatura en Médico General de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa a través del instrumento TTMS 24.

2.- Implementar estrategias de motivación e inteligencia emocional para los alumnos de la Licenciatura en Médico General de la FMUAS.

3.- Evaluar el impacto de las actividades realizadas a través de un instrumento de coevaluación progresiva para el desarrollo y crecimiento personal.

Enfoque conceptual

Algunos de los estudios relacionados de interés para esta investigación son los publicados por (Taramuel, et al., 2017) que señalan “la inteligencia emocional es la capacidad para alcanzar y dirigir a las personas y para actuar conscientemente en las relaciones con los seres humanos”. (pp. 164 -165). Es decir, es la facultad de enseñar a cada ser humano a conocer sus emociones y regularlas, pero también comprender las emociones de las personas que están a su alrededor con la finalidad de generar empatía y comprensión, características que son fundamentales hoy en día, por las diversas situaciones que se viven, además de que se percibe una sociedad carente de principios y valores por la falta de educación socioemocional.

Al respecto Álvarez (2020), menciona que “la educación socioemocional tiene como propósito el reconocimiento de las emociones propias y de los demás, la gestión asertiva de las respuestas a partir de una adecuada autorregulación, lo que favorece las relaciones sociales e interpersonales” (p. 2). En este sentido, se puede decir que la educación socioemocional se debe de implementar en todo ser humano en el seno de la familia, para desarrollar las competencias socioemocionales que se requieren para el buen desempeño social, emocional, académico y laboral y se debe de fortalecer en el ambiente educativo desde el preescolar.

Tal como lo menciona Bizquerra (2009) “la educación emocional debería de iniciarse en la educación primaria y estar presente a lo largo de toda la vida ya que es la única forma de asegurar el desarrollo de competencias emocionales que son las más difíciles de adquirir” (p. 11).

En ese mismo sentido, “Los aspectos que se deben de potenciar mediante el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula, son la mejora de la autoestima, de las



habilidades sociales, el aumento del bienestar en la vida, la eliminación de comportamientos disruptivos, la falta de asertividad, la desesperanza, la falta de motivación, etc.” (Mira, et al., 2017, p.2).

Así mismo, Cejudo et al., (2016) mencionan que “las emociones son fundamentales en el proceso de enseñanza-aprendizaje porque en el proceso educativo implica la interacción entre personas” (p. 30). Por tal motivo, dentro de los planteles educativos se deben de implementar estrategias que fortalezcan el desarrollo de las competencias socioemocional en los alumnos en todos los niveles educativos.

Retomando el concepto inteligencia emocional que es la capacidad para aprender a conocer, gestionar y contralar las emociones propias y conocer y entender las emociones de las demás y que está integrada por competencias , Fragoso-Luzuriaga (2015), señala “en el Modelo de Goleman se afirma que la inteligencia emocional se integra por cuatro dimensiones conformadas por diversas competencias: el conocimiento de uno mismo, la autorregulación, la conciencia social, la regulación de las relaciones interpersonales”. (p. 116).

El mismo autor señala respecto al autoconocimiento lo siguiente:

“El conocimiento de uno mismo es la dimensión formada por la competencia del autoconocimiento emocional, que comprende las capacidades para atender señales internas; reconocer como los propios sentimientos afectan el desempeño laboral; escuchar a la intuición, y poder hablar abiertamente de las emociones para emplearlas como guía de acción” (Fragoso-Luzuriaga, 2015, p. 116).

Po su parte, Cazalla, et al., (2015) mencionan que “el autoconcepto puede entenderse como la percepción que el individuo tiene de sí mismo, basado en sus experiencias con los demás y en las atribuciones de su propia conducta. Involucra componentes emocionales, sociales, físicas, familiares y académicas”. (pp. 152-153).

El aprendizaje cooperativo según Díaz Barriga (2010), “se refiere al empleo didáctico de grupos pequeños, en los que los alumnos trabajan juntos para maximizar su aprendizaje y el de

los demás; la interacción entre los estudiantes es la vía idónea para la adquisición activa del conocimiento” (p.87).

Pimienta (2012) menciona que “los componentes del trabajo cooperativo son: Cooperación, responsabilidad, comunicación, trabajo en equipo, interacción cara a cara y autoevaluación” (p. 165).

Respecto a la estrategia cooperativa Grupos de enfoque (focus groups) Díaz Barriga (2010) señala que:

“el propósito de esta estrategia consiste en identificar problemas, intereses, preocupaciones, grado de satisfacción entre los participantes teniendo en mente la posibilidad de innovar o solucionar algo. Se trata de una discusión semiestructurada acerca de un tópico presentado por el docente o coordinador del grupo, ante el cual se pide a los participantes responder libremente, en una suerte de asociación libre de ideas. Usualmente se realiza un video o audiorregistro de la sesión, que permite el análisis del contenido, sentimientos, reacciones, creencias o valores de los implicados. En una variante, se puede dividir un grupo numeroso en equipos pequeños de hasta seis miembros, darles la consigna de resolver una pregunta o un problema planteado de la manera más precisa y concisa posible” (p.105).

Estrategia metodológica (en su caso)

El presente trabajo de investigación tiene un enfoque cualitativo, implementando desde la investigación-acción, el término “investigación - acción” fue propuesto por Kurt Lewin (1947) quien señaló la investigación - acción como ciclos de acción reflexiva. Cada ciclo se compone de una serie de etapas: planificación, acción y evaluación de la acción. (Elliot, 2000).

El estudio se realizó con estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa, con una muestra 48 alumnos, pertenecientes al grupo 11 de segundo año de la Licenciatura de Médico General.

Para la recolección de información se empleó como Pre test y Pos test el instrumento Trait Meta- Mood Scale- 24 (TMMS-24) “es un cuestionario de autoinforme de la Inteligencia Emocional

percibida. Está compuesta por 24 ítems los cuales responden sobre una escala Likert de 5 puntos que contienen tres importantes dimensiones: percepción emocional, comprensión de sentimientos y regulación emocional”. (Cazalla, et al., 2015)

Desarrollo

La estrategia de aprendizaje cooperativo que se implementó con los alumnos de segundo año del grupo 11 para desarrollar las competencias socioemocionales, específicamente el autoconocimiento fue la de Grupos de enfoque (focus groups). Por tanto, el desarrollo de las actividades se realizó durante los cinco días con la estrategia de aprendizaje son las siguientes:

Durante el primer día, y como parte de la primera etapa, se les explicó el motivo de la intervención a los estudiantes y se solicitó la autorización del consentimiento informado, posteriormente, se procedió a la aplicación del Pretest del instrumento TMSS-24 a través de Google Forms.

Para la segunda etapa de la investigación, se procedió con la actividad “¿Quién soy?” la cual es una actividad reflexiva con el objetivo de que los participantes tengan conciencia de sí mismos” (Gerza.com, 2012).

En el segundo día, se realizó la actividad **Control emocional** es un ejercicio guiado que utiliza metáforas para fomentar la reflexión y la comunicación sobre nuestros sentimientos, tiene como objetivo explorar los sentimientos y emociones que sentimos y reflexionar acerca de cómo podemos sentirnos mejor;

El tercer día, se realizó la actividad **Pensar en uno mismo** esta dinámica es un ejercicio profundamente contemplativo que ayuda a las personas a desarrollar la autoconciencia y promueve la reflexión. El objetivo es hacer una serie de cuatro preguntas e invitar a las personas a compartir sus respuestas con un pequeño número de compañeros o compañeras. Así mismo se realizó la actividad **Carrete de preocupaciones**, dinámica de relajación con el objetivo de reducir la ansiedad y las preocupaciones, promover la calma y la relajación, posibilitar el reconocimiento de uno mismo encontrando el sentido en su situación vital actual, al final de la actividad se invita al grupo a compartir sus sentimientos, por último, se llevó a cabo la actividad **Bola de nieve** estrategia rápida y divertida que facilita el diálogo abierto y ofrece la oportunidad de liberar la energía reprimida del grupo Es una forma maravillosa de reflexionar y discutir sobre

los problemas de estrés en nuestras vidas, especialmente porque el ejercicio invita a las personas a liberarse o deshacerse de su estrés de una manera divertida;

El cuarto día, se realizó la actividad **Registros inspiradores** dinámica que ayuda a reflexionar, facilitar el enfoque emocional y dotar de intencionalidad a los proyectos de vida. El proceso de invitar al grupo a verificar y monitorear su bienestar emocional puede ser muy poderoso, ayuda a las personas a sentirse vistas y escuchadas y se realizó la actividad **El frasco de la gratitud**, actividad que fomenta el intercambio y la reflexión en grupo, promover la atención plena e inspira la creatividad. (Dinámicas Grupales, técnicas de grupo y dinámica de grupo (2016-2023)).

El último día y la última etapa que corresponde a la evaluación acción, se realizó el post test, TMSS-24, solamente un total de 30 alumnos que concluyeron satisfactoriamente la implementación y desarrollo de la estrategia.

Resultados y Conclusiones

Respecto a los resultados obtenidos en el instrumento TMMS-24 para conocer el autoconcepto de los alumnos en estudio se presentaron cambios significativos en las tres áreas que se evalúan que son la atención, la claridad y la reparación emocional. Por lo que durante el desarrollo de las actividades los alumnos que decidieron continuar con las actividades se mostraron cooperativos y colaborativos en cada una de ellas, además de mostrar interés por mejorar su inteligencia emocional. Al final se realizó una coevaluación con la intención de valorar el impacto de dichas actividades, donde el 100% de los alumnos comentaron que les había gustado mucho cada una de ellas y que les gustaría que todos los docentes realizaran este tipo de estrategias para beneficio de la salud mental de todos.

Queda claro que el implementar actividades para que los alumnos desarrollen habilidades socioemocionales a través de las diferentes estrategias de aprendizaje, que en esta ocasión fue a través del aprendizaje cooperativo, impacta de manera positiva en el bienestar integral de los estudiantes y favorece el apego e interés por continuar con sus estudios profesionales.

Tablas y figuras

Respecto al instrumento TMMS-24 que evalúa la atención emocional, la claridad emocional y la reparación de las emociones se obtuvieron los siguientes resultados:



En la atención emocional de los alumnos que contestaron el instrumento 27% de ellos reportaron poca atención emocional en la evaluación inicial y 16% en la final. Adecuada atención 66% en la inicial y 60% en la final y respecto a prestar demasiada atención 7% en la inicial y 16% en la final. Motivo por el cual es necesario trabajar en actividades socioemocionales en todos los años de estudio profesional de los alumnos de medicina.



Respecto a la claridad emocional en la evaluación inicial 54.5% de los alumnos y en la final 44.6% de ellos debe de mejorar la claridad emocional. En relación a una adecuada claridad emocional no se presentaron cambios significativos ya que tanto en la inicial como en la final con un 41% y un 43% respectivamente de los alumnos presenta una adecuada claridad emocional y por último, respecto a la excelente claridad emocional 4.5% alumnos al inicio de la actividad resultaron con excelente claridad en la final 10% de los alumnos resultaron con excelente claridad, lo que nos indica que si se realizan actividades socioemocionales de manera periódica

puede mejorar considerablemente la percepción que los alumnos tengan respecto a sus emociones y pensamientos.



Por último, en razón a la reparación de las emociones al inicio 44% de los alumnos resultaron con una reparación emocional baja y al final 23% de ellos, lo que indica que deben de mejorar este aspecto. En la reparación emocional adecuada el resultado inicial fue 34% y al final 50% de los alumnos mostraron una reparación adecuada. Respecto a la excelente reparación en la evaluación solo el 9% de los alumnos la presentan y en la final el 23% mostraron excelente reparación.

Estos resultados invitan a los docentes a realizar actividades socioemocionales a través de las diferentes estrategias de aprendizaje para ayudar a mejorar la salud mental de los estudiantes de la Licenciatura en Médico General de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Sinaloa.

Referencias

- Álvarez Bolaños, E. (2020). Educación Socioemocional. Controversias y Concurrencias Latinoamericanas, vol. 11. Núm. 20, pp. 388-408, 2020 Asociación Latinoamericana de Sociología. 1-15.
- Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Editorial Síntesis, S.A. p. 13.
- Cazalla-Luna, N., Ortega-Álvarez, F., Molero, D. (2015). Autoconcepto e Inteligencia Emocional de Docentes en Práctica. Revista Electrónica de Investigación y Docencia. Pp 151-164.



- Cejudo, J., López-Delgado, M. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. Elsevier, *Psicología Educativa* 23 (2017) 29-36.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.pse.2016.11.001>.
- Dinámicas Grupales (2016-2023). Buenos Aires, Argentina: Dinámicas Grupales.
<https://dinamicasgrupales.com.ar/category/dinamicas/autoconocimiento-y-autoestima/>
- Elliot, J. (2000). *La investigación-acción en educación* (Cuarta edición ed.). Morata S.L.
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, vol. VI. Núm. 16, 2015. Pp. 110 – 125.
- Gerza. *Dinámicas de grupo y aprendizaje virtual*. México. Consultado el 20 de abril 2023.
https://www.gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas_dina/quien_soy.html
- López, V. Zagal, E. Lagos, N. (2020). Competencias Socioemocionales en el contexto educativo: una reflexión desde la pedagogía contemporánea. *Revista Reflexión e Investigación Educativa* Vol. 3, N° 1/2020 EISSN: 2452-4638. P. 149-156.
- Mira-Agulló, J., Parra-Meroño, M., Beltrán-Bueno, M. (2016). Educación Emocional en la universidad: propuesta de actividades para el desarrollo de habilidades sociales y personales. *Vivat Academia*, núm. 139. pp. 1-17, 2017.
DOI: <https://doi.org/doi.org/10.15178/va.2017.1-17>
- Taramuel Villacreces, T.A., Zapata Achi, V.H., (2017). Aplicación del Test TMMS-24 para el análisis y descripción de la Inteligencia Emocional Considerando la influencia del sexo. *Revista Publicando*, 4 No. 11. (1). 2017, 162-181. ISSN 1390-9304. 162-181.