

## PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA LA MEJORA DEL AUTOCONCEPTO EN LA E.S.O.

Immaculada Sureda García

*Universidad de las Islas Baleares*

### INTRODUCCIÓN

El presente estudio se encuadra en la necesidad de que el currículum escolar incluya la adquisición de un desarrollo sociopersonal (1) positivo, de la misma manera que se contemplan los objetivos que responden a contenidos académicos. De hecho los contenidos curriculares deben tener como objetivo final proporcionar al alumno un mejor conocimiento de sí mismo y del mundo social, para que éste sea capaz de adaptarse al contexto de manera segura y confiada.

En el panorama científico, la necesidad de educar el autoconcepto es un hecho constatado por autores como R.B. Burns (2) y J. A. Alcántara (3), entre otros. De acuerdo con Alcántara, la autoestima condiciona el aprendizaje; la adquisición de nuevos conocimientos está subordinada a nuestras actitudes básicas, de éstas depende que los alumnos estén más predispuestos o cerrados a recibir información. En segundo lugar, un buen nivel de aceptación personal supone enfrentarse a dificultades.

---

(1) Los contenidos del ámbito sociopersonal son diversos. De acuerdo con C. Borrego de Dios se podía concretar en dos grupos. Un primer grupo presenta contenidos psicosociales propios de una sociedad democrática: educación para la paz, derechos humanos, problemática medio ambiental, solidaridad, autonomía moral, etc. Un segundo grupo precisa contenidos psicosociales, necesarios para formar y mejorar las habilidades sociales, de autoconocimiento, de comunicación, de autoestima, de resolución de conflictos, etc. Esta investigación sitúa y refiere la dimensión sociopersonal al segundo grupo de contenidos, de manera concreta, al estudio y mejora del autoconcepto multidimensional. Véase en Borrego de Dios, C.: *Currículum y desarrollo sociopersonal*, Sevilla, Alfar, 1992, pp 45

(2) Cfr. Burns, R. B.: *El autoconcepto. Teoría, medición, desarrollo y comportamiento*, Bilbao, Egea, 1990, pp 293-315

(3) Cfr. Alcántara, J. A.: *Cómo educar la autoestima*, Barcelona, CEAC, 1990, pp. 9-15.

des personales con una mayor fuerza para reaccionar ante los obstáculos. Un sentimiento de confianza en sí mismo favorece la responsabilidad, el compromiso por resolver las acciones, la creatividad y la autonomía personal. En tercer lugar, un buen autoconcepto posibilita una relación social saludable y garantiza la proyección futura de la persona.

Otros autores (Montemayor, R y Eisen, M.; Dixon, J C. y Street, J., Fu, V.; Harter, S y Monsour, S.; Lintunen, T.) (4) concretan en la necesidad de formar un autoconcepto positivo a lo largo de la etapa adolescente. No obstante, relativizando o poniendo en cuestión la posible conflictividad de esta etapa evolutiva, distintos estudios como el realizado por F.W. Putnam (5) demuestran que estas características, propias de la etapa intermedia de la adolescencia, no deben ser motivo de alarma; pues al contrario deben servir para que los educadores tengan presentes los ritmos evolutivos, y las diferencias individuales en el tratamiento de la mejora del autoconcepto adolescente.

La obligatoriedad de incorporar la formación autoconceptual del alumno como un objetivo de la enseñanza secundaria obligatoria a través de aprendizajes interdisciplinares queda establecida en la normativa legal que regula la E.S.O. De forma concreta, la Ley Orgánica 1/1990 del 3 de Octubre de la Ordenación del Sistema Educativo Español establece entre otros, como objetivos generales y finalidades de la Educación Secundaria Obligatoria (en estricta continuidad y coherencia con la Educación Primaria), el logro de un equilibrio socio-afectivo en el alumno a partir de una imagen ajustada y positiva de sí mismo.

Por consiguiente, este trabajo de acuerdo con un marco teórico, legal y práctico que así lo posibilita pretende favorecer habilidades y estrategias que permitan que el joven tenga sentimientos de seguridad y de pertenencia adecuados, actúe con competencia social en el contexto escolar y familiar, desarrolle un lenguaje interior positivo y tenga una buena opinión y aceptación de sí mismo. De esta forma, el programa incidirá en el aumento y ajuste de los niveles del autoconcepto multidimensional, finalmente evaluando un autoconcepto general, emocional, académico, social y familiar del alumno de enseñanza secundaria obligatoria.

Para elaborar este programa, se siguieron los principios del modelo integrador y del enfoque evolutivo y social-constructivista. Así pues, el modelo integrador elegido en esta investigación defiende la instrucción en habilidades personales y sociales que prevengan y aseguren un autoconcepto multidimensional positivo, sin que la

---

(4) Montemayor, R. y Eisen, M.: "The development of self-conceptions from childhood to adolescence", *Developmental Psychology*, 13, (1977), pp 314-319; Dixon, J.C. y Street, J.: "The distinction between self and non-self in children and adolescents", *Journal of Genetic Psychology*, 127, (1975), pp157-162; Fu, V.R.: "A longitudinal study of the self-concepts of euro-american, afro-american and mexican-american preadolescent girls", *Child Study Journal*, 9, (4), (1979) pp 279-288; Harter, S. y Monsour, S.: "Developmental analysis of conflict caused by opposing attributes in the adolescent self-portrait", *Developmental Psychology*, 28, vol 2, (1992), pp 251-260; Lintunen, T. et al: "Change, reliability, and stability in self-perceptions in early adolescence: a four-year follow-up study", *International Journal of Behavior Development*, 18, (2), (1995), pp 351-364.

(5) Cfr. Putnam, F.W: *Diagnosis and treatment of multiple personality disorder*, New York, Guilford Press, 1989, pp 35-46.

intervención implique realizar un programa orientado directamente a la mejora de la autoimagen.

Este modelo que integra perspectivas fenomenológicas, perspectivas de validez del constructo autoconcepto y perspectivas cognitivas, aboga por un autoconcepto concreto. Este autoconcepto es dinámico, activo, y por lo tanto con posibilidades de cambio y mejora en función de las experiencias y las relaciones mantenidas a lo largo de la historia personal del individuo. Por otra parte, el enfoque evolutivo y social-constructivista permite integrar la atención al autoconcepto adolescente desde un prisma sistémico, que atiende tanto al alumno como al contexto en que interacciona.

Con este propósito se ha elaborado una taxonomía de habilidades-objetivos que pretende seleccionar aquellas actitudes y comportamientos que sean relevantes, significativos y funcionales para el adolescente en la mejora de su desarrollo socioperpersonal. También, este programa de mejora del autoconcepto tiene en cuenta que está instruyendo en actitudes y conductas, consideradas socialmente válidas y reconocidas entre profesores, tutores y contexto escolar; por lo que la actuación personal y social de los alumnos en este sentido será reforzada por los miembros de dicha comunidad. De esta forma se facilitará que las nuevas habilidades adquiridas se transfieran y generalicen a otros contextos: familiar, comunitario, etc.

El programa presentado constituye un modelo coherente y estructurado para su aplicación en la educación secundaria. La evaluación de las actividades del programa y el análisis de resultados revelan aportaciones positivas e implicaciones educativas a considerar de una manera urgente a lo largo de la enseñanza secundaria obligatoria. Cabe considerar que esta investigación en su conjunto pretende aportar perspectivas nuevas, planteamientos diferentes y líneas de actuación en la planificación, desarrollo y evaluación de actividades para la mejora del autoconcepto estudiantil en un contexto tan complejo como es la enseñanza secundaria.

## **MÉTODOS**

### **Objetivos**

Con estas ideas en el transcurso de nuestro trabajo, nuestra investigación pretendía los siguientes objetivos:

1. Diseñar un programa en el ámbito escolar que permita optimizar el autoconcepto multidimensional emocional, académico, social y familiar.
2. Intervenir en un contexto ecológicamente no alterado como es el grupo-aula, desarrollando una serie de habilidades en los alumnos que están relacionadas con la mejora del autoconcepto, tanto para el desarrollo personal como para la interacción social.
3. Evaluar la efectividad de un programa con tales características en aras de favorecer la mejora del autoconcepto de los alumnos y consolidar las expectativas de los profesores por obtener resultados positivos al implicarse en mayor grado en objetivos de su desarrollo socioperpersonal.

### **Hipótesis**

Cómo hipótesis de nuestra investigación, relacionadas con el desarrollo de las habilidades sociales, encontramos las siguientes:

1. Se puede mejorar el autoconcepto de los alumnos de enseñanza secundaria obligatoria, trabajando habilidades sociopersonales
2. Los alumnos que trabajan estas habilidades introducidas en el currículum ordinario tendrán resultados más satisfactorios que los alumnos que trabajan dichas habilidades de manera aislada a los contenidos escolares y al resto de actividades.
3. El grupo control no mostrará diferencias significativas en las habilidades evaluadas en el post-test en relación con el pre-test.

## Sujetos

La muestra con la que se ha desarrollado el programa está formada por los grupos de tercero de enseñanza secundaria obligatoria del Instituto de Francesc de Borja Moll de Palma de Mallorca. Estos alumnos provienen de diferentes centros de enseñanza primaria e inician su primer año de secundaria en este centro.

La selección de la muestra de alumnos que realizaría un programa integrado en el currículum o un programa, únicamente, en horas de tutoría estaba condicionada por la disposición e interés de los profesores y tutores a participar e intervenir en un programa de mejora del autoconcepto.

Finalmente, los alumnos participantes en el programa fueron los cuatro grupos de 3º de ESO. El grupo de 3º A actuaba de grupo control, el grupo de 3º B y 3º D realizaría el programa integrado en el currículum y en el grupo de 3º C se haría una intervención tutorial.

La muestra inicial estaba formada por 30 alumnos del grupo A, 28 alumnos del grupo B, 26 alumnos del grupo C y 25 alumnos del grupo D. Finalmente, se excluyeron del estudio los sujetos que incurrieron en bajas escolares e incumplimiento de las instrucciones o pruebas. La muestra evaluada a través de la prueba pre y post programa quedó constituida por un total de 83 alumnos.

## Diseño del programa

El programa de mejora del autoconcepto se aplicó en 20 sesiones. De acuerdo con el grupo, las sesiones se realizaban en horas de materia o en horas tutoriales. Las características de cada programa realizado eran las siguientes:

*Programa integrado en el currículum: (Grupo B y D)*

-Profesores participantes: orientador, tutor, docente de la materia de lengua Española, lengua Catalana y Ciencias sociales.

-Objetivos del programa de mejora del autoconcepto se compaginan con objetivos de materias curriculares. Los profesores, en reuniones previas al inicio del programa, concretaron en objetivos, pautas, habilidades a lograr y a reforzar a lo largo de la intervención.

*Programa no integrado en el currículum: (Grupo C)*

-Profesores participantes: orientador y tutor.

-Objetivos del programa de mejora del autoconcepto no se compaginaban con objetivos de materias curriculares. Las actividades del programa se realizan únicamente en horas de tutoría.

-Concretamente se trabajaron tres apartados de estrategias que se subdividían en una serie de habilidades a trabajar de acuerdo con un objetivo.

1) Estrategias para el desarrollo y afirmación de una percepción positiva de sí mismos:

3) Estrategias para el desarrollo de habilidades sociales y competencia social

El método de enseñanza que se empleó en el programa de mejora del autoconcepto fue el siguiente:

<b>Habilidades</b>	<b>Objetivo programa</b>
Habilidad para reflexionar sobre sí mismos	Conocer el grado y la calidad de conocimiento personal
Habilidad de autoafirmaciones positivas	Decirse a sí mismo y ante los demás autodectores positivos
Habilidad para establecer una correcta imagen corporal	Incidir en cómo el contexto cultural condiciona sobre esquemas mentales personales
Habilidad para rectificar errores cognitivos	Rectificar visiones sesgadas y/o erróneas de la imagen personal
Habilidad para recibir descripciones positivas sobre uno mismo	Identificar y responder de modo adecuado a los efectos de otras personas

2) Estrategias para el desarrollo y optimización de la dimensión académica:

<b>Habilidades</b>	<b>Objetivo programa</b>
Habilidad para autocontrolar y organizar la conducta ante el estudio	Propiciar conductas que impliquen un aprendizaje más autorregulado y profundo
Habilidad para priorizar sobre metas de aprendizaje	Incidir sobre conductas que favorezcan metas de aprendizaje y no de ejecución
Habilidad para establecer metas y objetivos profesionales relevantes	Propiciar conductas que impliquen sentido de dirección y competencia

*Introducción de la actividad:* se propone al alumno una determinada actividad. Para ello se le describe, define y especifica qué es lo que hay que hacer y qué es lo

Habilidades	Objetivo programa
Habilidad para defender los propios Defender los derechos adecuadamente en derechos  las situaciones en que no son respetados  Habilidades de solución de problemas Generar alternativas diferentes de solución interpersonales	

que se pretende con esta actividad

*Tarea metacognitiva:* explicamos a los alumnos la importancia de tener actitudes y conductas positivas hacia uno mismo, y las consecuencias que esto supone tanto a corto como a largo plazo. En este momento es importante motivar al alumnado y despertar su interés para que quiera aprender y practicar las habilidades que se le presenten. Todo este proceso se lleva a cabo a través de la instrucción verbal y el diálogo establecido entre el educador y los alumnos

*Realización de la actividad:* los alumnos realizan la tarea y practican la habilidad propuesta en ella.

*Puesta en común:* en este caso la actividad puede implicar una discusión, reflexión o escenificación en pequeños o gran grupo.

*Modelado de las respuestas:* a partir de la puesta en común en grupos pequeños o en el grupo-aula, los alumnos establecen una reflexión y se llega a un acuerdo sobre la manera más positiva y habilidosa de actuar, pensar y sentir tanto para uno mismo como para los otros. Con el modelado, el profesor ofrece refuerzo e información sobre cómo lo ha hecho el alumno, lo anima a continuar o plantea nuevas reflexiones inter o intra individuales. En el proceso de modelado, se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- La retroalimentación que se da al alumno ha de tener un matiz positivo aunque la ejecución no haya sido correcta. El profesor dará información y pistas sobre cómo se puede mejorar la ejecución en las próximas situaciones.

- La información dada al alumno no es global, sino de comportamientos concretos y específicos que componen las habilidades, los procesos cognitivos y los procesos afectivos que se están entrenando.

- El alumno debe evaluar su propia ejecución y aprender a autorreforzarse.

*Registro y evaluación de la actividad:* en este caso se pretende analizar no sólo el desarrollo de la actividad misma, sino también las respuestas dadas por los alumnos. La información recogida procede de lo dicho, comentado o escenificado por los

jóvenes en el transcurso de la actividad, utilizando como técnicas de recogida de información las respuestas dadas por escrito entre los alumnos, el magnetofon y/o el video.

## RESULTADOS

Los datos del cuestionario han sido analizados estadísticamente a través del programa SPSS y mediante la prueba no paramétrica T de Wilcoxon. El análisis de los resultados del cuestionario de Autoconcepto Forma-A de G. Musitu, F. García y M. Gutiérrez permite establecer las siguientes conclusiones en relación a la dimensión general y a las cuatro dimensiones que mide este cuestionario:

Los resultados obtenidos en el autoconcepto general muestran que los alumnos que han experimentado un programa de intervención integrado en el currículum han

Grupos	Muestra	Z	Intervención
Grupo A	24	$z=-0,5627$	$0,5737 > 0,05$
Grupo B	22	$z=-2,0725$	$0,0382 < 0,05$
Grupo C	19	$z=-1,1361$	$0,2559 > 0,05$
Grupo D	18	$z=-2,0425$	$0,0411 < 0,05$

Resultado en el Autoconcepto General

Grupos	Muestra	Z	Intervención
Grupo A	24	$z=-1,6499$	$0,0990 > 0,05$
Grupo B	22	$z=-0,9256$	$0,3547 > 0,05$
Grupo C	19	$z=-1,3628$	$0,1730 > 0,05$
Grupo D	18	$z=-2,1315$	$0,0330 < 0,05$

Resultados en el Autoconcepto Emocional

Grupos	Muestra	Z	Intervención
Grupo A	24	$z=-0,8447$	$0,3983 > 0,05$
Grupo B	22	$z=-1,7278$	$0,0840 > 0,05$
Grupo C	19	$z=-1,1928$	$0,2330 > 0,05$
Grupo D	18	$z=-0,8447$	$0,3983 > 0,05$

Resultados en el Autoconcepto Académico

Grupos	Muestra	Z	Intervención
Grupo A	24	$z = -1,2869$	$0,1981 > 0,05$
Grupo B	22	$z = -0,2825$	$0,7776 > 0,05$
Grupo C	19	$z = -1,6004$	$0,1095 > 0,05$
Grupo D	18	$z = -0,5099$	$0,6101 > 0,05$

Resultados en el Autoconcepto Social

Grupos	Muestra	Z	Intervención
Grupo A	24	$z = -0,5171$	$0,6051 > 0,05$
Grupo B	22	$z = -0,6439$	$0,5197 > 0,05$
Grupo C	19	$z = -0,2097$	$0,8339 > 0,05$
Grupo D	18	$z = -1,3491$	$0,1773 > 0,05$

Resultados en el Autoconcepto Familiar

obtenido una puntuación en autoconcepto significativamente más positiva tras finalizar la intervención, en relación con su puntuación inicial. Sin embargo las diferencias entre los puntajes primeros y los puntajes últimos no son significativas para los alumnos del grupo C que realizaron el programa, únicamente, en horas de tutoría, ni para los alumnos del grupo A que actuaron de grupo control. Así pues en el grupo C y en el grupo A se acepta la hipótesis nula

Los resultados obtenidos en la dimensión emocional indican que el grupo D ha tenido una mejora en el autoconcepto emocional, una de las dimensiones más transferibles a diferentes contextos. En las otras dimensiones autoconceptuales las diferencias no han sido, cuantitativamente, significativas. No obstante los resultados obtenidos en el autoconcepto general reiteran la efectividad del programa de mejora del autoconcepto integrado en el currículum.

## DISCUSIÓN

La evaluación cuantitativa confirma fehacientemente que el programa de intervención educativa realizado permite mejorar el autoconcepto, entendido como constructo multidimensional. De esta manera cabe reafirmar cómo podemos mejorar el "self" del alumno a través del entrenamiento en habilidades subdivididas en dimensión: emocional, social, académica y familiar. El entrenamiento en habilidades tales como expresar emociones, autorreforzarse, defender los derechos personales, perder un cambio de conducta, resolver conflictos entre iguales o adultos, aplicar estrategias de autocontrol y de planificación, entre otras, permite que el alumno generalice y transfiera una imagen de sí mismo más segura y positiva en distintos contextos.



A partir de esta experiencia, sin embargo, cabe añadir otros aspectos como que la eficacia de estos programas parece depender más de la actuación, formación e implicación de los profesores en la intervención efectuada que del diseño e implementación del programa. En este caso el pautar y compaginar objetivos de materias curriculares y objetivos del programa que impliquen desarrollar actividades de materia, sin que ésta tenga unas conotaciones diferentes a otras tareas, permite resultados más positivos que no aquellas actividades del programa únicamente planteadas en hora de tutoría.

Este planteamiento no es importante por sí solo, sino que a la vez implica que los grupos que realizaron el programa integrado en el currículum tenían un mayor número de profesores atentos y fuertemente sensibilizados al desarrollo sociopersonal de sus alumnos, siendo los grupos con una mayor mejora en el autoconcepto.

La intervención realizada permite iniciar y romper la poca tradición en la elaboración de investigaciones conjuntas entre profesores de secundaria, en algunos casos limitada, y difícil de llevar a cabo dada la organización del centro: horario escolar, reuniones de evaluación, etc. La experiencia representa una intervención dentro del aula, en donde la mejora de las actuaciones para la mejora del autoconcepto adquieren un mayor significado de cambio práctico y directo que si se realizara en un contexto alterado.

El diseño del programa de intervención destaca la importancia de una colaboración activa de los profesores. Éstos ocupan un papel relevante con sus propias aportaciones y sugerencias. Esta colaboración se demostró como imprescindible y muy eficaz.

Las expectativas positivas y realistas de los educadores participantes en el programa influyeron satisfactoriamente en los resultados de los alumnos. Entre los profesores, la percepción de éxito positivo se acrecentó, en primer lugar, al reconocer la relevancia de intervenir en dimensiones autoconceptuales que favorecían el incremento académico y la interacción de los alumnos y, en segundo lugar, al comprobar que su actuación hacia referencia no a una actuación aislada, al margen de otras actividades educativas, sino que se enmarcaba dentro de un planteamiento global de objetivos a desarrollar e instruir a lo largo del curso.

La formación aportada a los profesores por la realización del programa favoreció el desarrollo de sus expectativas positivas en relación a una actuación futura en la mejora del autoconcepto de sus alumnos.