



**Universitat Autònoma de Barcelona**

**Departamento de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación**

**Doctorado en Psicología**

**Tesis Doctoral**

**Optimización prosocial en docentes de educación primaria  
en Yucatán, México: evaluación de un programa.**

**René Gabriel Aranda Uc**

Director:

Dr. Robert Roche-Oliver

**Bellaterra (Cerdanyola del Vallès), Barcelona, España, a junio de 2015.**



**Derechos reservados ® de**

**René Gabriel Aranda Uc**

**2015**

Por este medio declaro que esta Tesis es mi propio trabajo, con excepción de las citas en las que he dado crédito a sus autores; así mismo, afirmo que este trabajo no ha sido presentado previamente para la obtención de algún otro título profesional o equivalente.

René Gabriel Aranda Uc

**Cita bibliográfica del documento:**

Aranda, R. (2015). *Optimización prosocial en docentes de educación primaria en Yucatán, México: evaluación de un programa*. Tesis Doctoral, no publicada. Programa de Doctorado en Psicología. Bellaterra: Universidad Autónoma de Barcelona.

**Contacto:**

**René Gabriel Aranda Uc**

**renegaranda@yahoo.com**

**rene.aranda@gmail.com**

**Twitter: @Rene\_Aranda**



## **Dedicatoria**

A mis padres, a mis hermanos y a mis sobrinos.

A la comunidad educativa.

Al ser humano.



## **Agradecimientos**

A mi familia por ser motivación e inspiración en mi vida: a mi mamá y mi papá, por el amor, sus cuidados y el apoyo incondicional en cada paso que he dado, por estar presentes en todo momento. A mis hermanos y hermanas, sobrinos y sobrinas por su amor, alegría e interés en mi persona.

A la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de Yucatán (SEGEY) y al Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación (SNTE) Sección 33 por las facilidades para realizar este proyecto. En especial a las Mtras. Patricia Lara y Janin Pacheco.

A Santiago Duran-Sindreu por la comprensión, la paciencia, la amistad, la compañía, la atención, la confianza, el apoyo, el cuidado, el afecto. Por hacer de Barcelona otro hogar. Gracias por todo.

A los docentes de la escuela primaria de Río Lagartos por su participación en el Programa, por su hospitalidad, su perseverancia, sus atenciones y por creer en el cambio. Por hacer posible este proyecto.

A los coordinadores del Doctorado: Dr. Conrad Izquierdo por la aceptación para iniciar este camino en la UAB, por las ideas y sugerencias. Al Dr. Antoni Castelló por la confianza y seguridad inspirada, por los comentarios y recomendaciones.

A Graciela Cortés por la respuesta inmediata, por su interés en la investigación y en el ser humano, por su paciencia y profesionalismo. Por la confianza en mí, por la motivación y la invitación a crecer y mejorar. Por ser luz en mi camino.

A mi Director de Tesis: Dr. Robert Roche-Olivar, gracias por la amistad y la confianza, por el tiempo y la dedicación, por hacerme partícipe de las experiencias prosociales, por transmitir la prosocialidad con la vida.





## **CONTENIDO**

**CONTENIDO, ix**

**LISTA DE FIGURAS, xiv**

**RESUMEN, xvii**

**ABSTRACT, xviii**

**RESUM, xix**

### **CAPÍTULO I**

**Introducción, 1**

**1.1 Antecedentes, 1**

**1.2 Justificación, 5**

**1.3 Relevancia, 8**

**1.4 Delimitación del problema, 11**

**1.5 Limitación del estudio, 11**

**1.6 Definición del Problema, 11**

**1.7 Área de Estudio, 15**

**1.8 Propuesta de investigación, 15**

**1.8.1 Preguntas de investigación, 16**

**1.8.2 Objetivos de investigación, 16**

**1.9 Metodología, 16**

**1.10 Definición de términos, 18**

### **CAPÍTULO II**

**Desarrollo Humano y Prosocialidad, 21**

**2.1 Desarrollo Humano, 22**

- 2.1.1 Teorías humanistas, 26**
  - 2.1.1.1 Humanismo, 26**
  - 2.1.1.2 Existencialismo, 28**
  - 2.1.1.3 Fenomenología, 30**
  - 2.1.1.4 Sentido de vida, 30**
- 2.2 Prosocialidad, 33**
  - 2.2.1 El estado de la cuestión acerca de la Prosocialidad, 34**
  - 2.2.2 Concepto de prosocialidad, 35**
  - 2.2.3 Optimización prosocial, 38**
  - 2.2.4 Modelo UNIPRO, 40**
    - 2.2.4.1 Dimensiones del Modelo UNIPRO, 41**
  - 2.2.5 Variables optimizadoras referidas a las actividades con los alumnos, 48**
    - 2.2.5.1 Dignidad y valor de la persona, 48**
    - 2.2.5.2 Actitudes y habilidades de relación interpersonal, 50**
    - 2.2.5.3 Valoración de lo positivo en el comportamiento de los demás, 51**
    - 2.2.5.4 La creatividad y la iniciativa prosociales, 54**
    - 2.2.5.5 Comunicación. Revelación de sentimientos. La conversación, 54**
    - 2.2.5.6 Empatía interpersonal y social, 55**
    - 2.2.5.7 La asertividad. Resolución de la agresividad y la competitividad, 56**
    - 2.2.5.8 Modelos prosociales reales y en la imagen, 58**
    - 2.2.5.9 La ayuda. El cuidar. Dar. Compartir, 59**
    - 2.2.5.10 Prosocialidad colectiva y compleja, 60**
  - 2.2.6 Variables optimizadoras referidas a los profesores, 62**
    - 2.2.6.1 Aceptación y afecto expresado, 63**
    - 2.2.6.2 Atribución de la prosocialidad, 64**
    - 2.2.6.3 Disciplina inductiva, 65**
    - 2.2.6.4 Exhortación a la prosocialidad, 66**
    - 2.2.6.5 Refuerzo de la prosocialidad, 66**
  - 2.2.7 Otras investigaciones con tema prosocial, 68**

## **CAPÍTULO III**

### **Programa de Optimización Prosocial, 71**

#### **3.1 El taller, 71**

#### **3.2 Objetivo General, 73**

#### **3.3 Cartas descriptivas, 73**

##### **3.3.1 Sesión 1. Presentación de la investigación y la prosocialidad, 74**

##### **3.3.2 Sesión 2. La prosocialidad y sus categorías, 77**

##### **3.3.3 Sesión 3. El laboratorio personal, 79**

##### **3.3.4 Sesión 4. Beneficios de la acción prosocial, 80**

##### **3.3.5 Sesión 5. Comunicación de calidad prosocial, 82**

##### **3.3.6 Sesión 6. El docente como líder prosocial, 83**

##### **3.3.7 Sesión 7. Las habilidades prosociales en la persona-docente, 85**

##### **3.3.8 Sesión 8. Mi experiencia prosocial. Cierre, 87**

## **CAPÍTULO IV**

### **Metodología, 89**

#### **4.1 La Investigación Cualitativa, 89**

##### **4.1.1 Descripción del método y fundamentación, 90**

#### **4.2 El lugar. Río Lagartos, Yucatán, 91**

##### **4.2.1 La escuela, 92**

#### **4.3 Participantes, 93**

##### **4.3.1 El investigador, 93**

##### **4.3.2 Los docentes, 95**

#### **4.4 Procedimientos, 99**

##### **4.4.1 Muestreo, 99**

##### **4.4.2 Recolección de la información, 101**

##### **4.4.3 Análisis de la información, 103**

#### **4.5 Técnicas, 105**

## **4.6 Calidad y credibilidad de los datos y del análisis cualitativo, 105**

### **4.6.1 Métodos rigurosos, 106**

### **4.6.2 La credibilidad del investigador, 106**

### **4.6.3 Creencia filosófica en el valor de la investigación cualitativa, 107**

### **4.6.4 Utilidad de los Datos, 108**

### **4.6.5 Auditoría de expertos, 109**

## **CAPÍTULO V**

### **Resultados, 111**

#### **5.1 Organización de los resultados según el prediseño, 113**

##### **5.1.1 Realización del programa tal como se concibió, 113**

###### **5.1.1.1 Asistencia y puntualidad, 113**

##### **5.1.2 Cambios realizados sobre el programa original, 114**

##### **5.1.3 Cómo es recibido el programa de optimización por los docentes, 114**

##### **5.1.4 Entusiasmo y ánimo de participación con que afrontan los docentes el programa de optimización, 116**

##### **5.1.5 Realizan los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones, 117**

##### **5.1.6 Cambios que se generan en los docentes a partir del programa de optimización durante el proceso, 119**

##### **5.1.7 Cambios que se generan en los docentes a partir del programa de optimización al final del proceso, 120**

##### **5.1.8 Autopercepción en los docentes de sus cambios y su propio proceso de optimización prosocial, 123**

#### **5.2 Otros hallazgos, 125**

##### **5.2.1 Insight y metacognición, 125**

##### **5.2.2 Emociones y sentimientos, 127**

##### **5.2.3 Comunicación, 128**

##### **5.2.4 Percepción de los otros, 129**

##### **5.2.5 Valoración de sí mismos, 130**

##### **5.2.6 Autoconfianza y seguridad, 131**

**5.2.7 Asertividad, 131**

**5.2.8 Expectativas de sí mismos, 132**

**5.2.9 Percepción de los docentes hacia el investigador, 133**

**CAPÍTULO VI**  
**Discusión, 135**

**CAPÍTULO VII**  
**Conclusiones, 141**

**7.1 Sugerencias, 143**

**REFERENCIAS, 147**

**ANEXOS, 157**

## LISTA DE FIGURAS

Número de figura	Nombre de la figura	Página
Fig. 1	Esquema del marco teórico	21
Fig. 2	Cuadro de las fases del diseño del Programa de Optimización Prosocial.	71
Fig. 3	Sesión 1 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	74
Fig. 4	Sesión 2 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	77
Fig. 5	Sesión 3 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	79
Fig. 6	Sesión 4 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	80
Fig. 7	Sesión 5 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	82
Fig. 8	Sesión 6 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	83
Fig. 8a	Ejemplo del panel de visualización de la sesión 6 de la carta descriptiva del programa de optimización prosocial.	84
Fig. 9	Sesión 7 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	85
Fig. 10	Sesión 8 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	87
Fig. 10a	Ejemplo de la historia prosocial en la sesión 8 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.	88
Fig. 10b	Ejemplo de compromisos y retos en la sesión 8 de la carta descriptiva del Programa de Optimización prosocial.	88
Fig. 11	Tabla de la población de alumnos en la escuela.	92
Fig. 12	Cuadro de información general de los participantes.	99
Fig. 13	Matriz de recogida de datos.	101
Fig. 14	Matriz de análisis de la información.	104
Fig. 15	Cuadro de preguntas de investigación.	111
Fig. 16	Cuadro de preguntas de la matriz de recogida de datos.	111
Fig. 17	Matriz de análisis de la información.	112
Fig. 18	Tabla de asistencia de los participantes al Programa de Optimización Prosocial.	113
Fig. 19	Cuadro de ejemplos de cómo es recibido el Programa de Optimización Prosocial por los docentes.	115
Fig. 20	Cuadro de ejemplos del entusiasmo y ánimo de participación con que afrontan los docentes el Programa de Optimización Prosocial.	116

Fig. 21	Cuadro de ejemplos de realizan los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones.	118
Fig. 22	Cuadro de ejemplos de cambios que se generan en los docentes durante el proceso del programa.	119
Fig. 23	Cuadro de ejemplos de cambios que se generan en los docentes al final del proceso del programa.	121
Fig. 24	Tabla comparativa de resultados de la escala de medida de prosocialidad.	123
Fig. 25	Cuadro de ejemplos de la autopercepción en los docentes de sus cambios y propio proceso de optimización	124
Fig. 26	Cuadro de otros hallazgos.	125
Fig. 27	Cuadro de ejemplos de insight y metacognición.	125
Fig. 28	Cuadro de ejemplos de emociones y sentimientos.	127
Fig. 29	Cuadro de ejemplos de comunicación.	129
Fig. 30	Cuadro de ejemplos de percepción de los otros.	130
Fig. 31	Cuadro de ejemplos de valoración de sí mismos.	130
Fig. 32	Cuadro de ejemplos de autoconfianza y seguridad.	131
Fig. 33	Cuadro de ejemplos de asertividad.	132
Fig. 34	Cuadro de ejemplos de expectativas de sí mismos.	133
Fig. 35	Cuadro de ejemplos de percepción de los docentes hacia el investigador.	134
Fig. 36	Ámbitos de desarrollo como resultado del Programa de Optimización Prosocial.	138





## RESUMEN

Esta investigación es la evaluación de la experiencia prosocial de un grupo de diez docentes que accedieron a participar voluntariamente en un programa de optimización prosocial de ocho sesiones desarrollado con docentes de una escuela primaria pública, rural y costera, del estado de Yucatán, México; utilizando la técnica psicopedagógica del taller en el cual se incluyeron ejercicios experienciales como son los laboratorios personales encaminados a adquirir habilidades prosociales. La propuesta se plantea como un recurso que promueve el Desarrollo Humano a través de la conducta prosocial buscando mejorar las relaciones interpersonales y grupales, la comunicación, el servicio, la vida familiar, las labores profesionales y, por consecuencia, el desempeño profesional. Los objetivos planteados son: a) Describir el proceso de construcción de vida prosocial en los profesores de una escuela primaria del sistema público; b) Describir los procesos de desarrollo de las habilidades prosociales durante el Programa; c) Conocer, caracterizar y categorizar los cambios que autoperciben los profesores que participaron en el Programa sobre su práctica educativa. Debido a los propósitos, al diseño y a la aportación de este estudio, se presenta una investigación evaluativa que, ante la necesidad observada de implementar el enfoque humanista en el sistema educativo público mexicano, se diseñó el Programa enfocado a docentes, después se desarrolló el Programa; posteriormente, con la metodología de la Investigación Evaluativa, se recogieron datos apoyándose en el diseño de una matriz, se analizó el proceso y los resultados inmediatos con el fin de aportar insumos en la mejora del programa. Los datos manifiestan posibilidades de crecimiento personal y profesional, fortalecimiento de la autoestima, asertividad, adquisición de habilidades prosociales que potencian sus capacidades para establecer relaciones sociales enriquecedoras que animan y generan ambientes saludables promoviendo, así, el desarrollo humano.

**Palabras clave:** *Comportamiento prosocial, Programa de Optimización Prosocial, docentes de escuela primaria pública, investigación evaluativa, métodos de investigación cualitativa, desarrollo humano.*

## ABSTRACT

This research is the evaluation of the prosocial experience of a group of ten teachers who agreed to participate voluntarily in a prosocial optimization program developed in eight sessions with teachers from a public, rural and coastal elementary school in the state of Yucatan, Mexico; using the pedagogical and psychological technique of workshop in which included experiential exercises like the personal laboratories aimed at acquiring prosocial skills. The proposal is intended as a resource that promotes human development through prosocial behavior seeking to improve interpersonal and group relationships, communication, service, family life, professional work and therefore, the professional performance. The objectives are: a) Describe the process of construction in prosocial life of the elementary school teachers in the public system; b) Describe the process of development of prosocial skills during the Program; c) Know and characterize and categorize the changes that participating teachers in the program perceive themselves on their educational practice. Because the purpose, design and the contribution of this study, an evaluative research is presented, observed the need to implement the humanistic approach in the Mexican public education system, was designed the Program for teachers, then developed the Program; after with the methodology of evaluation research, data were collected supported of a design matrix, the process and the immediate results were analyzed in order to provide inputs on program improvement. The data demonstrate possibilities for personal and professional growth, strengthening of self-esteem, assertiveness, acquisition of prosocial skills that enhance their ability to establish enriched social relations that encourage and generate healthy environments, promoting, that way, human development.

**Keywords:** *Prosocial behavior, Prosocial Optimization Program, public elementary school teachers, evaluation research, qualitative research methods, human development.*

## RESUM

Aquesta investigació és l'avaluació de l'experiència prosocial d'un grup de deu docents que van accedir a participar voluntàriament en un programa d'optimització prosocial de vuit sessions desenvolupat amb docents d'una escola primària pública, rural i costanera, de l'estat de Yucatán, Mèxic; utilitzant la tècnica psicopedagògica del taller en el qual es van incloure exercicis experiencials com són els laboratoris personals encaminats a adquirir habilitats prosocials. La proposta es planteja com un recurs que promou el Desenvolupament Humà a través de la conducta prosocial buscant millorar les relacions interpersonals i grupals, la comunicació, el servei, la vida familiar, les tasques professionals i, per conseqüència, l'exercici professional. Els objectius plantejats són: a) Descriure el procés de construcció de vida prosocial en els professors d'una escola primària del sistema públic; b) Descriure els processos de desenvolupament de les habilitats prosocials durant el Programa; c) Conèixer, caracteritzar i categoritzar els canvis que s'autoperceben els professors que van participar en el Programa sobre la seva pràctica educativa. A causa dels propòsits, al disseny i l'aportació d'aquest estudi, es presenta una investigació avaluativa que, davant la necessitat observada d'implementar l'enfocament humanista en el sistema educatiu públic mexicà, es va dissenyar el Programa enfocat a docents, després es va desenvolupar el Programa; posteriorment, amb la metodologia de la Investigació Avaluativa, es van recollir dades recolzant-se amb el disseny d'una matriu, es va analitzar el procés i els resultats immediats amb la finalitat d'aportar entrades en la millora del programa. Les dades manifesten possibilitats de creixement personal i professional, enfortiment de l'autoestima, assertivitat, adquisició d'habilitats prosocials que potencien les seves capacitats per establir relacions socials enriquidores que animen i generen ambients saludables promovent, així, el desenvolupament humà.

**Paraules clau:** *Comportament prosocial, Programa d'Optimització Prosocial, docents d'escola primària pública, investigació avaluativa, mètodes d'investigació qualitativa, desenvolupament humà.*



**Optimización prosocial en docentes de educación primaria  
en Yucatán, México: evaluación de un programa.**



## **CAPÍTULO I**

### **Introducción**

#### **1.1 Antecedentes**

“La educación cumple una función esencial en el desarrollo de los individuos y de las sociedades” (Delors, 1996). La escuela es uno de los medios disponibles para propiciar una forma más profunda y armoniosa de desarrollo humano, constituye un instrumento indispensable para que la humanidad pueda progresar hacia los ideales de paz, libertad y justicia social.

La educación escolarizada del siglo XXI, a nivel internacional, se enfrenta a diferentes desafíos y retos que la modernidad, la globalización y los mismos sistemas educativos han creado y que deberán superarse para lograr que la escuela permanezca como institución formadora de personas acorde a las necesidades y a las competencias que estos tiempos nos demandan.

Los países en vías de desarrollo requieren avances significativos para lograr niveles óptimos de crecimiento y desarrollo. México, como economía emergente, presenta desafíos importantes a nivel educativo; el Artículo 3º Constitucional de México señala el ideal de logro educativo de la escuela: “desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano”; así mismo, dice que debe contribuir a la mejor convivencia humana, a fin de robustecer en el educando, junto con el aprecio a la dignidad de la persona y la integridad de la familia, la convicción del interés general de la sociedad, cuidando que procure en sustentar los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos los hombres.

El Estado Mexicano es el responsable de diseñar los planes y programas de estudio para toda la República Mexicana con el fin de asegurar el pleno cumplimiento de las disposiciones constitucionales. Sin embargo, esto no asegura que el desarrollo de las políticas educativas y de los planes y programas cumpla su cometido.



Los gobiernos, a nivel internacional, se han enfocado en el crecimiento de los servicios y en la economía a la solución de los problemas y necesidades. Para lograrlo se ha buscado implementar modelos de desarrollo, que en la mayoría de los casos, no surgen desde un análisis del contexto, de la idiosincrasia de la población, ni de las necesidades actuales del mundo globalizado. México ha sido un claro ejemplo de cómo los sistemas insertos no funcionan cuando no se ha hecho un estudio cabal de la realidad, de la estructura, de la cultura y el entorno.

Los modelos actuales se han basado en el desarrollismo y el neoliberalismo y han representado un fracaso al ser mecanicistas, buscando el crecimiento lo que no implica, necesariamente, el desarrollo en las personas. Se ha dejado sin atender las necesidades humanas y el conocimiento del interior del ser humano; las emociones, los sentimientos, deseos, anhelos, ideas y pensamientos, deben ser el punto de partida para una mejora en la calidad de vida (Max-Neef, 1998).

El mismo autor menciona que cuando se conoce más de cerca al ser humano, se puede observar que siempre es posible el cambio y la mejoría en la calidad de vida al satisfacer las necesidades humanas fundamentales. Las acciones sinérgicas son una buena posibilidad, el ser humano es un ser integral y desde un punto de vista globalizador, se tendrá la certeza que lo que se pretenda hacer por la persona, a su vez, modificará y satisfará varias áreas de desarrollo. Todo dependerá de la conciencia y el fin con el que se haga, por naturaleza el ser humano asimilará más para su propio beneficio y desarrollo.

Hablar de desarrollo humano está tomando relevancia y popularidad en varios contextos, existe una preocupación mundial por una sociedad más humana; no porque sea algo nuevo, sino porque se resiente más la necesidad de darle ese toque, también la literatura actual permite incluirlo en la formación profesional de agentes promotores y porque existe ya una preocupación generalizada, observada en instituciones a nivel internacional como la ONU y en diversos gobiernos a nivel mundial; en México, ha iniciado, de manera discreta, el desarrollo humano en diversas instancias como la Secretaría de Educación Pública y la Secretaría de Desarrollo Social.

Los enfoques de desarrollo humano se han planteado a partir de diversas concepciones que se tiene del ser humano. Manfred Max-Neef, Amartya Sen y El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) son algunos autores que hablan de desarrollo humano, en donde los parámetros de comparación que se emplean, de manera general, son: el acceso y nivel de educación formal, ingreso económico y asistencia a servicios de salud. Ciertamente, son índices que poco se acercan a los paradigmas reales del humanismo, no obstante, es un reflejo de que ha iniciado una preocupación generalizada por el tema. “El desarrollo humano es un proceso de ampliación de las opciones de la gente” (PNUD, 1998).

El Informe sobre Desarrollo Humano México 2004, menciona que el desarrollo humano es la expansión de la libertad de las personas y la libertad es el conjunto de oportunidades para ser y actuar y la posibilidad de elegir con autonomía.

El mismo informe dice que la libertad no es sólo cuestión de elegir con autonomía, tiene que ver con el número y la calidad de alternativas para escoger. Las oportunidades para que una persona se desarrolle como ser humano dependen de una multitud de acciones o transformaciones físicas e intelectuales al alcance del individuo, la mayoría de las cuales son propias de las condiciones que enfrentan. Con estos elementos se observa acercamientos a la perspectiva humanista de desarrollo humano, aunque, claro está, el desarrollo humano no se puede medir, ya que es un proceso interno del ser humano.

El PNUD 2004 expresa que los individuos son los agentes de su propio desarrollo en la medida en que pueden alcanzar con esfuerzo propio los logros que consideran valiosos; así, el grado de desarrollo está estrechamente vinculado con alcanzar aquello que las personas valoran en forma específica.

Entre otros autores, Lafarga (2000), menciona que el ser humano en crecimiento y abierto a la vida no se refiere a conductas específicas, sino a actitudes básicas ante la experiencia que pueden resultar válidas para todo ser humano y generalizables, independientemente de culturas, credos y sistemas valorables.

En México, el movimiento de Desarrollo Humano se origina a principios de la década de los setenta con el Dr. Lafarga. Se consolida y se reconoce años más tarde como un

movimiento educativo independiente logrando una identidad propia, una definición específica y un campo de acción profesional particular. Lo anterior fue resultado del estudio, la reflexión, la validación de los conocimientos y de las experiencias adquiridas, así como por la inclusión de nuevas teorías y descubrimientos (González, 1997).

La misma autora refiere que el desarrollo humano se encuentra en el aquí y el ahora, en un momento en que se vislumbra una clara dirección hacia la integración del sí mismo personal con el ser eminentemente social del hombre, mediante el compromiso libre, consciente e intencional; con una direccionalidad clara hacia la búsqueda de la verdad y de los valores más elevados, y hacia la promoción del desarrollo de la dimensión espiritual propia de la naturaleza humana. El desarrollo humano se ha conducido a una integración cada vez mayor, más fuerte y más consciente de los aspectos sociales y espirituales de la naturaleza humana.

Los países latinoamericanos comparten la preocupación por problemáticas sociales tales como los niños de la calle, la violencia doméstica, la educación bancaria, los problemas de género, la injusticia social, la violación de los derechos humanos y la falta de conciencia social y ecológica de nuestros pueblos. La crisis que actualmente enfrentan estos países y otros del mundo, en sus diversas manifestaciones sociales, son el resultado de la deshumanización, la enajenación y la pérdida de sentido y de los valores fundamentales.

En este sentido, todos tenemos el derecho y la posibilidad de crecimiento y desarrollo humano. Lo que se requiere es tener acceso a las diversas opciones de calidad, solo se requiere de mejor acceso para tener esa oportunidad.

Esta investigación ofrece, a través de la Prosocialidad, una opción más de desarrollo humano dentro del contexto Iberoamericano para conocer otras maneras de intervención a nivel comunitario u organizacional, sobre todo en ambientes educativos, ya sean escolares o de otra índole. Permite tener información y conocimiento de elementos vitales de la gente. El solo conocer proporciona y abre mil oportunidades más, ya que se trata de adentrarse en lo íntimo del ser humano.

Responder a los cuestionamientos ha sido una constante en la historia del ser humano, más aún, cuando estas interrogantes hacen referencia a estados internos y de vida, se enfatiza el deseo o necesidad de encontrar respuestas que equilibren el espíritu, la esencia, el alma...

## **1.2 Justificación**

En las últimas décadas, el gobierno mexicano, a través de la SEP (Secretaría de Educación Pública), ha ido implementando en el Sistema Educativo cambios mediante reformas educativas, buscando mejoras en el servicio educativo de las instituciones pretendiendo la innovación en la práctica docente; para esto, desde 1993 se ha enfocado, principalmente, en la modificación de las leyes y políticas educativas, en los contenidos de los programas y en las metodologías pedagógicas, entre otros.

La RIEB (Reforma Integral de la Educación Básica) en sus Programas de Estudio de 2011 presenta los propósitos de la educación básica, el enfoque didáctico, los estándares curriculares y los aprendizajes esperados, con el fin de desarrollar las competencias en los alumnos que permitan alcanzar el perfil de egreso. La RIEB señala que el docente es el protagonista de propiciar estos procesos educativos.

Las ideas y creencias de los docentes, como actores vitales, permean sus acciones del día a día, estas teorías implícitas se hacen presente en las planeaciones, las relaciones y el desempeño profesional. Castelló, Gotzens, Badía y Genovard (2010), en “Beliefs and attitudes regarding classroom management” describen cómo las percepciones y creencias de los docentes y estudiantes guían sus decisiones y juicios. Considerando esto, sería importante ofrecer temas como: la autoestima y la revaloración de la dignidad del profesor y como persona misma; pudiendo incluirse la autorrealización, la asertividad, la comunicación de calidad y el liderazgo democrático. Roche (2010) confirma esta necesidad al decir que “un programa eficaz de optimización prosocial en el ámbito educativo tampoco puede olvidar al docente y sus necesidades personales y laborales”.

No obstante, los cambios que se han implementado en las diversas reformas, en los programas de formación continua puede notarse un vacío: la atención del docente como persona; en cambio existe un catálogo amplio para su formación técnico-pedagógica y de gestión escolar; pero no han incluido procesos de formación o fortalecimiento a los docentes desde una perspectiva humanista o de desarrollo humano; en el currículo de formación docente de las diferentes escuelas normales mexicanas no existen materias de formación humana; tampoco el catálogo de cursos de carrera magisterial 2014 lo incluye; y el catálogo de la Secretaría de Educación para el curso 2014-2015, de la reciente reforma educativa, ofrece diferentes oportunidades de fortalecimiento para las escuelas y los docentes sin incluir la formación humanista.

La SEP (Secretaría de Educación Pública) es el organismo mexicano encargado de responder a las necesidades del sistema educativo y de ofrecer la capacitación y formación que los docentes requieren. Algunas instituciones dependientes de la SEP han empezado a ofrecer cursos, talleres y diplomados buscando satisfacer esta necesidad de atención a los docentes desde la perspectiva humanista o de desarrollo humano; sin embargo, la oferta es mínima a la demanda y necesidad reales.

En diciembre de 2012, se firma el Pacto por México que incluye, entre otros, reformas en el Sistema Educativo Mexicano; a principios de 2013, la reforma se declara constitucional, y en septiembre del mismo año se promulga la reforma a la Ley General de Educación, la Ley del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación y la Ley General del Servicio Profesional Docente las cuales han generado confusión, descontento y manifestaciones antes las nuevas disposiciones en el gremio magisterial.

En la sociedad se ha observado una constante reacción de críticas e inconformidad ante la labor y eficacia en el Sistema Educativo Mexicano, en concreto, ante la figura del profesor; lo cual se ha buscado resarcir mediante las reformas educativas que se han implementado, aunque sin poner énfasis en la esencia misma de la escuela: el docente; los constantes cambios a contenidos y metodologías no han sido suficientes para lograr la mejoría en el servicio profesional, ya que poco se ha trabajado con el interior de la persona del docente.

La comunidad educativa y la sociedad han observado cómo ha decrecido el esfuerzo en la labor docente, los alumnos y padres de familia hablan de ausentismo, apatía y desatención en las prácticas educativas lo que redundará en los resultados escolares. Los mismos docentes han visto decrecer la imagen privilegiada de la figura del profesor, lo cual se puede notar a través de los adjetivos o sobrenombres que son usados para referirse a los docentes. Así lo confirma Delors (1996) cuando menciona que aunque es muy diversa la situación psicológica y material de los docentes, es indispensable revalorizar su estatuto si se quiere que la educación, a lo largo de la vida, cumpla la misión clave a favor del progreso de nuestras sociedades y del fortalecimiento de la comprensión mutua entre los pueblos.

Ante esta situación, el gobierno mexicano ha respondido con la reforma educativa de 2013, que contiene elementos de índole laboral más que educativa y pedagógica, los cambios más significativos se dan en Ley General de Educación, la Ley del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación y la Ley General del Servicio Profesional Docente. Es innegable la importancia en la generación de cambios en el sistema educativo, pero es vital atender sin falta el desarrollo humano del docente para que todas estas transformaciones que se están gestando tengan mejor acogida en los docentes.

El desarrollo humano del personal docente abre múltiples posibilidades para su crecimiento personal y profesional toda vez que fortalece su autoestima y potencializa sus capacidades para establecer relaciones sociales enriquecedoras que animan y promueven ambientes escolares saludables estableciendo mejores vínculos entre estudiantes, entre profesor y alumnos, entre el propio personal; y desde luego la relación de la persona consigo misma.

La aportación en este trabajo doctoral consiste en dos puntos: haber puesto en marcha un Programa de Optimización Prosocial dirigido a profesores de educación primaria en el estado de Yucatán, México; y posterior, a su desarrollo, el haber evaluado el proceso y resultados inmediatos. Se ha contado con la dirección del Dr. Roche, director del Laboratorio de Investigación Prosocial Aplicada (LIPA) de la Universidad Autónoma de Barcelona, quien a través de sus diversos trabajos, ha recibido resultados exitosos con la implementación y promoción de la Prosocialidad.

El Programa se desarrolla en una escuela primaria pública de Río Lagartos que pertenece a la zona rural, costera del estado de Yucatán, a través de ocho sesiones de grupo y diversos momentos de laboratorio personal los docentes trabajaron el acercamiento y desarrollo de la Prosocialidad.

Los resultados de esta investigación evaluativa del proceso del programa de optimización prosocial son necesarios para poder generar insumos para su mejora, y así generar propuestas para la formación inicial y continua de docentes en el campo de la prosocialidad.

### **1.3 Relevancia**

La investigación proporciona diversos beneficios: desde el tener perspectivas diversas del ser humano hasta el diseño de propuestas a desarrollar con variados grupos o clases de docentes, ya sea en la de la zona rural o urbana.

Por un lado, la escuela pública mexicana es un espacio poco conocido desde su interior, y este estudio tratará de ofrecer información que aporta conocimiento valioso para la mejor comprensión de las personas que viven y laboran en ambientes populares de la zona rural costera de Yucatán, México.

De acuerdo a las cifras del Sistema Educativo de la República Mexicana, en el país, 4'641,060 alumnos se atendieron a nivel preescolar en el curso escolar 2011-2012, de esta cifra el 86% fue atendido por el Sistema Público de Educación y el 14% fue en escuela privada. En cuanto a la Educación primaria 14'887,845 estudiantes se atendieron en el mismo curso 2011-2012, en donde el 92% estudió en el Sistema Público de Educación y el 8% en escuela Privada. En lo referente a la Educación Secundaria se atendieron 6'137,546 jóvenes en el curso 2011-2012, de estos el 92% asistió al Sistema Público de Educación y el 8% a escuela privada.

Con los datos anteriores, se infiere que en el Nivel Básico de Educación en México, que incluye los tres niveles mencionados, se atiende a 25'666,451 estudiantes de los cuales

el 90.8% asistió a las Escuelas del Sistema Público de Educación y el 9.2% a la Escuela privada. El grueso de la población estudiantil asiste a la Educación Pública, y es en esta en donde se observan las mayores carencias en el desempeño docente y el aprovechamiento escolar, así como también carencias en la infraestructura y materiales. Es en la escuela Pública en donde la cultura organizacional no siempre es considerada por el personal e incluso por los directivos, es por eso que, introducir a la Prosocialidad como una opción en la forma de vida, de pensar, de vivir... abriría oportunidades para que los esfuerzos educativos realmente funcionen.

Así, confirma lo anterior, El Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo 1996 al mencionar que la globalización ha fragmentado los procesos productivos, los mercados de trabajo, las entidades políticas y las sociedades, dando lugar a un crecimiento sin empleo, sin equidad, sin voz de las comunidades, sin raíces fincadas en la identidad cultural de los pueblos y sin futuro”.

Los valores e ideología es consecuencia de ser personas, se busca y es necesario clarificarlo, así lo refiere Yalom: “Nuestras necesidades humanas de poseer un marco de referencia perceptivo general y un sistema de valores para basar nuestras acciones comunes, constituyen las razones puras por las cuales buscamos un significado en la vida” (Yalom, 1984).

De acuerdo a González (1997), los retos son innumerables, se requiere promover y facilitar el desarrollo del potencial que se encuentra en estado de latencia en cada una de las dimensiones biológica, psicológica, social y espiritual que conforman la naturaleza humana; favorecer el proceso evolutivo de la conciencia hasta sus últimas posibilidades; fomentar la apertura al diálogo, a la experiencia, al cambio y al encuentro; e impulsar la apertura a nuevos caminos y métodos de investigación que permitan el estudio y comprensión del complejo fenómeno humano y de la realidad.

Esta investigación pretende ser un apoyo más a los esfuerzos en la investigación que, actualmente, se están fortaleciendo dentro del ámbito educativo apoyándose desde la ciencia de la psicología.



Para el paradigma humanista, Rojas (1998) propone, “hay que partir de la idea de que la personalidad humana es una organización o totalidad que está en un continuo proceso de desarrollo” (p.102). Conforme a esto, el humanismo da por sentado que para explicar y comprender apropiadamente a la persona, ésta debe ser estudiada dentro de su contexto interpersonal y social; es el sujeto o la persona la principal fuente del desarrollo integral. Esta investigación se acerca a las personas dentro de su contexto en donde viven, trabajan, crecen y se forman; y de ahí obtener información que se presenta dentro de un marco fenomenológico.

El humanismo obtiene, de esta manera, elementos cualitativos que se suman a la información cuantitativa que se tiene hoy en día. Mientras más se conozca las necesidades, valores e intereses de las personas con más certeza podrá encaminarse al desarrollo humano al planificar de mejor manera los programas y procesos de desarrollo.

Si un grupo social se beneficia, crece y se desarrolla todos resultan beneficiados, ya que en el mundo globalizado se influye de cualquier manera. El mundo es uno solo; el género es uno: el humano; el fin, el mismo, el desarrollo humano.

El Laboratorio de Investigación Prosocial Aplicada de la Universidad Autónoma de Barcelona ha trabajado con la prosocialidad durante más de 20 años con el fin de “dotar al docente en todos sus roles: formador, líder, dirigente, compañero, subalterno, amigo, padre, madre, experto, etc., de herramientas personales de autodiagnóstico y optimización para aplicarlas en todos los contextos donde se relaciona interpersonalmente”. (Roche, 2010).

De acuerdo a la experiencia de investigación de LIPA, la intervención y aplicación han demostrado que la prosocialidad y la comunicación de calidad pueden aprenderse; y que un programa sistemático de optimización prosocial beneficia a la comunidad educativa ya que mejora la percepción de ayuda hacia los compañeros necesitados, el orden, el respeto hacia las instalaciones escolares, la atención hacia el estado de ánimo de otros, la solidaridad hacia los necesitados o marginados. (Roche, 2010).

Roche (2010) menciona que la Prosocialidad también constituye un aporte para comprender y operativizar una mejora en la calidad de vida y en las relaciones entre los adultos. De igual forma, la experiencia de LIPA ha mostrado que promover acciones prosociales en la escuela incide en la disminución de los niveles de agresividad de los estudiantes.

Un Programa de Optimización Prosocial en la escuela constituye “una decisión estratégica de los centros y de cada docente para formar personas capaces de establecer relaciones interpersonales sanas, satisfactorias, capaces de dar lo mejor de sí” (Roche, 2010), así como de adquirir conocimientos y conceptos aplicados a la vida, que fortalecen el autoestima y preparen para el futuro.

#### **1.4 Delimitación del problema**

La investigación se realiza con un Programa de Optimización Prosocial que se llevó a cabo con diez docentes de una Escuela Primaria Pública del Sistema Educativo Mexicano en el Estado de Yucatán. El período que comprendió fue de septiembre de 2012 a junio de 2014. Participaron los nueve profesores y la directora de una escuela primaria rural costera de la comunidad de Río Lagartos, Yucatán, México.

#### **1.5 Limitaciones del estudio**

Al realizar la investigación se presenta las siguientes limitaciones:

El estudio se realiza en el Estado de Yucatán, en México; la formación del Investigador se realiza en Mérida, México y en Barcelona, España, lo cual implica lapsos y traslados. El origen y el ambiente actual en el que se desarrolla el investigador es la zona urbana de México; esto significa que una visión europea del director y revisores de esta investigación podrían hacer una lectura demasiado eurocéntrica del propio trabajo. Así, pues, de acuerdo con esta dirección se ha tomado medidas y estrategias para minimizar este riesgo como fue la revisión y la asesoría de expertos en el tema y en el área de la investigación.

## **1.6 Definición del problema**

Dentro del contexto Iberoamericano existen muchas creencias, pensamientos y suposiciones acerca del estilo de vida, de pensamientos, creencias, formas de trabajo, etc. La diversidad está presente en todos los ambientes sociales. Así mismo, las personas del Estado de Yucatán en México tienen un sistema de creencias y constructos propios que se han creado y desarrollado de acuerdo a la historia sociocultural, a la propia evolución del ambiente.

Se puede observar que varios programas gubernamentales de México, organizaciones no gubernamentales (ONGS), y asociaciones religiosas intentan o hacen trabajo comunitario pensando en la debilidad o carencias de las personas, sin tener un conocimiento de lo que inspira y mueve a la gente, llevando a planeaciones de escritorio, sin conocer la realidad interna de las personas y de la comunidad.

El IDH (Índice de Desarrollo Humano), implementado por el PNUD (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo), ha sido un indicador útil como herramienta de medición y de argumentación política para incidir sobre políticas públicas de desarrollo; sin embargo, es una herramienta imperfecta ya que solo toma ciertos aspectos del desarrollo humano (ingreso, educación y salud), pero no otros que también son esenciales para la calidad de vida. Las clasificaciones que se hacen del IDH pueden resultar incompletas como elementos de juicio sobre el bienestar individual desde una perspectiva integral de desarrollo humano (PNUD México, 2004).

Muchos esfuerzos comunitarios y educativos fracasan o se abandonan debido al poco conocimiento que se tiene de la gente, así que, la población no responde o no produce de la manera que los agentes externos quieren, esto provoca frustración en éstos y lo canalizan en cambios o cierres de los proyectos; o peor, aún, en categorizar a la gente como ubicada en el subdesarrollo, apáticos, inmaduros o carentes de voluntad para mejorar.

El avance en la educación ha sido considerable y generalizado debido al aumento en el nivel de instrucción y del acceso equitativo a la escuela para niños y niñas; los logros

reflejan la mayor participación del Estado que se ha caracterizado por lograr que los niños asistan a la escuela más que por impartir educación de calidad (PNUD 2010).

En los últimos 20 años México ha estado en constantes reformas y renovaciones educativas pero los resultados de los estudiantes en pruebas aplicadas, ya sean Internacionales, como PISA, o nacionales, como el ENLACE (Evaluación Nacional del Logro Académico en Centros Escolares) no han sido favorecedores.

En el Informe del PNUD México 2004 se menciona que alcanzar un mejor desarrollo humano significa darles un lugar a las personas para que no sean objetos dominados por el azar o la voluntad de otros y sin posibilidades de ver cumplidas por lo menos algunas de sus metas.

De acuerdo a Sen (1999), las personas deben ser vistas como agentes activamente involucradas en la construcción de su propio destino y no solamente como receptores pasivos del fruto de ingeniosos programas de desarrollo.

De acuerdo a lo anterior, ante el sentimiento de insatisfacción, la vida se torna problemática, sin sentido, sin reconocer las bondades que le ofrece. Conocer las áreas o lo que limita la plena satisfacción reorientaría el trabajo personal, ya sea en terapia, en consejo, con introspecciones, autorreflexiones, talleres, etc.

Para esto propongo trabajar con el concepto de “Prosocialidad” Roche (1995, 2002, 2010) como una alternativa más y diferente para ampliar las opciones en la mejora de la calidad de vida y, por ende, del desarrollo humano. En el LIPA (Laboratorio de Investigación Prosocial Aplicada) de la UAB (Universidad Autónoma de Barcelona) se han realizado esfuerzos exitosos, lo cual constituyen experiencias de inspiración para continuar trabajando con la Prosocialidad.

El estilo de vida Prosocial permite mirar a la gente desde lo más profundo de su realidad, con menos prejuicios y suposiciones; con la posibilidad de propuestas mucho más viables y asertivas. A la gente le interesa la cooperación, la ayuda, la solidaridad, el compartir, mejorar las condiciones de vida, la justicia, la solución de problemas, la paz, etc.

El concepto de Prosocialidad no se emplea dentro de las alternativas de intervención ya sea psicológica o educativa en el Estado de Yucatán, México. La propuesta es plantearla como un recurso que facilitaría un mejor desarrollo en las personas, sobre todo en las relaciones interpersonales y grupales y, por consecuencia, una mejora de la calidad educativa.

Otras investigaciones se han realizado en países como EE UU y en Europa en donde la Prosocialidad o “Prosocial behavior” son la base de dichos estudios; como es el caso de House (2013), quien examina la ontogenia de la conducta prosocial con 326 niños de 3 a 14 años de edad y 120 adultos de seis sociedades del continente Americano, Oceanía y África con ellos estudia la variación sustancial en el alcance de la cooperación y proporciona información acerca de las fuerzas que sustentan la cooperación, en sus resultados demuestra que cuando la entrega de beneficios a otros fue personalmente costoso las tasas de comportamiento prosocial cayeron en todas las seis sociedades y que cuando los actos prosociales no requieren sacrificio personal las respuestas prosociales aumentaron, los resultados son consistentes con las teorías que enfatizan la importancia de las normas culturales adquiridas en la formación de formas costosas de la cooperación y la creación de la diversidad intercultural.

Dunfield (2013), investiga la diversidad de la conducta prosocial temprana mediante un examen de capacidad de 95 niños de dos a cuatro años de edad, en donde éstos proporcionan la ayuda apropiada a los adultos en respuesta a determinadas señales, los resultados proporcionan un soporte preliminar para la importancia de examinar las señales a las que los niños están respondiendo y de diferenciar entre variedades de ayuda cuando se considera el desarrollo de la conducta prosocial. Ortiz (1998), analiza la conducta prosocial en edad preescolar y algunas variables cognitivas y afectivas predictoras de la misma.

Han (2012), estudia las relaciones entre conducta prosocial e inteligencia, revelando que el nivel de prosocialidad de niños inteligentes es más alta que de otros niños; Stepanikova, (2011), presenta un estudio en donde demuestra que existe un prejuicio racial implícito en las personas blancas hacia las de una raza determinada que conduce a una menor conducta prosocial, este hallazgo se extiende al trabajo previo al demostrar que el prejuicio racial afecta las decisiones de cómo asignar los recursos monetarios.

Marín (2010), presenta una revisión teórica con la intención de reflexionar en torno a la dinámica presente en las conductas prosociales, la razón de esta preocupación se asocia a la esperanza que constituye el estudio de la prosocialidad para educar y socializar conductas solidarias y cooperativas que reemplacen las miradas competitivas y de naturaleza agresivas tan habituales en los seres humanos.

Actualmente, en México existe mucha discusión y crítica a la educación pública, sin embargo, poco se habla de la corresponsabilidad social de la educación. La investigación pretende realizar un aporte que permita una mirada más amplia hacia lo social haciendo partícipes a los profesores de estilos novedosos en los procesos educativos escolarizados de sus alumnos mediante la evaluación de un Programa de Optimización Prosocial dirigido a docentes de una escuela primaria pública de la comunidad rural costera de Río Lagartos en el estado de Yucatán, México.

El presente estudio ofrece la primacía que otorga a la experiencia subjetiva inmediata como base para el conocimiento, ofrece el resultado del estudio de los fenómenos desde la perspectiva de los sujetos, teniendo en cuenta su marco referencial y expresa interés por conocer cómo las personas experimentan e interpretan el mundo social que construyen en interacción.

### **1.7 Área de estudio**

El Humanismo es un tema actual y ha derivado varias corrientes que comparten características y conceptos similares, principalmente, el interés en el ser humano, la trascendencia, el bienestar. La prosocialidad, comparte y embona en las características humanistas, de esta manera la prosocialidad es enmarcada por el humanismo la cual busca también el Desarrollo Humano.

### **1.8 Propuesta de investigación**

Para el desarrollo de la investigación se ha generado preguntas y objetivos de investigación que se presentan a continuación:

### **1.8.1 Preguntas de investigación.**

Esta investigación responde a las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se desarrolla el proceso de construcción de un estilo de vida prosocial en los profesores de una escuela primaria rural costera en Yucatán, México que participaron en el Programa de Optimización?
2. ¿Cuáles fueron los procesos de desarrollo de las habilidades prosociales durante el Programa de Optimización Prosocial en docentes de una escuela primaria pública mexicana de Yucatán?
3. ¿Cuáles fueron los cambios que los profesores que participaron en el Programa de Optimización Prosocial perciben de su práctica educativa?

### **1.8.2 Objetivos de la investigación.**

Asimismo, los objetivos de la investigación son:

1. Describir el proceso de construcción de vida prosocial en los profesores de una escuela primaria del sistema público de la zona rural-costera en Yucatán, México, que participaron en el Programa de Optimización.
2. Describir los procesos de desarrollo de las habilidades prosociales durante el Programa de Optimización Prosocial en docentes de una escuela primaria pública mexicana de Yucatán.

3. Conocer, caracterizar y categorizar los cambios que autoperceben los profesores que participaron en el Programa de Optimización Prosocial sobre su práctica educativa.

## **1.9 Metodología**

Descubrir ha sido el propósito de la ciencia pero la forma como se ha realizado ha variado a partir de la naturaleza de los objetos que se estudian y con los tiempos. (Strauss, 2002). Este trabajo es una investigación cualitativa que se desarrolla con el sustento teórico del humanismo y de la prosocialidad; también, se basa en una metodología cualitativa en concordancia con los objetivos planteados.

De acuerdo a Álvarez-Goyou (2003), “los métodos mediante los cuales estudiamos a las personas necesariamente influyen sobre el modo en que las vemos” (p. 14). Cuando se reduce las palabras y los actos de las personas a ecuaciones estadísticas, perdemos de vista el elemento humano de la vida social.

Entendemos con el término de investigación cualitativa, cualquier tipo de investigación que produce hallazgos a los que no se llega por medio de procedimientos estadísticos u otros medios de cuantificación. Al hablar sobre análisis cualitativo, nos referimos, no a la cuantificación de los datos cualitativos, sino al proceso no matemático de interpretación, realizado con el propósito de descubrir conceptos y relaciones en los datos brutos y luego organizarlos en un esquema explicativo teórico. (Strauss y Corbin, 2002).

La investigación cualitativa busca la subjetividad; y explicar y comprender las interacciones y los significados subjetivos individuales o grupales. (Álvarez-Goyou, 2009).

Los diferentes tipos de investigación cualitativa dependen, principalmente, de los propósitos que se busquen, así como de los resultados y la manera cómo se analiza y juzgan esos mismos resultados. Los objetivos o propósitos de la investigación determinan las decisiones sobre el diseño, medición, análisis y reporte de la misma. (Patton, 2002).



Debido a los propósitos, al diseño y a la aportación de esta investigación, se presenta una investigación evaluativa, la cual, de acuerdo a Niremburg, Brawerman y Ruiz (2000), “entendemos como evaluación de programas o proyectos sociales una actividad programada de reflexión sobre la acción, basada en procedimientos sistemáticos de recolección, análisis e interpretación de información, con la finalidad de emitir juicios valorativos fundamentados y comunicables sobre las actividades, resultados e impactos de esos proyectos o programas, y formular recomendaciones para tomar decisiones que permitan ajustar la acción presente y mejorar la acción futura”.

El proceso de esta investigación evaluativa ha sido el siguiente: ante la necesidad observada de implementar el enfoque humanista en el sistema educativo público mexicano, se diseñó el Programa de Optimización Prosocial enfocado a docentes de escuela primaria con la asesoría del Dr. Roche quien, junto a su equipo de investigadores, ha trabajado, implementado e investigado la prosocialidad desde 1982 hasta la actualidad y es quien dirige el Laboratorio de Investigación Prosocial Aplicada (LIPA) de la Universidad Autónoma de Barcelona; después, se desarrolló el Programa en una escuela primaria pública, rural, costera de Yucatán, México; posteriormente, con la metodología de la investigación evaluativa, se analizó el proceso y los resultados inmediatos con el fin de aportar insumos en la mejora del Programa de Optimización Prosocial en el campo educativo.

### **1.10 Definición de términos**

#### **Desarrollo Humano**

Es desbloquear, a través de la relación interpersonal comprensiva, transparente y afectuosa sin condiciones, la tendencia básica al crecimiento, no aprendida e inextinguible en todos los organismos humanos. Es la acción que proviene de un corazón sabio, es decir, del amor guiado por la inteligencia y por la bondad. (Lafarga, 1992).

“Son los procesos de crecimiento y evolución del ser humano en sus distintos aspectos, dimensiones, etapas y manifestaciones”. (González, 1997).

## **Prosocialidad**

“Aquellos comportamientos que, sin la búsqueda de recompensas extrínsecas o materiales, favorecen a otras personas o grupos según el criterio de éstos, o metas sociales objetivamente positivas, aumentando la probabilidad de generar una reciprocidad positiva de calidad y solidaria en las relaciones interpersonales o sociales consecuentes, salvaguardando la identidad, autonomía, creatividad e iniciativa de los individuos o grupos implicados”. (Roche, 1992, 1995, 2010).

## **Optimización**

Desde la psicología del desarrollo, la optimización es una característica no solo observadora del fenómeno, sino promotora de mejora. “La optimización implica intervención, aplicación y expansión de todo el potencial humano basada pues en sus posibilidades, también en sus límites y en sus potencialidades para un mayor y mejor desarrollo”. (Roche y Escotorín, 2014).

Optimización significa mejorar lo que ya existe. (Roche, 2010).

## **Taller**

Es una estrategia que no plantea las situaciones problemáticas de la vida a partir de principios o teorías, sino que a partir de cuestiones que susciten una práctica que lleve a cada integrante a interrogarse y reflexionar sobre lo que está haciendo y su significado; es decir, se aprende a través de ir experimentando por uno mismo. (Ander-Egg, Gelpi, Hernández, Peiro, y Jabonero, 1994).

## **Carta descriptiva**

La carta descriptiva es el documento en donde se indica con la mayor precisión posible, las etapas básicas de todo proceso sistematizado.

La planeación realizada del Programa de Optimización Prosocial que se plasma gráficamente en documentos.

### **Relatoría o memorándum**

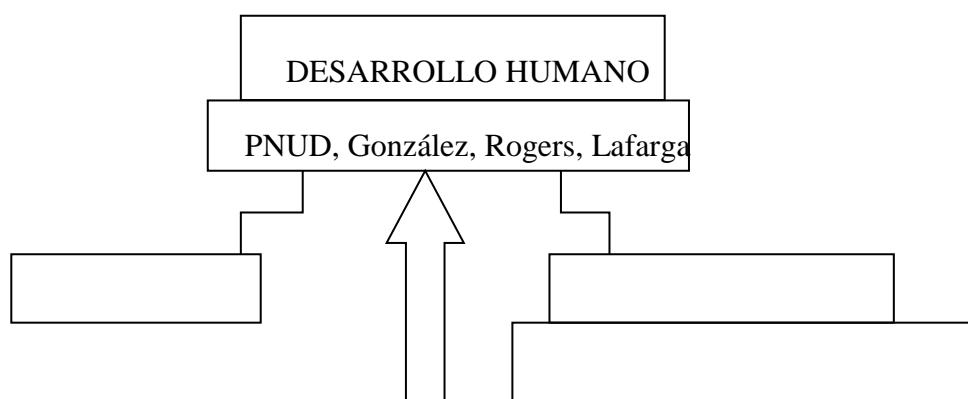
Producto escrito de la apropiación temática que hace un individuo tras la lectura minuciosa y comprensiva que requiere del análisis y la organización de la información substraída con el fin de proyectar la lectura mediante las nuevas temáticas y las nuevas ideas que van surgiendo a partir del mismo proceso. (Barthes, 1986).

Informe en que se expone algo que debe tenerse en cuenta para una acción o en determinado asunto. Librito o cuaderno en que se apuntan las cosas de que uno tiene que acordarse. (RAE 2015).

## CAPÍTULO II

### Desarrollo Humano y Prosocialidad

En este capítulo se presenta el marco conceptual que sirve de base a este trabajo. En primer término se aborda el concepto de Desarrollo Humano que el PNUD (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo) y diversos autores como González, (1997), Rogers (2001) y Lafarga (1992) han utilizado en el tiempo y dentro de los movimientos que han surgido. Después, se discuten algunos principios filosóficos y psicológicos de teorías humanistas entre ellas el humanismo y el existencialismo que se vinculan con el desarrollo humano y con la investigación. Posteriormente, se presenta la Prosocialidad, sustento principal del trabajo, revisando el concepto, características y alcances exitosos en su aplicación como es el Modelo UNIPRO. Finalmente, se presentan unas publicaciones que giran en torno a la prosocialidad dentro del ámbito educativo. A continuación se presenta un esquema de los temas que conforman la revisión de la literatura que da sustento a esta investigación:



HUMANISMO

EXISTENCIALISMO

Fenomenología, Sentido de Vida

PROSOCIALIDAD

Optimización Prosocial, Modelo UNIPRO

Fig. 1: Esquema del marco teórico

## **2.1 Desarrollo Humano**

Actualmente, es importante entender las necesidades del ser humano y lo que acontece en su interior. Existe variedad en la conceptualización del ser humano, ésta marca la forma de valorar y dignificar las individualidades, las ideas, conductas y sentimientos. Las personas necesitan satisfacer y mejorar no solo las condiciones externas sino también los procesos humanos internos.

El PNUD (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo) es la red mundial de las Naciones Unidas para el desarrollo que propicia el cambio y conecta a los países para estimular el conocimiento, la experiencia y los recursos a fin de ayudar a la gente a forjar una vida mejor. En 1990 el PNUD publicó su primer Informe sobre Desarrollo Humano, en esa época, su premisa del Índice de Desarrollo Humano (IDH) era radical y atractiva: el desarrollo de un país no debía medirse solo a través del ingreso nacional y logró plantear su tesis central “La verdadera riqueza de una nación está en su gente”.

Se ha discutido que el concepto de desarrollo humano es mucho más amplio que el IDH. Es imposible contar con una medida o con un conjunto amplio de indicadores porque las dimensiones vitales del desarrollo humano no son cuantificables. El IDH no es un sustituto de la concepción que implica la perspectiva del desarrollo humano. (PNUD, 1998).

Hasta el 2004, el PNUD tuvo presencia en 166 países; trabajando con ellos para tratar de encontrar sus propias soluciones a los desafíos mundiales y nacionales que presenta el desarrollo. A medida que fortalecen su capacidad local, los países recurren al personal del PNUD y al amplio círculo de asociados. (PNUD, 2004).

De acuerdo al informe sobre desarrollo humano 1998 del PNUD, el desarrollo humano es un proceso de ampliación de las opciones de la gente; se logra ampliar esas opciones aumentando la capacidad y los funcionamientos humanos.

Según el mismo informe, en todos los niveles del desarrollo, las tres capacidades esenciales para lograr el desarrollo humano consisten en que la gente viva una vida larga y saludable, tenga conocimientos y cuente con acceso a los recursos necesarios para tener un nivel decente de vida. Si esas capacidades básicas no se logran, no se cuentan con muchas opciones y muchas oportunidades siguen siendo inaccesibles.

El Informe sobre Desarrollo Humano 2004 expresa que un elemento que tiene particular valor en la promoción del desarrollo humano es el del involucramiento de las personas en la consecución de sus objetivos, tanto individuales como en grupo.

De igual manera, menciona que para los individuos la consecuencia deseable de tener mayores posibilidades de ser o de actuar y aprovecharlas es ver realizado su potencial humano.

El PNUD 2010, menciona que si bien el ingreso es fundamental, ya que facilita a que se logren los avances, también se debe tomar en cuenta si la gente puede llevar una vida saludable y prolongada, las oportunidades de recibir educación y la libertad de aplicar los conocimientos y talentos para fomentar el propio futuro. En este mismo sentido, Alkire (2002) dice que el desarrollo humano es multidimensional, que esas dimensiones dependen de los recursos de los contextos en diferentes grados y que los datos disponibles de las dimensiones y su comparabilidad, varían dramáticamente. Los individuos y las culturas persiguen estas dimensiones en radicalmente diferentes maneras. Para Alkire el desarrollo humano no puede ser descrito desde una única visión.

Durante más de 20 años el PNUD ha presentado sus informes año con año, además de haber orientado la redacción de más de 600 informes nacionales sobre Desarrollo Humano, elaborados a partir de investigaciones locales y publicados por sus respectivos países. De igual manera, se han presentado múltiples informes con enfoque regional apoyados por las oficinas regionales del PNUD (PNUD, 2010).

Según el PNUD 2010, “los países pueden hacer muchísimo para mejorar la calidad de vida de sus habitantes, aún en situaciones adversas. Muchas naciones han logrado enormes avances en salud y educación, pese a aumentos moderados en el nivel de ingresos”. Refiere este mismo informe que otras naciones con buen desempeño económico durante décadas no han progresado de la misma manera en su estándar de vida en general.

Es significativo, que el informe del PNUD 2010, muestra los notables avances conseguidos por muchos países en la mayoría de las áreas, donde las naciones más pobres tienen las mejoras más significativas. Lamentablemente, varias naciones han retrocedido en términos absolutos en los logros del IDH, efecto devastador de conflictos, epidemias y la mala gestión política y económica. En 2011, la presencia del PNUD ha incrementado a 187 países.

González (1997, p.2) en referencia al desarrollo humano menciona:

“El término Desarrollo Humano es y ha sido empleado durante varias décadas por pedagogos, psicólogos, médicos, antropólogos, sociólogos, filósofos, políticos y ecónomos, entre otros, para referirse a los procesos de crecimiento y evolución del ser humano en sus distintos aspectos, dimensiones, etapas y manifestaciones. Sin embargo, la definición y los significados del término varían de manera importante entre unos y otros, por el simple hecho de que se parte de diversas concepciones de la naturaleza humana, del mundo y de la realidad, de las que naturalmente se desprenden distintas visiones, aplicaciones, métodos, procedimientos, finalidades y prácticas”.

Considerando al desarrollo humano como un movimiento eminentemente educativo, González (1997), menciona que se fundamenta en las corrientes de pensamiento fenomenológico, humanista y existencialista, de las que se desprende su ser y quehacer.

Entre sus características distintivas se encuentra la apertura al cambio, al diálogo, a la experiencia y al encuentro consigo mismo, con el tú, con el nosotros y los otros, con la naturaleza y con el mundo.

El desarrollo humano experimenta un profundo interés y compromiso por el desarrollo espiritual, y se asume significativamente la dignidad moral. Se valora el esfuerzo científico que integra los métodos racionales con los conocimientos que resultan de la intuición, de la revelación, la contemplación, y de la investigación creadora, así como del enriquecimiento de la memoria colectiva hereditaria; se experimenta el encuentro con la comunidad humana y con el mundo, que a su vez conduce al encuentro con el Universo. (González, 1997).

También la autora expresa que el desarrollo humano se inclina hacia la reflexión y la acción social-comunitaria, así como a la búsqueda de alternativas de solución a la problemática social en sus diversas manifestaciones.

González (1997) menciona que el desarrollo humano contribuye en lo general a la difusión del conocimiento y de la cultura, a la transmisión de los valores humanistas traducidos en hechos y acciones que promueven la transformación de la estructuras sociales hacia otras más justas y humanas, así como a la promoción de los procesos de autorrealización y trascendencia y de expansión de la conciencia hasta sus más remotos alcances. “El desarrollo humano es un medio por el cual se promueve libre, responsable y conscientemente la transformación de la realidad social” (p. 5).

El desarrollo humano es un proceso evolutivo de maduración, de autorrealización y de trascendencia. La respuesta a los conflictos sociales se encuentra en el grado de desarrollo y en el nivel de conciencia (capacidad reflexiva y de discernimiento) de los individuos, de los pueblos y de los grupos sociales en general. Éste es el mayor reto que enfrenta este movimiento, cuya principal finalidad es la promoción y la facilitación de los procesos individuales, sociales y comunitarios del potencial biopsicosocial-espiritual propio de la naturaleza humana. (González, 1997).



Juan Lafarga (1992) es el creador del movimiento organizado de Desarrollo Humano, surgido en México, menciona que “el Desarrollo Humano es la acción que proviene de un corazón sabio, es decir, del amor guiado por la inteligencia y por la bondad” (p.6).

Lafarga, al igual que otros humanistas, como Rogers, presentan en su teoría una tendencia al crecimiento, el cual es una tendencia natural y motivacional del ser humano. Para esto, Lafarga (1992) expresa que es importante desbloquear a las personas y así impulsar los mecanismos de crecimiento.

El autor menciona que Desarrollo Humano es desbloquear, a través de la relación interpersonal comprensiva, transparente y afectuosa sin condiciones, la tendencia básica al crecimiento, no aprendida e inextinguible en todos los organismos humanos. También expresa que el organismo humano desbloqueado de presiones internas y externas es capaz de crecer en direcciones insospechadas.

Para Lafarga (1992) se logra el crecimiento a través de promover la emergencia de los valores propios de cada persona, en los grupos y en la sociedad; asumiendo la responsabilidad de la propia vida; es decir, reconociendo y amando conscientemente las propias necesidades, sentimientos, significados, experiencia, historia, recursos, limitaciones, y errores; así como la calidad de ser persona diferente, única e irrepetible.

### **2.1.1 Teorías humanistas.**

El desarrollo humano comparte postulados con la corriente humanista, de igual manera, tiene coincidencias epistemológicas con la filosofía existencialista y con los actuales movimientos existencialistas. El humanismo se inserta en las corrientes filosóficas, que se han preocupado por entender la naturaleza y la existencia humanas, como el existencialismo, la fenomenología y el sentido de vida (logoterapia) de Víctor Frankl.

#### ***2.1.1.1 Humanismo.***

El tema del humanismo ha tomado relevancia en las últimas décadas; varios autores humanistas han conformado la teoría que en la actualidad dan sustento a la corriente,

por ejemplo, Hernández (1998), distingue algunos postulados fundamentales y comunes a la gran mayoría de los psicólogos humanistas:

1. El ser humano es una totalidad que excede a la suma de sus partes; para explicar y comprender al ser humano se debe estudiar en su totalidad y no haciendo fragmentaciones artificiales en una serie de procesos moleculares.
2. El hombre posee un núcleo central estructurado (yo o sí mismo), es la génesis y el elemento estructurador de todos los procesos y estados psicológicos y de su posible interacción.
3. El hombre tiende en forma natural hacia la autorrealización. Existe una tendencia autoactualizante o formativa en el hombre que hace que se autodetermine, autorrealice y trascienda. Si existe un medio propicio, genuino, empático y no amenazante, la tendencia hacia el desarrollo de las potencialidades se verá plenamente favorecida.
4. El hombre es un ser en un contexto humano, vive en relación con otras personas y esto es una característica inherente a su naturaleza.
5. El hombre es consciente de sí mismo y de su existencia. Las personas se conducen en el presente, de acuerdo con lo que fueron en el pasado y preparándose para vivir en el futuro.
6. El hombre tiene facultades para decidir. El ser humano tiene libertad y conciencia propia para elegir y tomar sus propias decisiones. Por lo tanto, es un ente activo y constructor de su propia vida.
7. El hombre es intencional. Los actos volitivos o intencionales de las personas se reflejan en sus propias decisiones o elecciones, y así, estructura una identidad personal que lo distingue de los demás.

Dentro del Humanismo destaca la figura de Carl Rogers quien, con respecto al desarrollo humano, afirma que si se crea cierta relación, las personas descubren en sí

mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se produce el cambio y el desarrollo individual. (Rogers, 2001).

Una implicación del enfoque humanista, de acuerdo a Rogers (2001), es que la naturaleza del ser humano es constructiva y digna de confianza cuando funciona libremente. Cuando se logra liberar al individuo de sus actitudes defensivas y se abre a la amplia gama de sus propias necesidades; así como también a las diversas necesidades ambientales y sociales, se puede confiar en que sus reacciones serán positivas, progresistas y constructivas. El individuo participa en las actividades de autorregulación del organismo, vasta y compleja, de manera tal, que vive en armonía creciente consigo mismo y con los demás.

Otra implicación que menciona Carl Rogers, es que el proceso de vivir una vida plena abarca un espectro más amplio y supone mayor riqueza que la vida mezquina de la mayoría de la gente. Ser parte de este proceso significa que uno se embarca en la experiencia de vivir más sensiblemente, lo que muchas veces asusta y otras tantas satisface, pero que en definitiva implica mayor riqueza y variedad. Estas personas viven más íntimamente sus sentimientos de dolor, pero también disfrutan más de sus satisfacciones, sienten el odio con mayor claridad, pero también el amor; el miedo es una experiencia que conocen más profundamente, pero también lo es el coraje. La razón por la que pueden llevar una vida plena reside en la confianza que poseen en sí mismos como instrumentos idóneos para enfrentar la vida. (Rogers, 2001).

#### ***2.1.1.2 Existencialismo.***

Del existencialismo se ha incorporado la idea de que el ser humano va creando su personalidad a través de las elecciones o decisiones que continuamente toma ante las distintas situaciones y dilemas que se le presentan en la vida. (Hernández, 1998).

Hernández (1998) menciona que los pilares de la postura existencialista pueden resumirse en los tres puntos siguientes:

1. El ser humano es un agente electivo, capaz de elegir su propio destino.

2. El ser humano es un agente libre, absolutamente libre para establecer sus propias metas de vida.

3. El ser humano es un agente responsable de sus propias elecciones.

Xirau (1998), hace una revisión de las principales ideas existencialistas de diversos teóricos que han tratado el tema de la existencia y el sentido de vida:

El existencialismo se inclina hacia la contemplación y exploración del ser humano, la existencia. Es útil recordar que el método científico del existencialismo es la fenomenología, la cual mira la consideración de un objeto científico desde su apariencia, se busca la visión de la esencia, es decir, la expresión interna y espiritual del objeto.

Entre los existencialistas, Kierkegaard, filósofo y teólogo del siglo XIX, considerado padre del existencialismo, propugna por el cambio activo de las estructuras sociales existentes, esto debido al momento histórico y contrariedades que le tocó vivir; sin embargo, es vigente su deseo, sobre todo, porque expresa que se requiere el cambio a través de la responsabilidad y la decisión. (Xirau, 1998)

Kierkegaard refiere que se debería encontrar una verdad, que puede ser verdad para uno, encontrar la idea por la cual se quiere vivir y morir; nos lleva a la realidad en el estilo de vida, que muchas personas han adoptado en la actualidad. El estar sin sentido, sin una respuesta o razón para vivir y morir.

Con lo anterior, todos tendrían qué elegir y decidir lo que aparentemente lleva a la libertad humana, y se dice aparente porque la libertad es una necesidad mal satisfecha en muchos, la simple elección no se cree que haga plenamente libre al ser humano, la libertad debe estar acompañada de plenitud y de un estado de bienestar personal y social. Quizá solo sea cuestión de semántica.

La cultura occidental ha formado parte en este sentido, pero creo que el grado de internalización dependerá de cómo se conciba la vida misma. Existe una dualidad, y

ésta misma forma una unidad, porque al existir lo bueno existe lo malo, y no podríamos saber qué es bueno sin la existencia del mal.

Aquí se presenta la oportunidad de la elección y decisión, lo que llevaría a una libertad más plena y trascendental. A interpretar a la vida a través de la muerte como una sola, no como lo inevitable sino como la misma vida y trascendencia.

El existencialismo nos lleva a la introspección del ser, de la vida, del mundo, de Dios; la percepción y esencia será, realmente, la decisión en plena libertad que cada uno quiera crear.

### ***2.1.1.3 Fenomenología.***

La fenomenología para Álvarez-Goyou (2009) se caracteriza por centrarse en la experiencia personal, en vez de abordar el estudio de los hechos desde perspectivas grupales o interaccionales. 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 los objetos, sucesos y situaciones.

Desde el paradigma fenomenológico, las preguntas de quien investiga se dirigen hacia una comprensión del significado que la experiencia vivida tiene para la persona por eso es importante que el investigador llegue con el participante sin ideas preconcebidas y abierto a recibir cuanto éste exprese. (Álvarez-Gayou, 2009).

El análisis de los datos consiste en un proceso de lectura, reflexión, escritura y reescritura, lo que permite al investigador transformar la experiencia vivida en una expresión textual. El investigador selecciona palabras o frases que describen particularidades de la experiencia estudiada, agrupando las que tienen relación o semejanzas entre sí y formar grupos que revelen la subjetividad de las personas investigadas. (Álvarez-Gayou, 2009).

La fenomenología ha señalado que la percepción o cualquier actividad cognoscente externa o interna que realizan los individuos es, ante todo, un acontecimiento subjetivo de acuerdo con su realidad personal.

Para la fenomenología de acuerdo a Hernández (1991), los seres humanos se conducen a través de sus propias percepciones subjetivas y, en esencia, la gente responde no a un ambiente objetivo, sino al ambiente tal y como lo perciben y comprenden. De este modo, para estudiar al ser humano en sus procesos psicológicos es necesario comprender su problemática desde su punto de vista externo o ajeno que lo pretende estudiar objetivamente.

#### ***2.1.1.4 Sentido de Vida.***

El Sentido de Vida o logoterapia se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del hombre. De acuerdo con la logoterapia, la primera fuerza motivante del hombre es la lucha por encontrar un sentido propio a la vida.

“Lo que en verdad necesitamos es un cambio radical en nuestra actitud hacia la vida” (Frankl, 1995, p. 113), con esto, el autor señala la necesidad que el ser humano tiene de realizar un cambio desde dentro, desde las actitudes.

El término existencial se puede utilizar de tres maneras: para referirse a la propia existencia, es decir, el modo de ser específicamente humano; el sentido de la existencia; y el afán de encontrar un sentido concreto a la existencia personal, o lo que es lo mismo, la voluntad de sentido. (Frankl, 1995).

Para la logoterapia el hombre es un ser cuyo principal interés consiste en cumplir un sentido y realizar sus principios morales, y no en la mera gratificación y satisfacción de sus impulsos e instintos, ni en la conciliación de las conflictivas exigencias del ello, del yo y del superyó, o en la simple adaptación y ajuste a la sociedad y al entorno (Frankl, 1995).

Frankl (1995) dice que lo que el hombre realmente necesita no es vivir sin tensiones, sino esforzarse y luchar por una meta que le merezca la plena. El hombre no necesita homeostasis sino la neodinámica, es decir, la dinámica espiritual dentro de un campo de tensión bipolar en el cual un polo viene representado por el significado que debe cumplirse y el otro polo por el hombre que debe cumplirlo.

El significado o sentido de vida difiere de un hombre a otro, de una hora a otra. Así pues, lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado. No deberíamos buscar un sentido abstracto a la vida, pues cada uno tiene en ella su propia misión que cumplir, cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto. Por tanto, ni puede ser reemplazado en la función, ni su vida puede repetirse; su tarea es única como única es su oportunidad para instrumentarla (Frankl, 1995).

De modo que la logoterapia considera que la esencia íntima de la existencia humana está en su capacidad de ser responsable; intenta hacer a la persona plenamente consciente de sus propias responsabilidades, razón por la cual, ha de dejarle la opción de decidir por qué, ante qué o ante quién se considera responsable. Corresponde al individuo decidir si debe interpretar su tarea vital siendo responsable ante la sociedad o ante su propia conciencia.

Para Frankl (1995) el verdadero sentido de la vida debe encontrarse en el mundo y no dentro del ser humano o de su propia psique, como si se tratara de un sistema cerrado. La verdadera meta de la existencia humana no puede hallarse en lo que se denomina autorrealización. Ésta no puede ser una simple meta, pues solo en la medida en que el hombre se compromete al cumplimiento del sentido de vida, en esa misma medida se autorrealiza.

Frankl (1995) menciona que existen modos para descubrir el sentido de vida. De acuerdo con la logoterapia, se puede descubrir de tres modos distintos:

1. Realizando una acción. En este caso el medio para el logro o cumplimiento es obvio.

2. Teniendo algún principio. El sentido del amor constituye la única manera de aprehender a otro ser humano en lo más profundo de su personalidad. Nadie puede ser totalmente conocedor de la esencia de otro ser humano si no le ama. Por el acto espiritual del amor se es capaz de ver los trazos y rasgos esenciales en la persona amada; y lo que es más, ver también sus potencias: lo que todavía no se ha revelado, lo que ha de mostrarse. Mediante el amor, la persona que ama hace posible que el amado manifieste sus potencias al hacerle consciente de lo que puede ser y de lo que puede llegar a ser. El amor no se entiende como un mero efecto secundario del sexo, sino que el sexo se ve como medio para expresar la experiencia de ese espíritu de fusión total y definitiva que se llama amor.

3. El sufrimiento. Es la oportunidad de realizar el valor supremo, de cumplir el sentido más profundo. Lo que más importa es la actitud al cargar con ese sufrimiento. Éste deja de ser sufrimiento en el momento en que encuentra un sentido, como puede serlo el sacrificio. Uno de los postulados básicos de la logoterapia estriba en que el interés principal del hombre no es encontrar el placer, o evitar el dolor, sino encontrar un sentido a la vida, razón por la cual el hombre está dispuesto incluso a sufrir a condición de que ese sufrimiento tenga un sentido. Al aceptar el reto de sufrir valientemente, la vida tiene hasta el último momento un sentido y lo conserva hasta el fin. El sentido de vida es de tipo incondicional, ya que comprende incluso el sentido del posible sufrimiento.

Se tiene que aprender por uno mismo y, después, enseñar a los desesperados que en realidad no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros. Se tiene que dejar de hacerse preguntas sobre el significado de la vida y, en vez de ello, pensar en uno mismo como en seres a quienes la vida les inquiriera continua e incesantemente (Frankl, 1995).

El Desarrollo Humano, el Humanismo, al igual que el Análisis Existencial y la Logoterapia, se interesan e inciden en la vida de las personas desde una perspectiva de comprensión y acción más amplia que la de la psicología clínica, aunque el parentesco es mayor que las diferencias, la disciplina del Desarrollo Humano es más educativa que clínica. No hay posibilidad de conceptualizar el Desarrollo Humano sin una ocupación y



preocupación en el sentido y el proyecto de vida en lo personal, comunitario y social. (Blanco, 1992).

## **2.2 Prosocialidad**

La Prosocialidad comparte postulados con las perspectivas mencionadas. Las acciones prosociales constituyen una manera de lograr desarrollo humano en las personas y de crear ambientes más solidarios y armoniosos.

La prosocialidad es un concepto relativamente nuevo dentro del contexto mexicano. En el estado de Yucatán no es empleado en ningún ámbito; se ha hecho una búsqueda exhaustiva sin resultados; sin embargo, fuera de México, los comportamientos prosociales (prosocial behavior) han sido estudiados desde la finales de la década de 1960.

Ya desde la década de los setenta varios autores han estudiado estos comportamientos dándole consolidación en los trabajos de diversos científicos, y gracias a sus resultados, la prosocialidad se ha consolidado como una metodología psicológica desarrollándose principalmente en el ámbito educativo participando en la mejora del desarrollo humano, destacando la incidencia en la prevención de los comportamientos destructivos, la mejora en la educación emocional y el clima social en el aula, y por ende, en la calidad de vida.

En los momentos actuales, en donde abundan los modelos agresivos y competitivos, los investigadores; los líderes educativos, sociales y políticos están descubriendo la importancia de las actitudes y comportamientos prosociales por el potencial que ofrecen de cara a la optimización de una convivencia más armónica, funcional y ajustada así como por su valor preventivo de higiene mental para la persona sometida a fuertes presiones de una sociedad que no siempre facilita las conductas sanas (Roche, 1995).

### **2.2.1 El estado de la cuestión acerca de la Prosocialidad.**

La Prosocialidad ha generado interés en promoverla e investigarla (Roche, 1991; Roche, 1995; Roche, 1997; Luengo, Pastorelli, Eisenberg, Zuffianò, Caprara, 2012; Caprara, Allesandri y Eisenberg, 2012).

Un miembro de LIPA ha realizado una búsqueda exhaustiva sobre el estado de la cuestión acerca de la prosocialidad en general, (Escotorín, 2013). En un ejercicio de búsqueda avanzada por año en Psycinfo, realizado en octubre de 2012 por la investigadora, se refleja que los artículos que hacen mención explícita tanto en el título como en sus abstract, a “prosocial behavior”, ha aumentado desde una producción de 168 artículos entre los años 1970-1980, a 2642 artículos entre los años 2000-2012. Una mirada más detallada por año permite identificar que desde el año 2000 a la fecha se escribe un promedio de 216 artículos anuales que se refieren al término “prosocial behavior” sean en el título, o bien en la justificación del abstract.

De acuerdo a Escotorín (2013), “Lo prosocial” se ha posicionado en la investigación científica como un temática permanente, y también lo ha sido el discurso habitual de las personas. El uso del término está instalado también en los “buscadores” más divulgativos como Google. Una búsqueda simple en Google sobre “prosocial behavior” arroja cerca de 365 mil resultados; el término en castellano "comportamiento prosocial" arroja más de 9 mil resultados; el adjetivo “prosocial” más de 1 millón de resultados.

La búsqueda de la investigadora en el Google académico hace posible realizar determinados filtros aunque sigue siendo información difícil de sistematizar por la gran cantidad de textos y la enorme heterogeneidad, incluyendo los diferentes idiomas que publican sobre el tema como por ejemplo: “Prosocial Behavior” (35.000 resultados); “prosocial” (84.200 resultados); “prosociality” (2,420 resultados); prosocialidad (571 resultados); Prosocialità (332 resultados); Prosozialität (322 resultados); prosocial skills (3,710 resultados).

El aumento de material circulante y la producción de material científico sobre “prosocial behavior” ha motivado a los investigadores especializados a generar artículos o libros que organicen al menos parcialmente el estado de la cuestión (Penner, Dovidio, Piliavin, Schroeder, 2005; Marti, 2010, en Escotorín 2013), también aumentan las tesis de doctorado que actualizan el estado del arte permanentemente.

## 2.2.2 Concepto de Prosocialidad.

Diversos autores han definido la prosocialidad durante las últimas décadas, todos ellos coinciden en una visión positiva del ser humano. Mediante los estudios y la aplicación de la prosocialidad ha habido variaciones en la teorización del concepto, a continuación se presentan algunas definiciones.

Para Moñivas (1996) la prosocialidad es el “comportamiento que beneficia a otros o que implica consecuencias sociales positivas, cuyas formas de expresión pueden ser conductas de ayuda, cooperación y solidaridad”.

También es entendida como una conducta que facilita las interacciones positivas con los otros, incluyendo la ayuda, compartir, colaborar o apoyar a otra persona, es un factor de protección frente a la conducta agresiva (Broidy, Cauffman, Espelage, Mazerolle, & Piquero, 2003).

Janssens & Dekovic (1997) señalan que el comportamiento prosocial, se refiere a la preocupación por otra persona que implica un coste neto para el actor. Estas acciones incluyen el compartir, consolar o ayudar a otro en peligro, y hacer una donación a una persona necesitada. (p. 509).

Según Omar (2009), los comportamientos prosociales son aquellos que propician la solidaridad y la armonía en las relaciones interpersonales, y producen beneficios personales o colectivos. Son prosociales porque sin buscar una recompensa externa, favorecen a otras personas o grupos y aumentan la probabilidad de generar reciprocidad positiva en las relaciones sociales consiguientes.

La investigación sobre el tema en los últimos años también ha resaltado la importancia de la regulación emocional para experimentar empatía y facilitar la disposición prosocial (Eisenberg, 2000).

Para LIPA, la prosocialidad son *“aquellos comportamientos que, sin la búsqueda de recompensas extrínsecas o materiales, favorecen a otras personas o grupos según el criterio de éstos, o a metas sociales positivas, aumentando la probabilidad de generar*

*una reciprocidad positiva de calidad y solidaria en las relaciones interpersonales o sociales consecuentes, salvaguardando la identidad, autonomía, creatividad e iniciativa de los individuos o grupos implicados”.* (Roche, 2010).

Una acción prosocial beneficia al otro, ésta es característica esencial de la prosocialidad, el receptor es el fin último, lo que hace diferente a la prosocialidad ya que otras metodologías o corrientes se basan en el emisor. Toda persona posee una capacidad para la prosocialidad.

En esta investigación el concepto y teoría de prosocialidad de LIPA es la que se usa como teoría base al considerar la trayectoria exitosa en la construcción del concepto y por la experiencia en los proyectos y programas de optimización durante décadas en Europa y en América Latina. En adelante, éste podrá ser llamado el “**modelo de referencia**” en equivalencia a la teoría y metodología aplicada en LIPA.

De acuerdo al modelo de referencia, diversas acciones humanas responden al comportamiento prosocial. Roche (1991) propone una categorización:

1. Ayuda física: Conducta no verbal que procura asistencia física a otras personas para cumplir un determinado objetivo contando con la aprobación de las mismas.
2. Servicio físico: Conducta que elimina la necesidad a los receptores de la acción de intervenir físicamente en una tarea o cometido, y que concluye con la aprobación o satisfacción de éstos.
3. Compartir: Dar objetos, ideas, experiencias, alimentos o posesiones a otros.
4. Ayuda verbal: Explicación o instrucción verbal que es útil y deseable para otras personas o grupos en la consecución de un objetivo.
5. Consuelo verbal: Expresiones verbales para reducir la tristeza de personas apenadas o en apuros y aumentar su ánimo.

6. Confirmación y valorización positiva del otro: Expresiones verbales para confirmar el valor de otras personas o aumentar la autoestima de las mismas, incluso ante terceros.

7. Escucha profunda: Conductas metaverbales y actitudes, en una conversación, que expresan acogida paciente pero activamente interesada en los contenidos y objetivos del interlocutor.

8. Empatía: Conductas verbales que, partiendo de un vaciado voluntario de contenidos propios, expresan comprensión cognitiva de los pensamientos del interlocutor o emoción de estar experimentando sentimientos similares a los de éste.

9. Solidaridad: Conductas físicas o verbales que expresan aceptación voluntaria de compartir las consecuencias, especialmente penosas, de la condición, estatus, situación o fortuna desgraciadas de otras personas.

10. Presencia positiva y unidad: Presencia personal que expresa actitudes de proximidad psicológica, atención, escucha profunda, empatía, disponibilidad para el servicio, la ayuda y la solidaridad para con otras personas y que contribuye al clima psicológico de bienestar, paz, concordia, reciprocidad y unidad en un grupo o reunión de dos o más personas.

La Prosocialidad es compatible y coincide con los principios de la investigación-acción, toda vez que los participantes ejercen el protagonismo de su propio cambio. Con esto se realiza un proceso de optimización, en donde se mejora lo que ya existe: no se enseña sino que se optimiza.

Los docentes son los ideales protagonistas, quienes pueden difundir mediante su trabajo del día a día su filosofía y estilos de vida, ya que no es suficiente capacitarlos con contenidos de los planes y programas curriculares, pues es importante una formación en las relaciones interpersonales y en los procesos de optimización para lograr el desarrollo humano.

LIPA ha desarrollado un trabajo, desde hace más de 20 años, (Roche, 1982, 1985, 1991, 2010, 2014) (Roche, R., Castelló, A. (1990) buscando “acompañar al docente en todos sus roles: formador, líder, dirigente, compañero, subalterno, amigo, experto, etc., de

herramientas personales de autodiagnóstico y optimización para aplicarlas en todos los contextos donde se relaciona interpersonalmente". (Roche, 2010).

La labor docente no solo es enseñar contenidos, sino animar y apoyar el desarrollo en los alumnos de capacidades para la vida. Con frecuencia, a los profesores se les suele exigir en demasía en todo momento, aunque no se les proporcione capacitación, ni se les retribuya de manera extrínseca o intrínseca.

### **2.2.3 Optimización Prosocial.**

Realizar procesos de mejoramiento ha sido objeto de interés en los investigadores en los últimos años, éstos se han desarrollado en diferentes ámbitos y con poblaciones diversas; por ejemplo, Fernández-Ballesteros, Caprara, Schettini, Bustillos, et al. (2013), presentan un programa universitario para adultos mayores con los enfoques del aprendizaje permanente y el envejecimiento activo como orientación prioritaria, con la idea de que los adultos mayores deben participar plenamente en el proceso de desarrollo de una sociedad.

Martí, Martí-Vilar, & Almerich. (2014), desarrollan una propuesta novedosa de análisis para evaluar la incidencia de la educación superior en la adquisición de comportamientos de responsabilidad social, basada en un análisis de ecuaciones estructurales de múltiples indicadores y múltiples causas en donde los resultados señalan que los universitarios muestran gran frecuencia de comportamientos socialmente responsables pero no una intencionalidad más prosocial de los mismos.

Luengo K., Bernadette P., Pastorelli, C., Zuffianò, A., Eisenberg, N., Ceravolo, R., & Caprara, G. (2014), presentan un estudio que exploró la predicción de la participación cívica en diversas trayectorias de conductas prosociales en la dinámica familiar, es decir, la autoeficacia filial y el apoyo entre padres e hijos. En su evaluación identifican tres trayectorias diferentes de comportamientos prosociales.

En la presente investigación se diseña y desarrolla un Programa de Optimización Prosocial basado en el modelo de referencia y que busca contribuir en la mejora de los procesos de adquisición de las habilidades prosociales.

El modelo de referencia tiene otros antecedentes en la aplicación de programas como es el caso del Programa Mínimo de Incremento de la Prosocialidad (PMIP) orientado a trabajar sobre los mínimos indispensables de intervención que garanticen que se generen cambios en las acciones de los adolescentes, respetando los tiempos de la escuela secundaria de la actualidad, exigencias y posibilidades que permite el currículo. El PMIP se desarrolla en doce sesiones proponiendo trabajar en tres niveles: sensibilización cognitiva, el entrenamiento y la aplicación a la vida real. (Escotorín, Roche y Delvalle, 2014).

Para Escotorín y Cirera (2010) optimización prosocial significaría desarrollar al máximo todo el potencial humano, basándose en el nivel de la prosocialidad que ya existe. Un programa eficaz de optimización prosocial no puede olvidar al docente y sus necesidades personales y laborales.

El profesor es un profesional multidisciplinario por naturaleza, que debe ejercer casi todas las profesiones, aunque no haya recibido las herramientas adecuadas en su formación universitaria.

En el modelo de referencia, la prosocialidad se presenta en tres diferentes niveles de concreción y operatividad: una definición escueta; una categorización de las clases posibles de acciones prosociales y una contextualización de la prosocialidad según los ámbitos en donde se aplica.

En los dos primeros niveles los autores proponen el tipo de prosocialidad que LIPA ha elaborado; en el tercer nivel, en la contextualización, los participantes definen qué prosocialidad desean en su ámbito de pertenencia y lo manifiestan en la elaboración de los inventarios de prosocialidad.

Partiendo del supuesto de que la prosocialidad puede ser aprendida y enseñada, lo importante es señalar cuáles pueden ser las mejores vías para la introducción, la

formación, la promoción, mantenimiento e incremento de la prosocialidad. El modelo de referencia menciona que existen dos vías diferentes:

La primera llamada indirecta, que tomando como objetivo y meta la formación y promoción de la prosocialidad, lo hace con procedimientos amplios, progresivos, desde un mayor número de variables implicadas y de mayor duración.

La segunda vía es la directa, que se propone aumentar, incrementar la cantidad y calidad de las acciones prosociales. Por lo tanto, los objetivos, las metas, se orientan a ello; y los procedimientos, en general, son más específicos, incisivos, intensos, con menos variables implicadas y cortos en el tiempo.

#### **2.2.4 Modelo UNIPRO.**

Un ejemplo de la vía indirecta, que se ha citado, en la aplicación de programas que trabaja tanto el desarrollo humano y la prosocialidad en el campo educativo ha sido el modelo UNIPRO de LIPA que se desarrolló para dar respuesta a los requerimientos del ámbito educativo formal, la escuela, y que fue conformándose como base y referente para la elaboración de diversos tipos de programas a aplicar en los distintos niveles y ciclos educativos. Con esta intervención se produjeron los primeros requerimientos y reconocimientos hacia el potencial de la prosocialidad. (Roche 1991) (Roche, R., Castelló, A. 1990) Roche, R., Castelló, T., Castelló, M., Masnou, F., García, A.1991)

El modelo UNIPRO es un conjunto de dimensiones o variables orientadas a la optimización de las actitudes y comportamientos de generosidad, ayuda, cooperación, solidaridad, amistad y unidad. En la elaboración de la propuesta del Modelo se han abordado dos frentes: la exigencia de los requisitos científicos y la dimensión pragmática aplicativa.

Este modelo corresponde a una aproximación globalizadora y compleja del comportamiento humano, acorde con planteamientos humanísticos. Su aplicación en Europa incluye el territorio de Cataluña y diversas comunidades autónomas de España; varias regiones de Italia con adaptaciones del modelo, así como también Eslovaquia y



Chequia. Su inserción en América Latina ha iniciado en: Argentina, Colombia, Cuba, Brasil, Perú, Chile y México.

Después de la aplicación en los centros educativos, LIPA ha concluido que antes de entrar en las aulas hay que preparar los modelos colectivos, ya que uno de los mecanismos más importantes en la educación es la identificación con modelos. Estos modelos pueden ser personales o individuales; por ejemplo, docentes dotados de cualidades admiradas por los alumnos. Dos de esas cualidades tienen que ver: una, con el amor, el afecto, y con la capacidad de aceptación que los docentes tienen por cada uno de sus alumnos, además de saber expresarla; y dos, con la capacidad de liderar, gestionar las relaciones; es decir, con el poder que los alumnos le atribuyen.

Con lo anterior, los docentes tendrían que ser conscientes de la necesidad de autoformarse respecto a este rol como modelos. Se necesitan modelos colectivos positivos, o sea, que los docentes como grupo ofrezcan patrones de interacción mutua positiva que muestren a sus alumnos formatos de relaciones y comunicación interpersonales prosociales.

#### ***2.2.4.1 Dimensiones del modelo UNIPRO.***

A continuación se presenta una síntesis parafraseada de las dimensiones del modelo UNIPRO de LIPA y, posteriormente, de las variables optimizadoras referidas a las actividades con los alumnos y las variables optimizadoras referidas a los profesores.

El modelo UNIPRO se articula en seis dimensiones:

##### **1. Construcción del significado personal.**

Para trabajar la dimensión se recomienda diseñar un plan diario que dedique tiempo y espacio a la reflexión, de ser posible, en un lugar tranquilo, silencioso y agradable; con el objetivo de despertar la consciencia y focalizarla sobre unos cuantos temas para que los niveles de valores, actitudes y conductas se relacionen e integren, consolidando cierta coherencia.

Los tres niveles guardan relación, los valores como metas supremas de los intereses, deberían inspirar las actitudes que son la disponibilidad para actuar. Cuando esta relación se realiza se dice que hay coherencia. La coherencia puede ser observada desde fuera por otras personas, pero, sobre todo, se podrá percibir por la misma persona lo que se convierte en bienestar o felicidad.

Para ello se trata de: clarificar los valores; consolidar y decidir sobre el despliegue de las actitudes que deben corresponder a esos valores y que deben anidar en nuestro ánimo prontas para actuar; revisar todas nuestras acciones realizadas para experimentar satisfacción por aquellas que han supuesto una concreción de las actitudes, reconocer nuestra falta de control sobre otras acciones que no han respondido a las actitudes previstas, identificar los sentimientos o emociones que intervinieron como obstáculo, y por último, imaginar y visualizar acciones que podríamos producir a día siguiente, lo más ajustadas a las actitudes por ejercitar.

Los temas que se proponen como fundamento para trabajar en el espacio de reflexión y de búsqueda de significado, según los niveles son:

Para los valores y actitudes: la dignidad y valor de la persona; autoestima; valor del Yo; la estima del tú y del otro; la heteroestima; el valor del otro que es diferente; del desconocido; el valor de las personas diferentes y la relación con ellos, otras etnias, culturas y personas con discapacidades; el entorno, lo colectivo y la sociedad.

En cuanto a las actitudes: la aceptación radical de todas y cada una de las personas; la decisión plena y comprometida de desarrollar una actitud positiva y eficaz para la estima de cada persona.

Y para las conductas: cómo y cuándo se expresa esa aceptación, mediante qué gestos o acciones o palabras se transmite el afecto. Para la autoestima es fundamental el afecto, que los demás nos quieran, nos aprecien. A su vez, los demás necesitan nuestra aceptación y afecto para mantener y alimentar su autoestima.

## 2. Comunicación de calidad y empatía en las relaciones.

En la segunda dimensión, el Programa para la Optimización de la Prosocialidad ofrece un modelo de factores que configuran una propuesta para una comunicación de calidad; se puede decir que siempre es posible mejorar el estilo comunicativo.

El Modelo UNIPRO es una de las fuentes del material que se trabaja en las actividades del aula. Pero ello no sería suficiente si primero no hubiera sido la referencia para la autoformación del educador quien debe implicarse en primera persona si quiere transmitir bien los contenidos y la experiencia a los alumnos.

Se trataría de que el compromiso de mejorar el propio estilo fuera asumido por otros educadores, sus colegas, para empeñarse en una mejora de sus interacciones y, así, brindar modelos a los alumnos.

La capacidad empática es importante para superar conflictos con los demás. Es muy importante ser consciente de que en un conflicto o en una discusión la información que tiene cada parte es asimétrica y subjetiva. Según el modelo de referencia sólo con mucho hábito en el empatizar y con motivación prosocial se podrá superar la distancia de las respectivas percepciones que en ocasiones podríamos describir como abismal.

Un método para mejorar el estilo de comunicativo podría consistir en: analizar el propio estilo de comunicación revisando uno a uno cada factor del modelo de Comunicación de Calidad Prosocial; escoger los factores en los que el análisis haya arrojado puntuación menor y seleccionar entre ellos dos o tres en los que se ve más probabilidades de conseguir mejoras y; proponerse un plan sencillo pero concreto para mejorar los puntos más débiles.

## 3. Valoración positiva de las personas y las cosas.

Esta dimensión trata de ampliar las actitudes de aceptación y confirmación del otro, fijándose más en los comportamientos y en los productos de su actividad. Se trata de esforzarse por realizar una lectura voluntariamente positiva de la realidad, focalizando

especialmente en lo positivo que se observa, especialmente, referido a otras personas, a nuestros interlocutores, a terceras personas.

Es difícil alcanzar la objetividad absoluta en los juicios sobre cuestiones humanas e interpersonales, por lo que es preferible apostar por el riesgo de excederse en la atribución positiva que en la negativa.

Se busca producir acciones que atribuyan positividad a los demás o sobre los demás. El rol del educador es el de transmitir las experiencias personales como, por ejemplo, el de haber convertido una antipatía en lo opuesto. Y esto porque la focalización o selección perceptiva, la atribución cognitiva y verbal tienen un gran potencial constructor. Quien se fija mucho en un tema y lo tiene en el pensamiento, cultiva espacios cada vez más amplios de probabilidad de dicho tema, facilitando el aumento y su multiplicación.

Se trata de producir acciones que atribuyan positividad a los demás o sobre los demás; supondrá expresar elogios, sin banalizarlos. Otro modo de aplicar este aspecto es el de evitar reproches sobre la marcha. El tratamiento de los fallos, faltas o errores de los demás debe reservarse a momentos y espacios específicos previamente previstos.

En el rol de educadores se ha de transmitir esas experiencias personales que todos tenemos, de haber convertido una antipatía en una simpatía e incluso una amistad. Los alumnos deben tener acceso a esas experiencias positivas, a esos modelos adultos, que muestran la posibilidad de controlar, a mediano plazo, los sentimientos. Otro objetivo de este factor es el afrontamiento de la envidia; el conseguir no experimentar este sentimiento podría considerarse como otra prueba de buena autoestima.

4. Espacios y tiempos para la creatividad, la iniciativa y el cambio.

La dimensión expresa una vertiente favorecedora de la prosocialidad como generadora de alternativas en la solución de problemas de los demás, y otra directamente ligada a experimentar la propia capacidad, potencia y bienestar. Está hecha de trabajo cognitivo, de entrenamiento en la producción de ideas y en las relaciones con otras, de empeño y asertividad para iniciar acciones.

Convertir las ideas en acciones estimula la actividad creativa. Es una capacidad que se multiplica por sí sola con beneficios claros en la superación de la rutina, monotonía y

aburrimiento muy necesaria para la felicidad personal. Las ideas o pensamientos no siempre se convierten en acciones; el silencio y la concentración son facilitadores del gozo de la contemplación.

El tiempo y recursos dedicados al ocio pareciera ser un lujo, en caso de crisis económica o familiar es de las actividades que primero se prescinde; la sensibilidad moderna común y las recomendaciones psicológicas para una buena salud mental y física indican que estas actividades constituye un elemento muy importante de nuestra alimentación psíquica.

El ocio resulta ser casi el único espacio privilegiado en donde no actuamos siguiendo unas obligaciones o pautas de rol; es donde experimentamos más libertad, espontaneidad, ausencia de relaciones de poder a las que en otros ámbitos estamos sometidos y nos relaciona con nuestra vertiente lúdica lo que facilita el cultivo de la creatividad.

##### 5. Afirmación personal y asertividad prosocial.

Esta dimensión permite a la persona expresarse con libertad y de manera directa, sincera y adecuada con cualquier interlocutor, proporciona una visión activa de la vida y la perseverancia en trabajar por lo que se quiere y sentir que esa actuación es coherente con uno mismo. Supone una expresión de confianza y seguridad que permite una manifestación de sí mismo mediante la propiedad o dominio de las palabras y conceptos utilizados. La asertividad debe estar fundada en unos valores morales que le den significado.

Esta asertividad expresará fuerza, contundencia cuando sea necesario y evitará la ira y la agresividad para con las personas. Ello supone un progreso en el autocontrol de las emociones y de las reacciones desmesuradas. Empleará las actitudes y conductas del pedir permiso, pedir perdón, perdonar; explicar la propia posición y derechos; expresar negativas y rechazar ofrecimientos, expresar quejas; saber conversar después de competir.

Una dificultad muy común en las relaciones humanas es la de saber expresar: cuándo y cómo las faltas, los defectos, los fallos de los demás, aun cuando se trata de personas

cercanas. El señalar los fallos del otro es un comportamiento que pone en evidencia la relación de poder existente con base a una cierta superioridad del que denuncia y señala o pretende corregir. Por todo ello, lo que se haga para situar esa conversación en un contexto más horizontal será poco.

El modelo de referencia recomienda el uso del coloquio; dándose a conocer de antemano, es decir, se habrá pactado o reglamentado previamente como espacios regulares para analizar los procesos de convivencia, de trabajo, de asociación, etc., disponiendo de un tiempo suficiente para la completa realización.

Los participantes deberán anotar los elementos más significativos; entre éstos deberán figurar los comportamientos que cada uno ha observado o percibe como equivocados, errados o negativos del otro; a la vez, deberán figurar aspectos o conductas positivas que hayan destacado en ese período o por lo menos se tendrán presentes aquellos positivos que han caracterizado el hacer del otro para mencionarlos si conviene.

Posteriormente, inician una exposición de cada participante, en la que se autorrevisará y se atribuirá responsabilidad sobre los fallos que cada uno describe y explica; todo en un clima de empatía que hará aflorar la atribución y reconocimiento al otro de los elementos positivos.

Por supuesto alguien debe iniciar el primer paso para proponer un encuentro fuera del ámbito habitual, destacando el deseo de mejorar esa relación a partir del tratamiento realista de las dificultades. Una variable crucial será quien tome la iniciativa de ‘deshielo’ evitando el mensaje implícito del ‘mira qué bueno soy yo’.

## 6. Poner en práctica las acciones prosociales.

Es la dimensión más característica de la orientación prosocial y su concreción más habitual, se inserta directa y positivamente en la acción social. Se trata de cultivar el nivel interpersonal como el colectivo donde el primero constituye la garantía de la autenticidad del segundo. Es la relación personal que puede verificar mejor, por la

proximidad del receptor, el criterio de validez y de eficacia. Constituye la prueba inmediata de una percepción de calidad de la acción.

Es importante tener presente a todas las personas sin distinción y, especialmente, a aquellas con discapacidades o en situaciones de debilidad personal o inferioridad en recursos sociales.

En este proceso es importante animar a otras personas a sumarse en este empeño, aunque la mejor invitación es actuar en primera persona. Un buen instrumento que ayuda a tomar consciencia de las posibilidades en esta dimensión es la de hacer listas o inventarios de todo aquello que seríamos capaces de hacer y ofrecer a los demás.

En el nivel colectivo, además de las acciones a nivel interpersonal, es muy importante, desde una perspectiva de salud mental, la dedicación de tiempo personal y el de dar recursos para la cooperación y la solidaridad social.

La propuesta es que cada persona afronte la responsabilidad emanada de una sensibilidad adquirida en este planteamiento personal de crecimiento y mejora para comprometerse en acciones continuadas de cooperación y solidaridad.

LIPA, en los últimos años, ha trabajado por encontrar vías sencillas y prácticas para que las personas puedan probar y experimentar los beneficios de convertirse en activo agente y operador de prosocialidad. Va dirigido tanto a personas convencidas y motivadas respecto de los beneficios de las acciones prosociales como a aquellas que no conocen o incluso pueden dudar de ellos y de su efectividad.

Realizando acciones prosociales, las personas podrían sentirse activos constructores de un tejido social más pacífico, de una sociedad más armónica y por lo tanto, trabajadores a favor de la paz. Todo ello dando significado a la propia vida y garantizando una salud mental e integral.

### **2.2.5 Variables optimizadoras referidas a las actividades con los alumnos.**

Las variables que se relacionan a continuación constituyen los elementos del Modelo teórico de referencia que están en la base de todo Programa educativo para la optimización de la prosocialidad referidas a las actividades de los alumnos.

#### ***2.2.5.1 Dignidad y valor de la persona.***

Este factor remite al ámbito de los valores y clarifica la opción humanista de la prosocialidad y de sus programas. Ocupa un lugar central las nociones de normas internalizadas y valores personales. Las normas y los valores pueden diferir entre individuos y variar en la importancia que le atribuyen.

Se ha visto que las conductas o acciones de un individuo están relacionadas con las normas o valores que haya asumido, aunque no es bien conocido el proceso por el cual se produce; parece que un peso importante corresponde a las cogniciones, ideas o etiquetas cognitivas que están debajo de estas normas y valores, algunos estudios las denominan teorías implícitas, teorías implícitas sociales o cogniciones sociales. No obstante, el proceso por el cual las cogniciones afectan a las conductas no es totalmente cognitivo, está mediado por las emociones relacionadas con la autoevaluación.

El concepto de dignidad nos lleva a la filosofía de la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Toda persona, por el hecho de pertenecer a la especie humana, es merecedora de dignidad, de una consideración positiva y, por tanto, de honor y respeto. Se trata de un valor irrenunciable, independiente de la raza, sexo, ideología, religión, capacidades o atributos y de sus posibilidades instrumentales o recursos; independiente de los logros, resultados conseguidos o de la eficacia y rendimiento producto de su actividad.

Este derecho de todo ser humano es muy aceptado hoy en día; cierto, sólo a nivel teórico, puesto que en la vida real este derecho se conculca con frecuencia. Esta distancia entre la teoría y lo real demuestran que hay mucho camino por recorrer en el trabajo de consolidar la dignidad en la vida de cada día. La vía idónea para avanzar con solidez en ese camino es la educativa donde niños y jóvenes deben ir creciendo en una sociedad y cultura impregnadas de dignidad y otros valores.



La autoestima puede variar a través de las diferentes áreas de la experiencia de acuerdo a la edad, género y otras condiciones. Se resumiría en percepción y juicio de valor relativamente estable que la persona hace de sí misma en relación a atributos positivos deseados por ella y según pensamientos y recuerdos de sus recursos y capacidades físicas, intelectuales, morales y de relación social, así como de sus actitudes y conductas habituales.

Es importante generar en los profesores y en los estudiantes una alta autoestima, ya que permite mantener una imagen totalmente constante de sus capacidades y de su distinción como persona; tener confianza en sus percepciones y juicios, y confiar que sacarán partido de sus esfuerzos; creer que tienen razón y valor para expresar sus convicciones; disposición para asumir un papel activo en grupos sociales y a expresar sus puntos de vista frecuente y activamente; también serían menos angustiados por ambivalencias y amenazas, menos agobiados por dudas personales y con problemas de personalidad menores; además tienen más posibilidad de concentrar su energía y atención en los logros y buenos rendimientos y todo ello se va cerrando un círculo positivo que tenderá a autoalimentarse.

Para la consolidación de la conciencia de la dignidad y de una alta autoestima es imprescindible que los educadores la atribuyan con sus actitudes, comportamientos y así lo expresen verbalmente a cada alumno. Atribuir significará creer y confiar en que el otro tiene ya o tendrá el rasgo o actitud que esperamos educar o promover; esta actitud del educador debe estar originada, facilitada y fecundada por la estimación y el amor.

La atribución contribuye a la consolidación de la dignidad y la autoestima e igualmente verdadero es que la dignidad y la autoestima es una persona permiten que ésta pueda realizar una atribución auténtica y coherente. (Roche, 1995).

#### ***2.2.5.2 Actitudes y habilidades de relación interpersonal.***

Una de las lagunas que se dan en el sistema educativo actual es la de la sistemática falta de atención prestada a los aspectos de las relaciones interpersonales y sociales (Roche, 1995).

Mucho se dice de que la escuela no ayuda a enseñar a sus alumnos este tipo de normas interpersonales y sociales; hay varios motivos por lo que ha desaparecido: uno fue la corriente antiautoritaria en la estructura rígida de las relaciones sociales, excesivamente marcada por un verticalismo superior-inferior, padre-hijo, maestro-alumno. A partir de entonces se puede decir que se produjo una crisis de autoridad. Las relaciones se han hecho más horizontales. Toda relación, antes de un juego de roles, es una relación entre personas, cada una de ellas con igual dignidad.

Otro motivo es el cambio de valor dado a las formas y especialmente a los formalismos; asociado a la espontaneidad, naturalidad, sencillez, compañerismo, solidaridad; muchas veces con el autoritarismo no solo no permitía expresar esa espontaneidad y naturalidad, sino que podía esconder actitudes profundas y sinceridad.

Un tercer motivo podría ser el sentido de obligatoriedad, el autoritarismo no solo privilegiaba al superior sobre el inferior, sino que proporcionaba un sentido coercitivo a esas normas percibidas como impuestas. Lo anterior, considerado por muchos como una etapa de crisis de valores, produjo el barrido de este tipo de educación de las escuelas.

El avance más importante lo constituye la conciencia progresivamente aumentada de los derechos humanos, que sitúan la dignidad de la persona por encima de cualquier atributo, capacidad o condicionamiento.

La psicología ha tratado de definir los objetivos y metas de los códigos conductuales en el contexto interpersonal-social y ha orientado la descripción de las secuencias conducentes al aprendizaje de los mismos. A estas capacidades se les viene denominando habilidades. La importancia de éstas radica en que equipa al niño para encarar su futuro y proporciona atributos notables para la aceptación actual entre sus compañeros, cosa muy importante de cara a su autoestima en proceso de consolidación. Los niveles bajos de aceptación social entre compañeros son debido a unos déficits de habilidades sociales.

### ***2.2.5.3 Valoración de lo positivo en el comportamiento de los demás.***

Un postulado presente en muchas corrientes humanistas es el de que la persona es básicamente positiva aunque muchas veces cuesta apreciar que la persona está constituida por cualidades positivas.

La dificultad de esta apreciación proviene de la aparición de lo negativo cuando se compara con ideales, expectativas u otros modelos de persona en los cuales deja de expresarse lo positivo. Cierta filosofía habla de lo negativo como ausencia parcial de lo positivo; el problema es que, generalmente, se toma esa ausencia como lo esencial, como lo definitorio de la persona cuando es algo sólo accesorio.

Es un fenómeno que todos experimentamos en la vida cotidiana y de relación: nos cuesta mucho más expresar los elogios que las quejas; parecería que estamos hechos para la plenitud de las cosas bien hechas, de las máximas cualidades; y cuando las cosas van bien nos habituamos con facilidad y no consideramos necesario expresar elogios como si fuera el estado normal de las cosas; en cambio, expresamos rápidamente las quejas o el reproche. El déficit de apreciación se supera con la atribución de positividad, prescindiendo de comparaciones, focalizando la atención en la persona directamente.

A nivel psicológico el mejor medio para hacer surgir una capacidad, un rasgo, una actitud, una conducta en el otro es la de creer y confiar en su positividad y probabilidad. En la formación de la personalidad del niño se sabe que la elaboración de la autoestima pasa por las actitudes y evaluaciones favorables de sus padres respecto a él, lo mismo sucede a otro nivel en los adultos.

Para que la imagen y el concepto de sí mismo sea bueno y alto es preciso que la infancia y la adolescencia hayan sido épocas en que sus educadores le hayan proporcionado buenas imágenes de sí mismo; de ahí la importancia de valorar positivamente las acciones y conductas.

Lo que pasa con los niños, en esta fase de la personalidad, ocurre en la relación entre adultos de asumir las atribuciones que se le hagan a su persona con la necesidad de definirse así mismo; los adultos inmaduros para aumentar el sentimiento de su propio valor o para mejorar la imagen que otros tienen de ellos, se comportan como intensamente dependientes de las otras personas.

Las personas necesitamos para nuestro sostenimiento y crecimiento la aceptación de los demás, al menos el reconocimiento de nuestra existencia. Uno de los modos más reales para este reconocimiento es el de escuchar y mirar; cuando escuchamos y atendemos a una persona le hacemos un sitio en nuestra vida, en esos momentos su existencia adquiere para ella una conciencia única; paradójicamente, su ser adquiere la mayor realidad en la medida en que se proyecta y se da a la otra persona con la que se está comunicando. La persona que escucha, que acoge vaciándose, recobra también su mayor realidad; aquí se descubre la esencia de nuestro ser: relacionalidad, interdependencia. Somos y existimos en la medida en que vivimos en función de los demás, de la socialidad.

Cada persona tiene la responsabilidad de empezar a introducir el cambio; es de esperar que las más maduras, más sanas o más funcionales deban hacerlo; especialmente los educadores, maestros, psicólogos, psicoterapeutas, etc. En estos principios la escuela de Rogers y la psicología no directiva encuentran la posibilidad para el cambio de la autoestima en personas con problemas de personalidad. Aunque las posibilidades no quedan reservadas a las personas señaladas; al contrario, a través de estas actitudes de valoración positiva de los comportamientos de los demás, todos podemos actuar como especialistas, personas que ayudan a otras, cada momento es una oportunidad que tenemos de ayudar a otra persona, aceptándola, acogéndola.

Uno de los mejores modos de ejercitar esta habilidad es no apresurar juicios respecto a los demás y a los fenómenos. Así cada momento, cada día, las personas que conviven, que trabajan juntas o colaboran habrán de saberse ver con ojos nuevos, no dejándose llevar por los esquemas esclerotizados y reconociendo los logros de los demás, por pequeños que sean, incluso cuando estén envueltos de otros muchos aspectos negativos.

#### ***2.2.5.4 La creatividad y la iniciativa prosociales.***

En los tiempos actuales, la psicología está buscando vías para la personalización del individuo, aunque los avances tecnológicos no siempre colaboran en esta

personalización. Los modernos medios de comunicación permiten acceder a la información común mundial y facilitan sintonizar y empatizar con personas y situaciones más allá de nuestras fronteras; se producen, en estos procesos, provocadas por las voluntades de los agentes de los Medios, unas focalizaciones unidimensionales que conducen a las percepciones, modos de almacenar la información, sentimientos, etc.

Estos procesos de unificación contribuyen también a otro fenómeno conocido por la psicología social actual: el de las presiones sociales, es decir, aquellas reglas de comportamiento social que actúan como teorías implícitas (etiquetas cognitivas, cogniciones sociales, eslóganes, refranes implícitos) que vehiculizan el saber colectivo con poder sobre las actitudes y actividades del individuo. Parece como si todo condujera hacia una finalidad unificadora de la humanidad, junto a este proceso progresivo de socialización están apareciendo indicios de una exigencia humana muy profunda: la individualización, la personalización.

Esta exigencia se podría denominar búsqueda del particularismo, de lo privado de la subjetividad, frente a la socialización, al universalismo; a nivel colectivo, una forma de este fenómeno sería el nacionalismo.

El ser humano, como todo sistema vivo, está caracterizado tanto por la morfoestasis (tendencia a la regularidad, a la repetición) que brinda seguridad, autorreconocimiento como por la morfogénesis (tendencia a la divergencia, a la creación) que ofrece estímulos nuevos. Es responsabilidad del sistema educativo proveer este equilibrio a los jóvenes; se ha de transmitir los conocimientos, las normas, los códigos sociales y ha de facilitar no solo los aprendizajes de los modos de aprender, sino que ha de estimular los pensamientos divergentes, la originalidad, en definitiva: la creatividad.

La creatividad debe estar al alcance de todas las personas; el acceso de la cultura debe significar el acceso a la fuente de las ideas, de los procesos creativos, participando en ellos; esto facilitará el descondicionamiento crítico frente a excesos del poder constituido. Es mediante la creatividad y la iniciativa que pueden tener solución muchos problemas de relación humana y problemas complejos de estructura. Es con ella que avanza el saber; es con este tipo de creatividad, que se expresa en iniciativa, la que hace falta para construir una sociedad más solidaria.

### **2.2.5.5 Comunicación. Revelación de sentimientos. La conversación.**

Se ha observado que los niños prosociales han comunicado más con sus padres y éstos han revelado más sus sentimientos que los padres a los niños poco prosociales. Esa comunicación con los padres, en especial, la relativa a los sentimientos, constituye una variable antecedente a la empatía.

En una sociedad en la que vivimos, la comunicación es el medio de que disponemos para ir estableciendo aquellos valores válidos para cada grupo o familia. En tiempos pasados, los roles estaban claros y prescritos por la sociedad, cada uno sabía lo que debía hacer; en la actualidad, estos roles y también las personas evolucionan mucho más: intelectualmente, afectivamente... y necesitan canales muy claros para poder negociar y ponerse de acuerdo respecto a sus objetivos y las reglas de funcionamiento para alcanzarlos.

Algunos elementos que contribuyen a que la conversación se transforme en verdadera comunicación se mencionaron en la variable relativa a las Habilidades Interpersonales y Sociales; no obstante otros elementos se mencionan:

Suficiente cantidad de información, hace mención a las condiciones necesarias para que el acto comunicacional sea completo y el receptor pueda ubicar los contenidos dentro de su marco conceptual de modo congruente; implica tanto códigos verbales como los gestuales y emotivos; implica también tiempo para que se pueda transmitir la información completa.

Amplitud del repertorio de los temas, refiere que muchas relaciones languidecen por una comunicación pobre en contenidos; la cantidad y amplitud están en relación con el espacio y duración de esa relación con respecto a un factor crucial: la novedad de la información compartida. El balance entre contenidos nuevos y antiguos probablemente esté sujeto a diferencias individuales, y quizá se puede afirmar que mantienen una seguridad, la persona es morfogénica en su avidez por nuevas afirmaciones.

La Apertura y revelación de sentimientos, es uno de los factores que más contribuyen a una comunicación de calidad en las relaciones interpersonales. Los elementos emotivos y sentimentales están llenos de referencias personalizantes que hacen más propia, más privada y más exclusiva la intercomunicación. Esto contribuye a que quien escucha tenga una impresión de mayor proximidad respecto al otro o de tener acceso a la debilidad, desvalimiento o necesidad del otro, que le invita a corresponder protegiendo; otro elemento importante es que energiza el tono del que habla.

#### ***2.2.5.6 Empatía interpersonal y social.***

Desde el inicio del estudio del comportamiento prosocial se ha asociado a la empatía, para Roche (1995) la empatía ha sido estudiada bajo dos componentes: el cognitivo y el afectivo.

La empatía cognitiva sería la percepción imaginativa del estado de otra persona, de modo que pueda entender y predecir los pensamientos, sentimientos y acciones de la persona.

La empatía afectiva es la respuesta emocional del sujeto dependiente de la experiencia emocional percibida de otros, supone un compartir los sentimientos del otro, aunque sea a nivel global. Los componentes cognitivos y afectivos están íntimamente relacionados, dependen entre sí.

Este factor está muy vinculado al comportamiento prosocial, en el terreno educativo ha surgido interés por conocer hasta qué punto podría haber una relación de causa y efecto; es decir, si facilitando o promoviendo la empatía podríamos educar para la prosocialidad.

La empatía es posible y se desarrolla gracias a la comunicación y cuanto mayor es aquella entre dos personas, el circuito de la comunicación se hace más corto, es decir, se necesitan menos unidades de información para intercambiar significados entre ellos.

Probablemente, la empatía, esté en la base de los comportamientos prosociales considerada como uno de los caminos con más potencial para cuidar la salud mental del

propio individuo, así como para disminuir la agresividad, la violencia y mejorar las relaciones sociales.

La empatía significa receptividad y acogida del otro; y en la medida en que el que escucha pueda comprender lo que el otro piensa, siente y desea, establece una sintonía vital con él. Cuando se consigue la empatía, además de constituir una verdadera psicoterapia mutua, se ponen los cimientos de la auténtica socialidad, donde se potencia la unidad, construyendo lazos duraderos de cooperación, solidaridad y amistad.

#### ***2.2.5.7 La asertividad. Resolución de la agresividad y la competitividad.***

En referencia a este factor existe confusión respecto a los conceptos de violencia y agresividad humanas, se usan los términos de modo ambivalente, hay quien utiliza el término ‘agresivo’ como rasgo o habilidad positiva, por ejemplo, en un vendedor o ejecutivo.

Desde la misma psicología, hay teóricos que defienden la idea de que la naturaleza humana es esencialmente agresiva; otros, aseguran el carácter cultural y aprendido de esta agresividad. Por ello es importante clarificar desde qué perspectiva se parte cuando se aborda en intervención educativa y social.

Roche (1995) reproduce los argumentos de la Declaración sobre la violencia del I Congreso de Psicólogos para la Paz, celebrado en Helsinki, por el interés básico que justifica los proyectos de paz y porque pueden constituir una guía teórica para el trabajo en el nivel de sensibilización cognitiva de los programas de prosocialidad. Básicamente son cinco:

En primer lugar, es científicamente incorrecto decir que hemos heredado una tendencia a la guerra de nuestros antepasados animales, la actividad de la guerra es un fenómeno peculiarmente humano y no se produce en los animales. La actividad bélica ha cambiado radicalmente con el paso del tiempo lo que indica que es un producto de la cultura. La guerra es biológicamente posible pero no es inevitable, tal como evidencian tanto su variación en la ocurrencia y naturaleza a través del tiempo y del espacio. Hay



culturas que no se han implicado en guerras durante siglos y otras que lo han hecho frecuentemente en unos tiempos y no en otros.

El segundo argumento, refiere que es científicamente incorrecto decir que la guerra y otras conductas violentas están genéticamente programadas en la naturaleza humana. Los genes están implicados en todos los niveles de función del sistema nervioso y proporcionan un potencial que puede ser actualizado nada más en conjunción con el entorno ecológico y social; es la interacción entre el equipo genético y las condiciones de crianza lo que determina sus personalidades. Los genes no producen individuos necesariamente predispuestos a la violencia.

El tercero menciona que es científicamente incorrecto decir que en el curso de la evolución humana ha habido una selección natural más a favor de la conducta agresiva, que de otras clases de conducta. En todas las especies el estatus se obtiene por la habilidad de cooperar y cumplir funciones sociales relevantes para la estructura del grupo. La dominancia supone vínculos sociales o afiliaciones; y no, simplemente, una cuestión de posesión y uso de poder físico superior. La violencia no está presente ni en nuestro legado evolucionista ni en nuestros genes.

El cuarto argumento, dice que es científicamente incorrecto decir que los humanos tienen un cerebro violento; aunque tenemos el aparato neuronal para actuar violentamente, éste no es activado automáticamente por estímulos externos o internos; nuestros procesos superiores filtran tales estímulos antes de que puedan actuar; la manera como nosotros actuaremos, está mediatizada por cómo hemos estado condicionados y socializados. No hay nada en nuestra neurofisiología que nos impulse a reaccionar violentamente.

Por último, es científicamente incorrecto decir que la guerra es causada por instinto u otra motivación simple. La emergencia de la guerra moderna ha supuesto un trayecto desde la primacía de factores emocionales y motivacionales, llamados instintos, a la primacía de factores cognitivos. La guerra moderna implica el uso institucional de características personales como la obediencia, la sugestionabilidad y el idealismo; habilidades sociales como el lenguaje y consideraciones racionales como el cálculo del coste, la planeación y el proceso de información.

Una respuesta para evitar la agresividad es la asertividad, la cual se define como la iniciativa, decisión y persistencia en llevar adelante una conducta, a pesar de los obstáculos situacionales, interpersonales o sociales encontrados. La alerta, la decisión, la impulsividad, la intensidad, la contundencia, la afirmación de sí mismo, la autopercepción de fuerza, la resolución de un conflicto, etc., pueden formar parte de lo que se denomina asertividad.

La asertividad está relacionada con la afirmación de sí mismo y recoge los elementos positivos de lo que algunos autores mal denominan agresividad necesaria. Permite a la persona expresarse con libertad y de manera directa, sincera y adecuada con cualquier interlocutor; proporciona una visión activa de la vida y una perseverancia en trabajar por lo que se quiere y sentir que esa actuación es coherente con uno mismo. Son elementos de nuestra propia conciencia de ser y de nuestra seguridad.

La sensación y autopercepción de fuerza es algo muy positivo. Necesario para la propia seguridad. Hay que desterrar la idea de que ejercer la prosocialidad sea connatural con la debilidad, la sumisión, la dependencia por incapacidad o insuficiencia; por tanto esa fuerza hay que ejercitarla.

#### ***2.2.5.8 Modelos prosociales reales y en la imagen.***

La observación de un modelo prosocial es un elemento facilitador poderoso, los niños que observan cómo una persona realiza actos prosociales elevarán probablemente su nivel de generosidad, de ayuda o compartir.

Uno de los problemas que se han tratado de abordar es el de conocer qué características del modelado son más susceptibles de hacerse imitables; las dos variables más estudiadas han sido: el poder y la afectividad.

El poder se define como el control de recursos, la capacidad de administrar recompensas y castigos al niño. La efectividad se afirma en las condiciones óptimas para el desarrollo de la conducta de ayuda con aquellas en las que los niños observan a un adulto manifestando altruismo a todos los niveles, pero solo se incrementa la conducta altruista

de manera significativa cuando el entrenamiento intensivo se produce en el contexto de la interacción afectiva y nurturante.

El altruismo generalizado se aprende mejor de los padres que no solo tratan de inculcar los principios del altruismo, sino que manifiestan altruismo en las interacciones de cada día. En general, en los estudios con personas altruistas aparecen descripciones de sus padres como personas cariñosas y modelos de generosidad, simpatía, compasión.

Los padres, los cuidadores, los educadores, en sus habituales interacciones con los niños, están mostrando actos que sirven como puntos de referencia seguros para la imitación e incluso para la identificación. Si esos actos son acordes con un estilo de conducta prosocial, es indudable que procurarán los observadores patrones a imitar.

Observando a sus cuidadores, los niños no sólo perciben una diversidad de acciones prosociales; ellos observan también, conductas complementarias que les animan a mostrar sus propias respuestas prosociales.

A nivel de aprendizaje, los estudiosos casi se han detenido en la edad más susceptible de ser moldeada por la educación: la infancia y la adolescencia. Sin duda, determinadas formas de prosocialidad complejas, sociales, ligadas a la profesionalidad, políticas, etc., demandan etapas del desarrollo psicosocial del individuo más maduras y corresponden a etapas del ciclo vital más marcadas por la actividad social.

#### ***2.2.5.9 La ayuda. El cuidar. Dar. Compartir.***

Es la variable en función de la cual las demás variables y objetivos se estructuran. La importancia de la misma no significa que pudiese operar aislada. Hay que tener en cuenta que los individuos prosociales pueden estar inclinados más a realizar unos tipos de acción prosocial que otros. Lo importante es pronunciarse a favor de la posibilidad de que tanto los comportamientos como las actitudes prosociales pueden ser aprendidos y mejorados y abrimos a que todo ello puede dejar huellas fundamentales en lo que podemos denominar motivación altruista.

En la conceptualización de la prosocialidad ocupan un lugar central las nociones de normas internalizadas y valores personales. Estos valores son construcciones cognitivas y frecuentemente son aquéllos que ha asumido la sociedad a la que pertenece el individuo; también pueden haber sido elaborados personalmente. Las normas y valores pueden diferir entre individuos y variar en la importancia que les atribuyan.

Las cogniciones que subyacen de las normas y valores morales frecuentemente motivan conductas prosociales o altruistas. El proceso por las que estas cogniciones relacionadas con normas o valores afectan a las conductas no es totalmente cognitivo, sino que está mediado por las emociones relacionadas con la autoevaluación como por ejemplo: culpa, orgullo, etc.

La reciprocidad y la prosocialidad están vinculadas. En sus interacciones cotidianas, los niños tienden a actuar recíprocamente desde una edad muy temprana. Probablemente, esta reciprocidad hace más probable la aparición de nuevas secuencias en las que se repitan las iniciaciones de conductas que anteriormente han resultado funcionales.

Una de las interacciones interpersonales que mejor describen la reciprocidad es la amistad, la cual puede verse como un intercambio recíproco, continuado y constante de beneficios; pero también, no siempre significan conductas interesadas o con expectativas de cambio-cambio. La diferencia radica en que la verdadera amistad se da un tipo de actitud y de conducta orientada al bien del otro, no controladas precisamente por la previsión o expectativa de su devolución.

#### ***2.2.5.10 Prosocialidad colectiva y compleja.***

El individuo es el elemento fundamental a la hora de considerar una optimización social, aunque se debe afrontar imprescindiblemente lo estructural, lo social en su conjunto, que proporciona el marco de referencia en el que éste se modela, se conforma, se socializa. Todas las personas, en cualquier edad, somos susceptibles de ser educados tanto por la educación formal como por la informal, fruto de los estímulos continuos de lo social.

La ciencia ha dejado de analizar y describir únicamente los obstáculos de las dinámicas sociales y se está comprometiendo en la búsqueda de estrategias que permitan no sólo incrementar la previsión de los riesgos que conllevan las dinámicas negativas, sino señalar las vías optimizadoras para construir actitudes y comportamientos facilitadores de dinámicas sanas.

Es innegable la existencia de una prosocialidad colectiva, aquellas acciones colectivas prosociales puntuales o aquellas características determinadas de grupos, colectividades o pueblos que se han perpetuado como típicas y que pueden reconocerse entre sus raíces, costumbres, tradiciones, historia, instituciones, personajes sobresalientes, en definitiva, por la cota de civismo y ciudadanía.

La existencia de modelos colectivos de convivencia social permiten focalizar, estudiar los intercambios positivos entre grupos y así ayudar a incrementar conductas grupales prosociales y a acrecentar la identidad positiva de los grupos, colectividades o pueblos; todo ello debido a la sensibilización que supone el conocimiento y a los efectos creadores que produce la atribución positiva, lo que favorece la mayor generación de prosocialidad.

La familia ofrece un ejemplo ilustrativo de algunos rasgos esenciales de la prosocialidad en el grupo, ésta puede construir una comunidad personalizante donde gracias al amor prosocial la persona tiene la posibilidad de ser valorada más allá de sus atributos o de la utilidad que presta, con independencia de su rol o función.

Gracias a esta realidad armónica de relaciones prosociales, la familia puede convertirse en un verdadero agente de cambio social, para ello es preciso que se establezca una horizontalidad en las relaciones de que todos los miembros de la familia tengan acceso a una participación real en la asignación de roles, distribución de tareas y en los procesos de toma de decisiones familiares.

Esa posibilidad de participación que alcanzará hasta a los miembros más pequeños, hará que estos vayan desarrollando su personalidad abierta y preparada a ejercer ese derecho en otros ámbitos sociales.

Un modelo colectivo prosocial muy claro puede serlo el contexto educativo presente en las escuelas, ya se ha mencionado cómo los modelos prosociales son un factor importante para el favorecimiento de la aparición de los comportamientos prosociales. Esta premisa es válida más todavía para los modelos no sólo individuales (un padre, una madre, un profesor) sino para los colectivos.

Ya sea en las relaciones interpersonales como en las grupales, colectivas o sociales, los comportamientos prosociales no pueden entenderse solamente en un sentido lineal y simple; debemos considerar, tanto la prosocialidad colectiva como la prosocialidad compleja que comprenden terceros elementos intervinientes no siempre beneficiados.

Con los términos prosocialidad compleja se refiere a las acciones que más allá de la positiva relación prosocial interpersonal o grupal entre agente y receptor o beneficiado, implican una secuenciación en la que participan terceros, sean personas, colectividades o metas sociales no siempre beneficiadas.

Un grado más elevado de complejidad se da en aquellas conductas prosociales de personas o grupos que a partir de mapas cognitivos abiertos y conscientes de la complejidad interrelacional, multidimensional de lo social, y teniendo en cuenta las necesidades de las partes intervinientes, tienen como objetivo responder a todas ellas, en lo posible sin reducirlas y evitando las posibles contradicciones de acciones prosociales de ayuda que implican lo contrario para otras personas o grupos. Un ejemplo serían los medidores internacionales o mediadores intranacionales en situaciones de claro conflicto.

Los actos prosociales complejos se dan en los siguientes niveles: 1. Pluralidad de individuos. 2. Intervención de otros terceros. 3. Diversidad específica de los receptores. 4. Intervención de comportamientos no prosociales en la secuencia total del acto prosocial. La complejidad es mayor cuanto más se combinan los niveles.

#### **2.2.6 Variables optimizadoras referidas a los profesores.**

Las variables que se relacionan a continuación constituyen los elementos del Modelo teórico de referencia que están en la base de todo Programa educativo para la optimización de la prosocialidad referidas a los profesores.

### ***2.2.6.1 Aceptación y afecto expresado.***

Dentro de la literatura se halla mucha evidencia del papel crucial que juegan las prácticas de crianza, haciendo referencia principalmente a la variable expresiva, afecto-rechazo de los padres a los hijos; y a la variable instrumental, control-autonomía de los padres sobre los hijos o autonomía dejada a éstos.

Algunos autores han presentado características de personalidad de los hijos surgidos a partir de los cuatro diferentes patrones educativos paternos posibles: afecto con autonomía, afecto con control, rechazo con autonomía y rechazo con control.

Más de lo acertado de este planteamiento, hay que decir que hay otros muchos factores que no se contemplan como son si esas prácticas educativas corresponden a ambos padres o no; si son contrapuestas entre los dos; los efectos según el sexo de los hijos; la estabilidad, duración, intermitencia o alternancia de esas prácticas, etc.

Con respecto al comportamiento prosocial ocurre como con otros rasgos positivos de personalidad, que su aparición va asociada a un nivel de aceptación o afecto paternos buenos. Por otra parte, la conducta afectiva no es fácilmente observable y claramente definida. La empatía parecería ser una dimensión que mediaría esa relación en el sentido de que el modo en que los padres son sensibles y empáticos a los sentimientos penosos del hijo puede influir en el modo en que éste aprenderá a sentir empatía e interés por los demás.

La aceptación y el afecto paternos o de los educadores no pueden actuar en sentido opuesto a la optimización prosocial y es probabilísticamente más acertado asumir su influencia sobre todo teniendo en cuenta que es un factor omnipresente a la hora de analizar otros comportamientos positivos y las características de una personalidad sana.

Es acertado proponer un clima afectivo bueno en toda intervención educativa hacia la prosocialidad.

El aceptar y ser transparente son expresiones que el humanismo define como la actitud práctica y positiva para fomentar relaciones personales de todo tipo; aceptar es adoptar la mirada incondicional que nunca juzga ni domina; nunca tiende a poseer o manipular a la otra persona en manera alguna. Se trata de aceptar la diferencia, amar la diferencia, pues el proceso de desarrollo de una persona es el proceso de la diferenciación a partir de aquella primera relación de apego-simbiosis.

En el caso de los maestros el tema de la aceptación y la vehiculización del afecto no se presentan de este modo. También el educador se enfrenta con problemas de aceptación de ciertos niños. Esta dificultad puede afectar el terreno de las actitudes; es necesario que el maestro se plantee la cuestión con toda claridad, la analice para hallar posibles elementos que han supuesto el inicio de esta dificultad, y que este análisis lleve a una optimización dentro de sí en el educador.

#### ***2.2.6.2 Atribución de la prosocialidad.***

La atribución es un mecanismo utilizado por personas significativas (educadores, especialistas, etc.) respecto al sujeto emisor o agente en potencia de realizar actos prosociales, por el que manifiestan una percepción, una opinión o una actitud positiva del rasgo que se está observando o que se desea promover como un atributo normal o continuado del sujeto.

Estas personas expresan su confianza y certeza de que el sujeto es una clase de persona cooperadora, que ayuda, que es generosa, etc. Esta atribución moviliza la autoestima, y precisamente, para consolidar ésta se hace necesario el que vayan produciéndose estos rasgos promovidos de carácter prosocial.

La atribución, la capacidad de atribuir positividad en un maestro es fundamental. Es el mecanismo más potente para la educación. Precisa de gran convicción por parte del educador respecto a que el creer y confiar en el otro es el mejor modo de hacer surgir, crecer y educar los rasgos positivos que ya tiene en potencia.



Los pasos operativos que han de constituir un proceso de atribución por parte del educador sería: creer en la existencia del potencial prosocial del niño; expresarle esta creencia y confianza; tratar de ver comportamientos y actitudes prosociales en el niño por escasos, pequeños o breves que sean; señalarlos, nombrarlos; y expresar confianza en su frecuencia en ese rasgo como característica de su personalidad.

### ***2.2.6.3 Disciplina inductiva.***

En el grado de control de los padres respecto de sus hijos no hay consenso entre los especialistas sobre cuál es el más adecuado para una educación positiva. Es conocida la progresiva sensibilización adquirida por los investigadores en educación respecto a los niveles ideales de control; desde las experiencias radicales libertarias de la contracultura hasta la postulación de la férrea disciplina a ultranza.

La literatura sugiere que el uso frecuente de técnicas de control altamente duras, en particular, físicamente agresivas, no contribuyen al desarrollo de las tendencias prosociales, sino todo lo contrario, desarrollan agresividad en los hijos. El niño fuertemente castigado difícilmente es sensibilizado a la consecuencia de sus actos sino más bien al dramatismo de la acción castigadora que pone en evidencia el poder paterno y posiblemente estimula la imitación de esa conducta que surgirá en etapas posteriores. Los niveles medios de control combinados con una buena aceptación parecen favorecer más la orientación positiva de los niños hacia sus compañeros, siempre que focalicen la atención del niño-agente en las consecuencias de sus actos. Parece ser que esta disciplina inductiva contribuye a la adquisición de un autocontrol internalizado.

Una forma específica de disciplina inductiva es aquella que centra la atención del niño en las consecuencias que su acción tienen para el otro niño. Este descentramiento es una actividad cognitiva y emocional, por lo que favorece la empatía, elemento fundamental para el comportamiento prosocial. La inducción debe hacerse no sólo sobre las consecuencias negativas sobre los demás, sino también sobre las positivas. La situación de inducción es muy buena para expresar, presentar y razonar, claramente, los valores y normas que actúan como criterios en las conductas.

Los educadores deben tener en cuenta, al realizar la inducción, de desproveer sus argumentos de conceptos globalizantes respecto a las conductas de los sujetos, es decir, de cualquier significado de egoísmo, pereza o motivaciones negativas que conducen a disciplina de castigo. Proporcionar al niño el beneficio de la duda en caso de observar posibles malas conductas.

#### ***2.2.6.4 Exhortación a la prosocialidad.***

Sugerir o decir a los niños qué hacer afecta su conducta aunque sea a corto plazo. Dentro de las prácticas educativas paternas, un tema poco estudiado no sólo es el grado de exhortación empleado en el ambiente natural, sino también el grado de orientación prospectiva que tienen esos sermones o consejos.

Habrán padres que tenderán a sermonear sobre las malas conductas; otros, a hacerlo sobre prevención de las mismas, y otros estimularán la realización de las positivas; en este sentido se podrá hablar de capacidad paterna para guiar las conductas de sus hijos.

En la actualidad, y de la mano del cognitivismo, se presencia un creciente interés de parte de los especialistas por el estudio de las cogniciones sociales o teorías implícitas debido a su importancia en la constitución de las actitudes o estados disposicionales para la acción e incluso en la ejecución de los comportamientos.

El sermón suave y de baja intensidad no es probable que altere la conducta pro-social de los niños, pero el sermón intensivo y directo con fuertes argumentos a favor de la acción prosocial puede ser altamente efectivo. La exhortación prolongada y muy frecuente puede causar saciedad y provocar efectos contrarios a los deseados.

La exhortación a la conducta prosocial puede tener una influencia muy importante si procede de un modelo prosocial significativo con el que se mantienen relaciones positivas de afecto y que ha actuado oportunamente con disciplina inductiva.

#### ***2.2.6.5 Refuerzo de la prosocialidad.***

El refuerzo tiene un papel importante en el comportamiento prosocial. El uso contingente de reforzadores positivos produce aumentos generalizados y duraderos en las conductas de compartir y otros comportamientos prosociales.

El refuerzo podría ser positivo y posterior a la conducta de donación o ayuda, o bien, negativo por medio de condicionamiento aversivo en el cual se debilita o elimina la respuesta indeseable (no prosocial). Es lícito pensar que en determinadas ocasiones y momentos la recompensa empleada por los padres en la conducta prosocial de sus hijos tiene una efectividad importante, sobre todo en edades en que tiene lugar el proceso de internalización.

Hay considerable evidencia de que la conducta puede modificarse en función de presenciar la conducta de otra gente y sus consecuencias. La verbalización de los efectos positivos que acompañan a los actos prosociales inducen a más imitación de respuestas generosas de donación y de ayuda, además, los efectos pueden ser duraderos.

Los niños pueden ser inducidos a comportarse más altruistamente si se pueden atribuir la propia buena conducta al hecho de que ellos son las personas indicadas para preocuparse y cuidar de otros. Tanto los niños como los adultos pueden aprender a modificar su conducta a partir de establecer consecuencias agradables a algunas conductas determinadas que se desea incrementar y omitir o evitar esas consecuencias después de otras que se desea disminuir.

La aplicabilidad y su eficacia a las conductas prosociales tienen que ver mucho con los valores de la persona, pues quien posea una fuerte motivación prosocial será capaz de recompensarse o dejar de hacerlo en relación con sus actos prosociales.

La mejor vía será aquella en que las auto recompensas sean de orden moral, mostradas y ejercitadas en una situación relacional como cuando se le invita a un niño a enseñar a otro más pequeño, en donde puede experimentar sentimientos asociados a otros de eficacia y autoestima.

La actitud paterna generalizada de confianza y la certeza manifestada en las posibilidades del niño para la conducta deseada es una de las prácticas más potentes

para la educación. Los educadores deben realizar un análisis de los refuerzos adecuados a cada contexto educativo, así como la elaboración de un posible inventario de los mismos. Será útil que observe las situaciones típicas en donde se producen espontáneamente acciones prosociales en el grupo o clase, registrarlas y evidenciarlo en su momento.

Las variables para la optimización de la prosocialidad del modelo de referencia que se han sintetizado son elementos que también se asocian con el humanismo y el desarrollo humano; estas variables no siguen una secuencia predeterminada, cada una se asimila, crece, influye y forma parte vital en el crecimiento personal y el logro de las habilidades prosociales; algunas variables podrían desarrollarse de manera simultánea o influirse entre sí. Lo importante es considerarlas en el momento de planear un programa educativo de optimización prosocial.

### **2.2.7 Otras investigaciones con tema prosocial en el campo educativo.**

A continuación se presentan otros estudios publicados que sustentan la importancia en las competencias de los docentes y adultos en la educación y desarrollo de los niños; en los que se incluyen variables que favorecen el bienestar, las relaciones sociales y el aprendizaje. En éstos se observa, entre otros, la conducta prosocial como factor que promueve el desarrollo positivo o como un elemento que se puede beneficiar.

Cabe destacar, entre los trabajos más notables en Europa, los estudios que desde el 2000, se han llevado a cabo en el grupo de investigación CIRMPA, de la Universidad de Roma, (La Sapienza), liderado por Caprara and al. (2000, 2005, 2012, 2013) con Programas de intervención en el ámbito escolar, como el denominado CEPIDEIA (Caprara, G.V., Gerbino, M., LuengoKanakri, P., Vecchio, Giovanni M., (2014).

Ortiz, Apodaca, Etxebarria, Fuentes y López (2011), realizaron el estudio “Papel de los padres y madres en la regulación moral de los niños y en la conducta prosocial y agresiva con los compañeros”, en donde se analizó la relación entre algunas variables parentales (afecto, aceptación, comunicación emocional, transmisión de valores, intervención moral y dedicación a los hijos) y la internalización moral, la conducta prosocial y la conducta agresiva de los niños y niñas en la escuela. La muestra

estuvo formada por 485 sujetos (244 niños y 241 niñas) de seis a ocho años. Se encontró que las principales variables que discriminaban a los niños y niñas con mayor y menor internalización moral, prosocialidad y control de la agresividad fueron por la transmisión de los adultos; de los valores de la madre y el afecto del padre en los niños; y el afecto y la comunicación emocional maternas en las niñas.

“The Prosocial classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom outcomes”, presentado por Jennings, P., Greenberg, M., (2009). En éste los autores proponen un modelo del aula prosocial que pone de relieve la importancia de la competencia social y emocional de los docentes (CSE) y el bienestar en el desarrollo y mantenimiento de relaciones de apoyo entre maestros y alumnos, la gestión eficaz en el aula, y la implementación exitosa del programa de aprendizaje social y emocional. Este modelo propone que estos factores contribuyen a crear un clima en el aula que es más propicio para el aprendizaje y que promueve resultados positivos de desarrollo entre los estudiantes. Además, los autores hacen una revisión de la investigación actual, sugiriendo una relación entre la competencia social y emocional y el agotamiento de los maestros y revisa los esfuerzos de intervención para apoyar la competencia social y emocional de los profesores a través de programas de reducción de estrés y de atención plena. Por último, los autores proponen una agenda de investigación para abordar la eficacia potencial de las estrategias de intervención destinadas a promover la competencia social y emocional del maestro y mejorar los resultados de aprendizaje en los estudiantes.

Otro estudio, realizado por Spivak, A., y Howes, C. (2011), titulado “Social and Relational Factors in Early Education and Prosocial Actions of Children of Diverse Ethnocultural Communities”, examinó si los intercambios y las relaciones sociales entre los niños pequeños y los maestros de atención temprana y de educación infantil están asociados con la conducta prosocial de los niños de diversos orígenes étnico-culturales. Los factores sociales y relacionales, incluyendo la cercanía de la relación profesor-niño, el tono emocional de la interacción profesor-niño, la participación en el juego social de simulación, la competencia en el juego de simulación con sus compañeros, y la interacción social positiva entre pares fueron explorados en relación con la acción prosocial de los niños. Niños y niñas blancos, afroamericanos y latinos participaron en la Evaluación Nacional de Early Head Start quienes fueron

seleccionados para este estudio justo antes de entrar al kínder. Los resultados indicaron que la participación de los niños en el juego social de simulación y las calificaciones de los maestros de las competencias de los niños en el juego de simulación con sus compañeros se asociaron con la conducta prosocial de los niños en los tres grupos etnoculturales. La asociación de los otros factores sociales y relacionales con la conducta prosocial de los niños varió entre el origen racial o étnico. Se ha discutido las implicaciones para la investigación futura.

Estos estudios publicados son una muestra de cómo la conducta prosocial está siendo investigada en el campo educativo y sus resultados están ofreciendo información valiosa para la toma de decisiones y posibles cambios; también con estos datos se harán relaciones con los resultados de esta investigación evaluativa y sumará al acervo que ya existe.

## CAPÍTULO III

### Programa de Optimización Prosocial

En este capítulo se presenta el Programa de Optimización Prosocial, el cual es un diseño realizado por el Investigador tomando como base la teoría de la Prosocialidad del Dr. Robert Roche y la experiencia de LIPA (Laboratorio de Investigación Prosocial Aplicada) de la Universidad Autónoma de Barcelona. El Programa consta de ocho sesiones de dos horas de duración, aproximadamente, cada una. Se ha considerado una aplicación flexible, tanto en el tiempo como en el desarrollo de las técnicas y ejercicios. El diseño y la planeación estuvieron bajo la supervisión del Dr. Roche.

El diseño del Programa de Optimización Prosocial se planificó en tres fases:

Fase: Teórico-Informativa 1 <sup>a</sup> , 2 <sup>a</sup> y 3 <sup>a</sup> Sesiones	Fase: Laboratorio Personal 3 <sup>a</sup> , 4 <sup>a</sup> , 5 <sup>a</sup> , 6 y 7 <sup>a</sup> Sesiones	Fase: Evaluación y cierre 7 <sup>a</sup> y 8 <sup>a</sup> Sesión
---	---	--

Fig. 2: Fases del diseño del Programa de Optimización Prosocial

#### 3.1 El taller

Las ocho sesiones del Programa se elaboraron mediante la estrategia psicopedagógica del taller, ya que desde una perspectiva pedagógica, esta metodología es una forma de enseñar y de aprender mediante la realización de algo que se lleva a cabo

conjuntamente. Es un aprender haciendo por lo que cada participante asume su responsabilidad dentro del proceso.

El taller, para Ander – Egg (1999), permite desarrollar una actitud científica, que predispone a detenerse frente a las cosas para tratar de desentrañarlas, problematizando, interrogando, buscando respuestas, sin instalarse nunca en certezas absolutas. Los conocimientos en el taller se adquieren en una práctica concreta que implica la inserción de un campo de actuación directamente vinculado con el futuro de los participantes.

Un aspecto central del taller es la participación activa, es un sistema de enseñanza-aprendizaje ya que a participar no se aprende teóricamente, se aprende a participar participando, lo que implica desarrollar actitudes y comportamientos participativos, al final, el aprendizaje de cada participante es, o puede ser, diferente.

La organización y funcionamiento del taller depende de la situación en donde se desarrolla, el nivel en que se aplica, las características del facilitador y de los participantes, los antecedentes que posee el grupo, la participación y el grado de involucramiento que posee.

La práctica pedagógica del taller facilita la integración de las diferentes perspectivas sobre una realidad concreta. El taller suele ser multidisciplinario en cuanto que es un esfuerzo por conocer y operar, asumiendo el carácter multifacético y complejo de toda la realidad.

En el taller el facilitador tiene una tarea de: animación, estímulo, orientación, asesoría y asistencia técnica; los participantes se insertan como sujetos de su propio aprendizaje con apoyatura teórica y metodológica, con bibliografía y documentación de consulta que las exigencias del taller vayan determinando. (Ander-Egg, 1999).

El mismo autor reconoce que el taller exige un pensamiento integrador donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica sobre un aspecto de la realidad, la cual tiene que ser globalizante; la cual consiste en adquirir el conocimiento desde múltiples perspectivas; al mismo tiempo que se establecen relaciones con algunos



aspectos de los conocimientos ya adquiridos se van integrando nuevos conocimientos significativos.

El taller es una estrategia que no plantea las situaciones problemáticas de la vida a partir de principios o teorías, sino que a partir de cuestiones que susciten una práctica que lleve a cada integrante a interrogarse y reflexionar sobre lo que está haciendo y su significado; es decir, se aprende a través de ir experimentando por uno mismo. (Ander-Egg, Gelpi, Hernández, Peiro, y Jabonero, 1994).

A continuación se presenta el objetivo general del programa de optimización prosocial, seguido por las cartas descriptivas de las ocho sesiones. Cada sesión tiene su propio objetivo a desarrollar.

### **3.2 Objetivo General**

Desarrollar un Programa de Optimización Prosocial con docentes de educación primaria pública de la zona rural del estado de Yucatán mediante el análisis de información acerca de la prosocialidad y la implementación de los laboratorios personales para conocer y describir los cambios y procesos en las habilidades prosociales de los docentes.

### **3.3 Cartas descriptivas**

La planeación realizada del Programa de Optimización Prosocial se plasma en las cartas descriptivas; para ello se ha tomado en cuenta las personas con la que se trabaja, los recursos con los que se cuenta, los tiempos que las autoridades de la Secretaría de Educación Pública de México han permitido y las recomendaciones del Dr. Roche. Su uso es de gran ayuda y facilitan la eficacia y eficiencia de los objetivos, del tiempo y los recursos. A continuación se presentan las ocho sesiones:

### 3.3.1 Sesión 1

#### Presentación de la investigación y la Prosocialidad

Objetivo: Introducir el programa de optimización como parte de una investigación cualitativa a través de la presentación de los objetivos de investigación y del programa, información del concepto de prosocialidad para lograr el interés y la participación activa.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida.	Crear un ambiente agradable de trabajo	Presentación del facilitador y de los participantes con información general como: nombre, origen, años de servicio en educación, experiencia, estudios realizados, grado que imparten, etc.		10 minutos
Presentación	Presentar los objetivos de la investigación y del Programa.	Presentación de los objetivos de la investigación cualitativa y del Programa de optimización como elemento esencial con el apoyo del Power Point.	Ordenador y proyector.	20 minutos
Participación consentida	Informar e identificarse con la investigación.	Lectura de la Carta de participación consentida y firmas de los participantes.	Fotocopias de la Participación Consentida.	10 minutos
Fichas de registro	Obtener los datos generales y de identificación de los participantes	Llenar personalmente las fichas de identificación que servirán para estar en contacto y tener información de los participantes.	Fotocopias de fichas de registro.	10 minutos
Escala de Caprara et al	Obtener datos de los participantes de la Escala de Caprara et al.	Se les entrega a todos los participantes la escala de Caprara para responder, se les dice que no hay	Fotocopias de la Escala de Caprara.	10 minutos.

		respuestas buenas o malas, solo es para obtener información.		
Prosocialidad	Introducir al concepto de prosocialidad.	Entregar una hoja con un cuadro de prosocialidad el cual irán llenando conforme avance la actividad. En este momento llenan sólo el primer cuadro “con qué lo relaciono”. Presentación del PP y comentarios con información de la investigación cualitativa y con el concepto de prosocialidad y análisis del mismo y se mencionan sus categorías. Se comenta la posible necesidad de una sociedad más solidaria y cómo la prosocialidad da respuesta. Aquí llenarán el segundo cuadro “coincidencias con la definición”. Se les entrega en fotocopias para profundizar la lectura en casa el capítulo 1 de “Prosocialidad nuevos desafíos”.	Fotocopias del cuadro de prosocialidad. Ordenador. Proyector. Fotocopias del libro “Prosocialidad Nuevos desafíos”.	60 minutos
Cierre	Recoger las impresiones y aprendizajes de los participantes.	Se les pide a los participantes que digan con una frase lo que se llevan de esa sesión. Iniciarán de manera voluntaria hasta que todos participen. Promover una reflexión de la sesión a través del llenado de las hojas de retroalimentación y evaluación con las preguntas: 1. ¿Qué me llamó más la atención de la sesión? 2. ¿Qué reflexión personal he tenido? 3. ¿Qué me llevo como crecimiento y desarrollo personal? 4. ¿Cuál es mi compromiso o reto personal? 5. ¿Qué he aprendido de la sesión? Se les avisa que los libros de texto: Prosocialidad: Nuevos desafíos y Psicología y Educación para la prosocialidad se quedarán en la escuela para uso de ellos durante todo el tiempo que dure el	Fotocopias de retroalimentación y evaluación.	10 minutos

		taller.		
--	--	---------	--	--

Fig. 3: Sesión 1 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

Ver en el Anexo A

<b>PROSOCIALIDAD</b>	
CON QUÉ LO RELACIONO	COINCIDENCIAS CON LA DEFINICIÓN
CONCEPTO APRENDIDO	CONCEPTO PERSONAL

Ver en el anexo B

<b>RETROALIMENTACIÓN Y EVALUACIÓN</b>	
1. ¿Qué me llamó más la atención de la sesión?	
2. ¿Qué reflexión personal he tenido?	
3. ¿Qué me lleva como crecimiento y desarrollo personal?	
4. ¿Cuál es mi compromiso o reto personal?	
5. ¿Qué he aprendido de la sesión?	
Nombre: Participante:	Fecha:

Para la Escala de Medida de la Prosocialidad ver el Anexo C

### 3.3.2 Sesión 2

#### La Prosocialidad y sus categorías

Objetivo: Profundizar en el concepto de prosocialidad mediante los comentarios e impresiones obtenidos al revisar la teoría y con la información de las categorías para ampliar el conocimiento y comprensión sobre la conducta prosocial.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida.	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida a los participantes. Se le pregunta a cada uno: ¿Cómo estás? Provocando que la respuesta sea algo más que: “bien”, se pide que hagan contacto con su estado anímico y lo compartan con los compañeros. Se agradece que hayan compartido.		20 minutos.
Sesión anterior	Recordar lo visto en la sesión anterior para reafirmarlo y relacionarlo con lo nuevo.	A través de una lluvia de ideas ir recordando lo que se trabajó en la sesión anterior procurando asegurar la comprensión del concepto de prosocialidad.		15 minutos.
Prosocialidad	Reformular el concepto de prosocialidad a nivel teórico de Roche y el personal.	Trabajar con el cuadro de prosocialidad que se les entregó la sesión anterior. Aquí llenarán el tercer cuadro “concepto aprendido”. Se pregunta quién tuvo la oportunidad de revisar el capítulo que se les entregó, y qué les pareció en caso de haberlo leído, quien no lo haya leído se le dice que	Copias del cuadro de prosocialidad. Ordenador y proyector.	25 minutos.

		sigue sien-do buen momento para hacer-lo, se revisa de nuevo el PP del concepto de prosocialidad. Aquí llenarán el cuarto cuadro “concepto personal”.		
Categorías de la prosocialidad.	Analizar la información sobre las categorías de la prosocialidad.	Analizar la información sobre las categorías de la Prosocialidad apoyados con un PP. Se les entrega fotocopias con un resumen de la teoría de la Prosocialidad: concepto, categorías y comunicación de calidad para que lean en casa.	Fotocopias con información de Categorías, ordenador y proyector.	45 minutos.
Cierre	Recoger las impresiones y aprendizajes de los participantes.	Se les pide a los participantes que digan con una palabra lo que se llevan de la sesión. Iniciarán de manera voluntaria hasta que todos participen. Llenar las hojas de retroalimentación y evaluación. Se les ofrece el envío del resumen que se les entregó en digital a través del e-mail.	Fotocopias de retroalimentación y evaluación.	15 minutos

Fig. 4: Sesión 2 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

### 3.3.3 Sesión 3

#### El laboratorio personal

Objetivo: Ejemplificar las categorías de la Prosocialidad mediante el análisis y la reflexión personal de situaciones contextualizadas para sentar las bases del laboratorio personal.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida a los participantes por su nombre. Se les preguntará a los participantes: ¿Cómo estás? Generando que las respuestas sean amplias y no se limiten sólo a “bien”.		10 minutos
Sesión anterior	Recordar lo visto en la sesión anterior para relacionarlo con lo nuevo.	Mediante una lluvia de ideas se irá recordando lo visto en la sesión anterior y se les preguntará si tienen alguna duda acerca de lo visto. En caso de ser necesario revisar de nuevo la información.	Ordenador y proyector.	15 minutos.
Categorías de la prosocialidad	Ejemplificar y analizar todas las categorías de la prosocialidad.	Revisar la información de las categorías de la prosocialidad. El facilitador pondrá un ejemplo de cada categoría desde el contexto local y pedirá a los participantes hagan otros. Se apoyará con una presentación de PP	Ordenador y proyector	50 minutos.
Laboratorio personal	Experimentar la prosocialidad mediante el laboratorio personal.	Presentar la rejilla de 10 acciones prosociales en ámbitos personales y explicar el laboratorio personal. Preguntar si tienen dudas acerca del laboratorio.	Copias de información Copias de rejilla.	30 minutos.
Cierre	Recoger las impresiones y aprendizajes de los	Preguntar qué les llamó más atención de la sesión. Se les da las hojas de retroalimentación y	Fotocopias de la evaluación y retroalimenta-	20 minutos

	participantes.	evaluación para que llenen y se les motiva a que realicen el laboratorio. Mucho éxito!	ción.	
--	----------------	--	-------	--

Fig. 5: Sesión 3 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

### 3.3.4 Sesión 4

#### Beneficios de la acción prosocial

Objetivo: Analizar el laboratorio personal de los participantes a través de la revisión de las acciones prosociales realizadas para una reflexión de las consecuencias benéficas de la acción prosocial.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida a los participantes. Realizar la pregunta: ¿Cómo estás? Y que voluntaria-mente vayan respondiendo, motivando a que todos participen.		10 minutos
Sesión anterior	Recordar lo visto en la sesión anterior para relacionarlo con lo nuevo.	A través de una lluvia de ideas se irá recordando lo visto en la sesión anterior y si hubiera alguna duda o comentario se aclarará.		10 minutos.
Laboratorio personal	Analizar los resultados del laboratorio personal.	En plenaria compartir los resultados del laboratorio personal de acciones prosociales. Se guiará la plenaria con preguntas como: ¿quién ha podido realizar el laboratorio personal?, ¿cómo te ha ido en el laboratorio?, ¿cómo te has sentido llevando el laboratorio?, ¿qué piensas de realizar el laboratorio personal?, ¿qué experiencias quieres compartir con los compañeros?, ¿qué dificultades experimentaste?	Rejillas y narraciones de acciones prosociales	45 minutos
Comunicación	Introducir al	Presentación y análisis de	Proyector,	20



de Calidad Prosocial.	tema de la CCP	la Comunicación de Calidad Prosocial con el apoyo de una presentación de PP. Se les recuerda que la información estaba en el resumen que se les entregó en la segunda sesión.	Copias del Capítulo de CCP	minutos.
Laboratorio personal	Comunicación de calidad	Analizar el cuestionario sobre la calidad de la comunicación, llenar el cuestionario que realizarán como práctica y explicar el laboratorio que será el ejercicio con otra persona para mejorar la comunicación.	Copias del cuestionario	20 minutos
Cierre	Recoger las impresiones y aprendizajes de los participantes.	Se les pide que con una frase digan lo que se llevan de esta sesión, inicia la participación voluntariamente hasta que todos participen. Se les da las hojas de retroalimentación y evaluación. Se les recuerda que más información sobre comunicación de calidad se halla en el libro: Prosocialidad: nuevos desafíos, por si quieren ampliar la información.	Fotocopias de retroalimentación y evaluación.	15 minutos

Fig. 6: Sesión 4 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

Ver Anexo D para el cuestionario sobre la calidad de la comunicación

### 3.3.5 Sesión 5

#### Comunicación de calidad prosocial

Objetivo: Analizar los elementos de la Comunicación de Calidad Prosocial para la elaboración de un Programa de optimización personal.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida a los participantes. Preguntarles a cada uno por su nombre: ¿cómo estás? Motivando que sea la respuesta algo más que solo “bien”.		10 minutos
Sesión anterior	Recordar lo visto en la sesión anterior para relacionarlo con lo nuevo.	Mediante una lluvia de ideas se recuerda la sesión anterior, se promoverá que participen aquellos que no suelen participar en esta parte de la sesión.		10 minutos.
Laboratorio Personal Comunicación de calidad	Analizar los resultados del laboratorio personal en el cuestionario de CCP	A través de Plenaria se realiza el análisis de lo experimentado y aprendido en el laboratorio, se les pedirá que hablen acerca de su experiencia al realizar el ejercicio con otra persona, los resultados, de lo que se dieron cuenta, qué piensan de los resultados, qué sienten de ello, qué sensación les deja, etc.	Rotafolio, marcadores. Hojas.	60 minutos.
Programa de Optimización	Planear un Programa de optimización personal	Explicar la conveniencia de realizar y llevar a cabo un Programa de Optimización después de los resultados obtenidos en el laboratorio y tomando en cuenta el análisis realizado de la experiencia. Se les da las pautas de	Hojas, bolígrafos.	20 minutos

		cómo realizar el programa: Acciones viables, concretas, necesarias, con temporalidad, etc.		
Cierre	Recoger las impresiones y aprendizajes de los participantes.	Se les pide que con una palabra sintetizen lo que se llevan de la sesión. Se les entrega las hojas de retroalimentación y evaluación para que llenen. Se les felicita por el trabajo hasta ahora realizado.	Fotocopias de la retroalimentación y evaluación.	20 minutos

Fig. 7: Sesión 5 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

### 3.3.6 Sesión 6

#### El docente como líder prosocial

Objetivo: Reflexionar sobre las características del docente como líder prosocial a través del análisis personal y la elaboración de un listado de características del docente como líder prosocial para motivar a incrementar las habilidades prosociales en la vida y labor cotidianas.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida a cada uno de los participantes. Se les pregunta: ¿Cómo estás? Se procurará que todos los participantes compartan sus respuestas.		10 minutos
Sesión anterior	Recordar lo visto en la sesión anterior para relacionarlo con lo nuevo.	Mediante una lluvia de ideas se irá recordando lo visto en la sesión anterior. En caso de haber dudas o comentarios se aclararán.		10 minutos.
El docente como líder escolar.	Reflexionar sobre las características del docente como líder prosocial a través del análisis y la elaboración un listado de características para valorar su importancia y reconocer las necesidades que tienen en su rol de docentes y líderes prosociales.	Se realiza el ejercicio de visualización pidiéndoles que se coloquen en forma de "U" rodeando el pizarrón o portarrotafolio que será llenado. Se les reparte tres tarjetas. En el mural se despliega la pregunta generadora: "¿Qué características o cualidades debe poseer un docente como líder prosocial?", se les pide a los participantes que piensen, de acuerdo a la pregunta generadora en las características que debe poseer un docente como líder pro-social, se les da	Rotafolio, cinta adhesiva, plumones, hojas, plumas, etiquetas.	80 minutos.

		<p>tiempo de llenar las tarjetas, después se recogen las tarjetas, y el facilitador las irá leyendo para todos y se irán pegando en el rotafolio, creando categorías según las características de las tarjetas, para hacerlo se les pregunta a todos y por decisión grupal se elaboran las categorías. En el rotafolio se verán las características que ellos pensaron agrupados en categorías que ellos mismos sugirieron, después se les da tres etiquetas para que seleccionen las categorías que consideran más relevantes a poner en práctica. Irán pasando a colocarlas, se contarán y se visualizará lo que el grupo considera como prioridades a trabajar en la formación de líderes prosociales. Como producto se tienen la elaboración de un mural o rotafolio con las características de un líder prosocial que debe prevalecer en la escuela</p>		
Cierre	Recoger las impresiones y aprendizajes de los participantes.	Preguntar a los participantes qué se llevaron de la sesión. Llenar las hojas de retroalimentación y evaluación.	Fotocopias de retroalimentación y evaluación.	20 minutos

Fig. 8: Sesión 6 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

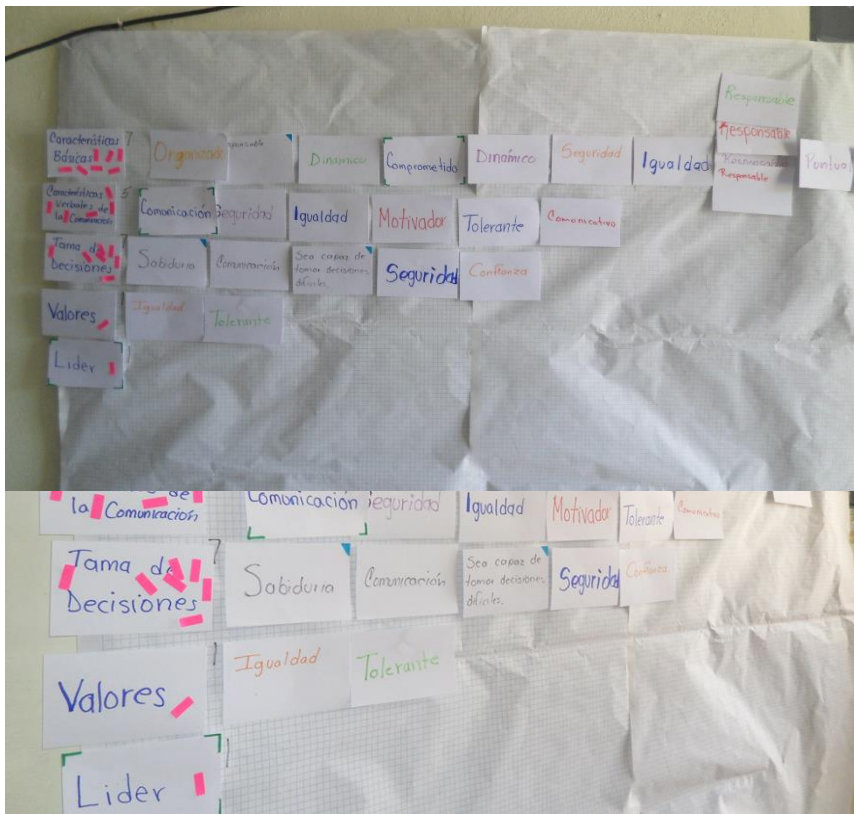


Fig. 8a: Ejemplo del Panel de visualización

### 3.3.7 Sesión 7

#### Las habilidades prosociales en la persona-docente

Objetivo: Analizar las habilidades prosociales que poseen y que han experimentado durante el programa de optimización para asimilarlas e incluirlos en el compromiso de su vida y labor docente.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida a los participantes. Se les pregunta a cada uno: ¿Cómo estás? Esperando que su respuesta sea más amplia cada vez.		15 minutos
Sesión anterior	Recordar lo visto en la sesión anterior para relacionarlo con lo nuevo.	Mediante una lluvia de ideas se irá recordando lo visto en la sesión anterior y en caso de dudas o cometarios se harán en ese momento.		15 minutos.
Mis cualidades prosociales.	Analizar y reflexionar las cualidades y características prosociales que poseen y/o requieren incrementar para proponerse retos y cambios personales.	Se coloca el grupo en círculo, se les pide tener algo con qué escribir (bolígrafo, marcador, plumón) se les reparte las hojas, en donde pondrán su nombre y nada más, posteriormente, pasarán la hoja al compañero de la derecha, al recibir cada uno la hoja verán el nombre y le marcarán tres cualidades, las más significativas según la percepción de esa persona que las esté señalando. Se les pedirá que lo hagan con calma, incluso, si se les juntaran las hojas, que se tomen su tiempo, el ejercicio termina cuando todos hayan recibido su propia hoja. Después en plenaria se	Fotocopias de imágenes de las habilidades y actitudes, plumas o marcadores.	70 minutos.

		<p>analiza los resultados, se les pregunta: qué piensan de los resultados que observan, qué sienten de esos resultados, si era lo que esperaban, si alguna de las cualidades no esperaban que les señalaran, si alguna creían que les marcarían y no la señalaron, qué piensan y sienten sobre la percepción de los demás en las características positivas y cómo favorece en su vida, y a qué les compromete de ahora en adelante.</p>		
Cierre	<p>Recoger las impresiones y aprendizajes de los participantes.</p>	<p>Se les pide que digan con una frase lo que se llevan de la sesión. Se les reparte las hojas de retroalimentación y evaluación para que llenen. Se les recuerda que la siguiente sesión será la última. Y que quien desee y pueda llevar algo con los compañeros que así lo haga.</p>	<p>Fotocopias de retroalimentación y evaluación.</p>	<p>20 minutos</p>

Fig. 9: Sesión 7 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

Ver el Anexo E para el ejercicio de las cualidades prosociales.

### 3.3.8 Sesión 8

#### Mi experiencia prosocial. Cierre

Objetivo: Evaluar el conocimiento, el trabajo del laboratorio personal, los análisis y síntesis realizados durante el Programa de Optimización Prosocial mediante una historia personal en cualquier estilo narrativo para identificar y revalorar los cambios y elementos más significativos que se experimentaron.

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO
Saludo y bienvenida	Crear un ambiente agradable de trabajo	Dar la bienvenida al grupo. Iniciar preguntando: ¿Cómo están? A cada docente, de manera voluntaria irán participando. Se les dirá que es el cierre del Programa de optimización prosocial.		10 minutos
Mi historia prosocial	Recopilar los elementos personales que hayan sido más significativos para los participantes.	Se pide al grupo se sitúen en un lugar cómodo y que elaboren una narración: cuento, historia o fábula, en el género que deseen, y que expresen la experiencia vivida en el Programa de Optimización prosocial a través de esa historia.	Hojas de papel en forma de cuadernillos. Plumas, colores y plumones.	40 minutos.
Mis compromisos y retos	Elaborar los compromisos y retos en la vida docente teniendo en cuenta las herramientas prosociales.	Se coloca el grupo en círculo, se explica que ahora ellos son promotores de la prosocialidad, que con el contacto que han tenido les toca ir desarrollando las habilidades que han adquirido. Se les invita a escribir en unas figuras de herramientas las habilidades (como habilidades, actitudes o cualidades prosociales) que	Fichas, figuras de herramienta, rotafolio, pegamento, plumones.	30 minutos.

		poseen y que pondrán en práctica. En Panel a través de la visualización compartir los compromisos y retos basados en las habilidades y actitudes prosociales que se irán pegando en un rotafolio.		
Convivencia	Festejar el término del Programa de Optimización Prosocial como un éxito personal.	Llevar comida y bebida para compartir y fraternizar de manera informal para dar el cierre al Programa de Optimización prosocial.	Comida y bebida, vasos, platos. Música.	40 minutos.
Despedida	Agradecer y despedir a los participantes.	Agradecer y despedir personalmente a cada uno de los participantes, se les entrega de nuevo la Escala de prosocialidad que deberán entregar en la fecha que se disponga para la entrevista final.		

Fig. 10: Sesión 8 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial.



Fig. 10a: Ejemplo de la Historia prosocial en la sesión 8 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

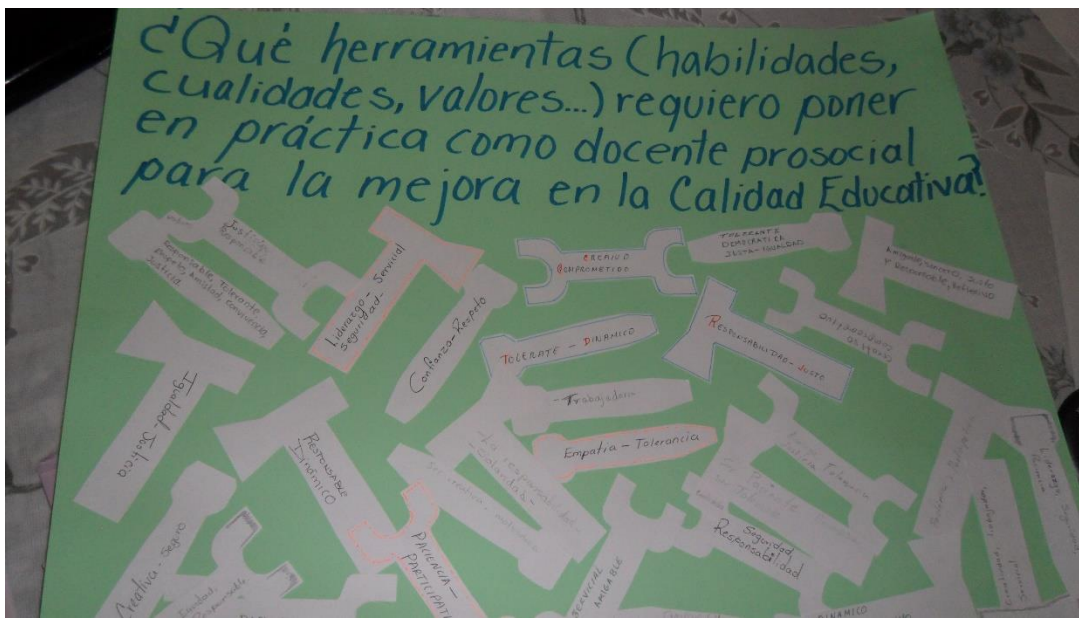




Fig. 10b: Ejemplo de Compromisos y retos en la Sesión 8 de la carta descriptiva del Programa de Optimización Prosocial

## **CAPÍTULO IV**

### **Metodología**

En este capítulo se presenta la metodología: “manera de pensar la realidad social y de estudiarla” (Strauss y Corbin, 2002). En el estudio se utilizó una metodología cualitativa la cual se describe y fundamenta. Posteriormente, se realizará una descripción del lugar (la población donde se ubica la escuela); también de las personas que intervinieron en el estudio: el investigador y los docentes que participaron en el programa de optimización prosocial. Después se señala los procedimientos de selección del tipo de muestreo; seguidamente, se menciona la manera de recolección de datos e información; más adelante, el proceso de análisis de los datos; y las técnicas que se usaron durante la investigación; finalmente, se hace referencia a la calidad y credibilidad de los datos y del análisis cualitativo lo que proporciona validez y fiabilidad de los resultados que se obtuvieron.

#### **4.1 La Investigación Cualitativa**

Esta investigación está comprendida dentro del método cualitativo, del cual “no existe una definición precisa” (Izcara, 2009) ya que el paradigma de investigación cualitativa engloba a todos los acercamientos metodológicos no cuantitativos y, sobre todo, da una acepción más plurivalente a la realidad social.

Existen muchas razones para realizar investigación cualitativa, desde la preferencia o experiencia de los investigadores hasta el temperamento o las orientaciones y

disciplinas de dónde se provenga. Otra razón, quizá la más válida, es la naturaleza del problema que se investiga. Los métodos cualitativos se pueden usar para obtener detalles complejos de algunos fenómenos como sentimientos, procesos de pensamiento y emociones, difíciles de extraer o de aprehender por otros métodos de investigación. (Strauss y Corbin, 2002).

El paradigma cualitativo se ha constituido en una revolución en el campo de la investigación científica, aunque su penetración no ha desplazado o eliminado al paradigma cuantitativo, ni lo eliminará. (Álvarez-Gayou, 2009).

La investigación cualitativa busca la subjetividad, y explicar y comprender las interacciones y los significados subjetivos individuales o grupales (Álvarez-Goyou, 2009); tal como está enfocada esta investigación en: evaluar, valorar, comprender e interpretar los datos obtenidos de los docentes de escuela primaria pública mediante el programa de optimización prosocial.

Existen diferentes tipos de investigación cualitativa, para este trabajo se eligió la investigación evaluativa debido a los objetivos que se presenta, al diseño de recogida de datos y de análisis (Patton, 2002); teniendo como aportación los resultados y el análisis de éstos para la mejora y promoción de la prosocialidad.

#### **4.1.1 Descripción del método y fundamentación**

Para Patton (2002) los métodos cualitativos son primero y ante todo métodos de investigación. Son las formas de averiguar lo que las personas hacen, conocen, piensan y sienten a través de la observación, entrevistas y análisis de documentos.

Strauss y Corbin (2002), mencionan que existen tres componentes principales en la investigación cualitativa. Primero, los datos que pueden provenir de fuentes diferentes; segundo, los procedimientos que los investigadores pueden usar para interpretar y organizar los datos, entre estos se encuentran: conceptualizar y reducir los datos, elaborar categorías en términos de sus propiedades y dimensiones, relacionarlos por medio de oraciones proposicionales, a este proceso se le denomina codificar; y tercero, presentar los informes escritos y verbales.

Los métodos cualitativos pueden contribuir a una evaluación útil, en la resolución de problemas prácticos, en la toma de decisiones, en el análisis de políticas y en el desarrollo organizacional o comunitario. También, pueden ayudar a responder preguntas concretas, apoyar el desarrollo y mejorar programas. (Patton, 2002).

La evaluación de Programas pone énfasis en aspectos concretos: se centra en los procesos de los programas y en sus resultados; en los datos agregados; en juicios basados en objetivos; y su principal aportación es ofrecer información que apoye la toma de decisiones. (Patton, 2002).

La investigación cualitativa es altamente apropiada para estudiar procesos porque: (1) representa procesos que requieren de una descripción detallada de cómo la gente se involucra con los demás; (2) la experiencia de los procesos típicamente varía entre las personas por lo que sus experiencias necesitan ser capturadas en sus propias palabras; (3) el proceso es fluido y dinámico por lo que no puede ser resumido en una sola escala de medición en un momento en el tiempo; y (4) las percepciones de los participantes son una clave en la consideración del proceso. (Patton, 2002).

A continuación se hace referencia del contexto donde se ubica la población y la escuela en la cual se realizó el Programa de Optimización Prosocial que forma parte esencial de esta investigación cualitativa, esto con el fin de conocer y ubicar las características físicas y ambientales del lugar.

#### **4.2 El lugar. Río Lagartos Yucatán**

El municipio de Río Lagartos pertenece al estado de Yucatán, México, se localiza en la región litoral al noreste del Estado, entre los paralelos 21° 24' y 21° 36' latitud norte y los meridianos 88° 02' y 88° 13' de longitud oeste, a 217 km. de Mérida, la capital del estado, (ver mapa en el Anexo F). Río Lagartos es la cabecera (población más importante) con 2218 habitantes según el censo del INEGI de 2010. El municipio ocupa una superficie de 249.09 Km<sup>2</sup>, limita al norte con el Golfo de México; al sur con el municipio de Panabá, al este con la ciudad de Tizimín y al oeste con el municipio San

Felipe. En todo el litoral del municipio el clima es semiseco, templado con lluvias escasas. En la parte sur es cálido subhúmedo con lluvias en verano. La temperatura media anual de 25.4° C, la temperatura máxima suele ser de 36° C en mayo y la mínima de 19° C en enero y febrero; la precipitación pluvial media de 41.3 milímetros, la humedad suele llegar al 85%; predominan los vientos procedentes del noroeste.

Río Lagartos cuenta con espacios naturales que son considerados importantes para la conservación natural. El 26 de junio de 1979, la zona de la Ría Lagartos, es reconocida internacionalmente como zona de refugio faunístico y la colocan en la lista Ramsar (La Convención Relativa a los Humedales de Importancia Internacional, especialmente como Hábitat de Aves Acuáticas, conocida en forma abreviada como Convenio de Ramsar), convirtiéndose así, en el primer sistema de humedales mexicano registrado internacionalmente e inscrito en dicha lista; posteriormente, el 21 de mayo de 1999, fue recategorizada como Reserva de la Biósfera teniendo que cumplir con los lineamientos establecidos por la Organización de las Naciones Unidas para la Organización, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) para la Red Mundial de Reservas de la Biósfera. Los humedales de esta región, con una superficie de 60.348 ha, mantienen una elevada productividad biológica, tanto en condiciones de salinidad marina hasta la hipersalinidad en un ambiente cárstico único en el mundo.

La población económicamente activa de Río Lagartos se dedica, principalmente, al sector primario: pesca, agricultura, ganadería y caza. En los últimos años se le ha dado un gran impulso turístico debido a su estatus de Reserva de la Biósfera, entre sus atractivos están: la Ría, los manglares, sus playas, y su diversa flora y fauna, donde destacan el lagarto y el flamenco rosa, entre otros.

#### **4.2.1 La Escuela.**

La escuela que participó en el Programa de Optimización Prosocial fue seleccionada por la aceptación y disponibilidad que ofrecieron las autoridades de la misma. Los docentes y la institución, permiten ilustrar o resaltar lo que es típico, normal, promedio en una escuela pública de Yucatán, México; ya que tiene una dirección con una persona responsable, encargada de coordinar la escuela y; al menos, un grupo de cada grado que

conforma la educación primaria; es decir, tiene nueve grupo distribuidos de primero a sexto grados de primaria dependiendo de la población de alumnos inscritos como se muestra en la siguiente tabla:

Grado	Primero	Segundo	Tercero	Cuarto	Quinto	Sexto	Total
Número de grupos	2	2	1	1	1	2	9
Número de alumnos	23 y 22	18 y 19	24	37	37	20 y 21	221

Fig. 11: Tabla de la población de alumnos en la escuela

Como se observa, la escuela primaria, pública, rural, costera de Río Lagartos, Yucatán, México se conforma con nueve grupos o salones de clase de primero a sexto grados, con una población estudiantil de 221 alumnos de los cuales 95 son niños y 126 son niñas.

El personal total que labora en la institución es de 14 trabajadores: una directora, nueve profesores de grupo, dos profesores de educación física y dos empleados de mantenimiento.

La escuela tiene, además de los salones de clases, una dirección, una biblioteca, un salón de cómputo, una plaza cívica, una palapa, baños y jardines. Toda la institución cuenta con servicio eléctrico, agua potable, internet y drenaje.

### 4.3 Participantes

Los participantes de esta investigación son el investigador René Aranda y los diez integrantes del personal docente de la escuela primaria pública, rural-costera que aceptaron participar en el estudio.

#### 4.3.1 El investigador.

Al momento de iniciar este estudio, el investigador de 38 años, del género masculino, soltero, trabajador y estudiante. Nació y vive en la ciudad de Mérida, México. La educación básica y el bachillerato los realizó en la misma ciudad. Estudió la licenciatura en Educación Media en la Escuela Normal Superior de Yucatán, México; se tituló con

la investigación “Influencia de mensajes en los adolescentes a través de los medios masivos”; posteriormente, realiza la licenciatura en Psicología en la Universidad Marista de Mérida en donde presenta la tesis “La orientación vocacional como promotora del autoconocimiento en adolescentes de secundaria”; finalmente, la maestría en Desarrollo Humano en la misma Universidad Marista de Mérida, en donde realizó una investigación cualitativa titulada “El sentido de vida en una comunidad rural en el Estado de Yucatán”.

Tomó un curso de inglés avanzado en Ottawa, Canadá. También, tiene el diplomado Profesionalización Docente de la Universidad del Tepeyac, de México; ha tomado diversos seminarios y cursos-talleres sobre: Integración Educativa, Atención a las Necesidades Educativas Especiales, Prevención de adicciones, Investigación Educativa, Filosofía para Niños, entre otros.

Laboralmente se ha desempeñado como profesor de español para extranjeros, profesor de español en escuela secundaria, profesor de diversas materias dentro del ámbito educativo y psicológico en la licenciatura en psicología y en la maestría en educación de la Universidad Marista de Mérida; entre algunas materias que ha impartido están: Diseño curricular y Evaluación educativa, cuyos contenidos han permitido estudiar modelos de evaluación curricular de programas y realizar procesos de evaluación educativa; también, se ha desempeñado como facilitador en el diplomado de Derechos y Necesidades de los niños en la misma Universidad.

Ha sido asesor psicológico en la Coordinación de Talleres y Escuela para Padres de la Secretaría de Educación Pública de México, en donde tuvo la oportunidad de elaborar y desarrollar programas y talleres para directivos, docentes, alumnos y padres de familia, así como evaluar los resultados; así mismo, ha trabajado como maestro psicólogo orientador en educación especial de la Secretaría de Educación Pública de México, dentro del servicio de USAER (Unidad de Servicio de Apoyo a la Educación Regular) y CAM (Centro de Atención Múltiple), entre sus funciones han estado: realizar evaluaciones psicopedagógicas a los alumnos, entrevistas a padres de familia o tutores, elaborar y desarrollar programas y talleres para docentes, alumnos y padres de familia; así como darle seguimiento a los resultados.

También, ha realizado aportaciones, de manera altruista en Yucatán, México, en comunidades rurales desde hace 20 años colaborando con los párrocos de iglesia, líderes sociales y comisarios, implementando trabajos de desarrollo humano a través de pláticas, talleres y asesoría. Actualmente, se desempeña como director de escuela en el servicio de USAER dentro de la dirección de Educación Especial de la Secretaría de Educación en Mérida, México, y es estudiante del doctorado en Psicología en la Universidad Autónoma de Barcelona.

El investigador, modestamente, se considera una persona trabajadora, responsable, alegre, empática, que cree en el cambio y en el desarrollo; sensible ante las necesidades actuales, razón por la cual estudió la Maestría en Desarrollo Humano y realiza el Doctorado de Psicología, en la línea de investigación de la Prosocialidad, y así quiere promover el desarrollo humano dentro de su familia, en su comunidad, en el trabajo y en las comunidades urbanas y rurales de su contexto. Gusta de convivir con la gente, leer, viajar, conocer lugares, el cine, hacer ejercicio, tener ratos de ocio y esparcimiento con familia y amigos.

#### **4.3.2 Los Docentes.**

A continuación una breve descripción de los profesores de la escuela primaria pública rural, costera de Río Lagartos, Yucatán que ellos mismos proporcionaron. Por motivos de anonimato y privacidad en su persona, se identificarán mediante una clave que se forma con un número correlativo y las iniciales de su nombre y apellido. Para ubicar los lugares que se mencionan, de nacimiento, de residencia, de estudios, etc., se incluye un mapa en la sección de anexos. (Ver Anexo G).

1MP, hombre de 22 años, soltero, nació y vivió en la ciudad de Ticul, Yucatán; a los dos años nació su hermana y meses después se quedaron huérfanos de padre quien falleció en un accidente automovilístico; sus estudios de educación básica y bachillerato los realiza en Ticul. Teniendo diez años, la madre los abandona con la abuela y formó otra familia; sin padres, ha sentido que debe ser modelo para su hermana menor. Estudió en la Escuela Normal Primaria de Ticul, es egresado de la misma como licenciado en Educación Primaria; obtuvo su plaza docente al siguiente curso escolar

que egresó de la normal por lo que se trasladó a Río Lagartos a vivir, los viernes al salir de su jornada laboral viaja a su pueblo para estar con su familia y regresa a Río Lagartos el domingo por la tarde. Le gusta hacer deportes, practica Tae Kwon Do, fútbol y Jui Jitsu. Actualmente es el profesor del grupo de 6°

2JA, mujer de 30 años, casada, nació en la ciudad de Tizimín, Yucatán; es licenciada en educación Primaria, realizó sus estudios profesionales en la Escuela Normal básica de la ciudad de Valladolid. Concluyó su preparación en el 2005 e inició su labor en la educación de los niños. Cuenta con 9 años de experiencia en la docencia, dentro del sistema público tiene tres años con base estatal dentro del sistema educativo. En el 2009 contrajo matrimonio civil, actualmente vive en familia con su esposo y sus 2 hijos en Río Lagartos. Después de su jornada laboral en la escuela se dedica a las labores de la casa, en especial en atender y educar a sus dos hijos. Se percibe como honesta, sincera, humana, con valores; busca ser mejor persona, fomentar un ambiente sano y estable en la familia y crecer en su vocación; así como brindar a los niños el derecho a la educación para tener un futuro próspero. Actualmente es la profesora del grupo de 1°.

3AA, mujer de 23 años, casada, nació en la ciudad de Mérida, capital de Yucatán, desde muy pequeña se traslada a vivir con sus padres a Río Lagartos, Yucatán, ya que ellos son oriundos de este puerto. Sus estudios de nivel básico, así como el bachillerato los realizó en el mismo puerto, durante este tiempo participaba en actividades socioculturales de la escuela y la comunidad, al realizar sus estudios superiores vivió tres años en la ciudad de Valladolid, Yucatán, y se recibió como Licenciada en ciencias de la educación. Su experiencia docente es de dos años. Le gusta bailar, escuchar música, salir de paseo con su familia para conocer lugares, ver televisión, pasar tiempo con sus hijas, entre otras. Vive en Río Lagartos con su familia que está conformada por su esposo, sus dos hijas, de 2 años y de 3 meses; está dedicada a su familia al cien por ciento, espera conseguir un trabajo seguro para darle a su familia una mejor calidad de vida. Actualmente es la profesora de 3°.

4MM, mujer de 48 años, casada, nació en Las Coloradas, población que pertenece al municipio de Río Lagartos, Yucatán. Inicia sus estudios profesionales, en el Centro Regional de Educación Normal en la población de Bacalar en el estado de Quintana Roo, lo que le implicó sacrificio, esfuerzo, dedicación y deseo de superación se graduó



en 1985 con el título de Profesora en Educación Primaria, después regresó a vivir a Yucatán. Tiene 20 años de experiencia docente. Es madre de tres hijos, a quienes ha querido educar con valores; tiene dos nietos de su hijo menor. Se percibe como apasionada y comprometida. En casa, después de la escuela, se dedica a las labores del hogar y en apoyar para atender un negocio familiar, Actualmente es la subdirectora de la escuela y profesora del 4°.

5YL, mujer de 26 años, soltera, nació en Mérida, capital de Yucatán, creció en el puerto de Río Lagartos de donde son originarios sus padres, es la hija más pequeña de cuatro hermanas, realizó sus estudios universitarios en la ciudad de Valladolid iniciando con la Licenciatura de nutrición, la cual tuvo que abandonar por falta de recursos económicos, así que tuvo que elegir otra carrera en la que invirtiera menos, con la ayuda de su hermana y una beca del 50% logró, en el 2009, graduarse como licenciada en ciencias de la educación; actualmente, vive en Río Lagartos y labora en la primaria en donde estudió. Tiene cuatro años de servicio en la docencia. Se percibe como alegre, humilde, dedicada, trabajadora, comprometida y noble; le gusta estar con su familia, bailar, pasear y conocer nuevos lugares. Está comprometida a casarse en unos meses con un licenciado en educación física. Actualmente es la profesora del 2°.

6GI, hombre de 22 años, soltero, nació, creció y estudió la educación básica en la población de Dzan, Yucatán; al no contar el poblado con escuela preparatoria, el bachillerato lo estudió en la ciudad de Ticul, población cercana a su pueblo, lo que fue una experiencia significativa, salir de su comunidad para estudiar; al egresar, decide buscar un lugar en la Facultad de Derecho para ser abogado, pero no fue admitido, por lo que decide estudiar su segunda opción: la docencia; se traslada a vivir a la ciudad de Mérida para estudiar pero en corto tiempo, habló con sus padres para regresar a Ticul para estudiar en la Escuela Normal de esa ciudad de la que egresó en el 2013 como Licenciado en Educación Primaria; en ese mismo año participa en el concurso para adquirir una plaza docente, en la que se adjudicó un lugar y por lo que se trasladó a vivir Río Lagartos para trabajar dejando a sus padres y hermana en el pueblo; los viernes al salir de su jornada laboral viaja a su pueblo para estar con su familia y regresa a Río Lagartos el domingo por la tarde. Pertenece desde hace cinco años a la “Sociedad Científica de Dzan” conformada por profesionistas de diversas disciplinas, en donde apoya y motiva a los menores a continuar sus estudios, organizan pláticas sobre temas

sociales, realizan jornadas de ciencia y tecnología; y ferias científicas. Actualmente, estudia la maestría en Innovación Educativa, y es profesor del 5°.

7MP, mujer de 53 años, casada, nació y creció en Oxkutzcab con el esfuerzo de sus padres que se dedicaban al campo para vivir, lo que le sirvió para fortalecerse de valores y moral. La escuela primaria y secundaria la realizó en Oxkutzcab, después de la jornada escolar se dedicaba a ayudar en las labores de la casa. Motivada por salir adelante estudió en la Escuela Normal de Ticul ubicado a 20 minutos de su población, egresó como profesora de primaria. Al aceptar un contrato como profesora se trasladó a vivir a la población de Río Lagartos en donde conoció a su actual esposo, con el que lleva 30 años de casada y dos hijos. Tiene 30 años de servicio docente. Al regresar de la jornada laboral se dedica a las labores del hogar. Actualmente, es la directora de la escuela.

8NA, mujer de 22 años, soltera, nació en la población de Cansahcab, Yucatán; realizó sus estudios básicos y el bachillerato en su pueblo natal, y los profesionales en la normal de la población de Dzidzantún, egresó como licenciada en Educación Primaria. Después de graduarse se ganó una base en el sistema educativo público como profesora de primaria por lo que se traslada a vivir a Río Lagartos, el viernes después de la jornada laboral viaja a su pueblo y regresa a Río Lagartos en domingo por la noche. Entre sus aficiones está el escuchar música, salir de paseo, estar en la compañía de su familia y su novio, y conocer los lugares cercanos a su pueblo. Actualmente, es profesora del 3°.

9LS, mujer de 47 años, soltera, nació en la ciudad de Tizimín Yucatán; desde niña se traslada a vivir con su familia a Río Lagartos donde inicia sus estudios de primaria. Estudió la educación secundaria y la normal básica en el estado de Quintana Roo. Después de graduarse como profesora de primaria se trasladó a vivir a Río Lagartos. Tiene 24 años de servicio docente. Vive con su madre y sus sobrinos en Río Lagartos. Entre sus aficiones está la lectura y las manualidades, suele participar en actividades a favor de la comunidad. Actualmente, es profesora de 1°.

10MA, mujer de 49 años, casada, nació en Río Lagartos y ahí mismo creció y realizó sus estudios de primaria. La secundaria y la Normal Básica los estudió en Bacalar,

Quintana Roo, donde se graduó como profesora de educación primaria. Después de graduarse obtiene su plaza en el sistema educativo público, tiene 23 años de servicio en la escuela donde ahora labora. Vive con su esposo y sus tres hijos en Río Lagartos. Entre las experiencias más significativas que recuerda está el haber sido Presidenta del DIF (Desarrollo Integral de la Familia) en Río Lagartos, haberse graduado como profesora de primaria y formar una familia. Actualmente, es la profesora de 5°.

En el siguiente cuadro se presenta la información básica y general de los docentes que participaron en el Programa de Optimización Prosocial:

DOCENTE	EDAD	GÉNERO	EDO. CIVIL	FUNCIÓN	EXPERIENCIA	ESTUDIOS
1MP	22	Masculino	Soltero	Profesor 6°	2 meses	Licenciado
2JA	30	Femenino	Casada	Profesora 1°	3 años	Licenciada
3AA	23	Femenino	Casada	Profesora 3°	2 años	Licenciada
4MM	48	Femenino	Casada	Profesora 4°	20 años	Normalista
5YL	26	Femenino	Soltera	Profesora 2°	4 años	Licenciada
6GI	22	Masculino	Soltero	Profesor 5°	2 meses	Licenciado
7MP	53	Femenino	Casada	Directora	30 años	Normalista
8NA	22	Femenino	Soltera	Profesora 3°	1 mes	Licenciada
9LS	47	Femenino	Soltera	Profesora 1°	23 años	Normalista
10MA	49	Femenino	Casada	Profesora 5°	22 años	Normalista

Fig. 12: Cuadro de información general de los participantes

En el cuadro se hace una distinción entre licenciado y normalista, ya que en México el egresado de secundaria podía acceder directamente a la Escuela Normal en donde se forman a los docentes en los niveles de: preescolar, primaria y secundaria; obteniendo, al egresar, un nivel de normalista equiparable al de bachiller. A partir de 1984 se ha exigido el bachillerato para poder ingresar a las escuelas normales; en donde se finaliza con nivel de licenciatura, desde entonces, las escuelas normales se consideran, formalmente, instituciones de educación superior.

#### 4.4 Procedimientos

A continuación se describe los procedimientos que se eligieron para seleccionar la muestra, para recolectar la información, la manera de analizarla así como para asegurar la certeza de los resultados que se obtuvieron.

#### **4.4.1 Muestreo.**

La muestra en esta investigación está formada por los diez profesores de una escuela primaria pública rural-costera del estado de Yucatán, México. Todo el personal docente de la escuela participó en el Programa de Optimización Prosocial: nueve profesores de grupo y la directora.

Se utilizó un muestreo combinado: de casos típicos y por conveniencia (Patton, 20012), ya que el propósito es ilustrar o resaltar lo que es típico, normal, promedio en la escuela pública de Yucatán y porque se ha seleccionado el grupo por la aceptación y disponibilidad que ofrecieron los participantes.

La muestra posee las características que se desean investigar: son docentes de escuela primaria pública rural; personas sin limitaciones cognitivas y que, tras la invitación y explicación de lo qué consiste el estudio accedieron a participar. Patton (2002) menciona que los procesos y efectos descritos en los casos típicos podrían usarse para dar un marco de referencia para estudios en sitios poco investigados, y que esta estrategia es apropiada para estudios desarrollados en pueblos del tercer mundo.

El proceso que se siguió para determinar la muestra y realizar el programa de optimización en la escuela fue el siguiente: primero fue un acercamiento a la escuela, a través de la directora para dar a conocer el proyecto; con el interés expreso de la directora, lo hizo extensible a los docentes y a la supervisora; posteriormente, se formalizó la solicitud mediante un documento dirigido a la directora de la escuela firmado por el investigador (Anexo H); con la autorización de la supervisora de la zona en donde se ubica la escuela y de la directora se propuso el programa al personal de la institución exponiendo que formaría parte de una investigación cualitativa. Finalmente, se iniciaron los trabajos con la población mencionada.

La selección de esta muestra, considerando los criterios mencionados para seleccionar la escuela: pública, primaria, de organización completa y ubicada en zona rural; pasó por

un proceso de autorización en tres ocasiones en diferentes escuelas y zonas en donde las autoridades (supervisoras de primaria) de la Secretaría de Educación Pública de Yucatán no permitían el estudio y no otorgaban la autorización final para trabajar con los profesores y en la escuela. Después de dos aceptaciones con su posterior cancelación de las autoridades de otras escuelas, la escuela primaria de Río Lagartos accedió a participar, se formalizaron los permisos correspondientes con las autoridades escolares y se acordó con la dirección de la escuela las fechas para el inicio del Programa de Optimización Prosocial.

Los participantes fueron informados del objetivo de la investigación; todos los docentes dieron su consentimiento para participar en el Programa de Optimización Prosocial asegurándoles el anonimato, respeto, cuidado y discreción tanto de su persona como de los elementos que del proceso se derivaran y para que conste firmaron la Carta de Participación Consentida. (Anexo I).

#### 4.4.2 Recolección de la información.

De acuerdo a Weiss (2012), una estrategia útil en el diseño de la investigación evaluativa, para que sea operativa y eficaz, es construir una matriz de planificación para los procedimientos de recogida de datos; esta matriz permite entender el alcance final del proyecto. Se organiza alrededor de preguntas de evaluación, junto a cada pregunta se colocan columnas explicando qué datos serán necesarios para contestarlas, de qué fuentes se pueden obtener los datos, quién puede establecer los procedimientos para la recogida de datos y, en caso de ser necesario, quién es el responsable de recogerlos.

La matriz de recogida de datos para esta investigación se presenta a continuación:

¿Qué necesito conocer?	¿Qué datos responderán a esta cuestión?	¿De qué fuentes deben obtenerse los datos?	¿En qué momento deben recogerse los datos?
¿Se está realizando el programa de optimización tal y como se concibió?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de asistencia.</li> <li>• Cartas descriptivas del Programa de Optimización.</li> <li>• Relatorías de cada</li> </ul>	➤ Documentos del investigador.	→ Todas las sesiones.

	sesión.		
¿Qué cambios, si hay alguno, se ha realizado sobre el programa original?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartas descriptivas del Programa de Optimización.</li> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Documentos del Investigador.</li> </ul>	→ Todas las sesiones.
¿Cómo es recibido el programa de optimización por los docentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> <li>• Retroalimentación y evaluación de las sesiones.</li> <li>• Historia Prosocial personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Documentos del investigador.</li> <li>➤ Hojas de retroalimentación y evaluación a docentes.</li> <li>➤ Narración de los docentes.</li> </ul>	→ Todas las sesiones. → Todas las sesiones. → 8ª sesión.
¿Con qué entusiasmo y ánimo de participación afrontan los docentes el programa de optimización?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> <li>• Retroalimentación y evaluación de las sesiones.</li> <li>• Ejercicios en las sesiones.</li> <li>• Historia prosocial personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Documentos del investigador.</li> <li>➤ Hojas de retroalimentación y evaluación a docentes.</li> <li>➤ Productos de los docentes en las sesiones.</li> <li>➤ Narración de los docentes.</li> </ul>	→ Todas las sesiones. → Todas las sesiones. → 6ª, 7ª y 8ª sesiones. → 8ª sesión.
¿Están realizando los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> <li>• Retroalimentación y evaluación de las sesiones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Documentos del investigador.</li> <li>➤ Hojas de retroalimentación y evaluación a docentes.</li> </ul>	→ Todas las sesiones. → Todas las sesiones.
¿Qué cambios se generan en los docentes a partir del programa de optimización durante el proceso?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> <li>• Retroalimentación y evaluación de las sesiones.</li> <li>• Historia prosocial personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Documentos del investigador.</li> <li>➤ Hojas de retroalimentación y evaluación a docentes.</li> <li>➤ Narración de los docentes.</li> </ul>	→ Todas las sesiones. → Todas las sesiones. → 8ª sesión.
¿Qué cambios se generan en los docentes a partir del programa de optimización al final del proceso?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevistas finales.</li> <li>• Escala de Prosocialidad de Caprara.</li> <li>• Retroalimentación y evaluación de las sesiones.</li> <li>• Historia prosocial personal.</li> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Entrevistas a docentes.</li> <li>➤ Escala a docentes.</li> <li>➤ Hojas de retroalimentación y evaluación a docentes.</li> <li>➤ Narración de los docentes.</li> <li>➤ Documentos del investigador.</li> </ul>	→ Al finalizar el programa. → Al inicio y fin del programa. → Todas las sesiones. → 8ª sesión. → Todas las sesiones.
¿Cómo autoperceben los docentes sus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retroalimentación y evaluación de las</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hojas de retroalimentación y eva-</li> </ul>	→ Todas las sesiones.

cambios y su propio proceso de optimización prosocial?	sesiones <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevistas finales.</li> <li>• Escala de Prosocialidad de Caprara.</li> <li>• Historia prosocial personal.</li> <li>• Relatorías de cada sesión.</li> </ul>	luación a docentes. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Entrevistas a docentes.</li> <li>➤ Escala a docentes.</li> <li>➤ Narración de los docentes.</li> <li>➤ Documentos del investigador.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Al finalizar el Programa.</li> <li>→ Al inicio y fin del programa.</li> <li>→ 8ª sesión del programa.</li> <li>→ Todas las sesiones.</li> </ul>
--	--	---	--

Fig. 13: Matriz de recogida de datos

Para la recolección de datos se han utilizado: la Escala de Medida de Prosocialidad, relatorías o memorándum de cada una de las sesiones; fichas de retroalimentación y evaluación para cada sesión; narraciones personales; ejercicios de visualización; entrevistas semiestructuradas finales cuya guía se elaboró con la revisión del Dr. Roche considerando las bases teóricas de la prosocialidad las cuales fueron videograbadas; también se obtuvieron fotografías en todas las sesiones y filmaciones de algunas sesiones como fuentes de información y evidencias. Con algunos participantes se utilizó la tecnología cibernética a través de los correos electrónicos en los cuales se enviaba información. La recolección de datos se realizó durante las ocho sesiones que duró el programa de optimización prosocial.

#### 4.4.3 Análisis de la información.

El análisis de contenido de los datos cualitativos, de acuerdo a Izcara (2009), implica focalizar la atención no en la frecuencia con que se repite un comportamiento, una palabra, concepto o idea, sino en su presencia; también menciona que no existe un proceso establecido, sino que es un proceso artesanal, singular y creativo; por lo que el análisis debe permitir un elevado grado de flexibilidad.

Cuando la recolección de datos ha terminado formalmente y es el momento para comenzar el análisis final, el investigador tiene dos fuentes primarias para diseñar la organización del análisis: 1) las preguntas que se generaron durante las fases conceptuales y de diseño del estudio, previo al trabajo de campo, y 2) las ideas

analíticas e interpretaciones que surgieron durante la recolección de datos. (Patton, 2002).

Álvarez-Goyou (2009) dice que el análisis debe ser sistemático, seguir una secuencia y un orden. Propone seguir unos pasos: transcribir la información recabada y las notas contenidas; señalar las partes que parezcan interesantes o importantes y anotar códigos tentativos, señalando las partes del texto que podrían servir de citas textuales en el reporte final por lo ilustrativas del código o de la categoría; lectura repetida con las anotaciones y la codificación; repasar las categorías o códigos agrupando los resultados por categorías o códigos, en cualquier momento se podrá abrir nuevas categorías a consideración del investigador; se inicia el proceso de codificación axial y el desarrollo de una primera versión de reporte final de la investigación.

Para el análisis de la información Izcara (2009) propone como método de análisis de datos que abarca tres etapas técnicas: 1) la simplificación de la información, seleccionando los textos más relevantes en relación con los objetivos de la investigación; 2) la categorización de la información; y 3) la redacción del informe de resultados.

Tomando como base los modelos de análisis de los autores mencionados se elabora un proceso de análisis de la información que se presenta a través de la siguiente secuencia:

- 1) Se realizan las transcripciones del material obtenido y así como la organización de documentos propios del desarrollo del programa de optimización como: listas de asistencia y las cartas descriptivas.
- 2) Se elaboran las categorizaciones de la información obtenida mediante la reducción de datos, la conceptualización y clasificación para ir formando los códigos; y así hacer comparaciones entre la misma información y la teoría de la Prosocialidad del Dr. Roche; así mismo se consideran las preguntas del diseño de estudio y surgidas durante la recolección de datos.
- 3) Se realiza la redacción del informe de los resultados y conclusiones obtenidos.



A continuación se presenta un esquema con la matriz de análisis de la información.

		Microanálisis - Codificación		
Transcripciones  Documentos del Programa	Reducción de datos ↓	Categorización  ↓ Comparaciones	Relación entre la información, la teoría y preguntas.	Informe
	Conceptualización y clasificación ↓			
	Códigos			
		Preguntas del diseño de estudio y surgidas en la recolección		

Fig. 14: Matriz de análisis de la información

#### 4.5 Técnicas

En esta investigación se han utilizado varios tipos de técnicas que a continuación se mencionan, en el capítulo tres en donde se presenta el Programa de Optimización Prosocial se puede encontrar con más detalle la descripción de éstas.

De inicio se ha usado la técnica psicopedagógica del Taller como metodología para diseñar y desarrollar el Programa de Optimización Prosocial, el cual fue creado por el investigador bajo la tutela del Dr. Robert Roche como experto en el diseño y desarrollo de programas de optimización prosocial.

Durante el programa se utilizaron varias técnicas, entre ellas: la expositiva, la lluvia de ideas, el cuadro de la prosocialidad, el panel de visualización, cuestionarios, listas de chequeo.

Otra técnica empleada fue la entrevista semiestructurada que se realizó al final del programa, el guion se realizó considerando los elementos teóricos de la prosocialidad y los propósitos de la investigación contando con la asesoría y la revisión del Dr. Roche.

#### 4.6 Calidad y credibilidad de los datos y del análisis cualitativo

“La investigación cualitativa no puede acomodarse dentro de los criterios de rigor científico desarrollados en el marco de la investigación positivista y experimental” (Izcara, 2009, p. 126). Eso no significa que no se realice con procedimientos rigurosos.

Para Patton (2002) la validez en la investigación cualitativa depende del cuidado en la construcción del instrumento en asegurarse que mida lo que pretende medir; en investigación cualitativa: el investigador es el instrumento. La credibilidad de los métodos cualitativos depende en gran medida en la habilidad, competencia y rigor del investigador involucrado en el trabajo de campo.

La credibilidad de la investigación cualitativa depende de tres distintos elementos de investigación pero relacionados entre sí: 1) métodos rigurosos, 2) la credibilidad del investigador, y 3) la creencia filosófica en el valor de la investigación cualitativa. (Patton, 2002).

En esta investigación, se ha cuidado la calidad y credibilidad de la investigación; siguiendo los elementos que anteriormente se mencionan:

#### **4.6.1 Métodos rigurosos.**

En esta investigación se ha procurado el rigor a través de estrategias para asegurarse de recolectar los datos que desde el diseño se pretendía recoger en el trabajo de campo. Es decir, durante el desarrollo del Programa de Optimización Prosocial, el cual fue diseñado con la asesoría de un experto en los Programas de Optimización y que produjo datos de alta calidad que se analizaron de forma sistemática prestando atención a los elementos de credibilidad, entre éstos, 1) la integridad en el análisis para generar y evaluar las conclusiones encontradas, cuidando que en el análisis no se le haya dado forma a los resultados debido a las predisposiciones y sesgos; 2) la triangulación; haciendo uso desde la triangulación metodológica, registrando la consistencia de hallazgos generados por los diferentes métodos de recolección de datos hasta la triangulación de fuentes de datos, comparando los datos obtenidos desde diferentes momentos y técnicas empleadas; y 3) comprobaciones de diseño, manteniendo los

métodos y datos en contexto, cuidando que las decisiones en diseño de la investigación no afecten en los hallazgos.

#### **4.6.2 La credibilidad del investigador.**

Este elemento se ocupa de las cuestiones de cómo la credibilidad del investigador afecta la forma en que se reciben los resultados; para lograrlo se han tomado las recomendaciones de Patton (2002, p. 566) ya que se ha incluido en este reporte información acerca del investigador: su experiencia, su entrenamiento y la perspectiva que el investigador aporta; también se menciona cómo el investigador consigue acceder al sitio de estudio y el conocimiento previo que trajo del investigador al tema de investigación.

Otro factor es que se ha considerado es cómo la presencia del investigador pudo haber afectado lo que se observó; por lo que se estableció un ambiente de confianza con los docentes, enfatizando que el programa era un ejercicio de crecimiento personal ajeno a afectaciones de índole laboral y que los datos y resultados se tratarían de manera confidencial y discreta, propios de una investigación. Por otro lado, los docentes trabajaron en grupo con el investigador ocho sesiones de dos horas, y tuvieron otras horas de laboratorio personal en donde la presencia del investigador no era indispensable. El investigador se ha esforzado por mantener el rigor intelectual, integridad profesional y competencia metodológica para no sobreestimar ni subestimar los efectos en los participantes sino a tomar en serio su responsabilidad de describir y estudiar los resultados que se presentaron.

#### **4.6.3 Creencia filosófica en el valor de la investigación cualitativa.**

En este elemento se ha tenido en cuenta una apreciación fundamental de la investigación naturalista, ya que se ha realizado el estudio en la localidad de Río Lagartos, lugar en donde viven los participantes. El Programa de Optimización Prosocial se realizó en la escuela en donde laboran los docentes todos los días; recogiendo datos y evidencias desde el medio natural.

De igual manera, se han empleado métodos cualitativos con la firme convicción de que a través de ellos se conoce la realidad desde su medio natural y se crea conocimiento; entre estos métodos la investigación evaluativa se incluye ofreciendo la aportación de sus resultados. También, el análisis de la información ha tenido un tratamiento inductivo, con el fin de considerar todos los datos que aportaron los participantes.

El muestreo intencional en esta investigación cualitativa representó un esfuerzo por obtener una muestra representativa, que se determinó por la conveniencia de trabajar con un grupo típico: docentes en activo de una escuela primaria pública rural de Yucatán, México.

Finalmente, el pensamiento holístico ha formado parte del estilo de la investigación, buscando percibir el todo, aprovechando la riqueza del pensamiento en contenidos y detalles, analizando las partes e integrándolo de nuevo al todo.

#### **4.6.4 Utilidad de los datos.**

Un criterio pragmático de utilidad lleva a preguntarse qué hacer con los hallazgos cualitativos (Patton, 2002). Los resultados iluminan situaciones particulares o casos de números reducidos como en esta investigación. De aquí la importancia de la extrapolación y la transferibilidad en lugar de las generalizaciones; los resultados de la investigación cualitativa son viables para aplicarlos en situaciones similares siempre que se considere el contexto en el que se ha desarrollado la investigación.

Shadish, (1995, en Patton, 2002) argumenta cinco principios básicos de generalización aplicados a métodos cualitativos:

- 1) El principio de similitud proximal, con el cual, podemos aplicar más confiadamente los resultados en donde los tratamientos, los escenarios, las poblaciones, los resultados y los tiempos son más similares a las de la investigación original.

2) El principio de heterogeneidad de irrelevancias hace referencia a poder aplicar más confiadamente los resultados cuando los hallazgos de una investigación se siguen manteniendo sobre las variaciones en las personas, los escenarios, los tratamientos, los resultados de las mediciones y los tiempos que se presumen conceptualmente irrelevantes. La estrategia aquí es identificar las irrelevancias y, donde sea posible, incluir una gran variedad de ellos en la investigación con el fin de demostrar generalización sobre ellos.

3) El principio de validez discriminante menciona poder aplicar los resultados más confiadamente cuando podemos demostrar que es la construcción del objetivo, y no otro cosa, lo necesario para producir hallazgos en la investigación.

4) El principio de la interpolación y extrapolación empírica expresa poder aplicar los resultados con más confianza cuando podemos especificar la gama de personas, los escenarios, tratamientos, resultados y tiempos sobre los cuales los hallazgos se mantienen más o menos fuertes o no lo hacen. La estrategia es la exploración empírica de la gama existente de casos para descubrir cómo esta gama podría generar variabilidad en los hallazgos en los casos no estudiados.

5) El principio de explicación dice que con más confianza se pueden aplicar los resultados cuando podemos especificar completa y exactamente qué partes de una variable están relacionadas con qué partes de otra variable a través de procesos de mediación con las interacciones salientes, entonces se puede transferir solo aquellos componentes esenciales para las nuevas aplicaciones que se desee generalizar. La estrategia es descomponer los hallazgos en partes y procesos así como identificar los esenciales.

#### **4.6.5 Auditoría de expertos.**

Finalmente, la validez y confiabilidad también se procura a través de la triangulación de investigadores mediante la auditoría externa de personas expertas en el tema y en el aspecto metodológico durante el proceso y al momento de presentar los resultados; en

este estudio se ha contado con personas doctoradas, con experiencia y aportes a la investigación cualitativa, con el rigor metodológico requerido y por sus creencias filosóficas en el valor de lo cualitativo.

En especial, se ha seguido la modalidad del “Amigo crítico” que se basa en la premisa de que dos cabezas piensan más que una. La ventaja de ser un punto de vista externo radica en la posibilidad de poder ver las debilidades que el propio investigador no ve. Esta forma de auditoría externa reduce la posibilidad de que prevalezca la visión o los prejuicios del investigador en lugar de captar la visión de los participantes en el estudio, (Cortés, 1997). El amigo crítico ha seguido el proceso de esta investigación ofreciendo comentarios críticos.

La investigación cualitativa ha ofrecido múltiples satisfacciones tanto a nivel científico como personales fruto del rigor metodológico para la obtención de resultados y por las interacciones constantes con personas participativas y conscientes de que forman parte de un estudio formal; de igual forma, ha representado un reto perseverar para lograr las autorizaciones y ser constante en el tiempo que ha durado el programa como el análisis.

## **CAPÍTULO V**

### **Resultados**

En este capítulo se presenta los resultados obtenidos en la investigación. Se ha elaborado considerando: las preguntas de investigación, la matriz de recogida de datos y otros hallazgos encontrados. Los diferentes documentos e instrumentos utilizados en la investigación (cartas descriptivas, listas de asistencia, relatorías o memorándums, escalas de medición, ejercicios, narración de historias personales, entrevistas finales y retroalimentación y evaluación de las sesiones) se han utilizado para el análisis y así, tener resultados más enriquecedores. La presentación de los resultados se acompaña de los ejemplos que sustentan los hallazgos. A continuación las preguntas que han servido de base para la realización del análisis.

Las preguntas de investigación son:
1. ¿Cómo se desarrolla el proceso de construcción de un estilo de vida prosocial en los profesores de una escuela primaria rural costera en Yucatán, México que participaron en el Programa de Optimización?
2. ¿Cuáles fueron los procesos de desarrollo de las habilidades prosociales durante el Programa de Optimización Prosocial en docentes de una escuela primaria pública mexicana de Yucatán?
3. ¿Cuáles fueron los cambios que los profesores que participaron en el Programa

de Optimización Prosocial perciben de su práctica educativa?
--

Fig. 15: Cuadro de preguntas de investigación

La matriz de recogida de datos tiene las siguientes preguntas:
1. ¿Se está realizando el programa de optimización tal y como se concibió?
2. ¿Qué cambios, si hay alguno, se ha realizado sobre el programa original?
3. ¿Cómo es recibido el programa de optimización por los docentes?
4. ¿Con qué entusiasmo y ánimo de participación afrontan los docentes el programa de optimización?
5. ¿Están realizando los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones?
6. ¿Qué cambios se generan en los docentes a partir del programa de optimización durante el proceso?
7. ¿Qué cambios se generan en los docentes a partir del programa de optimización al final del proceso?
8. ¿Cómo autoperciben los docentes sus cambios y su propio proceso de optimización prosocial?

Fig. 16: Cuadro de preguntas de la matriz de recogida de datos

El análisis se ha desarrollado de acuerdo a un proceso de análisis de la información basándose en: Patton (2002), Álvarez-Goyou (2009) e Izcara (2009) que se presenta a través de la siguiente secuencia:

1) Se realizaron las transcripciones de todo el material obtenido, también se organizaron los documentos del desarrollo del programa de optimización como: listas de asistencia y las cartas descriptivas.

2) Se elaboraron las categorizaciones de la información obtenida mediante la reducción de datos, la conceptualización y clasificación para ir formando los códigos; y así hacer comparaciones entre la misma información y la teoría de la Prosocialidad del Dr. Roche; así mismo se consideran las preguntas del diseño de estudio y las surgidas durante la recolección de datos.

3) Se realiza la redacción del informe de los resultados y conclusiones obtenidos.

El análisis desarrollado se presenta en el siguiente esquema:

	Microanálisis - Codificación	
--	------------------------------	--



Transcripciones  Documentos del Programa	Reducción de datos ↓	Categorización  ↓ Comparaciones	Relación entre la información, la teoría y preguntas.	Informe
	Conceptualización y clasificación ↓			
	Códigos			
Preguntas del diseño de estudio y surgidas en la recolección				

Fig. 17: Matriz de análisis de la información

Las transcripciones de los instrumentos (entrevistas, narraciones de historias personales, hojas de evaluación y retroalimentación) se pasaron en archivos en formato de procesador de texto, se imprimieron para que en su lectura y análisis se realizara la clasificación, las marcas y etiquetas a través de los códigos que emanaron de la lectura analítica y de las preguntas prediseñadas.

### 5.1 Organización de los resultados según el prediseño.

Los resultados se han organizado para su presentación de acuerdo a las preguntas prediseñadas.

#### 5.1.1 Realización del Programa tal como se concibió

El programa de Optimización Prosocial se realizó en su totalidad, tal cual se planeó en ocho sesiones, con todas las actividades diseñadas, en las fechas y los tiempos planeados, con la participación activa de los diez docentes; con algunas modificaciones mínimas que se realizaron en el momento de las sesiones debido a elementos externos como: cambiar de espacio de trabajo y dar más tiempo a algún ejercicio durante la sesión, cambios que la misma naturaleza del método de trabajo del taller considera debido a su flexibilidad.

##### 5.1.1.1 Asistencia y puntualidad

La asistencia y puntualidad de los participantes se presenta en la siguiente tabla:

Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5	Sesión 6	Sesión 7	Sesión 8	Promedio
100%	90%	90%	90%	90%	80%	90%	100%	91.25%

Fig. 18: Tabla de asistencia de los participantes al Programa de Optimización Prosocial

Se puede observar que la asistencia y permanencia de los participantes al Programa de Optimización fue en promedio del 91.25%. En general, los participantes asistieron y fueron puntuales para la hora de inicio de las sesiones, así mismo, permanecían hasta el fin de las mismas; la responsable de la escuela fue la única que en ocasiones salía por unos minutos para atender asuntos propios de la escuela.

### 5.1.2 Cambios realizados sobre el Programa original

En los objetivos, temas y actividades del Programa original no se hicieron modificaciones. Los únicos cambios realizados fueron motivados por elementos externos los cuales no alteraron los contenidos ni esencia del programa.

En la primera sesión, el cambio fue el lugar de trabajo ya que la escuela se encontraba sin servicio eléctrico, por lo que en lugar de trabajar en el salón con aire acondicionado y con el proyector que ya estaba destinado, la sesión se desarrolló en la palapa de la escuela que era más fresco que estar en el salón cerrado. Las presentaciones de Power Point que estaban planeadas para esa sesión se revisaron en la segunda sesión aunque el contenido fue iniciado desde la primera de manera expositiva.

Las siete sesiones siguientes se realizaron en el salón asignado y con el servicio eléctrico. Otro cambio, motivado por los participantes, fue el horario de término de la sesión, ya que se ofreció terminar puntualmente las sesiones para que se pudieran retirar

los profesores a sus casas, sin embargo, los docentes se quedaban después de la hora fijada, en discusión de los temas y actividades y/o en convivencia.

En relación a los laboratorios personales, las dudas se alargaron una sesión más de lo contemplado, a la sesión 4, éstas se resolvieron durante el inicio de la sesión y el resto de la misma se llevó a cabo normalmente.

No hubo cambios de contenido en el Programa original, solo cambios menores de los planeados inicialmente: cambios de lugar de trabajo y ampliación de horario.

### 5.1.3 Cómo es recibido el programa de optimización por los docentes

El programa de optimización fue recibido con expectación e interés por los participantes, ya que, como lo mencionan, el concepto de prosocialidad era nuevo para los docentes. También se notó la disponibilidad y compromiso de los diez profesores; desde la primera sesión, sorprendió a todos la ausencia de electricidad y el mucho calor, sin embargo, no hubo petición del grupo de suspender o reducir el tiempo de trabajo; por el contrario, se notaba muestras de interés en aprender, en el programa y en las actividades que se realizarían; se manifestó hospitalidad por recibir al investigador, incluso con el estado anímico poco favorable para algunas participantes debido a cuestiones personales.

El clima de trabajo fue de confianza, cordialidad y camaradería entre los docentes, en la primera sesión se organizó el grupo para llevar un refrigerio para después del trabajo de las sesiones, lo que generó momentos de mayor integración entre los participantes.

Pregunta prediseñada: ¿Cómo es recibido el programa de optimización por los docentes?	
Documento o instrumento	Ejemplo
Narración de historia personal.	“Un día una semillita estaba sola y triste en un frasco, con ganas de aprender y mucho por descubrir, de pronto un día llegó un rayo de sol y gotas de agua a cumplirle lo que más quería.” (Narración 2JA).

Entrevista final	“...fue una incógnita cuando llegamos al curso no sabíamos qué era, pero ya cuando lo fuimos conociendo y todo, fue muy interesante y fue de mucho interés ya que me identifiqué, yo no sabía que existía...una ciencia que se dedicara a eso, a interesarse en las personas”. (Entrevista 5YL).
Entrevista final	“... en confianza, me interesaron todos los temas...” (Entrevista 2JA).
Narración de historia personal	“Cuando llegó el día de la primera sesión... todos los maestros asistieron, incluyéndome, yo fui una de la personas que le causó curiosidad saber de qué trataba ese nuevo concepto, mientras se fue dando el taller, más interesada estaba en conocer todo lo que implicaba ser una persona prosocial...” (Narración 3AA).
Narración de historia personal	“Inicié con un concepto equivocado, pensando que la prosociabilidad era ser sociable...” (Narración 9LS).
Relatoría sesión 1	“La profesora 4MM me preguntó que cuándo era la siguiente sesión, le respondí que el próximo jueves, entonces me dijo, con una sonrisa, que yo no llevara nada para compartir ya que ella sería la que lo llevaría”. (Relatoría 1).
Relatoría sesión 1	“En esta sesión me llamó la atención la disponibilidad de los profesores pese a las condiciones en las que se dio, sin electricidad, trabajando en la palapa, con elevado calor y humedad, con información teórica acerca de la prosocialidad; y pese a estas condiciones estuvieron prestando interés y preguntando sobre el tema”. (Relatoría 1).
Relatoría sesión 2	“...la profesora 4MM me dijo que tenía muchas intenciones de irse a casa y no entrar a la sesión ya que tenía muchos pendientes en casa con sus nietos, y más porque uno de ellos estaba enfermo, pero que la razón para decidir quedarse fue por mí (Investigador), ya que pensó en mí, en el compromiso adquirido, y que, sobre todo, le inspiré mucha positividad, buena energía y mucha paz. Este comentario lo dijo con voz serena y una sonrisa, el grupo estuvo escuchando atento y sonriendo, algunos asintieron”. (Relatoría 2).

Fig. 19: Cuadro de ejemplos de cómo es recibido el Programa de Optimización Prosocial por los docentes

#### **5.1.4 Entusiasmo y ánimo de participación con que afrontan los docentes el programa de optimización.**

Los diez docentes asistieron y participaron durante las ocho sesiones, su asistencia era puntual y mostraron, en general, disponibilidad e interés en el tema, el cual fue creciendo conforme avanzaban las sesiones; se expresa reflexión, conocimientos, alegría, tranquilidad, entusiasmo y gusto por las sesiones y las actividades las cuales fueron provechosas; se creó un clima agradable y de confianza en el grupo.

En algún momento, se expresó poca disponibilidad para participar por elementos ajenos al Programa, sin embargo, se permaneció durante las sesiones pese a las dificultades personales.

Pregunta prediseñada: ¿Con qué entusiasmo y ánimo de participación afrontan los docentes el programa de optimización?	
Documento o instrumento	Ejemplo
Relatoría sesión 1	“...disponibilidad de los profesores pese a las condiciones en las que se dio, sin electricidad, trabajando en la palapa, con elevado calor y humedad,... pese a estas condiciones estuvieron prestando interés y preguntando sobre el tema.” (Relatoría 1).
Retroalimentación y evaluación 7	“Que todos estuvieron participativos y reflexionaron sobre las cualidades que tenemos cada uno.” (Retro7 3AA).
Narración de historia personal	“Durante el taller, se experimentaban emociones y experiencias muy agradables por parte de mis compañeros y mía,... las siguientes sesiones las esperaba con ansias y con mucha curiosidad para saber sobre qué trataban”. (Narración 3AA).
Entrevista final	“... en confianza, me interesaron todos los temas...” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“En la primera no estaba disponible, no estaba yo disponible y ya luego, ya fui asimilando las cosas...” (Entrevista 4MM).
Narración de historia personal	“...todas las actividades las realizó con entusiasmo, ya que sirvieron para analizar y darse cuenta qué cosas tenemos, que podemos mejorar como persona.” (Narración 4MM).
Entrevista final	“...me he sentido tranquilo, en confianza, alegre... me gustaron mucho las actividades, los talleres, los laboratorios porque aprendí mucho a crecer internamente.” (Entrevista 6GI).
Entrevista final	“...no sabíamos qué era, pero ya cuando lo fuimos conociendo... fue muy interesante y... mucho interés ya que

	me identifiqué, yo no sabía que existía...una ciencia que se dedicara a eso, a interesarse en las personas”. (Entrevista 5YL).
Entrevista final	“Todas las sesiones fueron muy importantes y me gustó...” (Entrevista 10MA).
Entrevista final	“...en un ambiente muy agradable, convivimos todos y como te digo, pues, muy interesante y provechoso en cada una de las sesiones.” (Entrevista 5YL).
	“...hubo momentos...que no estaba tan disponible, por algunos problemas, no estaba en condiciones de haberlas llevado, sin embargo, pero fue muy interesante, pude hacerlo.” (Entrevista 5YL).

Fig. 20: Cuadro de ejemplos del entusiasmo y ánimo de participación con que afrontan los docentes el Programa de Optimización Prosocial

### 5.1.5 Realizan los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones.

Los participantes realizaron los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones dadas, en algunos momentos presentaron dudas al investigador acerca de cómo debían realizar los ejercicios, las cuales fueron aclaradas; también sirvió al grupo que los docentes compartieran sus experiencias en plenaria durante las sesiones, ya que escuchaban semejanzas y aclaraban dudas comunes; se expresó compromiso y reto para realizar el laboratorio, finalmente, todos realizaron y presentaron sus reportes escritos sobre los laboratorios personales.

Pregunta prediseñada: ¿Están realizando los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones?	
Documento o instrumento	Ejemplo
Relatoría sesión 4	“La maestra 10MA presentó sus avances del reporte escrito del laboratorio sobre acciones prosociales”. (Relatoría 4).
Entrevista final	“...fue algo nuevo lo del test...pienso...que fue importante porque me enseñó a valorar las acciones, por ejemplo: a escuchar, a escribir las consecuencias, todo lo que puedes sacar de una simple acción, las consecuencias del actor, lo que puede llevar esa acción, todo se puede desarrollar y

	conocer y valorar a través de ella.” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“...más comprometida sobre todo para hacer las acciones y tener el reto conmigo misma y hacerlo; y pensar cómo me quiero sentir yo al realizar mi laboratorio y conforme iba avanzando y al realizar las redacciones.” (Entrevista 5YL).
Retroalimentación y evaluación 6	“...los laboratorios me ayudan para mejorar mi comportamiento... Para poder crecer, es buena herramienta el uso de laboratorios, porque podemos observar y percatarnos de nuestros avances y retrocesos.” (Retro6 6GI).
Entrevista final	“Al principio sí tuve algunas dificultades, pero con las experiencias, todo lo que platicábamos, conforme las sesiones se fueron dando y las explicaciones.” (Entrevista 2JA).
Relatoría sesión 4	“...la maestra... comentaba las dificultades y dudas que tenía al realizar el laboratorio sobre las acciones de la prosocialidad, le respondí las dudas que tenía acerca de las categorías, en general, ella había comprendido lo que tenía que hacer, solo fue cuestión de confirmar lo que ella pensaba”. (Relatoría 4).
Entrevista final	“...tuve un problemita porque no buscaba eso de las personas de difíciles, pero yo no encontraba a la persona que sea de difícil para mí para hacerlo, pero, pues, las hice.” (Entrevista 5YL).

Fig. 21: Cuadro de ejemplos de realizan los docentes los laboratorios personales siguiendo las recomendaciones

### 5.1.6 Cambios que se generan en los docentes a partir del Programa de Optimización durante el proceso.

Los cambios que se han generado en los docentes durante el proceso del programa de optimización están: el compromiso, la reflexión y el “darse cuenta” sobre sí mismo y sobre los demás; escuchar con calidad a las personas y ser escuchada, así como hablar y aclarar de manera asertiva; también expresar los sentimientos, lo anterior, generado al realizar los ejercicios de los laboratorios personales: las acciones prosociales y el test de comunicación de calidad prosocial.

Pregunta prediseñada: ¿Qué cambios se generan en los docentes a partir del programa de optimización durante el proceso?	
Documento o instrumento	Ejemplo

Retroalimentación y evaluación 8	“Que al preguntar sobre las sesiones anteriores todos participaron haciendo comentarios de lo que han aprendido.” (Retro8 3AA)
Entrevista final	“...eso nos ha ayudado bastante para ponerme a reflexionar como también darme cuenta que es importante que me escuchen a mí y a prestar este servicio de escuchar a la persona.” (Entrevista 1MP).
Retroalimentación y evaluación 4	“Presento una debilidad para poder entablar una plática, éste es el prejuicio, y con éste obstáculo no puedo tener una buena comunicación.” (Retro4 6GI).
Entrevista final	“...cuando decías que debíamos hacer acciones prosociales... me siento un poco más cercano a las personas, un poco más de cambio, y ya poder hablar y decir cómo me siento, más que nada que me escuchen y ahora cuando hay algún problema aunque se moleste, al principio, la otra persona, decirle, hablar y que me escuchen.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...me ves a cambiar un poquito mi forma de ser, yo soy una persona,...hay que dialogar, platicar, dialogamos, lo senté, nos sentamos, conversamos, antes que nada: aclarar, no discutir, no pelear, hablar...” (Entrevista 2JA).
Retroalimentación y evaluación 5	“Me puedo dar cuenta que nuestras acciones causan gran impacto en el individuo que la recibe, ya sea de manera positiva o negativa, y siempre que o en algunos casos, podemos presenciar su reacción.” (Retro5 6GI)
Entrevista final	“...más comprometida sobre todo para hacer las acciones y tener el reto conmigo misma y hacerlo; y pensar cómo me quiero sentir yo al realizar...mi laboratorio y conforme iba avanzando y al realizar las redacciones.” (Entrevista 5YL).
Entrevista final	“...con lo que iba haciendo en los laboratorios me iba dando cuenta...entonces es como el equilibrio que me hace decir esto lo debo de hacer no porque es obligación sino porque yo lo quiero hacer...” (Entrevista 6GI).
Entrevista final	“...me encontré conmigo misma, analizar, reflexionar que no había personas de difícil relación o que había acciones que yo ya realizaba sin saber, fue algo así como un encuentro conmigo misma, de análisis y reflexión.” (Entrevista 5YL).

Fig. 22: Cuadro de ejemplos de cambios que se generan en los docentes durante el proceso del Programa

### 5.1.7 Cambios que se generan en los docentes a partir del Programa de Optimización al final del proceso.



Entre los cambios que se generan en los docentes a partir del programa de optimización al final del proceso se expresa: poder realizar acciones con la conciencia de ser llamadas *conductas prosociales* y realizarlas sin miedo, con un estado de bienestar y satisfacción, con la intención de que llegue a ser un estilo de vida.

Se ha mencionado que a través del desarrollo del programa se ha podido hallar fortaleza, sentido de servicio y libertad en su persona; identificación y el *darse cuenta* como una capacidad de aprendizaje sobre sí mismos; también refieren reflexión y valorarse como persona, así como la importancia de ser escuchados y de escuchar a los demás.

Se señala que se han generado procesos de autoconocimiento y de asertividad en la comunicación, a identificar emociones y sentimientos y a tener la capacidad de poder transmitirlos, lo que les implica una mejoría en las relaciones personales con la familia, con los demás y con los alumnos, lo cual ha producido cambios en su ejercicio laboral, en específico, en la metodología escolar en donde los alumnos reconocen los cambios en su profesor.

Se hace referencia a un crecimiento personal e interno, el cual es cualitativo ya que no puede ser medido cuantitativamente, y que se ve favorecido a través de las acciones prosociales.

Pregunta prediseñada: ¿Qué cambios se generan en los docentes a partir del programa de optimización al final del proceso?	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“...a raíz de conocer la prosocialidad y todo esto, ahora puedo hacer cosas o dar sin esperar nada de nadie y seguir sintiéndome bien.” (Entrevista 1MP).
Narración de historia personal	“Al descubrirse por dentro, todas las acciones que favorecerían su crecimiento, también se dio cuenta de lo que podía hacer por los demás y a través de eso seguir creciendo y dar frutos jugosos y hermosos por dentro y por fuera.” (Narración 2JA).
Narración de historia personal	“Con respecto a mi persona, tuve un cambio favorable y agradable para todos los que me rodean, ya que fue interesante analizar cómo estoy y cómo soy desde mi interior”. (Narración 3AA).

Narración de historia personal	“El niño reflexionó y dijo: la prosocialidad cambió su vida y de los que lo rodean, que tuvo un crecimiento que no se podía medir numéricamente, ese crecimiento lo tenía en su alma y ser, ya que se sintió bien consigo mismo, y le prometió a su amigo que esté con quien esté y el lugar en donde se encuentre, seguiría practicando la prosocialidad.” (Narración 6GI).
Entrevista final	“Me ayudó mucho a identificarme y darme cuenta de cómo me ven otras personas porque no es lo mismo a cómo me veo a cómo me ven las otras personas...” (Entrevista 1MP).
Retroalimentación y evaluación	“...hacer algo por mi prójimo me fortalece, me crece de manera interna...” (Retro8 2JA).
Narración de historia personal	“...la hicieron madurar y valorarse como persona... Hoy se siente libre y fuerte a la vez...” (Narración 4MM).
Entrevista final	“...eso nos ha ayudado bastante para ponerme a reflexionar como también darme cuenta que es importante que me escuchen a mí y a prestar este servicio de escuchar a la persona.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...ahora puedo saber y decir lo que siento, ya tengo un mejor entendimiento,... tener una buena comunicación con las personas, una buena interacción, estoy tratando de hablar y decir lo que siento y viceversa, que la persona me diga lo que sienta y de ahí seguir adelante; y con mi familia ya trato de acercarme más a ellos, estoy tratando de tener más interacción, con mis amigos al hablar, con conocidos, personas aunque no sean mis amigos y más que nada sentirme mejor conmigo mismo”. (Entrevista 1MP).
Narración de historia personal	“Con las experiencias y conocimientos adquiridos, ha decidido seguir empleando las acciones prosociales como un estilo de vida.” (Narración 8NA).
Entrevista final	“...los niños se empiezan a dar cuenta poco a poco, los niños ven que el maestro ya empieza a hablar un poco más, el maestro empieza a ser un poco más diferente, es un cambio que se da poco a poco que van notando los alumnos.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...es un cambio que se da... poco a poco se fueron dando en las sesiones, y me siento totalmente distinto a lo que era antes a como soy ahora, al principio yo creía que estaba bien pero en realidad esperaba algo a cambio, ahora ya hago las cosas y ya no espero nada, simplemente sentirme bien conmigo mismo,... ahora no, sentirme bien, dar algo y sentirme totalmente bien, dar y ya, sentirme pleno con todo.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...fue algo nuevo lo del test...pienso...que fue importante porque me enseñó a valorar las acciones, por ejemplo: a escuchar, a escribir las consecuencias, todo lo que puedes sacar de una simple...acción, las consecuencias del actor, lo que puede llevar esa acción, todo se puede desarrollar y conocer y valorar a través

	de ella.” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“Descubrí muchas cosas de mí que no conocía, valoré muchas cosas que también fui descubriendo en el paso de las sesiones como el conocerme a mí misma”. (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“...y el trato con mis hijos, fui mejorando con mi familia en el trato, eso de la comunicación prosocial de calidad me ayudó,... me ayudó mucho con los niños, con mi hijo que tiene cuatro años también;... aprendí a desenvolverme también ante mi hijo,... ya que es alguien importante.” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“... si tengo ganas de ayudar a un ancianito, ayudar a alguien a subir las escaleras o a cruzar la calle, y a veces, por el simple hecho del qué dirán no lo haces, o pararte de tu asiento para que una persona embarazada se siente, no lo haces; si tú ya ocupaste el lugar, déjalo, ¡ya! a perder el miedo a hacer las cosas, a ofrecer el lugar a una persona, a ser servicial...” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“Sobre todo con mis alumnos, el reflejo de mis alumnos, yo era una persona que trataba de ser estricta con ellos, pero me ha funcionado igual, he aplicado algunos métodos, que vengo contenta con mis alumnos, que estamos jugando pero también estamos trabajando.” (Entrevista 5YL).

Fig. 23: Cuadro de ejemplos de cambios que se generan en los docentes al final del proceso del Programa

### 5.1.8 Autopercepción en los docentes de sus cambios y su propio proceso de optimización prosocial.

Los docentes expresan una autopercepción de cambio en el proceso de optimización prosocial; primeramente, manifestada en los resultados de la Escala de Medida de Prosocialidad de Caprara et al (2005); en el cual, todos los participantes tuvieron una diferencia de aumento en el resultado del postest con referencia al pretest; de manera general: la media del postest fue de 3.775 frente a 3.068 del pretest. La intención de aplicar la Escala ha sido solo para obtener un elemento más de información sobre la autopercepción. Los resultados se presentan en la siguiente tabla:

DOCENTE	MEDIA PRETEST	MEDIA POSTEST	DIFERENCIA DE CAMBIO
1MP	3.125	3.562	+0.437
2JA	2.562	4.25	+1.688
3AA	3.625	4.312	+0.687
4MM	3.875	3.937	+0.062

5YL	3.937	4.625	+0.688
6GI	2.062	3.062	+1
7MP	3.687	3.937	+0.25
8NA	1.687	2.937	+1.25
9LS	3.125	3.375	+0.25
10MA	3.0	3.75	+0.75
MEDIA GRUPO	3.068	3.775	+0.707

Fig. 24: Tabla comparativa de resultados de la escala de medida de prosocialidad

También, en los otros instrumentos empleados se ha hallado una percepción de cambio como es el conocimiento del concepto de la prosocialidad y su proceso o metodología.

Igual se autopercibe la conciencia de realizar actos prosociales que conlleva ser mejores personas mediante el uso del autocontrol y el manejo del pensamiento y el lenguaje con los alumnos y la familia; los participantes expresan tener mejor estabilidad emocional y bienestar.

El autoconocimiento, el análisis y la reflexión son otros cambios que se autoperciben, así como el mejoramiento en las relaciones personales con los alumnos y la familia incluyendo a los hijos pequeños.

Pregunta prediseñada: ¿Cómo autoperciben los docentes sus cambios y su propio proceso de optimización prosocial?	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“... y ahora que conozco la prosocialidad ya me puedo enfocar más a mejorar y a controlar mis palabras, los hechos, mis actos para tratar de ser mejor persona... pero no tenía una guía, una definición, una metodología...” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“Descubrí muchas cosas de mí que no conocía, valoré muchas cosas que también fui descubriendo en el paso de las sesiones como el conocerme a mí misma”. (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“... me siento totalmente distinto a lo que era antes a como soy ahora,... ahora ya hago las cosas y ya no espero nada, simplemente sentirme bien conmigo mismo, ...ahora no, sentirme bien, dar algo y sentirme totalmente bien, dar y ya, sentirme pleno con todo.” (Entrevista 1MP).

Entrevista final	“...y el trato con mis hijos, fui mejorando con mi familia en el trato, eso de la comunicación prosocial de calidad me ayudó, ... si quieres mejorar, vamos a mejorar y sí me ayudó mucho con los niños; ... aprendí a desenvolverme también ante mi hijo, a no contestarle con una palabra cerrada; ahora es bien, bien, ya que es alguien importante.” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“...me encontré conmigo misma, analizar, reflexionar que no había personas de difícil relación o que había acciones que yo ya realizaba sin saber, fue algo así como un encuentro conmigo misma, de análisis y reflexión.” (Entrevista 5YL).
Entrevista final	“Sobre todo con mis alumnos, el reflejo de mis alumnos, yo era una persona que trataba de ser estricta con ellos, pero me ha funcionado igual, he aplicado algunos métodos, que vengo contenta con mis alumnos, que estamos jugando pero también estamos trabajando.” (Entrevista 5YL).

Fig. 25: Cuadro de ejemplos de la autopercepción en los docentes de sus cambios y propio proceso de optimización

## 5.2 Otros hallazgos

Después de analizar y organizar los datos obtenidos mediante las preguntas prediseñadas, fueron surgiendo otros resultados de interés que se originaron durante y al final del proceso de optimización prosocial.

<b>OTROS HALLAZGOS</b>	Insight y metacognición	Emociones y sentimientos	Comunicación	Percepción de los otros
Valoración de sí mismos	Autoconfianza y seguridad	Asertividad	Expectativas de sí mismos	Percepción hacia el investigador

Fig. 26: Cuadro de otros hallazgos

### 5.2.1 Insight y Metacognición.

Los participantes expresan procesos de insight y/o metacognición, principalmente, al realizar los laboratorios personales y al finalizar el programa; y que les han permitido tomar decisiones más seguras y asertivas de acuerdo a sus propias necesidades, convicciones y motivaciones; estas expresiones conllevan a ser conscientes de la

posibilidad de mejoría en sus relaciones personales, con sus familias, alumnos y otras personas.

También, los docentes refieren a ser capaces de darse cuenta y de comprender sus propios procesos cognitivos, posibilidades y limitaciones; en mejorar su propia estabilidad emocional; en enfocar conscientemente en ser mejores personas, en valorarse a sí mismos, en invertir tiempo en su persona para crecer, en ayudar a los demás a través del compromiso y reto personales los cuales se fueron dando a través de las sesiones del programa de optimización.

Código: Otros hallazgos	
Sub-Código: Insight y metacognición	
Documento o instrumento	Ejemplo
Retroalimentación y evaluación 5	“Me puedo dar cuenta que nuestras acciones causan gran impacto en el individuo que la recibe, ya sea de manera positiva o negativa, y siempre que o en algunos casos, podemos presenciar su reacción.” (Retro5 6GI).
Entrevista final	“... y ahora que conozco la prosocialidad ya me puedo enfocar más a mejorar y a controlar mis palabras, los hechos, mis actos para tratar de ser mejor persona.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...siento que la prosocialidad es hacia dentro de las personas, es el trabajo personal y lo que puedes hacer por los demás y sentirse bien contigo mismo...” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“Y con las acciones y el ejercicio de la comunicación que hicimos, pues ahí es cuando me fijé realmente, sí puedo dar una buena comunicación de calidad porque normalmente nos hablan y nosotros... no le prestamos mucha atención y respondemos con cosas prácticas...” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...eso nos ha ayudado bastante para ponerme a reflexionar como también darme cuenta que es importante que me escuchen a mí y a prestar este servicio de escuchar a la persona.” (Entrevista 1MP).
Retroalimentación y evaluación 7	“...hay que tener un poco de tiempo para poder invertir en nosotros mismos, es decir, percibirnos interiormente, y esto sirve para valorarnos como personas.” (Retro7 6GI).
Entrevista final	“... me siento totalmente distinto a lo que era antes a como soy ahora, al principio yo creía que estaba bien pero en realidad esperaba algo a cambio, ahora ya hago las cosas y ya no espero nada, simplemente sentirme bien conmigo mismo,

	deslindarme de las cosas que me lastiman porque hasta cierto punto porque cuando das algo y esperas algo de alguien y no lo recibes te lastima pero ahora no, sentirme bien, dar algo y sentirme totalmente bien, dar y ya, sentirme pleno con todo.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...fue algo nuevo lo del test...pienso...que fue importante porque me enseñó a valorar las acciones, por ejemplo: a escuchar, a escribir las consecuencias, todo lo que puedes sacar de una simple...acción, las consecuencias del actor, lo que puede llevar esa acción, todo se puede desarrollar y conocer y valorar a través de ella.” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“Descubrí muchas cosas de mí que no conocía, valoré muchas cosas que también fui descubriendo en el paso de las sesiones como el conocerme a mí misma”. (Entrevista 2JA)
Entrevista final	“...y el trato con mis hijos, fui mejorando con mi familia en el trato, eso de la comunicación prosocial de calidad me ayudó,... sí me ayudó mucho con los niños, aprendí a desenvolverme también ante mi hijo, a no contestarle con una palabra cerrada;... ya que es alguien importante.” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“...más comprometida sobre todo para hacer las acciones y tener el reto conmigo misma y hacerlo; y pensar cómo me quiero sentir yo al realizar...mi laboratorio y conforme iba avanzando y al realizar las redacciones.” (Entrevista 5YL).
Entrevista final	“...siento que ahora ya enfoco, ya puedo ver tal vez ciertos puntos, no soy lo que debo ser y debo mejorar, siento que ahora ya puedo ser una persona prosocial no solo en algunos aspectos sino en todos”. (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...me encontré conmigo misma, analizar, reflexionar que no había personas de difícil relación o que había acciones que yo ya realizaba sin saber, fue algo así como un encuentro conmigo misma, de análisis y reflexión.” (Entrevista 5YL).

Fig. 27: Cuadro de ejemplos de insight y metacognición

### 5.2.2 Emociones y sentimientos.

Durante el Programa de Optimización Prosocial se ha evidenciado manifestaciones y expresiones que implican emociones y sentimientos, los cuales, se vinculan con mayor estabilidad, mejor manejo de las mismas, asertividad, superación de miedos, mejores

relaciones personales y bienestar, se expresa como resultado, sobre todo, del ejercicio de los laboratorios personales.

Para la prosocialidad, las acciones se realizan sin esperar recompensas extrínsecas o materiales (Roche, 2010); sin embargo, los participantes expresan en sus emociones y sentimientos algún tipo de recompensa intrínseca que no se contrapone al concepto de prosocialidad; por el contrario, se mantiene y refuerza la convicción del estilo de vida prosocial.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Emociones y sentimientos	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“...a raíz de conocer la prosocialidad y todo esto, ahora puedo hacer cosas o dar sin esperar nada de nadie y seguir sintiéndome bien.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“... me siento un poco más cercano a las personas, un poco más de cambio, y ya poder hablar y decir cómo me siento, más que nada que me escuchen y ahora cuando hay algún problema aunque se moleste, al principio, la otra persona, decirle, hablar y que me escuchen.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...ahora puedo saber y decir lo que siento, ya tengo un mejor entendimiento,... estoy tratando de hablar y decir lo que siento y viceversa, que la persona me diga lo que sienta y de ahí seguir adelante; y con mi familia ya trato de acercarme más a ellos, estoy tratando de tener más interacción, con mis amigos al hablar, con conocidos, personas aunque no sean mis amigos y más que nada sentirme mejor conmigo mismo”. (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“... me siento totalmente distinto a lo que era antes a como soy ahora,... ahora ya hago las cosas y ya no espero nada, simplemente sentirme bien conmigo mismo, deslindarme de las cosas que me lastiman porque hasta cierto punto porque cuando das algo y esperas algo de alguien y no lo recibes te lastima pero ahora no, sentirme bien, dar algo y sentirme totalmente bien, dar y ya, sentirme pleno con todo.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“...yo soy una persona poco participativa... como que sabes, pero el miedo de hablar de exponer lo que quería decir, y sin embargo, participaba, me sentí tranquila, confiada.”



	(Entrevista 2JA).
Entrevista final	“... si tengo ganas de ayudar... a veces, por el simple hecho del qué dirán no lo haces,... ¡ya a perder el miedo a hacer las cosas!...” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“Sobre todo con mis alumnos, el reflejo de mis alumnos, yo era una persona que trataba de ser estricta con ellos, pero me ha funcionado igual, he aplicado algunos métodos, que vengo contenta con mis alumnos, que estamos jugando pero también estamos trabajando.” (Entrevista 5YL).

Fig. 28: Cuadro de ejemplos de emociones y sentimientos

### 5.2.3 Comunicación.

La comunicación es un elemento que se destaca en los resultados manifestados por los docentes, sobre todo, se menciona como un efecto en la mejoría en las relaciones personales vinculadas con la comunicación verbal y no verbal con la familia, con los alumnos y en las relaciones con los otros.

También se relaciona esta comunicación, expresada por los docentes, con una comunicación asertiva para efectos de resolución de problemas y el manejo de las emociones y sentimientos; que finalmente, dentro de la prosocialidad, es considerada un elemento de suma importancia.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Comunicación	
Documento o instrumento	Ejemplo
Retroalimentación y evaluación 4	“...asegurar que mi receptor entendió o qué fue lo que entendió.” (Retro4 3AA).
Entrevista final	“...ahora puedo saber y decir lo que siento, ya tengo un mejor entendimiento,... ya tener una buena comunicación con las personas, una buena interacción, estoy tratando de hablar y decir lo que siento y viceversa, que la persona me diga lo que sienta y de ahí seguir adelante; y con mi familia ya trato de acercarme más a ellos, estoy tratando de tener más interacción, con mis amigos al hablar, con conocidos, personas aunque no sean mis amigos y más que nada sentirme mejor conmigo mismo”. (Entrevista 1MP).

Entrevista final	“...nos sentamos a platicar...esta vez sí, como algo nuevo, hay que dialogar, platicar, dialogamos, lo senté, nos sentamos, conversamos, antes que nada: aclarar, no discutir, no pelear, hablar...” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“...eso de la comunicación prosocial de calidad me ayudó...todo eso del test, me senté y vamos a hablar; si quieres mejorar, vamos a mejorar y sí me ayudó mucho con los niños,... aprendí a desenvolverme también ante mi hijo, a no contestarle con una palabra cerrada... ya que es alguien importante.” (Entrevista 2JA).

Fig. 29: Cuadro de ejemplos de comunicación

### 5.2.4 Percepción de los otros.

Dentro de los resultados hallados se señala: la percepción de cambio que tienen las personas con las que se relacionan los docentes que han participado en el Programa de Optimización Prosocial. Los participantes mencionan darse cuenta de que sus alumnos, familia, amigos, etc., perciben cambios conductuales y emocionales como efecto del proceso de desarrollo prosocial.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: percepción de los otros	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“...los niños ven que el maestro ya empieza a hablar un poco más, el maestro empieza a ser un poco más diferente pero no es un cambio que se dé al día siguiente, es un cambio que se da poco a poco que van notando los alumnos.” (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“En mi casa también hubo cambio, porque mi hija me dice: -¿me cambiaron a mi mamá?, -no, le digo, soy la misma; y con mi hijo...ahora me dice: -¿qué mamá, se solucionaron sus problemas?...porque ahorita es diferente...” (Entrevista 4MM).

Fig. 30: Cuadro de ejemplos de percepción de los otros

### 5.2.5 Valoración de sí mismos.

Los docentes han expresado un reconocimiento de valoración personal lo que conlleva al fortalecimiento de su autoestima, a dedicar más tiempo a su persona, a percibir mayor libertad y crecimiento personal.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Valoración	
Documento o instrumento	Ejemplo
Retroalimentación y evaluación 7	“...hay que tener un poco de tiempo para poder invertir en nosotros mismos, es decir, percibirnos interiormente, y esto sirve para valorarnos como personas.” (Retro7 6GI).
Retroalimentación y evaluación 8	“...hacer algo por mi prójimo me fortalece, me crece de manera interna...” (Retro8 2JA).
Narración de historia personal	“...la hicieron madurar y valorarse como persona... Hoy se siente libre y fuerte a la vez...” (Narración 4MM).

Fig. 31: Cuadro de ejemplos de valoración de sí mismos

### 5.2.6 Autoconfianza y seguridad.

El proceso del Programa de Optimización Prosocial ha generado en los participantes una expresión de autoconfianza y seguridad sobre sí mismos, de sus actuaciones y de sus emociones y sentimientos.

En este sentido, la conducta prosocial se refuerza con la autoconfianza y la seguridad lo permite o posibilita que el comportamiento se continúe en el futuro.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Confianza y seguridad	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“... si tengo ganas de ayudar a un ancianito, ayudar a alguien a subir las escaleras o a cruzar la calle, y a veces, por el simple hecho del qué dirán no lo haces, o pararte de tu asiento para que una persona embarazada se siente, no lo haces; si tú ya ocupaste el lugar, déjalo, ya a perder el miedo a hacer las cosas, a ofrecer el lugar a una persona, a ser servicial...” (Entrevista 2JA).
Retroalimentación	“...asegurar que mi receptor entendió o qué fue lo que

y evaluación 4	entendió.” (Retro4 3AA).
Entrevista final	“...ahora puedo saber y decir lo que siento, ya tengo un mejor entendimiento,... y con mi familia ya trato de acercarme más a ellos, estoy tratando de tener más interacción, con mis amigos al hablar, con conocidos, personas aunque no sean mis amigos y más que nada sentirme mejor conmigo mismo”. (Entrevista 1MP).

Fig. 32: Cuadro de ejemplos de autoconfianza y seguridad

### 5.2.7 Asertividad.

La asertividad es mencionada por Roche (2010) en sus dimensiones en donde las personas tienen la posibilidad de expresarse con sinceridad, libertad y de manera directa, con mayor seguridad y confianza ante situaciones o personas diversas lo que supone el autocontrol de las emociones y de las reacciones desmesuradas con la familia, los alumnos y los otros.

Los docentes manifiestan una capacidad de asertividad expresado como resultado del conocimiento de la prosocialidad en la experimentación a través de los laboratorios personales, en donde se reconoce, también, la importancia de valorar a los demás. De igual forma, se percibe la promoción de la asertividad en donde los docentes motivan a los demás a expresarse de la misma manera.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Asertividad	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“...ahora puedo saber y decir lo que siento, ya tengo un mejor entendimiento,... ahora no, a raíz de esto, ya tener una buena comunicación con las personas, una buena interacción, estoy tratando de hablar y decir lo que siento y viceversa, que la persona me diga lo que sienta y de ahí seguir adelante; y con mi familia ya trato de acercarme más a ellos, estoy tratando de tener más interacción, con mis amigos al hablar, con conocidos, personas aunque no sean mis amigos y más que nada sentirme mejor conmigo mismo”. (Entrevista 1MP).
Entrevista final	“... y ya no, nos sentamos a platicar... esta vez sí, como algo nuevo, hay que dialogar, platicar, dialogamos,... nos sentamos,

	conversamos, antes que nada: aclarar, no discutir, no pelear, hablar...” (Entrevista 2JA).
Entrevista final	“...y el trato con mis hijos, fui mejorando con mi familia en el trato, eso de la comunicación prosocial de calidad me ayudó..., vamos a hablar; si quieres mejorar, vamos a mejorar y sí me ayudó mucho con los niños, ... aprendí a desenvolverme también ante mi hijo, a no contestarle con una palabra cerrada;...ya que es alguien importante.” (Entrevista 2JA).

Fig. 33: Cuadro de ejemplos de asertividad

### 5.2.8 Expectativas de sí mismos.

El proceso del desarrollo de vida prosocial ha promovido que los docentes generen expectativas de sí mismos sobre el futuro y lo que quieren hacer y llegar a ser. Estos pensamientos a futuro hacen referencia a la intención de continuar con una vida prosocial en su vida cotidiana.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Expectativas	
Documento o instrumento	Ejemplo
Entrevista final	“... seguir siendo prosocial, no porque en el momento del taller ahora que está fresco... sino seguir implementando que no se me olvide que sea una forma de ser, de vivir...” (Entrevista 8NA).
Entrevista final	“...tanto con los compañeros como con los alumnos quisiera ser un poco más interactivo, tener un poco más de confianza, sentirme bien sin pedir algo a cambio...sentirme bien y enseñarles a ellos a dar también sin pedir algo a cambio, que sea algo que les nazca y con ellos que se vayan plenos, y que se vayan felices, hay que inculcarles poco a poco.” (Entrevista 1MP).
Retroalimentación y evaluación 7	“... mejorar algunas cualidades, que en mi opinión, puedo desarrollar.” (Retro7 6GI).

Fig. 34: Cuadro de ejemplos de expectativas de sí mismos

### 5.2.9 Percepción de los docentes hacia el investigador.

Los participantes han señalado una percepción positiva hacia el investigador lo que ha favorecido el desarrollo del Programa de Optimización Prosocial. Las cualidades que los docentes refieren son: la amistad, la confianza y la paz que transmitió a los profesores.

También se menciona el agradecimiento por haber asistido a una escuela lejana de la ciudad capital y desarrollar el programa de optimización; lo anterior genera gestos de empatía que se manifestó con la asistencia a todas las sesiones, la participación activa, el cumplimiento de los laboratorios, la fraternidad y convivencia durante los refrigerios al final de las sesiones.

El Desarrollo Humano (Lafarga, 1992) expresa la importancia de impulsar los mecanismos de crecimiento a través de la relación interpersonal comprensiva, transparente y afectuosa sin condiciones. Para Lafarga, el organismo humano desbloqueado de presiones internas y externas es capaz de crecer en direcciones insospechadas.

Código: Otros hallazgos Sub-Código: Investigador	
Documento o instrumento	Ejemplo
Narración de historia personal	“Cierta día llega a la escuela... una persona... que sólo al mirarlo y escuchar su bienvenida, me transmitió una confianza...” (Narración 4MM).
Narración de historia personal	“...un día uno de sus amigos, le explicó que para que pueda dejar huella en la vida de sus alumnos y los que lo rodean, él simplemente tenía que ser prosocial, él se preguntaba qué era eso, no entendía el verdadero significado de esa palabra que era nueva y que iba a cambiar su vida”. (Narración 6GI).
Narración de historia personal	“...me inspiró mucha confianza y hacía que cada sesión fuese interesante, por mi parte trabajar y convivir con él, fue una experiencia muy agradable...Hoy es nuestra última sesión y me siento un poco triste y muy agradecida con mis compañeros y con René”. (Narración 3AA).
Relatoría 1	“La profesora 4MM me preguntó que cuándo era la siguiente sesión, le respondí que el próximo jueves, entonces me dijo, con una sonrisa, que yo no llevara nada para compartir ya que ella sería la que lo llevaría”. (Relatoría 1).

Narración de historia personal	“Me quedé impactada, porque a pesar de la distancia donde nos encontramos, hay gente que se integra para transmitirnos conocimientos ideas, técnicas y otras formas para nuestra vida diaria”. (Narración 7MP).
Relatoría 2	“...la profesora 4MM me dijo que tenía muchas intenciones de irse a casa y no entrar a la sesión...pero que la razón para decidir quedarse fue por mí, ya que pensó en mí, en el compromiso adquirido, y que, sobre todo, le inspiré mucha positividad, buena energía y mucha paz. Este comentario lo dijo con voz serena y una sonrisa, el grupo estuvo escuchando atento y sonriendo, algunos asintieron”. (Relatoría 2).

Fig. 35: Cuadro de ejemplos de percepción de los docentes hacia el investigador

## CAPÍTULO VI

### Discusión

Este capítulo es una reflexión y aprendizajes basados en los resultados de la investigación evaluativa generados a partir de la información obtenida, que se dieron respondiendo a las preguntas de investigación prediseñadas y a la de la matriz de recogida de datos. También se han obtenido otros hallazgos que se han considerado significativos en relación y con fundamento en las teorías revisada, en especial, con la de la prosocialidad del Dr. Robert Roche.

La investigación gira en torno al desarrollo del Programa de Optimización Prosocial, en el proceso y en los resultados inmediatos desde una perspectiva y constructos de los participantes, docentes de una escuela primaria pública, rural, costera, mexicana.

Desde una visión psicológica se observa en los participantes del programa: autonomía, estructura psíquica o mental funcional, capacidad cognitiva óptima, estabilidad

emocional, relaciones adecuadas con los compañeros y una apropiada percepción o juicio de la realidad lo que permite considerar al grupo y a los resultados convenientes para el estudio.

Este trabajo de investigación es relevante e innovador para el investigador, ya que su vida personal, educativa y profesional se ha desarrollado, mayormente, en Mérida, México en zona urbana y el estudio se realiza en Río Lagartos, México, en una escuela primaria pública típica de zona rural y costera. Por otro lado, la formación y dirección de esta investigación ha sido llevada en Barcelona, España, lo que ha permitido una combinación intercultural de aprendizajes, significados, ideas, pensamientos, emociones y sentimientos. También con la experiencia de trabajar, conocer y escuchar a los profesores ha permitido revalorar la figura del docente.

El Programa de Optimización Prosocial se ha desarrollado con diez profesores, quienes han recibido con expectativa e interés al investigador y al programa de optimización; este interés fue incrementando con el paso de las sesiones lo que ha permitido una participación activa y que los objetivos de las sesiones se cumplieran.

La asistencia de más del 90% de los docentes al programa es una manera de evidenciar el compromiso, el interés, el gusto y el crecimiento que manifestaban los docentes ya que al tratarse de una invitación a participar en el programa, fuera de horario laboral y a trabajadores del servicio público (funcionarios) pudieron haber decidido no asistir, llegar tarde a las sesiones, marcharse en cualquier momento o dejar de presentarse; y por el contrario, la puntualidad, la asistencia y la participación fue comprometida y de interés en el trabajo.

El programa se desarrolló en su totalidad, sin cambios en sus contenidos ni en sus actividades. Por el contrario, los participantes han extendido de manera natural, relajada y participativa el tiempo final de las sesiones con un espacio de convivencia e interacción social; en donde se compartían ideas y experiencias dentro de un ambiente más informal; sin embargo, el clima de respeto e interés aún prevaleció. Al percibir que no se reducía el tiempo del trabajo y que los docentes aprovechaban afectivamente este tiempo, se motivó que continuara.



Los datos manifiestan cambios en el proceso y, más evidentemente, al final del programa de optimización. Estos cambios se presentan en los diferentes instrumentos empleados; entre lo que más constante ha aparecido como cambio es la autopercepción de crecimiento desde una visión cualitativa; y el conocimiento de la prosocialidad con su propia metodología, todo lo anterior se expresa con un sentido de bienestar y estabilidad emocional lo que fortalece las convicciones y la estima en sí mismos y hacia los demás.

También como resultado del programa se expresa la asertividad que genera y mejora la expresión de ideas, pensamientos, emociones y sentimientos de los participantes hacia su familia, los compañeros de trabajo y los otros mediante un manejo más adecuado y autocontrol de los procesos cognitivos y emocionales. Los profesores se identifican con la prosocialidad y hallan en sí mismos mayor fortaleza, libertad y servicio a los demás.

Los docentes manifiestan cambios en su práctica educativa, en la metodología, en el autocontrol y manejo del pensamiento y el lenguaje, mismos que los estudiantes también reconocen en sus propios profesores. Las acciones prosociales hacia sus alumnos, de acuerdo a los profesores, genera un ambiente más propicio para el aprendizaje en el aula.

Las relaciones de familia, las labores del hogar, el trabajo en la escuela, el servicio intencionado mediante las acciones prosociales, se expresan con expectativas de sí mismos hacia el futuro para continuar con un estilo de vida prosocial en esos contextos; este plan de vida son propios del desarrollo humano. Las actividades cotidianas y propias de los docentes son elementos suficientes y valiosos para reforzar y seguir construyendo habilidades prosociales.

Además del análisis de los resultados siguiendo las preguntadas prediseñadas fueron surgiendo otros hallazgos de interés que los docentes manifestaron en las sesiones del programa de optimización y en los diferentes instrumentos empleados: Procesos como el insight y la metacognición han sido resultado del desarrollo del programa, lo que lleva a la comprensión de los propios procesos psicológicos y emocionales en los docentes.

El programa ha generado que los participantes expresen repetidamente la aparición de emociones y sentimientos como parte del proceso de crear habilidades prosociales e ir resolviendo relaciones interpersonales con personas cercanas y/o significativas; también las emociones y sentimientos han surgido como recompensa intrínseca y fortalecimiento de sí mismos al realizar acciones prosociales.

Los docentes se muestran conscientes del manejo asertivo adquirido con una clara intención de promover la asertividad para mejorar la expresión y manejo de emociones y pensamientos. También se manifiesta una clara valoración de sí mismos y del ser humano, lo que hace que se refleje mayor respeto a la dignidad de la persona.

Para los docentes ha sido relevante que otras personas, como la familia o los alumnos, percibieran cambios en ellos como resultado del programa de optimización; lo que genera autoconfianza, seguridad en su propia conducta prosocial y fortalecimiento de la autoestima.

De acuerdo a los resultados obtenidos en el bloque de otros hallazgos y desde una mirada psicológica se intuye que, con el Programa de Optimización Prosocial, se abren en los participantes ámbitos críticos y cruciales de desarrollo humano, aparentemente evolutivos que iniciaría con el *insight* y la *metacognición* en donde la persona se da cuenta de las cosas y crea nuevos aprendizajes a partir de una asimilación; a la par se generan *emociones* y *sentimientos* que se *comunican* con más frecuencia y libertad, estos cambios producidos son *percibidos por los demás* y al retroalimentarlos se genera una *valoración de sí mismos* lo que produce *autoconfianza* y *seguridad*; y permite a las personas ser más *asertivas* en sus pensamientos, en sus palabras y en sus decisiones y, como resultado, se crean diferentes *expectativas de sí mismos* que se proyectan en relaciones positivas con los demás.



Fig. 36: Ámbitos de desarrollo como resultado del Programa de Optimización Prosocial.

El investigador, como facilitador del proceso de optimización prosocial, ha generado una relación especial y positiva con los participantes del programa. El vínculo positivo habría favorecido el desarrollo de las habilidades prosociales en los docentes.

El laboratorio personal fue la parte más novedosa del programa para los docentes, requirió mayor esfuerzo y dedicación por parte de los profesores quienes siguieron las recomendaciones para llevarlo a cabo. De igual manera, ha sido lo que más ha aportado en el proceso de desarrollo en las habilidades prosociales de los participantes en donde se requirió planeación, seguimiento, reflexión, discusión. Así pues, las habilidades prosociales se promueven partiendo del interés hacia la prosocialidad conformado por la experiencia del laboratorio personal, la reflexión y el *darse cuenta*, y un vínculo positivo hacia el facilitador del programa de optimización.

Los resultados de este estudio se suman a las experiencias de investigación de LIPA (Roche, 2010), en donde la intervención y aplicación del programa de optimización ha demostrado que la prosocialidad y la comunicación de calidad pueden aprenderse y se beneficia a la comunidad educativa mejorando la percepción de ayuda hacia los demás, el respeto, la atención hacia el estado de ánimo de otros y la solidaridad.

En relación con los otros estudios publicados en el capítulo II en los que se menciona la conducta prosocial como factor que promueve el desarrollo positivo o como un elemento que se puede favorecer para mejorar el bienestar, las relaciones sociales y el aprendizaje, se señala en los informes la importancia de los docentes y adultos en la educación y desarrollo de los niños; en estos se encontraron algunas similitudes o coincidencias en el proceso o resultados:

En la aplicación de un modelo o programa con el propósito de revisar los esfuerzos de intervención para apoyar la competencia emocional y social de los profesores para mejorar el aprendizaje, en el cual, se hallaron que existen factores que contribuyen a crear un clima más propicio para el aprendizaje.

Otra semejanza en los otros estudios es la transmisión e internalización de la prosocialidad de los adultos, en donde éstos, después, son capaces de transmitirlo a los niños y niñas con afecto y comunicación emocional; en este estudio, también se expresa notoriamente la expresión de cambio acompañado de emociones y sentimientos.

Por último, se encuentra relación con el estudio en donde los factores sociales y emocionales, incluyendo la cercanía del profesor con los alumnos, el tono emocional de la interacción y la interacción social positiva se vincula con la acción prosocial; en este estudio se hallaron variación entre el origen social y étnico de los participantes.

Los estudios que se realizan en relación a los procesos internos del ser humano son complejos por la propia naturaleza humana, por lo cual, cada estudio enriquece el conocimiento que se tiene sobre él y fortalece la importancia e interés de conocer y dar voz a todos los grupos sociales y a este tipo de estudios cualitativos.

Los resultados aquí presentados son el producto del análisis y la selección de elementos representativos de la expresión lingüística de los participantes del programa de optimización. Sin embargo, es relevante mencionar que entre los docentes hubo diferencias en el discurso de tipo: estructurales, de contenido, en la cantidad y profundidad.

El discurso en la mayoría de los casos en los participantes fue elaborado, es decir, con riqueza expresiva y en ocasiones hasta metafórica; aunque en pocos casos y con ciertos participantes se percibió un discurso más escueto, directo y poco elaborado. Con lo anterior se hace una diferenciación entre los cambios obtenidos en los participantes, asumiendo que no todos han tenido los mismos alcances en los cambios aquí presentados de acuerdo a lo expresado de manera lingüística.

La intención principal en este informe es manifestar los hallazgos encontrados independientemente de las habilidades lingüísticas de los participantes, no ha sido el objetivo juzgar ni medir la participación ni la capacidad expresiva, sino valorar lo que sí fueron capaces de compartir.

## **CAPÍTULO VII**

### **Conclusiones**

Partiendo de los resultados, se infiere que es posible y efectivo que se desarrolle con los docentes de la escuela primaria pública, rural y costera el proceso de formación de las habilidades prosociales a través del Programa de Optimización Prosocial; y que las

personas son capaces de asistir, participar, realizar los laboratorios personales, decidir entre las opciones que se presentan, discernir entre lo que les es funcional o no, realizar los proyectos a través de sus propios recursos ambientales, intelectuales, emocionales y psíquicos.

Con los resultados se infiere que las conductas prosociales se pueden enseñar y aprender, los métodos de enseñanza y aprendizaje de la prosocialidad son variados y dependen de las características individuales, de la motivación, de las capacidades y del esfuerzo en realizar los laboratorios personales. Las acciones prosociales provocan más acciones prosociales.

Un aspecto significativo, en los docentes, es la visión optimista y positiva de ver la vida, se observa en la expresión de su pensar y sentir; lo cual forma parte importante de la fortaleza, la seguridad y el aprendizaje con el que los profesores se han sensibilizado, asimilado y desarrollado las habilidades prosociales y que conducen al Desarrollo Humano.

Los ejercicios y los laboratorios personales dentro del Programa de Optimización Prosocial han generado aprendizajes en los docentes que fueron expresados en las sesiones, entre ellos, actos de conciencia e internalización que han iniciado desde una sensibilización al tema hasta la adopción y práctica de las habilidades prosociales, y que los participantes han mantenido en sus conductas cotidianas en sus contextos más próximos: en la familia, en el aula de clases y con la pareja; esta ampliación de las nuevas posibilidades genera la idea de que la experimentación de la vida prosocial tiene efectos sistémicos en los contextos inmediatos.

El Programa de Optimización Prosocial se diseña y se desarrolla con contenidos ajenos a la formación técnico-pedagógica del docente, se basa en contenidos humanistas; los resultados manifiestan cambios de índole procedimental y actitudinal; y que por esencia son más valiosos, firmes y duraderos; y favorece cambios en las creencias y conductas de los profesores y, por ende, mejora el ambiente, las relaciones y las comunidades de aprendizaje.

Al realizar un proceso de Desarrollo Humano, como ha sido el Programa de Optimización Prosocial con los docentes de primaria, se observa una propensión natural al crecimiento tal como lo manifiestan los resultados, esta premisa también lo asegura Lafarga (1992) al hablar de la tendencia natural del ser humano a crecer.

El Programa de Optimización Prosocial ha promovido el desbloqueo de las presiones internas y externas mejorando la tendencia al crecimiento misma que conduce al desarrollo, y con esto, encontrar personas más responsables de su propia vida, resaltando los valores, identificando y valorando, conscientemente, las propios recursos, necesidades, emociones y sentimientos, significados, experiencias, historia personal, limitaciones y errores; así como reconociendo la condición de ser personas valiosas, diferentes, únicas, dignas e irrepetibles.

Con esta experiencia se deduce que el proceso de desarrollo de las habilidades prosociales es individual y diferente en cada persona; y que el Programa de Optimización sería efectivo, en alguna manera, si se domina la información y se hace de la prosocialidad un estilo de vida en la manera de compartir el proceso. Aquí la importancia de que el facilitador o promotor de la prosocialidad realmente tenga las convicciones filosóficas y formación psicopedagógica en los procesos de desarrollo de las habilidades prosociales.

La prosocialidad se contagia o se aprende con el actuar y el ejemplo; el facilitador motiva e inspira en los demás a través del día a día, en cada sesión a acercarse y crecer en la prosocialidad, a conocer, a preguntar, y a experimentar mediante los laboratorios personales. Y debe hacerlo partiendo de la necesidad de seguir acercándose a conocer el pensamiento y las emociones de cada grupo social.

Se podría pensar que los programas de formación humanistas o sociales podrían provocar, en ocasiones, respuestas de condescendencia debido a la empatía o al agradecimiento hacia el facilitador o por el tipo de contenidos; sin embargo, esta investigación no subestima los resultados que los participantes han aportado al considerar a los sujetos libres, conscientes y que voluntariamente han participado en un programa de optimización de varios meses que ha producido autopercepción de cambios

mediante la reflexión, la vivencia en los laboratorios personales, y buscado preservar la identidad personal y colectiva.

En este sentido, la confianza de los participantes depositada en el Programa de Optimización y en el facilitador es recíproca al mantener los resultados como valiosos y válidos para dar cuerpo al análisis, conclusiones y recomendaciones en este proyecto de investigación evaluativa.

En el sistema educativo público mexicano existe una continua formación docente basada en lo pedagógico y en lo tecnológico; sin embargo, como se menciona en la introducción de este informe, los proyectos formativos desde una perspectiva humanista no son suficientes ni se evalúan los resultados desde una metodología cualitativa para considerarlos en la mejora personal de los docentes.

Si los programas de formación que se planean para los docentes en el Sistema Educativo Mexicano se incluyeran diseños humanistas basándose en las necesidades y posibilidades actuales de los profesores de este mundo globalizado teniendo como propósito el Desarrollo Humano, se obtendrían mejores y mayores beneficios en la participación y en los resultados de los cursos de formación; y con la seguridad de que los mejores beneficios, en la comunidad educativa del sistema educativo, los recibirían los estudiantes a través de los docentes en un sentido más cercano, empático y humanista.

Aquí la importancia y lo valioso al aportar un cuerpo de datos y de resultados desde una perspectiva personal de un grupo de docentes de escuela típica mexicana al acervo de LIPA y de las investigaciones cualitativas.

## **7.1 Sugerencias**

A partir de la investigación evaluativa del Programa de Optimización Prosocial se generan ideas, insumos y recomendaciones para mantener o mejorar en los proyectos de formación para los docentes o para futuras investigaciones:



- Realizar una continuación de recogida de datos con los mismos participantes tiempo después de los de esta investigación, para analizar la información y comparar la consistencia o variación de los resultados.
- Crear redes de contacto con los mismos participantes para compartir experiencias prosociales y, así, dar seguimiento cognitivo y emocional a los docentes para reforzar los resultados y garantizar su permanencia.
- Desarrollar el mismo Programa de Optimización Prosocial en diferentes zonas geográficas, etnias y distintos colectivos para valorar si se repiten o no los mismos resultados con independencia del sistema educativo del grupo social estudiado.
- Implementar el Programa de Optimización Prosocial de manera abierta y generalizada dentro del Sistema Educativo Mexicano ya que ha demostrado aceptación y resultados positivos en los docentes que se han manifestado en cambios conductuales y actitudinales que favorecen el aprendizaje.
- Al diseñar y desarrollar los programas de formación para los docentes de la educación pública en México, la elección del facilitador será de suma importancia como lo serán los contenidos y demás elementos de la planeación, al considerar que la relación positiva entre el promotor del Programa de Desarrollo Humano o Prosocial y los participantes favorecen el logro de resultados cualitativos y duraderos.
- En la implementación del Programa de Optimización Prosocial, será preferible aplazar o suspender el proceso de formación en caso de no contar con el facilitador apropiado, que cumpla con las condiciones del dominio del tema y una convicción filosófica plena en el Desarrollo Humano y la Prosocialidad.

- Incluir en los programas humanistas de formación para docentes el tema de la comunicación de calidad prosocial debido al interés y cambios que generan.
- Diseñar y desarrollar programas de formación docente con técnicas psicopedagógicas constructivistas como El taller y los laboratorios personales, siempre que sean acompañadas por algún facilitador o monitor que conozca la metodología y tenga las convicciones filosóficas humanistas para llevarlo a cabo.
- Indicar y promover en los proyectos de formación para docentes la información clara y básica sobre los objetivos, metodología y visión de los Programas de Optimización Prosocial buscando asegurar una participación responsable y consentida.
- Asegurar que la participación de los docentes en el Programa de Optimización Prosocial sea voluntaria y sin ningún tipo de presión ni acción coercitiva por parte de los compañeros o superiores para facilitar los resultados y cambios cualitativos.
- Diseñar el Programa de Optimización considerando, en la parte final de cada sesión, un tiempo de interacción o convivencia social en donde se compartan experiencias dentro de un ambiente más relajado e informal; en la sesión final se podría procurar un espacio más extenso de este tiempo.
- Crear una vinculación entre LIPA (Laboratorio de Investigación Prosocial Aplicada) de la Universidad Autónoma de Barcelona y la SEP (Secretaría de Educación de México y/o el SNTE (Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación) de México con el fin de apoyar, compartir y ofrecer, programas, experiencias y cursos de formación, incluyendo postgrados presenciales, semipresenciales y a distancia, a los docentes y directivos del Sistema Educativo Mexicano.

## REFERENCIAS

- Alkire, S. (2002). *Dimensions of Human Development*. World Development Vol. 30, No. 2 Great Britain. pp. 181-205.
- Álvarez-Gayou, J. (2009). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México: Paidós Educador.
- Ander-Egg, E. (1999). *El Taller: Una alternativa de renovación pedagógica*. 3ª ed. Argentina: Magisterio del Río de la Plata.
- Ander-Egg, E., Gelpi, E., Hernández, J., Peiro, J., y Jabonero, M., (1994). *La educación de adultos como organización para el desarrollo social*. España: Magisterio del Río de la Plata.
- American Psychological Association. (2010). *Manual de publicaciones de la American Psychological Association*. 3ra ed. México: El Manual Moderno.
- Blanco, R. *Desarrollo Humano, proyecto y sentido de vida*. Revista Prometeo No. 0, México, D. F. UIA, Otoño 1992. Pp.33-36.
- Barthes, R., (1986). Lo Obvio y lo Obtuso. *Imágenes, gestos y Voces*. Paídos. 1986. B.A. p.p 337-347.
- Broidy, L., Cauffman, E., Espelage, D. L., Mazerolle, P., & Piquero, A. (2003). Sex differences in empathy and its relation to juvenile offending. *Violence and Victims*, 18, 503-515.
- Buber, M. (1995). *¿Qué es el hombre?* México: Fondo de Cultura Económica.

- Campo, R., y Restrepo, M., (1986). El Seminario. Método de Formación e Investigación. P.p. 67-80.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (2000). Prosocial foundations of children's academic achievement. *Psychological Science: A Journal of the American Psychological Society / APS*, 11(4), 302-306. Recuperado en <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11273389>.
- Caprara, G., Steca, P., Zelli, A., & Capanna, C., (2005). *A New Scale for Measuring Adult's Prosocialness*. *European Journal of Psychological Assessment* Vol. 21 (2): Hogrefe & Huber Publishers. pp. 77-89.
- Caprara, G. V., Alessandri, G. y Eisenberg, N. (2012). Prosociality: The Contribution of Traits, Values, and Self-Efficacy Beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102( 6), 1289–303.
- Caprara, G V, Alessandri, G., Barbaranelli, C., & Vecchione, M. (2013). The longitudinal relations between self-esteem and affective self-regulatory efficacy. *Journal of Research in Personality*, 47(6), 859-870.
- Caprara, G.V., Gerbino, M., LuengoKanakri, P., Vecchio, Giovanni M., (2014) *“Educare alla prosocialità. Teoria e buone prassi”* Pearson, Italia, Milano.
- Castelló, A., Gotzens, C., Badía, M., & Genovard, C. (2010). Beliefs and attitudes regarding classroom management. *European Journal of Education and Psychology*, 3(1), 117-128.
- Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (1996). *La educación encierra un tesoro: Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI, presidida por Jacques Delors*. Madrid: Santillana.
- Cortés, G., (1997). Confiabilidad y validez en estudios cualitativos. *Revista Educación y Ciencia. UADY*. Vol. 1(15) 77-81.

- Dunfield, K., & Kuhlmeier, V. (2013). Classifying Prosocial Behavior: Children's Responses to Instrumental Need, Emotional Distress, and Material Desire. *Child Development, 84*(5), 1766-1776.
- Eisenberg, N. (2000). Emotion, regulation, and moral development. *Annual Review of Psychology, 51*, 665-697.
- Escotorín, P. y Cirera, M. (2010). Nuevos desafíos para la optimización prosocial. En R. Roche. (Ed.) *Prosocialidad, nuevos desafíos: métodos y pautas para la optimización creativa del entorno*. (pp. 9-20). Buenos Aires: Ciudad Nueva
- Escotorín, P., y Roche, R. (2011). *Cómo y por qué prosocializar la atención sanitaria: reflexiones, desafíos y propuestas*. Conclusiones del Proyecto Europeo CHANGE. La Garriga: Fundació Martí L'Humà.
- Escotorin, P. (2013). *Consulta sobre comunicació prosocial con profesionales socio-sanitarios del ámbito gerontológico*. Tesis Doctoral. Bellaterra: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Escotorín, P., Brundelius, M. e Izquierdo, C. (Eds.) (2014). Proyecto europeo SPRING: Investigación, participación y acción prosocial. Estrategias, instrumentos y materiales para el diagnóstico y formación de docentes en Prosocialidad aplicada. Valparaíso: Proyecto Europeo Alfa III SPRING
- Escotorín, P., Roche, I., Delvalle R., (2014). Relaciones prosociales en comunidades educativas. Algunas conclusiones del proyecto europeo MOST. La Garriga: Fundació Universitària Martí L'Humà.
- Fernández-Ballesteros, R., Caprara, M., Schettini, R., Bustillos, A. et al. (2013). *Effects of University Programs for Older Adults: Changes in Cultural and Group Stereotype, Self-Perception of Aging, and Emotional Balance*. *Educational Gerontology, Feb2013, Vol. 39 Issue 2, p119-131, 13p, 3 Charts*; DOI: 10.1080/03601277.2012.699817, Database: Education Source.

- Fromm, E. (2001). *El miedo a la libertad*. Barcelona: Paidós.
- Fromm, E. (2004). *Del tener al ser*. Barcelona: Paidós.
- Frankl, V. (1994). *Logoterapia y análisis existencial*. España: Herder.
- Frankl, V. (1994). *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene sentido la vida?* México: Fondo de Cultura Económica.
- Frankl, V. (1995). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (2001). *Psicoterapia y existencialismo. Escritos selectos sobre logoterapia*. España: Herder.
- González, M. (1997). *Más allá de la propia piel: Evolución de los programas de desarrollo humano*. Revista Prometeo No. especial, México, D. F. UIA, A la mitad de 1997. pp. 2-6
- Guevara, M., y González, L., (2004). Reporte sobre la situación de México. Subsecretaría de Educación Básica y Normal de la Subsecretaría de Educación Pública. Recuperado de <http://www.oecd.org/mexico/32023694.pdf>
- Han, R., Shi, J., Yong, W., & Wang, W. (2012). Intelligence and Prosocial Behavior: Do Smart Children Really Act Nice? *Journal: Current Psychology*, 31(1), 88-101.
- Hernández, G. (1998). *Paradigmas en Psicología de la Educación*. México: Paidós Educador.
- Hernández, R. (2003). *Metodología de la investigación*. México, D. F.: Mc Graw Hill.
- House, B., Silk, J., Henrich, J., Barrett, H., Scelza, B., Boyette, A., Laurence, S. (2013). Ontogeny of prosocial behavior across diverse societies. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 110 (36), 14586-91.

- Imageneitor (2015). Taringa. Inteligencia Colectiva. Recuperado de <http://imagineitor.info/posts/imagenes/11193/Region-peninsular-de-mexico.html>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2015). Mapas de México. Recuperado de <https://www.google.com.mx/maps/dir/Mérida-Centro,+YUC,+Calle+69,+Centro,+Mérida/Río+Lagartos,+Yuc>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2013). Censo de Población y vivienda 2010. Recuperado de <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/ResultadosR/CPV/Default.aspx?texto=rio%20lagartos>
- Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal (2005). Perfil de Yucatán Municipios. Recuperado de [http://www.sefoe.yucatan.gob.mx/esp/estado/municipios\\_31061.php](http://www.sefoe.yucatan.gob.mx/esp/estado/municipios_31061.php)
- Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal (2010). Secretaría de Gobernación. Recuperado de [http://www.e-local.gob.mx/wb/ELOCAL/EMM\\_yucatan](http://www.e-local.gob.mx/wb/ELOCAL/EMM_yucatan)
- Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal (s. f.) Sistema Nacional de Información Municipal. Recuperado de <http://www.snim.rami.gob.mx/>
- Izcara, S. (2009). *La Praxis de la Investigación Cualitativa. Guía para elaborar tesis*. México: Plaza y Valdés editores.
- Jennings, P., & Greenberg, M., (2009) The Prosocial classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom outcomes. *Review of Educational Research* v79 n1 p491-525.
- Lafarga, J. *Desarrollo Humano hacia el año 2000*. Revista Prometeo No. 0, México, D. F. UIA, Otoño 1992. pp. 4-10
- Lafarga, J., Gómez, J. (2000). *Desarrollo del Potencial Humano. Volumen 1 Aportaciones de una Psicología Humanista*. México: Trillas.

- Luengo, B., Pastorelli, C., Eisenberg, N., Zuffianò, A. y Caprara, G. (2012). The Development of Prosociality from Adolescence to Early Adulthood: The Role of Effortful Control. *Journal of personality and social psychology*. doi:10.1111/jopy.12001.
- Luengo, K., Bernadette, P., Pastorelli, C., Zuffianò, A., Eisenberg, N., Ceravolo, R., & Caprara, G. (2014). *Trajectories of prosocial behaviors conducive to civic outcomes during the transition to adulthood: The predictive role of family dynamics*. *Journal of Adolescence*, 37(8), 1529-1539.
- Marín, J. (2010). Revisión teórica respecto a las conductas prosociales. Análisis para una reflexión - theoretical review regarding prosocial behaviors; analysis for reflection. *Revista Psicogente*, 13(24), 369.
- Martí, N., Martí-Vilar, & Almerich. (2014). Responsabilidad social universitaria: Influencia de valores y empatía en la autoatribución de comportamientos socialmente responsables. *Revista Latinoamericana De Psicología*, 46(3), 160-168.
- Martí Vilar, M. (2010). *Razonamiento Moral y Prosocialidad. Fundamentos*. Madrid: Editorial CCS.
- Martínez, B., y Díaz, R., (2003). *Mujeres Rurales, Género, Trabajo y Transformaciones Sociales*. Sistema Regional de Investigación Ignacio Zaragoza (SIZA-CONACYT)- Instituto Poblano de la Mujer (IPM).
- Max-neef, M. (1998). *Desarrollo a escala humana. Conceptos, aplicaciones y algunas reflexiones*. España: Icaria.
- Moñivas, A. (1996). La conducta prosocial. *Cuadernos de Trabajo Social*, 9, 125-14.
- Nirenberg, O., Brawerman, J., y Ruiz, V., (2000). *Evaluar para la transformación. Innovaciones en la evaluación de programas y proyectos sociales*. Argentina: Paidós.



- Omar, A. (2009). Antecedentes y consecuencias de los comportamientos prosociales de voz y silencio. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 10, 249-268.
- Ortiz, M. (1998). Conducta prosocial en preescolares. Prosocial behaviour in preschool children. *Infancia Y Aprendizaje*, 21(2), 45-61.
- Ortiz, M., Apodaca, P., Etxebarria, I., Fuentes, M. y López, F. (2011). Papel de los padres y madres en la regulación moral de los niños y en la conducta prosocial y agresiva con los compañeros. *Infancia y Aprendizaje*, Vol. 34 issue 3, 365-380.
- Patton, M., (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Thousand Oaks: Sage.
- Penner, L., Dovidio, J., Piliavin, J. y Schroeder, D. A. (2005). Prosocial Behavior: multilevel perspectives. *Annual Review Psychology*, 5, 365-392.
- PNUD, (1996). *Informe sobre desarrollo humano*. México: Haria.
- PNUD, (1998). *Informe sobre desarrollo humano*. México: Haria.
- PNUD, (2010). *Informe sobre desarrollo humano*. México. Haria.
- Rodríguez, G. (1999). *Metodología de la Investigación cualitativa*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- RAE (2014). *Diccionario de la lengua española*. 23<sup>a</sup> ed.
- Roche, R. (1982) “Los orígenes de la conducta altruista en niños. Aspectos educativos y televisión en familia”. *Infancia y aprendizaje*. Vol. 19-20. Madrid. Págs. 101-114.
- Roche, R. (1985) “Antecedents educatiu-familiars del comportament prosocial en nens de 13/14 anys”. *Quaderns de psicologia*. U.a.b. vol.9/2 69-94.

- Roche, R., Castelló, A. (1990) “Elementos conductuales y antecedentes educativo familiares del comportamiento posocial en muchachos de 13 a 16 años” *Revista de ciencias de la educación*. Madrid. Oct-dic. Vol. 144
- Roche, R., Castelló, T., Castelló, M., Masnou, F., Garcia, A. (1991) “Antecedents educatius i familiars de les conductes prosocials/altruistes i programes d’optimització” en: la Recerca sobre educació a la UAB. Institut de Ciències de l’Educació. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Roche, R. (1991). *Violencia y Prosocialidad: un programa para el descondicionamiento frente a la violencia en la imagen y para la educación de los comportamientos prosociales*. En *¿Qué Miras?* (pp. 291-313). Valencia: Publicaciones de la Generalitat Valenciana.
- Roche, R. (1995). *Psicología y Educación para la Prosocialidad*. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona.
- Roche, R. (1997). *Psicología y Educación para la Prosocialidad* (2ª ed.) Buenos Aires: Ciudad Nueva.
- Roche, R. (2002). *Psicología y Educación para la prosocialidad*. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Roche, R. (2009) *La Comunicación para parejas Inteligentes. Cómo comunicar y tomar decisiones*. Madrid: Pirámide
- Roche, R. (2010) *Prosocialidad nuevos desafíos*. Buenos Aires: Ciudad Nueva.
- Roche, R., y Escotorín, P. (2014). *El modelo PROT y la transferencia de la prosocialidad a la práctica social*. Bratislava: Trnava University.
- Rogers, C. (2001). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona: Paidós.

- Sagor, R., (1992). *How to conduct collaborative action research*. Alexandria, VA: ASCD.
- Secretaría de Educación Pública (2010). Carrera Magisterial. Recuperado de [http://www.sep.gob.mx/es/sep1/sep1\\_Carrera\\_Magisterial#.VA6DsPmwZcR](http://www.sep.gob.mx/es/sep1/sep1_Carrera_Magisterial#.VA6DsPmwZcR)
- Secretaría de Educación Pública (2013). Programas de estudio Primaria. Recuperado de <http://www.curriculobasica.sep.gob.mx/index.php/prog-primaria>
- Secretaría de Gobernación. (2014). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. México.
- Sen, A. (2000). *Desarrollo y Libertad*. México: Planeta.
- Spivak, A., & Howes, C. (2011). Social and Relational Factors in Early Education and Prosocial Actions of Children of Diverse Ethnocultural Communities. *Merrill-Palmer Quarterly: Journal of Developmental Psychology*, v57 n1 Article 3 p1-24 Jan 2011. 24 pp.
- Stepanikova, Irena, Triplett, Jennifer, & Simpson, Brent. (2011). Implicit racial bias and prosocial behavior. *Journal: Social Science Research*, 40(4), 1186-1195.
- Strauss, A., y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Colombia: Contus.
- UNESCO (1994). *Convención relativa a los Humedales de Importancia Internacional, Especialmente como Hábitat de Aves Acuáticas, RAMSAR, 2-2. 1971 Modificada según el Protocolo de París, 3- 12. 1982 y las Enmiendas de Regina, 28-5. 1987. París, 13 de julio de 1994.*
- Weiss, C. (2012). *Investigación Evaluativa. Métodos para determinar los programas de acción*. México: Trillas.
- Xirau, R. (1998). *Introducción a la historia de la filosofía*. México: UNAM

Yalom, I. (1984). *Psicoterapia existencial*. Barcelona: Herder.

Zuffianò, Antonio, Alessandri, Guido, Gerbino, María., Kanacri, Bernadette Paula Luengo, Di Giunta, Laura, Milioni, Michela, & Caprara, Gian Vittorio. (2013). Academic Achievement: The Unique Contribution of Self-Efficacy Beliefs in Self-Regulated Learning beyond Intelligence, Personality Traits, and Self-Esteem. *Learning and Individual Differences*, 23, 158-162.

Zuffianò, Antonio, Alessandri, Guido, Luengo Kanacri, Bernadette Paula, Pastorelli, Concetta, Milioni, Michela, Ceravolo, Rosalba, . . . Caprara, Gian Vittorio. (2014). The relation between prosociality and self-esteem from middle-adolescence to young adulthood. *Personality and Individual Differences*, 63, 24-29.

## **ANEXOS**



**ANEXO A**

# PROSOCIALIDAD

<p>CON QUÉ LO RELACIONO</p>	<p>COINCIDENCIAS CON LA DEFINICIÓN</p>
<p>CONCEPTO APRENDIDO</p>	<p>CONCEPTO PERSONAL</p>

**ANEXO B**

**RETROALIMENTACIÓN Y EVALUACIÓN**

1. ¿Qué me llamó más la atención de la sesión?

2. ¿Qué reflexión personal he tenido?

3. ¿Qué me llevo como crecimiento y desarrollo personal?

4. ¿Cuál es mi compromiso o reto personal?

5. ¿Qué he aprendido de la sesión?



**ANEXO C**

**EMPA - ESCALA DE MEDIDA DE PROSOCIALIDAD**  
**(Caprara, et al, 2005; Oliveira-Monteiro; Aznar-Farias, 2011)**

Nombre:..... fecha: .....

Para las afirmaciones colocadas abajo **no existen respuestas ciertas o no**. La mejor respuesta es la primera (de forma espontánea), usando los números:

- 1** para: **Nunca/casi nunca** verdadero                      **2** para: **Ocasionalmente** verdadero  
**3** para: **Algunas veces** verdadero                      **4** para: **Frecuentemente** verdadero  
**5** para: **Siempre o casi siempre** verdadero

	1	2	3	4	5
1. Me gusta ayudar mis amigos/compañeros en sus actividades					
2. Comparto (divido) mis cosas con mis amigos					
3. Intento ayudar personas					
4. Me ofrezco para actividades voluntarias de ayudar aquellos que necesitan					
5. Entro en sintonía con el estado de ánimo de quienes sufren.					
6. Ayudo inmediatamente aquellos que necesitan.					
7. Hago lo que puedo para ayudar a las personas a no meterse en problemas					
8. Siento intensamente lo que los otros sienten.					
9. Pongo a disposición mis conocimientos y habilidades para servir a los otros					
10. Intento consolar las personas que están tristes.					
11. Presto (doy) dinero y otras cosas con facilidad.					
12. Me pongo fácilmente en el lugar de los necesitados.					
13. Intento estar próximo(a) y cuidar de aquellos que están pasando necesidades.					
14. Frecuentemente divido con los amigos las buenas oportunidades que me llegan.					
15. Dedico mi tiempo a amigos que se sienten solitarios.					
16. Noto (siento inmediatamente) los problemas de mis amigos, mismo cuando ellos no me lo dicen directamente.					

## ANEXO D

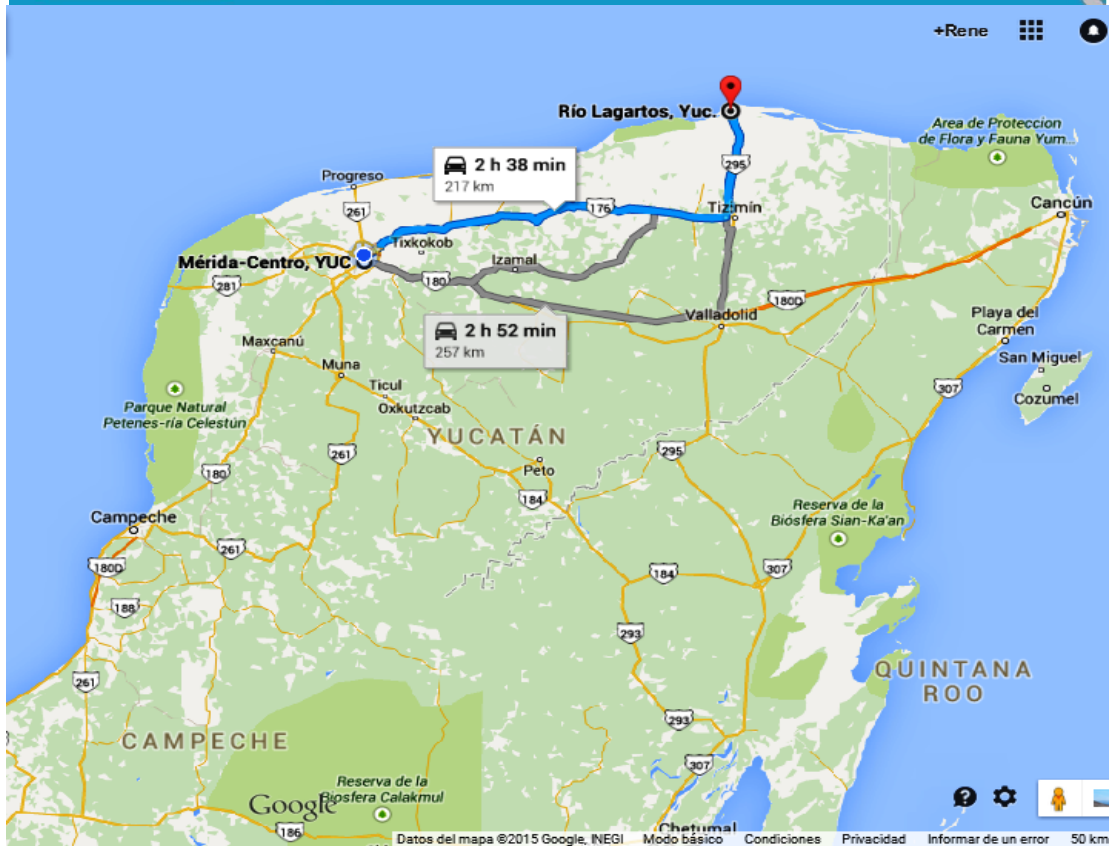
## CUESTIONARIO SOBRE LA CALIDAD DE LA COMUNICACIÓN

<b>MODOS</b>	<b>FACTORES INFLUYENTES</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>Previos a la Comunicación</b>	1. Disponibilidad como receptor.										
	2. Oportunidad como iniciador.										
<b>Durante el Proceso</b>	3. Vacío de uno mismo.										
	4. Vivir el presente con plenitud.										
	5. Empatía, reciprocidad y unidad.										
	6. Confirmación de la dignidad del otro.										
	7. Valoración positiva del otro.										
	8. Escucha de calidad.										
	9. Emisión de la calidad.										
	10. Aceptación de lo "negativo".										
	11. Resolución de conflictos desde una perspectiva positiva.										
	12. Elaboración compartida de las decisiones.										
<b>Contenidos</b>	13. Información suficiente, no excesiva, pertinente, relevante y frecuente.										
	14. Apertura y revelación asertiva de las emociones positivas y negativas.										
<b>Metacomunicación</b>	15. Verificación y control del proceso comunicativo.										
	16. Explicitación prosocial de las reglas.										
<b>Posterior al acto comunicativo</b>	17. Cultivar un objetivo empático concreto.										

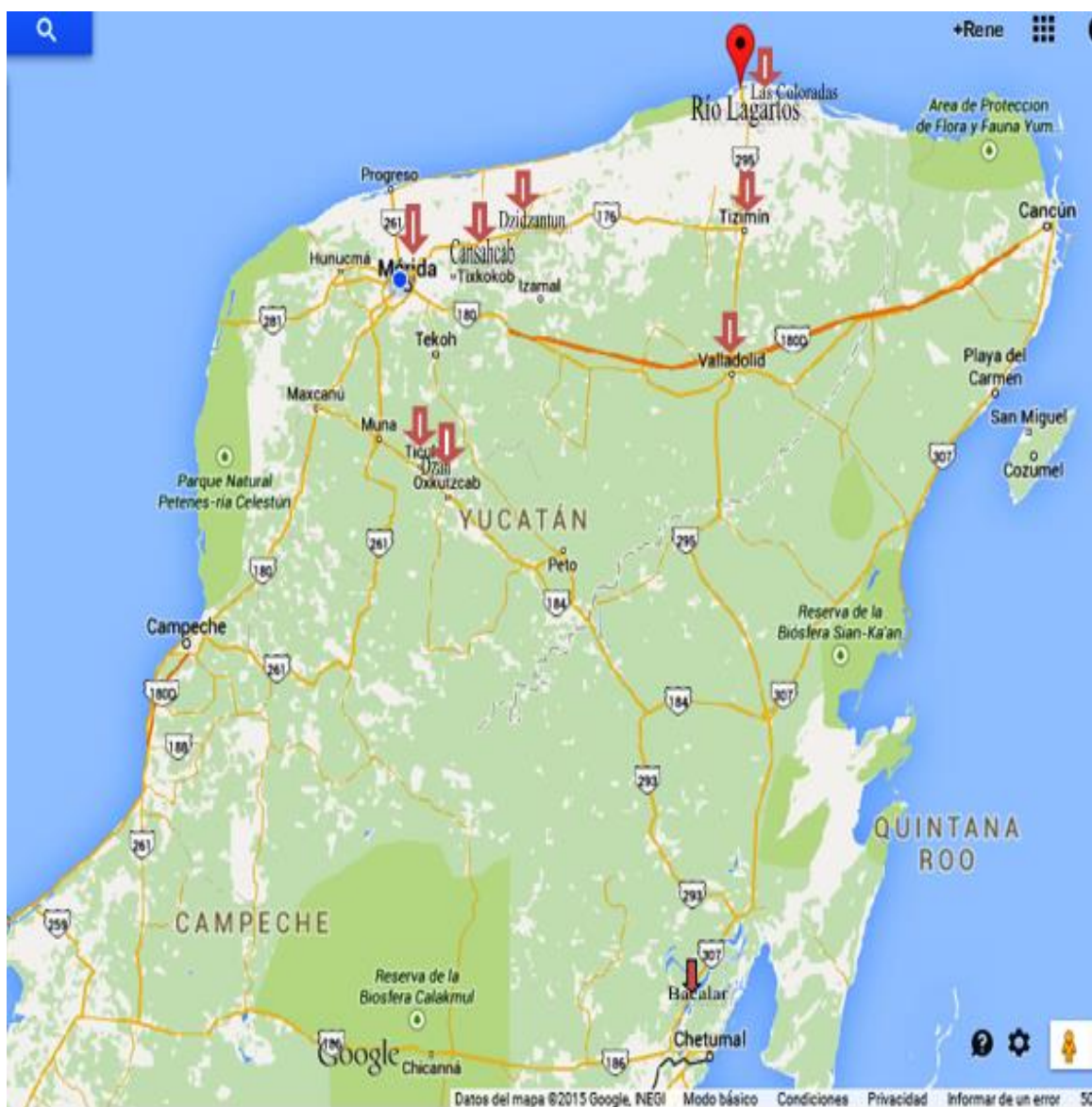
## ANEXO E



## ANEXO F



## ANEXO G



## ANEXO H



Río Lagartos, Yucatán, México, a 18 de octubre de 2013

PROFA. MARÍA ELIZABETH PARRA CASTAÑEDA  
DIRECTORA DE LA ESCUELA PRIMARIA LUIS G. VIVES  
PRESENTE

Con un saludo me dirijo a Ud., para solicitarle de manera atenta autorizar y participar, con el personal docente de la Escuela a su cargo, en el Programa de Optimización Prosocial que forma parte esencial de la Tesis Doctoral “**Optimización prosocial en docentes de educación primaria en Yucatán, México: evaluación de un programa**”.

Es importante señalar el carácter científico y profesional de la investigación la cual lleva la dirección y asesoría de destacados investigadores, Doctores de la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB) de la cual soy estudiante del tercer ciclo (doctorado), así mismo, aseguro que se procurará el respeto, cuidado y discreción tanto de las personas como de los elementos que del proceso se deriven.

De antemano, agradezco su interés genuino en apoyar el desarrollo científico en México y la oportunidad que me da como investigador y; la que le ofrece al personal docente, de la Primaria a su cargo, al participar en el Programa de Optimización Prosocial, mismo que generaría un beneficio cualitativo a la comunidad educativa de la Primaria Luis G. Vives de Río Lagartos.

---

**MTRO. RENÉ GABRIEL ARANDA UC**  
DOCTORANDO EN PSICOLOGÍA  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BARCELONA

## ANEXO I



## PARTICIPACIÓN CONSENTIDA

Por medio de la presente acepto participar en el Programa de Optimización Prosocial, el cual forma parte de la Tesis Doctoral “Optimización prosocial en docentes de educación primaria en Yucatán, México: evaluación de un programa.”, del Mtro. René Gabriel Aranda Uc, estudiante del tercer ciclo (doctorado) de la Universidad Autónoma de Barcelona.

Queda entendido los objetivos de esta Investigación Evaluativa y que los datos servirán para un análisis cualitativo del proceso de Prosocialidad; por lo que se me asegura que se procurará el anonimato, respeto, cuidado y discreción tanto de mi persona como de los elementos que del proceso se deriven.

De mi parte me comprometo a participar en todas las sesiones de manera activa, responsable y con un sentido de desarrollo personal.

Para que conste se firma la Carta de Participación Consentida.

Río Lagartos, Yucatán, México a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2013.

---

Nombre y firma

