

Estudios y Perspectivas Revista Científica y Académica, Pilar, Paraguay.
ISSN en línea 23005-2599, abril-junio 2024,
Volumen 4, Número 2.

DOI: <https://doi.org/10.61384/r.c.a.v4i2>

El Autorretrato como Estrategia Socioemocional para Fortalecer el Autoconcepto en Alumnos de Bachillerato

*Self-Portrait as a Socio-Emotional Strategy to Strengthen
Self-Concept in High School Students*

César Augusto Santiago Flores

Universidad Veracruzana, Facultad de Pedagogía, México

Francisca Mercedes Solís Peralta

Universidad Veracruzana, Facultad de Pedagogía, región Veracruz, México

Gustavo Antonio Huerta Patraca

Universidad Veracruzana, Facultad de Pedagogía, región Veracruz, México



E. COUTURE
INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO



Estudios y Perspectivas

Revista Científica Multidisciplinar



DOI: <https://doi.org/10.61384/r.c.a..v4i2.204>

El Autorretrato como Estrategia Socioemocional para Fortalecer el Autoconcepto en Alumnos de Bachillerato

César Augusto Santiago Flores

casf.3198@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-4632-0961>

Universidad Veracruzana, Facultad de Pedagogía,
México

Francisca Mercedes Solís Peralta

frsolis@uv.mx

<https://orcid.org/0000-0003-1804-9518>

Universidad Veracruzana, Facultad de Pedagogía,
región Veracruz, México

Gustavo Antonio Huerta Patraca

gushuerta@uv.mx

<https://orcid.org/0000-0001-5168-974X>

Universidad Veracruzana, Facultad de Pedagogía,
región Veracruz, México

RESUMEN

Autodefinirse representa un proceso de maduración y crecimiento en todos los individuos, implicando el reconocimiento de las propias emociones; el objetivo del presente es evidenciar la importancia que tiene la consolidación del autoconcepto, considerando un análisis propio de las fortalezas y debilidades socioemocionales de los alumnos, a través de su propio autorretrato. Por lo tanto, el enfoque metodológico de trabajo es cualitativo, debido a la naturaleza del proceso de análisis de la información obtenida por medio de la técnica de recolección de información, siendo la evidencia de trabajo titulada “*así soy yo*”; la cual se aplicó a 19 alumnos de segundo semestre grupo A del Colegio de Bachilleres Dr. Gonzalo Aguirre Beltrán del Estado de Veracruz. Los resultados obtenidos demuestran el grado de autopercepción que tienen los alumnos de sí mismos, así como la influencia que tiene el entorno en el que se rodean. Ante lo anterior, es importante analizar la importancia que tiene realizar este tipo de actividades como un medio para poder orientar a los alumnos a establecer su autoimagen a partir del seguimiento hacia un crecimiento personal y social.

Palabras clave: *autorretrato, emociones, habilidades socioemocionales, autoconcepto, autopercepción*

Recibido: 12-abril-2024 / Aprobado: 13-mayo-2024

Self-Portrait as a Socio-Emotional Strategy to Strengthen Self-Concept in High School Students

ABSTRACT

Defining oneself represents a process of maturation and growth in all individuals, involving the recognition of one's own emotions; The objective of this paper is to demonstrate the importance of consolidating self-concept, considering an analysis of the students' socio-emotional strengths and weaknesses, through their own self-portrait. Therefore, the methodological approach of work is qualitative, due to the nature of the process of analysis of the information obtained through the information collection technique, with the work evidence being titled "this is who I am"; which was applied to 19 second semester group A students from the Dr. Gonzalo Aguirre Beltran High School of the State of Veracruz. The results obtained demonstrate the degree of self-perception that the students have of themselves, as well as the influence of the environment in which they surround themselves. Given the above, it is important to analyze the importance of carrying out this type of activities as a means of guiding students to establish their self-image by following up on personal and social growth.

Keywords: *self-portrait, emotions, social-emotional skills, selfconcept, self-perception*

INTRODUCCIÓN

Definir el quien soy representa un profundo análisis personal, dicho proceso, mediante el cual cada persona reconoce sus propias características, tanto físicas, como aquellas de tipo emocional, actitudinal y sentimental, se le denomina autoconcepto, siendo en otras palabras, la forma en la que cada individuo se puede percibir a sí mismo. Ante la importancia que tiene esto, es necesario llegar a potencializar el grado de crecimiento personal, en todo contexto, buscando un desarrollo integral que permita el éxito en la vida, para ello se puede hacer uso de las Habilidades Socioemocionales (HSE), las cuales permiten crear un vínculo de orientación y apoyo a los estudiantes a poder llegar a comprenderse y conocerse mejor a sí mismos, así como consolidar una identidad propia, y fomentar hábitos para una buena autoestima, por ello, su importancia reside en lograr un desarrollo en aras de poder tener herramientas sólidas a partir de un trabajo individual y colectivo, que permita enfrentarse a los retos del día a día, sin poner en riesgo su integridad.

Dentro de las HSE, se pueden hacer uso de un gran número de estrategias de aprendizaje en las cuales se puede fomentar el reconocimiento personal para el establecimiento del autoconcepto, llevándolas a cabo dentro del salón de clases. Una de ellas, es la realización del autorretrato, dicha actividad sirve como un instrumento de análisis a partir de lo que se plasma, donde todos los detalles que se trazan cuentan y brindan información específica, la cual se obtiene a través de ciertos parámetros meramente cualitativos, para posteriormente hacer un resumen e interpretación de todo lo identificado. El presente trabajo tiene por objetivo evidenciar la importancia que tiene la consolidación del autoconcepto, considerando un análisis propio de las fortalezas y debilidades socioemocionales de los alumnos, a través de su propio autorretrato; permitiendo establecer la pregunta: ¿de qué manera el reconocimiento socioemocional influye en la consolidación del autoconcepto?

Teoría de la Inteligencia Emocional (IE) como base para el desarrollo de las Habilidades Socioemocionales (HSE)

El principio de esta teoría data de los inicios de la década de 1990, con Peter Salovey y John Mayer, quienes la reconocían como la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios, y de terceros; por otra parte, Daniel Goleman la concibe como “la capacidad para reconocer los sentimientos propios y los de los demás, motivarnos a nosotros mismos, para manejar acertadamente las emociones, tanto en nosotros mismos como en nuestras relaciones humanas” (Jiménez, 2018, cita a Goleman, 1995, p. 458). Con base en lo anterior, el establecimiento de una educación socioemocional en México se reconoce en el Modelo Educativo para la Educación Obligatoria de 2017 (MEEO), con integración de la dimensión humana para el desarrollo de las HSE, ya que el componente emocional representaría un factor clave para generar una actitud positiva para el desarrollo personal, motivado por el pensamiento crítico autorreflexivo y autorregulador en el desenvolvimiento intra e interpersonal del alumno. El perfil de egreso del MEEO establece que este deberá:

Es autoconsciente y determinado, cultiva relaciones interpersonales sanas, se autorregula, tiene capacidad de afrontar la adversidad, actuar con efectividad y reconoce la necesidad de solicitar apoyo. Tiene la capacidad de construir un proyecto de vida con objetivos personales. Fija metas y busca aprovechar al máximo sus opciones y recursos. Toma decisiones que le generan bienestar presente, oportunidades, y sabe lidiar con riesgos futuros (p. 50).

Además, que la incorporación del desarrollo de las Habilidades Socioemocionales en el Currículo plantea “el reconocimiento del papel central de las habilidades socioemocionales en el aprendizaje de niñas, niños y jóvenes, así como de la capacidad de las personas para relacionarse y desarrollarse como seres sanos, creativos y productivos” (p. 54). Para Suárez y Castro (2022) las HSE son “una serie de herramientas intrapersonales e interpersonales, que tienen como función la adaptación al entorno y que facilitan el desarrollo personal, la relación social

adecuada, el aprendizaje y el bienestar” (p. 885). En la educación socioemocional “no se debe confundir la importancia de las emociones con una intervención terapéutica, pues sirve para que estudiantes y docentes trabajen de forma colaborativa y armónica para favorecer las interacciones y propiciar la convivencia basada en valores” (Villalobos, 2023, cita a SEP, 2017, p. 165).

Y es que, en el salón de clases como un lugar de trabajo, puede considerarse como el espacio principal, para la implementación y el fomentarse de las HSE, por lo que permite integrar a los docentes y alumnos a ser partícipes de una transformación como medio para la reconstrucción de las relaciones sociales intergeneracionales. Ante ello, docentes y alumnos, al ser seres biopsicosociales, entran en juego diversos factores que influyen en la construcción social personal, por lo que apostar por un bienestar emocional, afectivo y sentimental consolida las dimensiones inter e intrapersonal en la busca de un bienestar enfocado en la canalización, regulación y expresión de las emociones como un punto para el cambio social, mismo que impactara en un ámbito individual, por lo tanto para Garcés y Giraldo (2013) establece “la necesidad de formar a los docentes no solo en sus respectivas disciplinas, sino también en el enfoque socioemocional” (Reyes et al, 2022, cita a Garcés y Girado, 2013, p. 5)

Autoconcepto como elemento indispensable dentro de las HSE en alumnos de Educación Media Superior (EMS)

Para poner en marcha el desarrollo de las HSE en EMS, es importante considerar el cómo cada alumno se logra auto percibir ,o bien, el conjunto de características que lo distingue de todos; por esto el autoconcepto juega un papel fundamental en dichas habilidades, debido a la forma en como el adolescente logra reconocer sus emociones, sentimientos, actitudes, así como todos aquellos elementos que conforman su identidad; por lo que abordarlas desde la perspectiva individual permite un crecimiento gradual personal. Por ello Quintero (2020) señala el autoconcepto de la siguiente manera:

La imagen que cada individuo construye de sí mismo, consolidada a través de factores

externos (social, familiar, académico) y factores internos (emociones, sentimientos, pensamientos, cultura, conocimientos), los cuales son potencializados por el contexto en que se desenvuelve. Es importante señalar que esta imagen se forma a partir de diversas variables, pero es particularmente influenciado por la percepción de sí mismo, y a medida que el sujeto se logra autodefinir estas percepciones se vuelven más organizadas, detalladas y específicas (p. 325).

La importancia, por parte de los docentes, de darle peso al autoconcepto de sus estudiantes está centrada en la idea de que, cuando se conoce, se pueden establecer rutas para la atención individual y colectiva de los integrantes del grupo. Comprendiéndolo como un factor que constituye la concepción que los estudiantes tienen de ellos mismos como seres físicos, sociales y espirituales y que se diferencia de la autoestima por el componente de análisis interior y manifestación externa de ambos criterios (Mato et al, 2020, cita a Yáñez et al., 2016, p. 23).

Y es que, cabe resaltar que el medio, entornos o ambientes de desarrollo de cada individuo, juega un papel crucial influenciado por todo aquello que se percibe en la interacción del día a día, ante ello es importante considerar lo siguiente:

El autoconcepto se puede presentar en diferentes escenarios o contextos biopsicosociales donde se desarrolla el ser humano, a saber, el autoconcepto académico/laboral, el cual se refiere a la percepción que tiene el individuo de la calidad del desempeño de su rol como estudiante y/o trabajador; el social, que alude percepción que tienen las personas sobre su desempeño en las relaciones sociales; el emocional, que se define como la percepción de los sujetos de su estado emocional y de las respuestas que emite a situaciones específicas, con un cierto grado de compromiso e implicación en la vida cotidiana; el familiar, que hace referencia en la percepción de implicación, participación e integración del sujeto en su medio familiar; por último, el físico, que se describe como la percepción del aspecto corporal y de la condición física (Reynoso et al, 2018, cita a García y Musitu, 2014).

El autorretrato como estrategia de aprendizaje para la consolidación del autoconcepto en EMS

El autorretrato, aplicado como estrategia de aprendizaje, representa un ejercicio personal reflexivo del estudiante según a su propia imagen, a través de este se logra una conexión metacognitiva, para poder plasmar su rostro acompañado de elementos simbólicos, comunicando y evidenciando el yo interior considerando: la esencia propia, es por ello que permite crear un canal para la liberación y exposición de todas aquellas emociones, actitudes, defectos y virtudes, así como toda característica que defina su identidad, permitiendo canalizar sus energías llevándolas a un plano material. Para Ferrari (2002) señala que los autorretratos generan una comunicación desde el interior hasta el exterior y son un buen instrumento de potenciación de la autoestima y el bienestar personal, de la búsqueda de la autoimagen deseada, aquella que coincide con nuestra autoimagen mental. (Genaro, 2013, cita a Ferrari, 2002, p.22)

Por lo tanto, la ejecución del autorretrato como estrategia de aprendizaje para el desarrollo del autoconcepto, resulta ser un claro ejercicio de autoanálisis por parte de los alumnos, con el propósito de reconocer rasgos de identidad propias, tales como las de tipo fenotípicas, así como las emocionales, culturales, conductuales e ideológicas, dando una mirada individual, que a su vez se nutre de ideas, opiniones y juicios del entorno, permitiendo generar una reconstrucción de sí mismo.

Por lo tanto, importante reconocer la influencia que tienen las ideas entorno a la manera en cómo trabajar el desarrollo del autoconcepto considerando autores como Vygotsky y Bandura donde se reconoce la influencia que tiene el medio en la construcción del autoconcepto debido a la interacción que tiene el sujeto con el medio o entorno en el que se desarrolla, los seres humanos tienden a ser testigos de comportamientos, de los cuales a partir de la imitación de comportamientos se adoptan y moldean para lograr llegar a establecer su propia identidad.

¿En qué contexto se realiza esta investigación? Antecedentes históricos, sociales, culturales, legales, demográficos, según sea el caso se hará uso de uno o varios tópicos, y requerirá mayor

o menor detalle del contexto, incluso esto se puntualiza en mayor detalle para estudios cualitativos, y más si son con un enfoque etnográfico. Finalmente, el objetivo principal del estudio es evidenciar la importancia que tiene la consolidación del autoconcepto, considerando un análisis propio de las fortalezas y debilidades socioemocionales de los alumnos, a través de su propio autorretrato.

METODOLOGÍA

El enfoque de trabajo seleccionado fue de corte cualitativo, con un tipo de Investigación Acción Participativa (IAP), por la implicación con los participantes durante en el desarrollo del proceso de la investigación, a partir de la problemática identificada las propuestas para atender la necesidad permiten generar un cambio en la población beneficiada, además de trazar líneas que permitan generar un cambio en la realidad, y afrontar la problemática identificada partir de los recursos y la participación. El procedimiento de realización, con base en el IAP comprende las siguientes etapas: pre-investigación, diagnóstico, programación, conclusiones y propuestas y la post-investigación. La técnica para la obtención y recolección de los resultados fue a través del desarrollo de la evidencia titulada *“así soy yo”*, como parte de la realización del taller *“Conociéndome a través de mis emociones”* el cual enfocado al trabajo de las habilidades socioemocionales de los alumnos.

Planificación de la Secuencia de Trabajo de las Sesiones

- **Objetivo General del Taller “Conociéndome a través de mis emociones”**

Fomentar en los alumnos de segundo semestre grupo A del Colegio de Bachilleres Dr. Gonzalo Aguirre Beltrán, el tema de Autoconocimiento en la dimensión Conoce T de las habilidades socioafectivas propuestas por el programa ConstruyeT, a través de la realización del taller vivencial *“Conociéndome a través de mis emociones”* considerando actividades lúdicas y recreativas con la finalidad de lograr un desarrollo personal integral personal.

- **Objetivo de la Sesión**

Reconocer la importancia del autoconocimiento a través de la realización de un análisis de sus fortalezas y debilidades; y un autorretrato que permitan que los alumnos logren desarrollar un pensamiento autocrítico de sí mismos y la forma en que los demás los perciben.

- **Objetivo de la Evidencia “así soy yo”**

Realizar un análisis personal considerando sus propias fortalezas y debilidades presentes en su vida, a través de un cuadro comparativo que permita identificar las emociones y sentimientos inmersos como punto de partida hacia la consolidación de su autoconcepto.

Secuencia de Trabajo

- La primera sesión, estuvo destinada a la realización de un cuadro comparativo, donde los alumnos pudieran identificar sus de fortalezas y debilidades personales, por ello se manejaron ítems específicos y claros para evitar confusiones, esto con el propósito de ser un complemento para lograr hacer un análisis personal más objetivo, como parte esencial para la consolidación de su autoconcepto.
- La segunda sesión, se llevó a cabo el desarrollo del autorretrato, por esto se pidió que este fuera ejecutado en una hoja en blanco que se les proporcione a los alumnos, tomando en cuenta *¿cómo me veo a mí mismo?*, para así trazar todos aquellos aspectos propios que consideren necesarios, tales como características físicas u otras como gustos o preferencias, logrando capturar y concebir aquellos detalles que por más insignificantes que parecieran son parte de su identidad; se consideró complementar estos, con aquellas emociones positivas del lado derecho y las negativas de lado izquierdo, de mismo modo colocar algunas virtudes o fortalezas, y debilidades o aquello negativo en su persona, todo esto con el fin de permitir realizar las interpretaciones completas.

Dicha evidencia se aplicó a un muestreo por conveniencia en 19 alumnos de segundo semestre grupo A, conformada por 13 hombres y 6 mujeres. Para llevar a cabo el análisis de lo obtenido en las evidencias de desempeño, se hace uso de la prueba de la figura humana de Karen Machover (1973) como guía para la interpretación simbólica de los dibujos. Además, se pretende dar a conocer aquellos detalles más significativos encontrados, reconociéndolo para lograr definir el grado de desempeño; en un análisis global se hace la comparación entre alumnos y alumnas para poder dimensionar el desenvolvimiento y desarrollo de la actividad entre los alumnos y alumnas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Con base en lo desarrollado durante las sesiones de trabajo, se obtiene la información necesaria para llevar a cabo el análisis a partir de la implementación de la evidencia “así soy yo”, logrando identificar que los alumnos pudieron someterse a un ejercicio de autorreflexión de sí mismos, plasmándolo de manera clara y precisa; según lo hecho en ambas etapas en las que consistía la sesión de trabajo, en el cuadro de fortalezas y debilidades los alumnos pudieron identificar aspectos característicos de su persona tales como de índole emocional, actitudinal hasta habilidades de su dominio; mientras que en el autorretrato plasman y trazan rasgos físicos, que se llegan a relacionar con lo emocional.

Análisis a partir de lo escrito en los cuadros de Fortalezas y Debilidades

Respecto a la percepción de los alumnos para reconocer sus fortalezas, señalan lo siguiente

CHG: *“Soy responsable y puntual en lo que hago o a donde voy, sobre todo en tareas, tiendo a ser social con personas con quien me siento cómodo”*

GLL: *“Soy creativa en mis tareas y en detalles en cosas que hago”*

AMM: *“Soy muy social y respetuosa, pero si me molestan exploto, me gusta enfrentar problemas”*

CHF: *“Me distingo por ser responsable en lo que hago”*

VEG: *“Tengo mucha disciplina en lo que hago, tengo mucha fuerza de voluntad”*

MNT: *“Si, soy valiente”*

VEA: *“No le temo a los retos o cambios que se suscitan en mi día a día”*

PLA: *“Soy bueno en los deportes, demás que soy muy ordenado me gusta acomodar todas mis cosas según mi gusto”*

NDA: *“Siempre trato de ser amable con todas las personas que recién conozco”*

GBD: *“Soy muy respetuoso, me gusta socializar me siento feliz de conocer nuevas personas, me gusta mucho jugar futbol y soy muy detallista, soy feliz con mi novia”*

RAY: *“Mi aspecto físico es mi principal fortaleza, tiendo a hacer mucha actividad física para poder mantener un cuerpo tonificado”*

La información anteriormente presentada, misma que comprenden las ideas personales más importantes considerando estas de índole interna, se puede reconocer que los alumnos llegan a identificar con facilidad algunas de sus principales fortalezas, mismas que llegan a valorar como parte fundamental de su vida en su habitualidad, además que muchas de estas van encaminadas a lo emocional, disciplinar y axiológico, pero también en características físicas. Por lo tanto, se aprecia la conciencia que tienen los alumnos para realizar un análisis de sus puntos favorables o áreas de oportunidad, las cuales tendrán un impacto considerable en su vida, en las dimensiones profesional, personal y social.

Respecto a la percepción de los alumnos para reconocer sus debilidades, señalan lo siguiente:

CHG: *“Puedo ser muy explosivo cuando me siento estresado”*

GLL: *“Mi inseguridad impacta mucho en lo que hago, además soy muy distraída”*

AMM: *“Soy explosiva, si me molestan no mido mi reacción llego a decir cosas que luego me arrepiento”*

CHF: *“Me estreso fácilmente, lo que hace que me frustre”*

VEG: *“Puedo ser muy exigente conmigo mismo”*

MNT: *“Soy muy berrinchuda, si las cosas no salen como quiero me enojo y estreso”*

VEA: *“Me acompleja ser de estatura baja”*

PLA: *“Suelo ser muy egocéntrico, si me dicen un cumplido lo refuerzo con soberbia”*

NDA: *“Tiendo ser muy aprensiva, por lo general lo que me dicen lo tomo mal”*

GBD: *“Me afecta lo que los demás pueden decir de mí”*

RAY: *“Me cuesta aceptar ayuda cuando las personas me ven en un estado de vulnerabilidad”*

Considerando lo anterior, es posible apreciar como los alumnos llegan a identificar y ser conscientes de aquellas características o acciones que pueden impactar de manera negativa en su vida, la mayoría de estas tienden a ser de carácter emocional, por lo que se logra evidenciar que la mayoría de los conflictos o problemáticas son de esta índole, mismas que pueden estar condicionadas por una falta de atención a las emociones, pues la falta de autocontrol en sus emociones es una situación implícita en su desempeño.

A partir de la toda la información recabada en el proceso de análisis de los elementos que integraban la evidencia, se pueden establecer los siguientes puntos:

- **Cuadro de Fortalezas y Debilidades:** en general los alumnos logran hacer un autoanálisis para establecer aquellas características que son particulares en cada uno de ellos, permitiéndoles reflexionar en que son buenos, aquello que se les dificulta y deben mejorar; esto queda evidenciado a partir de lo plasmado en sus cuadros, siendo esto situaciones que impactan en su vida diaria en los entornos donde se sitúan, hay una conciencia emocional sólida, brindando datos específicos como sus temperamentos, valores, costumbres, hábitos y más (figura 2).
- **Autorretratos:** exponen rasgos característicos personales de los alumnos, mismos que brindan y exponen información puntual, lo que lleva a hacer un análisis interpretativo a partir de cada uno de los símbolos y trazos en conjunto, mismos que permiten visibilizar más a detalle la construcción de su autoimagen; misma que se ve influenciada por el entorno social, las cuales pueden llegar a impactar de manera positiva o negativa, ya que no es ajeno apreciar rasgos físicos, así como aspectos emocionales, actitudinales y sentimentales de sí mismos (Tabla 1) (figura 1)

- **Motivación y participación en los alumnos:** en muchos de los casos no todos los alumnos realizaban la evidencia, esto estaba condicionado por motivos ajenos al desarrollo de las sesiones, tales como inasistencias, falta de interés por temática tratada, así como e incluso por casos donde los alumnos se encontraban en asesorías extraescolares como parte de una regularización ante asignaturas reprobadas. Además, se hace notorio que las alumnas tienden a tener un mejor desempeño, a comparación de los alumnos, puesto que tienen una actitud de disponibilidad para participar, comunicando y expresando tanto sus respuestas como ejemplos, lo que complementa más las respuestas. En los alumnos, no es muy notorio que se desenvuelvan de la misma manera, tienden a tener ciertas barreras u obstáculos como la inseguridad o el miedo a expresar sus ideas, emociones, etc.

Por lo tanto, se señala lo encontrado a partir de la información obtenida por medio del desarrollo de la evidencia y del trabajo en la sesión con los alumnos, por ello se expone lo siguiente:

- Todo aquello que plasman, dibujan o escriben en sus autorretratos, representa un canal de expresión y comunicación indirecta e inconsciente de información característica que integran su identidad y personalidad, lo que permite realizar una interpretación a partir los símbolos, la posición de dibujo, rasgos físicos y emocionales, así como todos aquellos detalles y trazos específicos, orientados a un ejercicio autorreflexivo y comunicativo. Ferrari (2002) plantea que los autorretratos generan comunicación del interior al exterior, siendo un instrumento que potencializa la autoestima y el bienestar personal, encaminado a la autoimagen ideal y deseada.
- La mirada o percepción de aquellos que integran su entorno (familia, amigos, parejas, etc.) tiene influencia en la construcción de la percepción que tienen de sí mismos, para poder establecer su autoconcepto, la imagen que proyectan resulta ser importante para las relaciones que mantienen, pero también para sentirse bien con ellos mismos. Quintero (2020) reconoce que el autoconcepto es la imagen que cada individuo

consolida a través de factores internos y externos, estos estarán potencializados por el contexto en donde se desenvuelva. Además, García y Musito (2014) señalan que este mismo se desarrolla en diferentes escenarios biopsicosociales de desarrollo, ante esto entran en juego la percepción individual, social, emocional, familiar y física.

- Falta de regulación de sus emociones puede conducir a desarrollar conductas de estrés, que, por lo general, son condicionadas por motivos escolares como tareas, proyectos, exposiciones, actividades extracurriculares; sin embargo, las vivencias de su entorno, como lo son relaciones sentimentales, o familiares, también representan factor determinante en sus estados emocionales. Suárez y Castro (2022) establece que las HSE son herramientas intra e interpersonales que se adaptan al entorno y facilitan el desarrollo personal.

- La escuela, debe adoptar una postura encaminada al fortalecimiento de las HSE por parte de los docentes, quienes dentro de su práctica deben crear un canal de comunicación y acompañamiento al desarrollo del alumno, en lo disciplinar como en lo emocional motivándolos e incentivando a un fortalecimiento integral, por ello fomentar y crear un ambiente seguro de trabajo, debe brindar herramientas para hacer frente a todo tipo de situaciones de su vida. A partir del año 2017 en el Modelo Educativo para la Educación Obligatoria se integra la dimensión humana como un factor clave para generar una actitud positiva para desarrollar el pensamiento crítico autorreflexivo y autorregulador; por ello el docente y el alumno deben trabajar de manera colaborativa y armónica favoreciendo las interacciones.

ILUSTRACIONES, TABLAS, FIGURAS

Tabla 1 Información obtenida por medio de la interpretación a partir de los Autorretratos realizados por los alumnos.

Nomenclatura	
alumnos	Autorretrato
CHG	Su característica principal de inseguridad, e introversión. Hay una necesidad de apoyo emocional o motivacional.
GLL	Indiferencia en su entorno, adoptando actitudes negativas como inseguridad, pesimismo, llevándola a ser introvertida; lo positivo contrasta esa indiferencia con su actitud empática y responsable.
AMM	Datos de irritabilidad al expresar su opinión sin temer el alcance de sus palabras. Hay un lado emocional con un corazón y otro más objetivo, lo que puede señalar una forma asertiva de ver la vida.
CHF	Tiene una personalidad tímida; la emoción de enojo está muy marcada, llega a escapar de la realidad. Indica que es alegre, se divierte y su felicidad, incluso la expresión que tiene el dibujo denota asertividad.
VEG	Denota inseguridad, e indiferencia a su alrededor, también hay una tendencia por ser dominante, así como un sentimiento de desagrado o indiferencia. Hay un buen estado de ánimo por lo general, lo que le permite contrarrestar el sentimiento de estrés.
MNT	Es agresiva y dominante, aunque también es feliz o alegre, e imaginativa, le da importancia a las personas de su alrededor a las que considera importantes, es totalmente emocional.
VEA	Expresa lo que parece ser amor y optimismo. Hay una formalidad y rigidez al interactuar es muy educado, propio y respetuoso. Hay fácil adaptabilidad al medio y a un equilibrio emocional.
PLA	Evade y disocia ante la realidad, es introvertido. También representa la importancia de las opiniones de terceros, o a las críticas.
NDA	Hay un cansancio y tristeza, además su lado emocional está muy marcado y definido. Tiende a ser introvertida e insegura.
GBD	Hay un estado de estrés muy bien definido, es atento a la realidad que vive, pero también tiene un sentido de fantasía e imaginativo. Llega a ser introvertido e inseguro.
RAY	Lo expresado puede comunicar cierta indiferencia, tiene un claro gusto por el deporte, pero también que no tiene claro quién es o tener cuestionamientos propios al poner signos de interrogación.

Nota: información de los alumnos obtenida por medio de la interpretación del autorretrato con base en la prueba de Machover de manera sintetizada a partir de lo que expresado y plasmado. Fuente: evidencia de trabajo de campo.

papel principal para la consolidación de este mismo, y es que, sin duda alguna, es indispensable implementar y fomentar, dentro y fuera de las instituciones educativas, las HSE en función de la relevancia que cobran durante el desarrollo del proceso formativo del estudiante en todas sus dimensiones, estas mismas generan un espacio de trabajo orientado hacia la consolidación de la personalidad e identidad, lo que se traduce en el establecimiento del autoconcepto; esto influenciado de todo aquello que rodea al individuo, en este caso el estudiante, ya que todo lo que forma parte de su espacio o ambiente genera un impacto, por ello es necesario llevar a cabo la implementación de estrategias destinadas a orientar y brindar herramientas que fortalezcan la integridad del estudiante.

Por lo que, la técnica de recolección de información juega un papel relevante, viable y fructífero para recabar información sumamente significativa, a través de aquello que se escribe y plasma en la evidencia, basta decir que cada autorretrato era único a su manera, todo lo asentado en ellos permite establecer rasgos característicos de cada estudiante, tal como se autopercibe en función de sus valores, emociones, ideales, pensamientos, etc., todo aquello que nutre y establece su identidad.

Durante de todo lo desarrollado de las sesiones de trabajo, como parte del taller implementado, el fomento de las HSE durante la etapa de la adolescencia es indispensable, ya que en dicha etapa los alumnos pueden llegar a sentirse vulnerables, excluidos e incomprensidos; al ser una etapa clave para el establecimiento de la identidad personal, es necesario crear un canal de trabajo enfocado al reconocimiento individual a partir de las emociones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Buitrago, R., y Sáenz, N. (2021). Autoimagen, Autoconcepto y Autoestima, Perspectivas Emocionales para el Contexto Escolar. *Educación y Ciencia*, (24), e 12759.
<https://doi.org/10.19053/0120-7105.eyc.2021.25.e12759>

- García, R., Canuto, I., & Cebrián, A. (2019). Alta capacidad y género: la autoestima como factor influyente en las diferencias entre sexos entre sexos. Contextos Educativos. <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/3934/3539>
- Genaro, G. N. (2013). El autorretrato fotografico como herramienta educativa para la construcción de la mirada en la adolescencia. Universidad de Granada. Programa Oficial de Posgrado en Artes y Educación. España. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=58146>
- González, L. M. (2022). Estrategias didácticas para el desarrollo de habilidades socioemocionales en educación primaria. Universidad Pedagógicas Nacional del Estado de Chihuahua. Gestión I+D, UCV, Gestión de investigación y Desarrollo. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7863429>
- Jiménez J. A. (2018) Inteligencia emocional. En: AEPap (ed.). Curso de Actualización Pediatría 2018. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2018. p. 457-469. https://www.aepap.org/sites/default/files/457-469_inteligencia_emocional.pdf
- Quintero, G. K. T. (2020). Importancia del Autoconcepto para la Construcción del Conocimiento. Revista Scientific, 5(16), 319-333. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.17.319-333>
- Machover, K. (1973). La Figura Humana. Test Proyectivo de Karen Machover. <https://es.slideshare.net/bchavezrod/libro-original-de-karen-machover1>
- Mato Medina, Q., Ambris Sandoval, J., Llergo Young, M., & Mato Martínez, Y. (2020). Autoconcepto en adolescentes considerano el género y el rendimiento académico en Educación Física. Revista Universidad y Sociedad. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v12n6/2218-3620-rus-12-06-22.pdf>
- Modelo Educativo para la Educación Obligatoria. Educar para la libertad y la creatividad. (2017). Secretaria de Educación Pública. Segunda edición. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207252/Modelo_Educativo_OK.pdf

Reynoso, G. O. U., Caldera, M. J. F., De la Torre, T. V., Martínez, S. A., y Macias, G. G. A. (2018). Autoconcepto y apoyo social en estudiantes de bachillerato. Un estudio predictivo. Revista de Psicología y Ciencias de Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales.

<https://www.scielo.org.mx/pdf/rpcc/v9n1/2007-1833-rpcc-9-01-100.pdf>

Reyes, A., Keck, C., Gracia, M., & Saldivar, A. (2022). Habilidades socioemocionales en los docentes: educación desde la ética del cuidado de sí. Praxis & Saber, 13(34), e13667.

<https://doi.org/10.19053/22160159.v13.n34.2022.13667>

Suárez, C. X. y Castro, M. N. (2022). Competencias socioemocionales y resiliencia de estudiantes de escuelas vulnerables y su relación con el rendimiento académico. Revista de Psicología. Chile.

<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v40n2/0254-9247-psico-40-02-879.pdf>

Villalobos, M. G. (2023). Educación socioemocional para la convivencia y desarrollo humano. Universidad Autónoma del Estado de México. Repositorio Institucional.

<http://hdl.handle.net/20.500.11799/139485>