
APUNTES BREVES

«ACCIONES DE REFORZAMIENTO DE LA COMPETENCIA SOCIAL» (ARCOS): UN PROGRAMA DE SALUD ESCOLAR FUNDAMENTADO EN CONCEPTOS DE AUTODETERMINACIÓN HUMANA

"ACTIONS TO STRENGTHEN SOCIAL COMPETENCE" (ARCOS): A SCHOOL HEALTH PROGRAM BASED ON CONCEPTS OF HUMAN SELF-DETERMINATION

LUIS FLÓREZ ALARCÓN* & NOHELIA HEWITT RAMÍREZ**
UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA, BOGOTÁ - COLOMBIA

FECHA RECEPCIÓN: 24/7/2013 • FECHA ACEPTACIÓN: 12/8/2013

Para citar este artículo: Flórez-Alarcón, L. & Hewitt, N. (2013). «Acciones de reforzamiento de la competencia social» (ARCOS): un programa de salud escolar fundamentado en conceptos de autodeterminación humana. *Psychologia: avances de la disciplina*, 7(2), 117-122.

Resumen

Se presenta una síntesis de los pasos recorridos en la creación de «ARCOS», un programa de salud escolar cuya meta es la preparación de los(as) jóvenes escolares que cursan los ciclos educativos finales de formación media, para incorporarse al mundo educacional y/o laboral del adulto joven al egresar del colegio. El programa se ha estructurado tomando como unidad operativa el taller, que es una secuencia de seis a ocho sesiones, en las que se incluyen actividades de intervención motivacional breve dirigidas al cumplimiento de objetivos de prevención universal, prevención selectiva, o prevención indicada. Los talleres se integran en módulos organizados para los grados octavos a décimo, que conforman los ciclos educativos cuarto y quinto. En la fase actual se busca la estructuración de los aspectos operativos y evaluativos de ARCOS, con propósitos de validación ecológica, a fin de proseguir a nuevas fases de evaluación de la eficacia y de la eficiencia del programa. Se enfatiza la fundamentación del programa en teorías motivacionales de tipo cognitivo, ubicadas dentro de la corriente de teorías de expectativa-valor, especialmente en la teoría de autodeterminación.

Palabras clave. Salud escolar, competencia social, promoción de la salud, prevención, adolescencia.

Abstract

A synthesis of the steps involved in the development of «ARCOS» is presented. ARCOS is a program of school health with the goal of preparing young middle- and high-school students to become a part of the educational and/or job markets after graduating from school. The program has been structured by using workshops as an operational unit, consisting of six to eight sessions involving activities of brief motivational intervention directed to the fulfilling of objectives of universal prevention, selective prevention, or indicated prevention. The workshops are

* Doctor en Psicología Experimental. Coordinador del Proyecto ARCOS de la Facultad de Psicología de la Universidad de San Buenaventura, Bogotá. Correspondencia: luis@florez.info

** Magíster en Psicología. Candidata a doctora en Psicología de la Salud, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Decana Facultad de Psicología Universidad de San Buenaventura, Bogotá. Correspondencia: nhewitt@usbog.edu.co

integrated in modules which have been organized for Grades 8 to 10. In its current phase, the aim is the articulation of the operational and evaluation aspects of ARCOS, for the purpose of ecological validation, so that the program can be directed to new phases of evaluation of the efficacy and efficiency of the program. The grounding of the program in cognitively-oriented motivational theories –belonging to the broader category of expectancy-value theories– and particularly in the self-determination theory (SDT), is emphasized.

Key words. School health, social competence, health promotion, prevention, adolescence.

Introducción

El presente artículo hace una revisión acerca de los fundamentos conceptuales y metodológicos del programa «Acciones de Reforzamiento de la Competencia Social» (ARCOS) que viene realizando desde hace tres años la Facultad de Psicología de la Universidad de San Buenaventura Bogotá, y somete a análisis conceptual su estructura como actividad de promoción y de prevención en el campo de la salud escolar. ARCOS inició actividades formales en el año 2011, luego de un período semestral de análisis colegiado acerca de los fundamentos que permitieran plantearlo como una acción de proyección social de la Facultad de Psicología, acorde con los principios misionales de la Universidad.

Los antecedentes más inmediatos de ARCOS se remontan a diversas acciones realizadas por docentes y estudiantes de la Facultad de Psicología, en el marco del denominado «Proyecto Integrador», que es un ejercicio de investigación que realizan en cada semestre los estudiantes de todos los niveles de la carrera de psicología. El propósito del proyecto integrador es reunir en torno a un núcleo temático y problemático el análisis y la síntesis de diversos conocimientos particulares, y favorecer su aplicación dentro de un con texto que permita darle un grado significativo de trascendencia académica y social a las prácticas que realizan los estudiantes en torno a los temas principales que conducen a la estructuración del nivel de la carrera que cursan en el respectivo periodo académico. Para la creación de ARCOS se tuvieron en cuenta los resultados de varios proyectos integradores realizados en el Colegio Distrital Saludcoop, ubicado en la localidad de Usaquén; esta institución hace parte de los denominados megacolegios de la Secretaría de Educación de Bogotá. Se destacan dos programas antecedentes de ARCOS: «Conviviendo para aprender a vivir» y «ARCO».

En 2009, desde el curso de fundamentos socio-culturales del comportamiento humano, se desarrolló en el colegio Saludcoop una intervención dirigida prin-

cipalmente a la prevención de diversas manifestaciones de violencia por parte de los miembros de la comunidad escolar; una encuesta previa realizada en el colegio permitió detectar la presencia de este problema, cuya prevención se abordó a través del proyecto denominado «Conviviendo para aprender a vivir: Colegio Saludcoop, un territorio de paz». Este proyecto se fundamentó en un concepto promotor del bienestar, por lo que se planteó en el marco de una estrategia promotora de la calidad de vida y de la salud. Su realización práctica se propuso en el marco de una estrategia eminentemente preventiva de la violencia escolar y familiar, mediante el fortalecimiento de los lazos de convivencia al interior del colegio. Un aspecto que se destaca del proyecto es la concepción de la autonomía individual como catalizador de las influencias generales de la sociedad y de la cultura, que se manifiestan a través de comportamientos específicos de violencia.

En el segundo semestre de 2009, y en el primer semestre de 2010, bajo la coordinación del Curso de Psicología Social Comunitaria, se proyectó una intervención de corte histórico-social, dentro de una orientación metodológica de investigación-acción participativa, conducente a facilitar en los jóvenes la reflexión y la problematización dinamizadora de su desarrollo humano a través de la construcción de caminos de realización personal que les permitieran una mejor adaptación al medio en la búsqueda de ese desarrollo propio. A este proyecto se le denominó «ARCO» en referencia a los factores de Acompañamiento, Respeto, Responsabilidad, Comunicación, Compromiso, y Oportunidad, que se propusieron como pilares para la construcción de dichos caminos.

En los dos anteriores antecedentes quedaron plasmados algunos fundamentos que se han recogido en la propuesta actual de ARCOS, como son: 1) El nombre del programa, 2) su conceptualización como un programa de promoción de la salud, en este caso de la salud escolar, dirigido a la meta de fomentar la calidad de vida de los jóvenes, entendida como logro de su propio desarrollo humano en el contexto sociocultural que les ha corres-

pondido vivir, y, 3) el énfasis en la autonomía de la persona como condición directiva de ese propio desarrollo personal.

Otro antecedente significativo para el planteamiento de ARCOS se deriva de los resultados del programa de salud escolar TIPICA, realizado por el grupo de investigación Estilo de Vida y Desarrollo Humano de la Universidad Nacional de Colombia (Flórez-Alarcón & Sarmiento, 2004). De este antecedente se hizo eco en ARCOS para la fundamentación metodológica de corte motivacional, sustentada especialmente en la Teoría de Autodeterminación (Deci & Ryan, 2000, 2008; Ryan & Deci, 2000), retomada por Flórez (2007) en la denominada Dimensión Psicológica de la Promoción y de la Prevención en Salud (DPPPS), heurístico que recoge los planteamientos formulados por diversas microteorías cognitivas de tipo motivacional emparentadas conceptualmente con la teoría de autodeterminación, en su aplicación al ámbito de la salud. Las aplicaciones de la DPPPS en el campo específico de la salud escolar dieron origen a un sistema de intervención motivacional breve (Flórez-Alarcón, 2006), que condujo a la creación de TIPICA, particularmente en los proyectos denominados *Convivencia*, dirigido a escolares del primer ciclo escolar, y TIPICAS, dirigido a escolares de los ciclos 2 y 3. Este antecedente condujo a que en ARCOS, además de adoptarse una fundamentación metodológica basada en la DPPPS, se enfatizara en la competencia social como categoría que liga apropiadamente los objetivos de promoción de la salud con el ámbito escolar, y se definiera a los estudiantes de los ciclos 4 y 5 (grados octavo a undécimo) como población a la cual va dirigido el programa.

Para recoger los anteriores antecedentes y ampliarlos a través de un nuevo programa, en ARCOS se han asumido los siguientes lineamientos directrices que fundamentan su orientación actual:

1. La Misión de la Universidad de San Buenaventura como fundamento esencial al cual debe conformarse el programa: ARCOS asume la orientación práctica del conocimiento dirigido a evidenciar los procesos motivacionales y de toma de decisiones que subyacen a las cualidades y emociones positivas de la persona, con el fin de lograr una mejor calidad de vida y bienestar, asumidas en un enfoque de autodeterminación humana.
2. La adopción de una fundamentación teórico-conceptual basada en categorías psicosociales de corte cognoscitivo y de corte humanista, tal como estas categorías se expresan en el campo actualmente conocido como «Psicología Positiva», campo de teorización, de investigación, y de aplicación en Psicología (Seligman & et ál., 2003; Moreno & Gálvez, 2010). La psicología positiva, más que una teoría específica es una corriente contemporánea en psicología, que incorpora conceptos y métodos derivados de las teorías cognitivas de expectativa-valor, especialmente la Teoría del Aprendizaje Cognitivo-Social (Bandura, 2001), y de teorías cognitivas sobre la autorregulación de la persona, que han conducido a planteamientos motivacionales como el propuesto por la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 2000, 2008; Ryan & Deci, 2000). En el ámbito de la prevención y de la promoción de la salud escolar dicha corriente ha conducido a la estructuración del enfoque conocido como Aprendizaje Socioemocional (Greenberg et ál., 2003), cuya meta se ubica a nivel del fomento de la competencia social.
3. La adopción de la Competencia Social (Mahar & Sullivan, 2002; Rendón & Ortiz, 2010) como categoría pertinente para reflejar la meta de promoción de la calidad de vida, y para darle contenido a ARCOS a través del desarrollo de los diversos factores constitutivos de esta competencia. En este sentido, se propone al fomento de la competencia social como medio fundamental de promoción de la salud en el ámbito escolar (Ippolito-Shepherd & Mantilla, 2003).
4. La propuesta de algunas metas adaptativas, coherentes con el desarrollo evolutivo de los jóvenes, como objetivo general al que se dirigirán las acciones de ARCOS a través de los dos ciclos educativos finales del período de formación básica secundaria, que comprenden los grados de octavo a undécimo. En este sentido, ARCOS hace énfasis en el fomento de habilidades sociales transicionales, entendidas como conjuntos de habilidades psicosociales necesarias, junto con las habilidades cognitivas y emocionales complementarias, para el logro de un tránsito exitoso o adaptativo del joven escolar a la vida del adulto joven.

5. La estructuración de ARCOS como un sistema de intervención fundamentado en la evidencia empírica, que se aplica a través de talleres de prevención universal, selectiva e indicada, susceptibles de incorporación al currículo ordinario, y de constituirse en materia de replicación y de evaluación permanentes, en el marco de los proyectos educativos de cada institución.
6. La adopción de una metodología de intervención motivacional coherente con los fundamentos cognitivo-humanistas del programa, y el diseño de sistemas de capacitación que habiliten a los practicantes en el uso de esa metodología.
7. La intención de aplicar ARCOS en instituciones educativas distritales de la localidad de Usaquén en Bogotá, como muestra de la población que asiste a las instituciones de educación pública de la ciudad, a la cual busca aplicarse el conocimiento y las metodologías que se desarrollen en el marco de este programa.

Metodología y estructura de «ARCOS»

Con base en los anteriores lineamientos, en 2011 se adoptó en el programa de Psicología de la Universidad de San Buenaventura, Bogotá, una modalidad de práctica-investigativa realizada por estudiantes de octavo a décimo semestre de Psicología en colegios públicos de Bogotá, cuyos resultados han permitido arribar a una estructuración operativa de ARCOS, mediante el diseño y puesta en práctica preliminar de los talleres de prevención universal, selectiva, e indicada, cuya metodología y contenidos se describen a continuación.

Metodología

La unidad operativa de ARCOS es el taller, concebido como actividad de enseñanza-aprendizaje susceptible de incorporación al currículo regular de un ciclo educativo. Se plantean dos tipos de talleres incorporables al currículo, los de prevención universal y los de prevención selectiva. Los primeros se dirigen a promover factores de fortalecimiento generales del desarrollo del joven escolar, mientras que los segundos se dirigen a fomentar la modificación de algún factor

de riesgo específico de los jóvenes en el momento de desarrollo propio del ciclo. Un taller consta de ocho sesiones, iniciando con una evaluación pretaller y finalizando en una evaluación postaller.

La unidad conceptual para plantear el objetivo particular del taller es el comportamiento que se aspira a promover en su motivación. La unidad conceptual para plantear los objetivos específicos de las seis sesiones entre las dos evaluaciones es algún factor subyacente a la motivación del comportamiento; la DPPPS (Flórez, 2007) se ha tomado como la base para el diseño de los talleres incluidos en cada uno de los cuatro niveles escolares (8.º, 9.º, 10.º y 11.º) a los que se dirigen los módulos incluidos en ARCOS. Este heurístico propone la existencia de cuatro tipos de factores subyacentes al proceso motivacional inherente a las acciones de promoción y de prevención, factores que de diversa forma son incluidos o tomados en cuenta por los más importantes modelos motivacionales de tipo cognitivo-social y de etapas que se han producido para explicar el curso motivacional que sigue el desarrollo de una acción saludable (Conner & Norman, 2005): 1) las expectativas de reforzamiento-resultado, 2) la controlabilidad percibida, 3) las actitudes normativas, y, 4) los balances decisionales. La modificación de dichos factores se realiza en los talleres con el fin de llevar al escolar a una posición de toma de decisiones respecto a la acción particular a la que se dirige cada taller, restando para completar el ciclo motivacional que la persona planifique las contingencias que le permitan convertir sus decisiones en acciones, con lo cual se completa la secuencia motivacional que marca la culminación de un taller. Esta unificación metodológica es la guía que orienta el diseño de cualquier taller que integra alguno de los módulos de aplicación de ARCOS.

Contenido

ARCOS se ha estructurado en cuatro grandes módulos, uno por cada nivel escolar de 8.º a 11.º grados de secundaria, los cuales abarcan campos que se consideran de interés primordial dentro del sentido de vida propio de un joven escolar: 1) *De cara al estudio*, módulo que abarca los objetivos de fomento de autorregulación de comportamientos que se incluyen en el campo del

estudio, del conocimiento, de la ciencia, y de la tecnología. 2) *De cara a la intimidación*, módulo que abarca los objetivos de fomento de la autorregulación emocional en campos como el manejo de la sexualidad. 3) *De cara a la vida*, módulo que abarca la autorregulación de las perspectivas temporales, cuando el joven escolar se aproxima a la toma de decisiones cruciales referentes a su futuro educacional y/o laboral. Y, 4) *De cara a mí mismo*, módulo que facilita el análisis y la síntesis personal de los anteriores aspectos, en el momento decisivo en que el joven escolar abandona el colegio para incorporarse a la vida de adulto joven. El planteamiento de estos módulos obedece a la concepción subyacente a la formación en los ciclos educativos cuarto y quinto. El cuarto ciclo (grados 8.º y 9.º) se diseñó por parte de la Secretaría de Educación de Bogotá (2008) como un conjunto orientado a la exploración vocacional y profesional, con la reflexión sobre el proyecto de vida como impronta del ciclo. El quinto ciclo (grados 10.º y 11.º) se diseñó como conjunto dedicado al desarrollo de la cultura para el trabajo, con la formación del proyecto profesional y laboral como impronta del ciclo. A estas improntas, en ARCOS se les ha agregado el interés por la atención a los aspectos afectivo-emocionales inherentes al desarrollo del joven que se encuentra entre las edades abarcadas por los dos ciclos.

Los anteriores módulos se implementan a través de talleres de prevención universal (énfasis en promoción de factores de protección) y de prevención selectiva (énfasis en modificación de factores de riesgo), talleres dirigidos a todos los escolares del respectivo nivel, en horarios que forman parte de la jornada escolar regular. A estos se agregan los talleres de prevención indicada, que van dirigidos solamente a los escolares que hayan avanzado en la incursión dentro de alguna problemática específica, entre las siguientes: deserción escolar, embarazo precoz, enfermedades de transmisión sexual, violencia escolar, estados emocionales negativos (en especial comportamientos de ira, ansiedad y depresión), sobrepeso corporal u obesidad, y consumo de sustancias psicoactivas. Los talleres de prevención indicada solamente se practican con jóvenes canalizados por los docentes y por la sección de orientación escolar del colegio, para la atención individual del problema incurrido, en contextos de pequeños grupos que reciben atención

por fuera de la jornada escolar regular; su duración es de seis sesiones, de las cuales dos son individuales de evaluación pre y pos, tres son grupales, de intervención motivacional breve, y una adicional es optativa, de tipo individual para el asesoramiento de los planes personales de modificación del comportamiento. En lo metodológico, la modalidad de prevención indicada se ha estructurado como un solo taller denominado «Autoayuda dirigida», cuya metodología y contenidos se adaptan para la atención de cada una de las problemáticas mencionadas.

Conclusiones

Después de seis semestres de realización de prácticas-investigativas, ARCOS ha avanzado considerablemente en aspectos de diseño y aplicación preliminar de sus contenidos, plasmados en talleres de prevención universal (67% del total de los talleres que conforman el programa), prevención selectiva (27% del total), y prevención indicada (6% del total). A finales de 2014, cuando culminen las actividades académicas de los estudiantes incorporados a las prácticas investigativas durante el segundo semestre de 2013, debe haberse completado esta parte de diseño de contenidos y de instrumentos de evaluación, así como de su aplicación preliminar en cumplimiento de objetivos de validación ecológica. Finalizada esta fase, podrá proseguirse a una nueva fase de investigación acerca de la eficacia y de la eficiencia del programa. Para el logro del avance ya realizado, hasta la fecha (segundo semestre de 2013) ha sido necesario incorporar a ARCOS las prácticas investigativas de diez grupos, que incluyeron un total de 25 estudiantes, los cuales han dedicado a este propósito, en promedio, 20 horas semanales durante los tres semestres finales de su formación profesional. En el desarrollo del trabajo, los estudiantes han aplicado los contenidos y las evaluaciones del programa en un total de 11 instituciones educativas distritales, la mayoría de ellas ubicadas en la localidad de Usaquén, atendiendo centenares de jóvenes (cerca de mil) en los grados correspondientes a los ciclos educativos cuarto y quinto. Aunque ha habido algún interés en la atención a problemáticas propias de los docentes (Ibáñez et ál., 2012), el principal volumen de trabajo se ha concentrado sobre los escolares directamente.

Referencias

- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Conner, M. & Norman, P. (2005). Predicting health behaviour: A social cognition approach. In: M. Conner & P. Norman (Eds.) *Predicting Health Behaviour, 2nd Edition*. Buckingham: Open University Press, 1-21.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008). Self-Determination Theory: A Macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185.
- Flórez, L. (2007). *Psicología social de la salud: promoción y prevención*. Colombia: Manual Moderno.
- Flórez-Alarcón, L. (2006). TIPICA: Una metodología de promoción de la salud escolar que incorpora la dimensión psicológica al aprendizaje de las competencias sociales. *TIPICA, Boletín Electrónico de Salud Escolar*; 2 (2). Recuperado de: www.tipica.org/media/system/articulos/vol2N2/florez_una_metodologia_de_promocion_de_la_salud_escolar.pdf
- Flórez-Alarcón, L. & Sarmiento, D. M. (2004). Programa «TIPICA» para la promoción de factores psicosociales de protección, mediante la educación para la salud en la escuela. *Revista Colombiana de Psicología*, 13, 113-128.
- Greenberg, M.T., Weissberg, R. P., O'Brien M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H. & Elias, M. J. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American Psychologist*, 58 (67), 466-474.
- Ibáñez, J., López, J., Márquez, A., Sánchez, N., Vera, A. & Flórez-Alarcón, L. (2012). Variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de burnout en docentes de colegios distritales. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 6 (2), 103-116.
- Ippolito-Shepherd, J. & Mantilla, L. (2003). *Escuelas promotoras de salud: fortalecimiento de la iniciativa regional*. Washington: Organización Panamericana de la Salud, Series Promoción de la Salud 4.
- Mahar, S. & Sullivan, L. (2002). *Social competencies: An integrated approach to linking student learning and well-being*. Melbourne: Office of School Education, Department of Education & Training, Victoria.
- Moreno, B. & Gálvez, M. (2010). La psicología positiva va a la escuela. *TIPICA, Boletín Electrónico de Salud Escolar*, 6 (1), 210-220. Recuperado de: www.tipica.org/media/system/articulos/vol6N1/vol6N1_Moreno_psicologia_positiva
- Rendón, M. I. & Ortíz, M. P. (2010). Competencia social: una revisión conceptual. *TIPICA, Boletín Electrónico de Salud Escolar*, 6 (1), 182-192. Recuperado de: www.tipica.org/media/system/articulos/vol6N1/vol6N1_Rendon_competencia_social_una_revision_conceptual
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Secretaría de Educación de Bogotá (2008). Hacia un sistema de evaluación integral dialógica y formativa de los aprendizajes de los estudiantes para la Reorganización de la Enseñanza por Ciclos Educativos. *Foro Educativo Distrital*. Recuperado de: www.google.com.co/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&frm=1&source=web&cd=1&ved=0CCkQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.sedbogota.edu.co%2Farchivos%2FForo_Distrital%2F2008%2FDocumento_de_trabajo_ciclos.doc&ei=rD97Up_RAomFkQf4iYGIaw&sg=AFQjCNFeaItYBMjuvPYYt4A6r__EoURQtw
- Seligman, M. E., Linley, P. A., Joseph, S. & Boniwell, I. (2003). Positive psychology: Fundamental assumptions. *Psychologist*, 16(3), 126-127.