

EFECTIVIDAD DE LAS TÉCNICAS EXPRESIVAS EN LA INTERVENCIÓN GRUPAL COMO AYUDA PSICOTERAPÉUTICA A ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON DIFICULTADES DE COMUNICACIÓN INTERPERSONAL

Jennifer Albín Betancourt

Dirección de Comunicación, Universidad de La Habana

Dionisio F. Zaldívar Pérez

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo valorar los efectos alcanzados mediante el empleo de las técnicas expresivas en la intervención grupal a un grupo de estudiantes universitarios de primer año de la Facultad de Psicología (UH) con dificultades en la comunicación interpersonal. Se realizó una evaluación previa y posterior mediante tres cuestionarios. La experiencia basó su funcionamiento en las técnicas: cine-debate terapéutico y sociodrama. Se tomaron en cuenta los efectos terapéuticos alcanzados por los sujetos durante las sesiones, apoyando el desarrollo de competencias comunicativas, así como los resultados de los cuestionarios aplicados. Durante el proceso, se apropiaron de nuevas formas de comunicación que favoreció el conocimiento hacia sí mismos y su estilo de relacionarse con los demás. Se considera necesario ampliar el número de encuentros con el grupo, para consolidar un mayor desarrollo de los efectos terapéuticos, y comunicación interpersonal adecuada.

Palabras clave: Efectos alcanzados, técnicas expresivas, intervención grupal, grupo de estudiantes universitarios, dificultades en la comunicación interpersonal

Abstract

This study aimed to assess the effects achieved using expressive techniques in the intervention group to a group of University students in first year of the Faculty of Psychology (UH) with difficulties in interpersonal communication. It was a pre and post assessment using three questionnaires. The experience based its operation techniques: Film discussion therapeutic and Sociodrama. During the analysis, we took into account the therapeutic effects achieved by the subject during sessions, supporting the development of communicative competence, as well as the results of the applied questionnaires. During the process, they appropriated new forms of communication that favoured the knowledge to themselves and their style of relating to others. It deemed necessary to expand the number of meetings of the study group, to strengthen further the therapeutic effects, and proper interpersonal communication development.

Keywords: *Effects Achieved, Expressive Techniques, Intervention Group, Group of University Students, Difficulties in Interpersonal Communication.*

Introducción

El empleo de las técnicas expresivas ha cambiado significativamente desde sus comienzos. Desde hace años se intenta una accesibilidad a los beneficios del arte para los individuos, como medio de ayuda psicoterapéutica. Existen diversos estudios en que se evidencia que las técnicas expresivas y la participación en actividades creativas generan múltiples efectos positivos que favorecen el bienestar psicológico. En este sentido, constituye un dispositivo que promueve el crecimiento personal en todas sus dimensiones: intelectual, emocional y comportamental.

En la presente investigación se emplean el sociodrama y el cine debate terapéutico. El sociodrama es considerado un método psicodramático que ha cobrado cierta identidad y existencia independiente, del cual Moreno y Jennings son precursores. En el momento en que el grupo se coloca en el escenario en lugar de los individuos, el psicodrama pasa a transformarse en sociodrama. Con ello, se orienta a la exploración mediante la puesta en escena de situaciones conflictivas o problemáticas, en las cuales se manifiestan roles de los colectivos humanos con el fin de reflexionar y posibilitar la creación de nuevas representaciones que resulten adecuadas ante su corrección. El efecto terapéutico surge con la aparición de la catarsis, cuando el grupo se identifica con la situación problemática y las interacciones realizadas en el espacio escénico. El cine debate terapéutico, por otra parte, consiste en la utilización de un filme en aras de objetivos terapéuticos concretos, dentro del marco de una estrategia terapéutica determinada. Uno de los conflictos en que se encuentra dicha técnica, es la ausencia de un cine especializado en producir filmes terapéuticos, por lo que se busca aquel que cumpla los requisitos para su empleo. Con la proyección del filme, se facilita un espacio de sensibilización en torno a la temática, la cual aborda determinadas situaciones con las que los individuos se sienten identificados. Este espacio involucra reflexiones vinculadas a las causas de las problemáticas y posibles soluciones, que son debatidas en un momento posterior.

Autores como Álvarez (s.f.) evidencian que las acciones comprometidas al contexto dramático, encausan al sujeto durante el proceso, a cambios cognitivos y afectivos, de los que surgen acciones espontáneas, en respuesta a la dinámica. Ojeda (2009), por otra parte, le atribuye reconocimiento a la experiencia grupal, debido a que colectivamente el espacio brinda la posibilidad de una exploración personal. Con ello, se propiciaron el conocimiento de sus límites y la aparición de nuevas posibilidades de actuación para sus protagonistas. También, Berg-Cross, Jennings y Baruch (1990) informan que los filmes favorecen a los individuos en cuanto les beneficia sobre el conocimiento de su personalidad. Zorilla (1986) destaca el desarrollo de nuevas vivencias que influyen notablemente en su desarrollo cultural y personal. En el estudio actual se han tomado como referente los estudios de Corcini y Rosemberg (1955) citados en Zaldívar (1991), como evaluación de los efectos terapéuticos alcanzados con ambas técnicas, ya que los factores que se enuncian, están orientados para descubrir los procesos del grupo, o sea, las causas del comportamiento emocional, intelectual y de acción que evoluciona en los participantes del grupo psicoterapéutico planteando la siguiente clasificación en base a las distintas etapas de su desarrollo: 1) Factores intelectuales: que comprende elementos tales como la universalización, intelectualización, imitación y la identificación. 2) Factores emocionales: que comprende la aceptación, el altruismo y la transferencia. 3) Factores actuantes: implicando la prueba de la realidad, la interacción y ventilación.

En la actual investigación, ambas técnicas constituyen el método empleado para la intervención grupal en torno a dificultades comunicativas. La temática de la comunicación interpersonal ha registrado en la literatura una diversidad de objetivos, poblaciones y contextos de aplicación. A diferencia de otras investigaciones, se parte de la teoría humanista de Carl Rogers, quien destaca aspectos en su concepción del enfoque centrado en la persona, en el que se acentúa la necesidad para el establecimiento de una relación favorable, en torno a la tendencia actualizante. Los aspectos que se consideran, dentro de la gama de habilidades sociales que se incluyen hacia el aprovechamiento de las potencialidades y desarrollo humano, se encuentran: la congruencia, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional. También se incluyen la escucha activa y la expresión, ya que

constituyen habilidades que también son referidas en la literatura (Fernández, A.M.; Álvarez, M.I.; Reinoso, C; & Durán, A; 2008), y de suma importancia para la intervención en esta investigación.

Las dificultades en la comunicación interpersonal son percibidas en las interferencias que se establecen en la comunicación entre el emisor y el receptor. El origen de las dificultades puede originarse por elementos como: la emisión, la recepción, el canal del mensaje, el mensaje y sus características en torno al contexto y los códigos de lenguaje específicos. La interrupción en la comunicación, a través de estos elementos, puede provocar que la información llegue incompleta y no se complete el ciclo de la comunicación. A pesar de la existencia de las barreras físicas, también la comunicación es afectada por las barreras psicológicas. Los problemas se asocian a los prejuicios, las emociones, los sentimientos y la atención (Cervantes, 1995). Además, se manifiesta la influencia de los valores y los malos hábitos de escucha (Almenares, 1993 citado por Águila, s.f.). Con la intervención grupal en torno a dificultades comunicativas, se encamina a lograr una comunicación clara y eficaz la cual posibilite una atmósfera que favorezca un mejor abordaje de los conflictos interpersonales. No solo es importante cierta eficacia comunicativa entre los estudiantes, sino también en el vínculo con la familia y los compañeros de trabajo que se incluyen en las fuentes de interacciones donde los fracasos posibles en la comunicación suelen ser frecuentes. La importancia de la evaluación y de la promoción de la competencia social de estudiantes universitarios puede ser definida desde diferentes miradas. Una de ellas, es que constituye una clase profesional emergente, por lo menos en algunas áreas, se tiene a la interacción social en la base de su actuación profesional. Por lo que se exige, además de los dominios de contenidos y técnicas, que los profesionales sean más competentes en sus relaciones interpersonales (Del Prette, Del Prette & Barreto; 1999). Por ello, se han generado una cantidad de estudios considerables, poniendo énfasis en el desarrollo de competencias comunicativas. En el caso de la psicología, las dificultades interpersonales y las dificultades relativas a la competencia social son aún más críticas, dado el carácter interpersonal de la actuación y del objeto de la intervención psicológica, asociado, en general, a problemas de naturaleza relacional o que afectan las relaciones sociales.

Diversos autores han centrado especial atención en el conjunto de habilidades sociales en estudiantes universitarios. Estudian muestras de alumnos con quejas en torno a dificultades personales, en graduados de Psicología y comparando con carreras de Ciencias Humanas, Exactas y Biológicas en general, así como la necesidad de desarrollar competencias sociales (Del Prette, Del Prette & Barreto, 1999; Magalhães & Murta, 2003; Barreto, Wagner, Pereiral & Oliveiral, 2014; Bueno, Durán & Garrido, 2013; Quesada & Solernou, 2013). Los resultados obtenidos, en las investigaciones dotadas de la intervención grupal, mostraron diferencias significativas entre el estado inicial y el estado posterior, concluyendo que el entrenamiento de habilidades Sociales favorece el desarrollo de habilidades vinculadas a competencias comunicativas.

De este modo, el presente estudio resulta novedoso, en cuanto se emplean técnicas expresivas como base fundamental para la intervención grupal, en torno a las dificultades comunicativas. Por tanto, se plantea como problema de investigación, la siguiente pregunta: ¿Qué tan efectivo resulta el empleo de técnicas expresivas en la intervención grupal como ayuda psicoterapéutica a un grupo de estudiantes universitarios de primer año de la Facultad de Psicología (UH) con dificultades en la comunicación interpersonal?

Ante esta interrogante se plantea como objetivo general, valorar los efectos alcanzados mediante el empleo de técnicas expresivas en la intervención grupal como ayuda psicoterapéutica a un grupo de estudiantes universitarios de primer año de la Facultad de Psicología (UH) con dificultades en la comunicación interpersonal.

Materiales y métodos

Las perspectivas fueron tomadas desde un enfoque mixto, ya que este permite una visión más precisa del fenómeno, para obtener una integración más completa de los resultados de la intervención grupal.

Los métodos mixtos, según los autores Sampieri & Mendoza (2008) citados en Sampieri (2010), representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (p. 546). Con el empleo de ambas perspectivas se logra una mayor variedad de visión respecto al proceso interventivo, para así fundamentar los resultados mediante análisis más abarcadores.

El diseño mixto empleado es secuencial. En una primera etapa se recolectan datos cuantitativos con la intención de identificar dificultades en torno a la comunicación interpersonal. En una segunda etapa, a partir de la intervención grupal se recolectan y analizan datos cualitativos para expandir el entendimiento de la problemática y potenciar la reflexión en relación a la temática. Y por último, en una tercera etapa, se recolectan datos cuantitativos para recabar la información obtenida en torno a la evolución psicoterapéutica de los participantes.

La etapa cuantitativa de la investigación responde a un diseño experimental, incluido en la tipología Pre-experimento, el cual incluye en sus subtipos el diseño de preprueba / postprueba con un solo grupo. Los resultados de los cuestionarios, en un primer momento, constituyen un requisito para la selección de la muestra. Se les aplica el cuestionario a estudiantes universitarios de primer año de la Facultad de Psicología, y luego de la recolección se llega a un análisis cuantitativo. Se parte de este primer análisis para seleccionar de forma aleatoria los estudiantes detectados con niveles considerados de dificultades en la comunicación interpersonal. El punto de referencia inicial proporcionado por los cuestionarios posee una ventaja esencial, debido a que se percibe el nivel de desarrollo antes del estímulo proveniente de la intervención grupal.

Las técnicas aplicadas en esta etapa fueron tomadas del libro *Comunicación educativa* (Fernández, Álvarez, Reinoso & Durán; 2008), las cuales responden a una Estrategia Interventiva para el desarrollo de la competencia comunicativa. Fueron implementadas por la M. Sc. Carmen Reinoso Capiro, quien diseña, opera y evalúa procesos docentes en función de crear condiciones para el desarrollo de la competencia comunicativa en la docencia, involucrando a alumnos en el proceso. La actual investigación, involucra su aplicación a estudiantes, por lo que ha tomado como referente para evaluación y potenciación de los estudiantes universitarios de nuestro grupo de estudio. Esta autora hace referencia, de que son consideradas como técnicas para el trabajo en el desarrollo de la competencia comunicativa, así como función del receptor y emisor en el proceso de comunicación con el objetivo de identificar los logros y limitaciones en dichas funciones mediante la autovaloración de los sujetos. Estos cuestionarios evalúan tanto la disposición hacia la comunicación, como el comportamiento durante la situación de escucha o de emisión.

Luego del seguimiento, se les aplica como una prueba posterior a la experiencia grupal para disponer de información necesaria y llevar a cabo críticas en torno a la aplicación y sus efectos.

La etapa cualitativa de la investigación permite evaluar el desarrollo natural de los sucesos para tratar de comprender al grupo de estudiantes universitarios dentro de su contexto. Con ello, no se habla de una única realidad o múltiples realidades, sino de una construcción o un constructo de realidades humanas (Sampieri, 2010). En este tipo de método, se utiliza al grupo como dispositivo de investigación. Este es empleado, ya que constituye el recurso ideal para evaluar la evolución de los efectos terapéuticos producidos, mediante el empleo de técnicas expresivas durante la intervención grupal. Se destaca el hecho de ser un recurso de carácter metodológico-técnico que permite instrumentar el momento empírico; y que como herramienta de trabajo se utiliza con una intención, en que se garantiza la recopilación de información.

El diseño tipo cualitativo empleado es la investigación-acción, en su variante de investigación-acción participativa. Este diseño pretende, esencialmente, la transformación y mejora de una realidad, la cual se construye de esta, a través de la toma de conciencia por las personas de su papel en ese proceso de transformación (Sandín, 2003 citado en Sampieri, 2010). Se enfoca en los cambios provocados mediante el contenido de las sesiones grupales, en aras de mejorar el nivel de vida y desarrollo humano

de los individuos participantes, en torno a la comunicación interpersonal. Se concibe como un proceso de conocimientos y actuación donde los individuos están implicados con la profundización en el conocimiento de su propia realidad particular, y por ello, realizan acciones que permitan involucrarse en un cambio en su beneficio (Sampieri, 2010). En ello, se constituye un proceso colectivo de aprendizaje hacia la obtención del conocimiento.

El proceso está diseñado sobre la base de las técnicas expresivas: el sociodrama y el cine debate terapéuticos, los cuales fueron tratados conceptualmente con anterioridad. La aplicación de ambas técnicas fue distribuida entre las cinco sesiones implementadas.

La presente investigación tuvo un propósito exploratorio y descriptivo. Corresponde ser exploratorio, por ser un estudio piloto en torno a la efectividad de las técnicas expresivas: sociodrama y cine debate terapéuticos, en el manejo de las dificultades en la comunicación interpersonal de estudiantes universitarios. Es descriptiva, en tanto, busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de las personas durante el proceso de intervención grupal.

La muestra seleccionada durante la primera etapa cuantitativa, fue de cincuenta y seis estudiantes universitarios de primer año de la Facultad de Psicología (UH). Para la selección de los participantes para la etapa cualitativa, se verificaron los resultados a partir de los tres cuestionarios. Con el cuestionario sobre disposición hacia la comunicación, se ilustraron treinta y nueve estudiantes posibles para conformar el grupo de estudio para la experiencia grupal, evaluados con disposición media y baja. Con el cuestionario de comportamiento durante la recepción se detectaron dos personas, que reflejan una evaluación regular. Por otra parte, con la evaluación del cuestionario de comportamiento durante la emisión se visualizaron cuatro estudiantes: uno evaluado de mala recepción y tres con puntuación regular. En base, a los requerimientos, quedaron dieciocho estudiantes con prioridad para formar parte de la experiencia. A partir de los datos recolectados, se establece una conformación de acuerdo mutuo con aquellos estudiantes que estimen necesaria su participación en la intervención en torno a la mejoría de competencias comunicativas. De los posibles estudiantes dentro de las evaluaciones realizadas, quedaron dispuestos siete participantes para la experiencia grupal.

Resultados

Dificultades en la comunicación interpersonal

Las dificultades de comunicación interpersonal dentro del contexto de los estudiantes fueron evaluadas por tres cuestionarios. En los cuestionarios fueron valorados: la disposición hacia la comunicación, el comportamiento en situación de recepción y el comportamiento en la situación de emisión. También, se incluye en estos, ítems que responden a circunstancias asociadas a la expresión (lenguaje verbal y extraverbal empleados), empatía y escucha activa. En general, se obtuvieron resultados favorables hacia la comunicación, aunque en ítems específicos se destacan porcentajes altos de déficit en la comunicación.

Los resultados obtenidos mostraron incongruencias entre la percepción de los participantes y la evaluación del cuestionario, en cuanto a la disposición percibida. Como vemos en los gráficos, la evaluación del cuestionario queda mucho más distribuida entre alta, media y baja, que lo que muestra el criterio de los estudiantes, que en su mayoría consideran tener una disposición altamente favorable (Ver gráfico 1).

El 69,1% de los estudiantes consideran ser personas con disposición favorable a la comunicación, mientras que el 23,6% desconocen si es favorable o no, y el 7,3% restante ilustra a quienes refieren no tener una disposición favorable hacia la comunicación.

Por otra parte, los resultados de la evaluación del cuestionario, plantean que el 30,4% de los estudiantes poseen una disposición alta hacia la comunicación, mientras que el 42,9% representa a quienes poseen una disposición media, y el 26,8% reflejan aquellos con una disposición baja.

Las problemáticas detectadas durante la recepción están asociadas a las habilidades de expresión de lo que se desea transmitir mediante el lenguaje verbal o extraverbal como la imposibilidad de controlar

las emociones durante determinadas situaciones, así como la interrupción de la emisión por los demás, y la búsqueda de comprensión empática a través de solicitar opiniones de los demás.

Durante el comportamiento en la situación de recepción, representan en un 96,4% un adecuado comportamiento durante la recepción, mientras en un 3,6% es regular.

Durante el comportamiento en la situación de emisión, los resultados obtenidos representan en un 92,9% aquellos estudiantes con un comportamiento adecuado, mientras en un 5,4% es regular, y solo el 1,8% es etiquetado de mal.

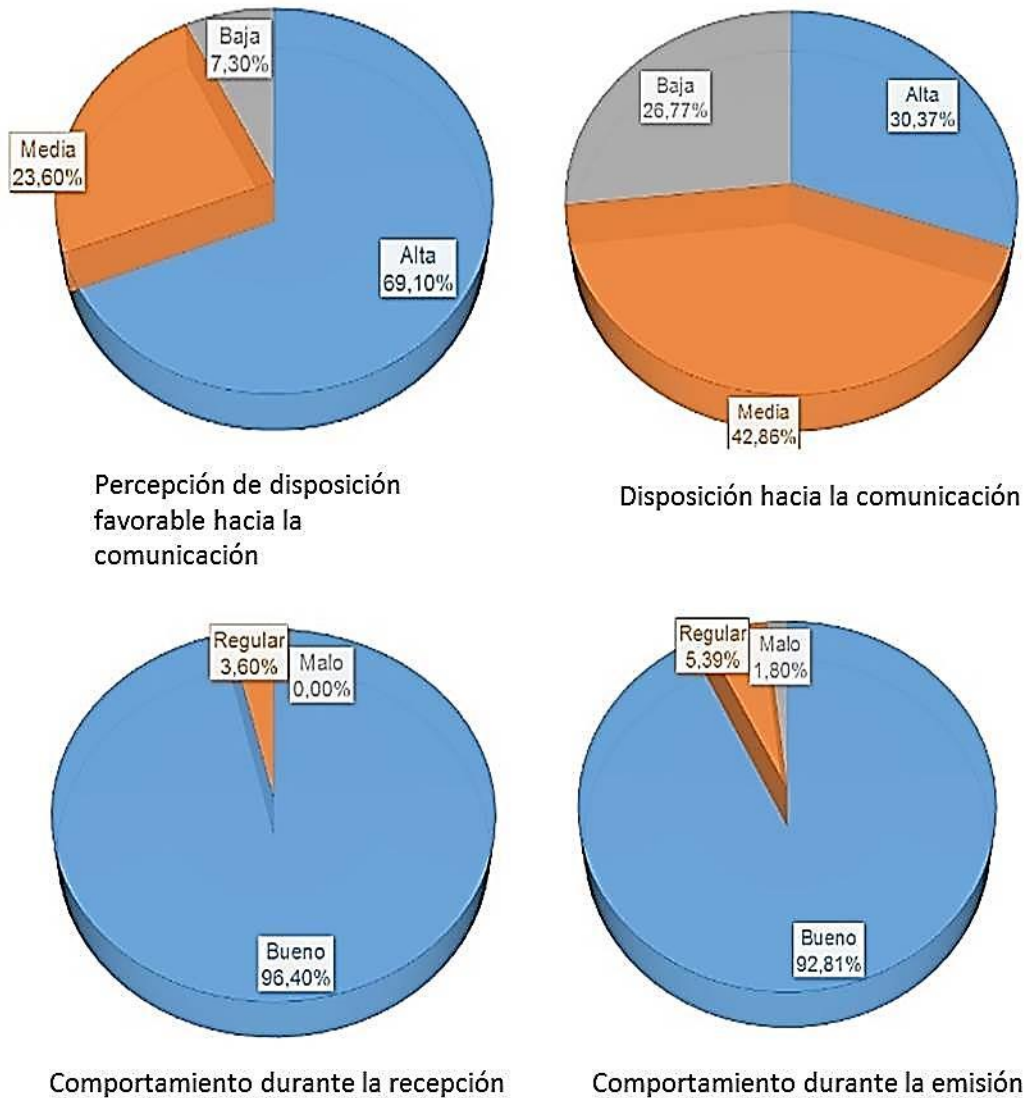


Gráfico 1. Representación de los resultados.

En el comportamiento durante la emisión se califican dos procesos: la expresión y la empatía. Durante el proceso de expresión y empatía se ilustra que el 98,2% de los estudiantes presentan un comportamiento óptimo, pero se identifican dificultades en ítems específicos.

Competencias comunicativas desarrolladas en las participantes

El análisis de estos resultados se ilustra de la siguiente forma: Se presentan análisis comparativos de los resultados obtenidos por los participantes en los cuestionarios, antes y después de la experiencia. Además, se tiene en cuenta el comportamiento de cada sujeto durante el proceso psicoterapéutico en la intervención grupal.

Los cuestionarios muestran en su contenido una serie de situaciones conflictivas o comportamientos, los cuales fueron trabajados durante las sesiones grupales, a través de los materiales y actividades empleados; con intenciones de contribuir al desarrollo personal y profesional de las participantes hacia su comunicación interpersonal. Los resultados del cuestionario sobre la disposición hacia la comunicación, ilustran los mayores cambios hacia la comunicación interpersonal de las participantes.

Cuestionario sobre disposición a la comunicación. (Ver Gráfico 2 y 2.1)

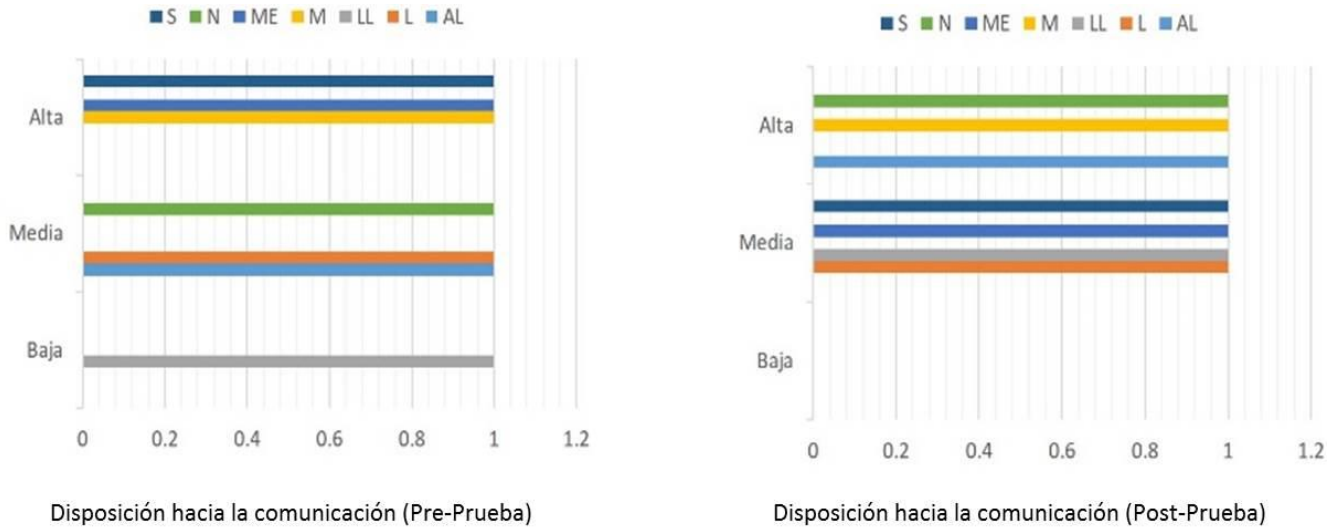


Gráfico 2. Resultados del cuestionario sobre disposición a la comunicación.

Se observan cambios notables en la evaluación final. Las participantes se muestran mayormente entre una disposición media y alta. Ocurren descensos en la escala durante la evaluación que se explican a partir de los procesos autorreflexivos de las participantes. Los resultados presentados también se apoyan en la apertura de emociones y sentimientos ante el grupo, el establecer una comunicación más genuina (auténtica), la aceptación de sí mismas, en cuanto a la percepción y evaluación de su comunicación con los demás, y ello se resume en la exploración personal evidenciada en el proceso.

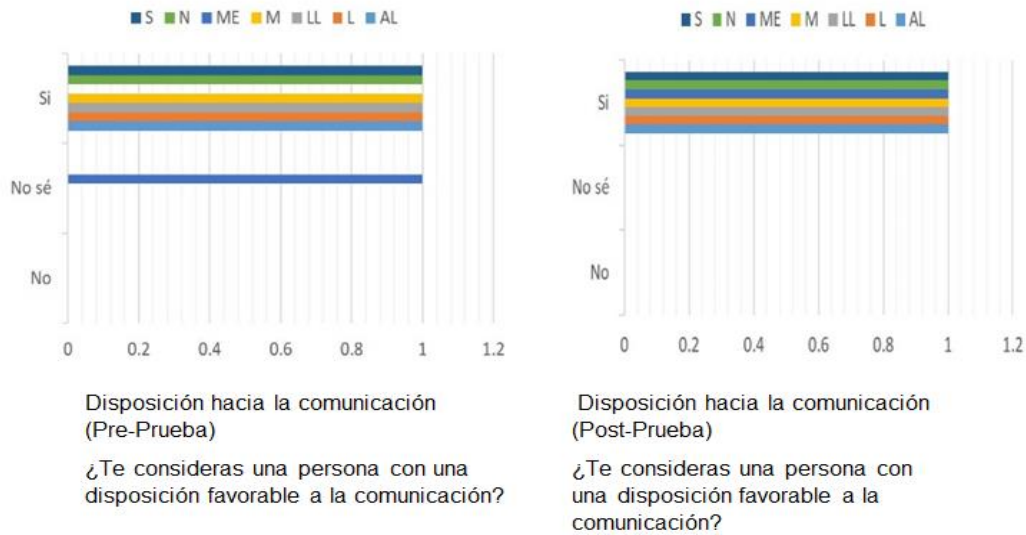
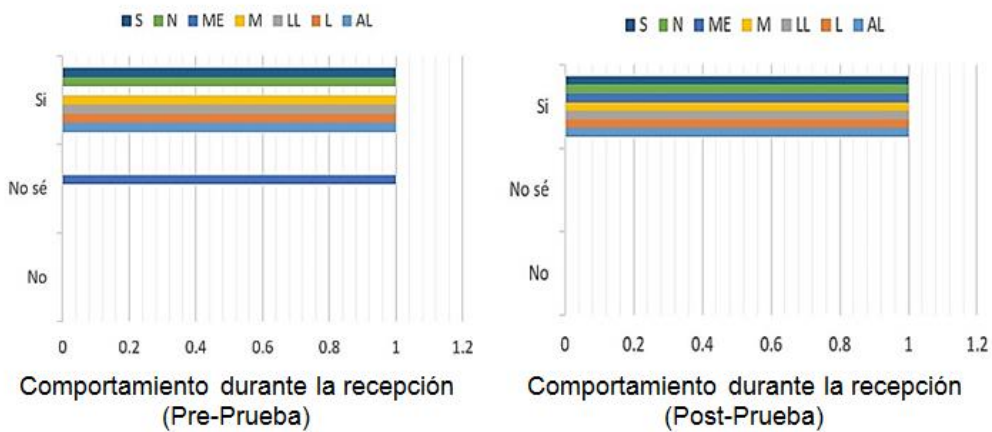


Gráfico 2.1. Resultados del cuestionario sobre disposición a la comunicación.

Observamos que se consolidaron la ampliación del nivel de conciencia de las participantes sobre sí mismas, en base a los procesos autorreflexivos alcanzados.

Durante la experiencia grupal no solo se favoreció la reflexión de S, en torno a la expresión y a la empatía, sino también al resto de las participantes. Con ello, no dejan de incluirse las perspectivas brindadas desde la escucha activa, aceptación incondicional. Se resalta el aprendizaje de nuevos comportamientos hacia la comunicación: la consolidación de la autenticidad, la interacción del grupo desde la sinceridad, la importancia del control de las emociones durante el proceso comunicativo.



Resultados del Cuestionario sobre comportamiento durante la recepción

Los resultados en la evaluación inicial y final mostraron los mismos avances. La calificación que se realiza del cuestionario no ilustra los logros alcanzados durante las sesiones hacia dicho comportamiento. Se consolidaron las capacidades de las participantes, posibilitando su exploración personal, la indagación sobre sus limitantes y la aparición de nuevas posibilidades de actuación.

Evolución de los efectos terapéuticos mediante el empleo de las técnicas expresivas

Se observa un aumento de los efectos terapéuticos a medida que transcurre cada sesión. Algunos de los factores no se presentan con frecuencia, debido a que el número de participantes durante las sesiones presentó sus fluctuaciones, lo que también conlleva a diferentes niveles de desarrollo individual, en cuanto a las competencias comunicativas y efectos terapéuticos (Ver Tabla 1).

Factores	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5
Universalización	X	X	X	X	X
Intelectualización			X	X	X
Imitaciones		X			
Identificación		X	X		X
Aceptación			X		X
Altruismo					
Transferencia		X			X
Prueba de la realidad					X
Interacción			X	X	X
Ventilación	X	X	X	X	X

Tabla 1. Evolución de los efectos terapéuticos mediante el empleo de las técnicas expresivas

Discusión de los resultados

Análisis crítico del empleo de las técnicas expresivas en la intervención grupal en torno a las dificultades comunicativas

Durante la investigación se trabajaron con dos técnicas expresivas: el cinedebate terapéutico y el sociodrama. Con el trabajo realizado, se detectaron diferencias notables, en relación a la aplicación de ambas técnicas. A continuación, se presentan aspectos importantes de mencionar sobre su relación.

Ambas técnicas contribuyeron a la apertura de las participantes, hacia las temáticas tratadas durante la experiencia grupal. Se propició el espacio para consolidar la capacidad de plantear de forma abierta y sincera sus sentimientos ante el grupo, lo cual favoreció, en ambos casos, la catarsis y el alivio.

Durante el sociodrama, se agregó una etapa de dramatización, la cual incrementó la actividad del debate, a partir de la escenificación de elementos percibidos por las participantes. Por ello, se prolonga el tiempo dedicado a la reflexión, en aras de contribuir no solo a una mayor comprensión, sino también a una mayor interiorización de las soluciones que se proponen. A diferencia del sociodrama, el cine debate terapéutico, no dispuso de una etapa de dramatización durante la experiencia grupal, lo cual hubiera sido óptimo para el desarrollo de las sesiones. A pesar de ello, el espacio brindado por ambas técnicas, posibilitó la exploración personal, en la que el grupo indagó sobre sus limitantes y la aparición de nuevas posibilidades de actuación.

Durante la aplicación de los sociodramas se percibió determinado impacto emocional con el material, lo cual se convierte en una reacción imprescindible para la modificación de actitudes; lo que se apoyó en la retroalimentación y relaciones que se establecen en el grupo durante el debate. Los efectos alcanzados se asimilan a los resultados de Ojeda (2009) en relación al empleo del sociodrama como herramienta clínica, en el cual el espacio compartido colectivamente favoreció el desarrollo personal de los participantes. Por otra parte, en el compromiso con el proceso, se identificaron cambios cognitivos y afectivos en respuesta a la dinámica, tal como se muestran en los resultados obtenidos por Álvarez (s.f.) durante la utilización del sociodrama. Aunque en este caso, se asocian a los factores intelectuales y emocionales tratados en la investigación.

Los fragmentos de filmes proyectados, aunque no exista un cine especializado en la temática tratada, se adecuaron a los efectos que se estimaban lograr, en torno a la reflexión. Durante las últimas escenas de la película *Click*, se logró un espacio de sensibilización hacia situaciones conflictivas con que las concurrentes se sintieron identificadas. Dicha sensibilización facilitó la expresión de emociones como la tristeza lo cual fue notable, dentro del ámbito del grupo. Los conflictos tratados evocaron significados y modelos de actuación, percibidos de forma negativa en su vida cotidiana, en relación con los demás y consigo mismas. El debate favoreció el cuestionamiento de los modelos de actuación empleados, y la asimilación de nuevas formas de actuar.

La primera experiencia con ambas técnicas por las participantes, generó nuevas vivencias que influyeron en su desarrollo cultural, profesional y personal. Estos beneficios se asimilan a los referidos por Zorilla (1986) en relación a la proyección de filmes, considerando al cine debate terapéutico como una técnica altamente estimulante para sus participantes. Además, Mangin (1999) citado por García-Martínez y Moreno-Mora (2011) plantea que “el impacto de las películas opera más en un nivel emocional que intelectual ... ,” y podemos observar que el debate desarrollado por ambas técnicas, comienzan desde la expresión de las emociones de las asistentes. Con ello, se propició una reflexión desde la apertura en que incluyeron factores como: la universalización, intelectualización, imitación e identificación hacia la problemática abordada, aunque en diferentes momentos del proceso interventivo.

Se identificaron resultados similares a la investigación de Soler (1996), cuya estrategia grupal empleaba manifestaciones artísticas, aunque en la actual investigación se utilizaron técnicas expresivas diferentes. Se consolidaron la congruencia (autenticidad), la comprensión empática, la escucha activa, la aceptación positiva incondicional y la apertura emocional, vinculadas al estudio que se refiere. Además, observamos en los estudios de Falcone (1999) y Falcone *et al.* (2008) referidos por Wagner, Pereiral & Oliveiral (2014) resultados que se asocian a los cambios percibidos por las participantes en la investigación actual, también ilustrados en el proceso de la experiencia grupal. Dichos cambios están asociados al aumento de la capacidad de escuchar y comprender a los demás y, consecuentemente, a una disminución de los conflictos interpersonales, y así una mejoría de las relaciones sociales.

Se contribuyó a la autorreflexión de las competencias necesarias durante el acto comunicativo para lograr una comunicación más efectiva en su vida personal y profesional. Ello se asocia a los resultados de los autores Robles, Sánchez y González (2013) donde se ilustra una mayor concientización de la importancia de habilidades sociales en relación a los estudiantes incluidos en su grupo de estudio.

Por ello, se percibió que fueron capaces de desarrollar competencias comunicativas, a pesar de que quedaron residuos de algunas dificultades, luego de finalizar la experiencia. Esto se vincula a la necesidad de un número mayor de encuentros y de participantes para favorecer el clima de aprendizaje. Dichos resultados, guardan sus coincidencias con las investigaciones de Villas, Silveira & Bolsini-Silva (2005) y Magalhães & Murta (2003).

Desde la percepción de las concurrentes consideraron el empleo de materiales audiovisuales como “una nueva forma de aprender”. Destacaron el espacio de interacción como íntimo y sincero hacia la apertura emocional. En medida, enmarcan la importancia de espacios que aborden perspectivas vinculadas a las dificultades comunicativas, para favorecer su desarrollo y mejoramiento humano.

Conclusiones

1. Se cumplieron los objetivos de la investigación, durante el transcurso del estudio. El empleo de ambas técnicas durante las sesiones proporcionó la evolución de los efectos terapéuticos y la consolidación de las competencias comunicativas.
2. Las dificultades detectadas están asociadas a las habilidades de expresión: de lo que se desea transmitir mediante el lenguaje verbal o extraverbal; de la imposibilidad de controlar las emociones durante determinadas situaciones; de la búsqueda de comprensión empática, a través de solicitar opiniones de los demás; y las habilidades de escucha: de lo que se transmite mediante el lenguaje verbal o extraverbal.

3. Las participantes consolidaron competencias comunicativas a diferentes niveles de aprendizaje. Se apropiaron de nuevos modelos de actuación comunicativa (vinculados a la autenticidad, la comprensión empática, la aceptación positiva incondicional, la escucha activa, y la expresión adecuada) que favorecieron el conocimiento hacia sí mismas y su estilo de relacionarse con los demás.
4. Hubo cambios en relación al momento inicial y posterior a la experiencia grupal. Se consolidaron las capacidades de las asistentes, posibilitando la exploración personal en la que el grupo indagó sobre sus limitantes y la aparición de nuevas posibilidades de actuación.
5. El empleo de ambas técnicas resultó estimulante para las participantes, garantizando cambios asociados al aumento de la capacidad de escuchar y comprender a los demás y, consecuentemente, a una disminución de los conflictos interpersonales, y así una mejoría de dichas relaciones.

Referencias bibliográficas

Águila, Y. (s.f.). La comunicación en la vida cotidiana. *Boletín electrónico AEG – Artículos de interés Asociación de Egresados y Graduados PUCP*
<http://www.pucp.edu.pe/aeg/boletinaeg/articulosinteres/44/aguila.pdf>

Álvarez, P. (s.f.). Sociometría y sociodrama en la prevención primaria. Intervenciones psicosociales *Revista Grupo de Estudio de Psicodrama de Madrid*.
http://www.psicodrama.info/Sociometria_sociodrama.pdf

American Art Therapy Association (2013). *What is art therapy*.
<http://www.arttherapy.org/upload/whatisarttherapy.pdf>

Ander-Egg, E. (1982). Técnicas de Investigación Social (Compilación con fines instruccionales)
<http://www.postgrado.una.edu.ve/metodologia2/paginas/ander-egg18.pdf>

Bueno, M; Durán, M & Garrido, M. A. (2013). Entrenamiento en habilidades sociales en estudiantes universitarios de Magisterio de la especialidad de Educación Primaria: un estudio preliminar. *Apuntes de Psicología Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental*, 31(1), pp. 85-91.

Cervantes, M. I. (1995). *La comunicación interpersonal en el proceso educativo* (Maestría en Docencia Universitaria) Recuperada de Estudio en el CUNSUROC, Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades.

Del Prette, A; Del Prette, A. P. & Mendes, M. C. (1999). Habilidades sociales en la formación profesional del psicólogo: Análisis de un programa de intervención. *Revista Psicología Conductual* 7 (1) pp. 27-47 Universidad Federal de São Carlos, Brasil.

Dumas, M. y Aranguren, M. (2013). Beneficios del Arteterapia sobre la salud mental. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en *Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Fernández, A.M.; Álvarez, M.I.; Reinoso, C.; & Durán, A. (2008). *Comunicación educativa*. La Habana: Pueblo y Educación.

García-Martínez, J. & Moreno-Mora, D. (2011). El trabajo con películas en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, vol. XXII (86/87), Universidad de Sevilla.
<http://www.researchgate.net/publication/235419335>

Hernández, C. D. (2012). *La importancia de la comunicación interpersonal (oral) en la vida académica universitaria y profesional*. (Tesina (Ensayo) para obtener el Título de Licenciada en Pedagogía). Universidad Pedagógica Nacional, México D. F.

Hernández-Sampieri, R.; Fernández, C. & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ta ed.) México: McGraw Hill.

Lomov, B.F. (1989). *El problema de la comunicación en Psicología*. La Habana: Ciencias Sociales, Tomado de *Problema obscheniia v psijologii*, Moscú: Nauka, 1981.

Magalhães, P.P. & Murta, S.G. (2003). Treinamento de habilidades sociais em estudantes de psicología: um estudo pré-experimental. *Temas em Psicología da SBP-2003*, 11 (1), pp. 28-37. (Universida de Católica de Goiás. Trabalho apresentado na XXXIII Reunião Anual da Sociada de Brasileira de Psicologia, Belo Horizonte, MG, outubro de 2003).

Méndez, I.G. & Ryszad, M. (2005). *El desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales: una aportación del enfoque centrado en la persona*. (Tesis para la obtención de grado Máster en Desarrollo Humano) Universidad Iberoamericana, Ciudad de México. <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014600/014600.pdf>

Ojeda, C. (2009). Sociodrama y Rol Playing: Herramientas para una Clínica de las Organizaciones. "VI Jornadas Universitarias y III Congreso Latinoamericano de Psicología del Trabajo" Buenos Aires, Facultad de Psicología | UBA.

Quesada, M & Solernou, I. A. (2013). Acercamiento al estudio de la comunicación educativa en una facultad universitaria en salud. *Educación y Medicina Superior*, 27 (4), La Habana.

Robles, M.A.; Sánchez, D. & González, M. (2013). Estudio piloto sobre habilidades de comunicación y *counseling* en estudiantes universitarios. *Boletín de Psicología*, marzo, 2013 (107), pp. 7-19.

Rogers, C. (1992). *El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapéutica*. <http://www.nisearch.com/files/pdf/El-proceso-de-convertirse-en-persona%3A-carl-Rogers.-pdf/5>

Soler, I. (1996). *Creciendo a través del arte. Trabajo grupal con adolescentes*. (Trabajo de diploma) Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. La Habana.

Villas, A.C., Silveira, F. F. & Bolsini-Silva, A. T. (2005). Descrição de efeitos de um procedimento de intervenção em grupo comuniversitários: um estudo piloto. *Interação em Psicologia, Curitiba*, jul./dez, 2005, 9 (2), pp. 321-330.

Wagner, M; Pereiral, A & Oliveiral, M (2014) Intervención sobre las dimensiones de la ansiedad social por medio de un programa de entrenamiento en habilidades sociales. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 22(3), pp. 423-440.

Zaldívar, D. F. (s.f.). Las terapias artísticas como alternativas. *Evento Discapacidad*. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

_____. (1991). *Teoría y Práctica de la Psicoterapia*. La Habana: Empes.

Zorilla, L. (1986). *El cine debate como técnica psicoterapéutica en el tratamiento de adolescentes con trastornos de conducta*. (Trabajo de diploma). Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. La Habana.