

Programa Formativo a Docentes Noveles para la Transformación Educativa | Cohorte II

Bases psicosociales de la identidad



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

Módulo I: Habilidades Socioemocionales para Comunidades de Aprendizaje

Separata Unidad 1

Tema 2: Bases psicosociales de la identidad

El desarrollo de nuestra personalidad, identidad y sentido de individualidad es un proceso dinámico y en constante evolución, profundamente influenciado por las voces significativas de la sociedad, la comunidad, la escuela y la familia. Estos contextos psicosociales actúan como espejos en los que reflejamos y moldeamos quiénes somos, a través de interacciones continuas que configuran nuestro sentido de ser.

Desde una perspectiva biopsicosocial, estas influencias se integran en un proceso de vinculación humana donde la familia suele ser el primer contexto en el que se forma la personalidad, proporcionando modelos de comportamiento, valores y creencias. La escuela y la comunidad amplían estas influencias, ofreciendo un entorno en el que el individuo empieza a confrontar y negociar su identidad en relación con otros, aprendiendo normas sociales, desarrollando un sentido de pertenencia y confrontando la diversidad de pensamientos y estilos de vida.

En un nivel más amplio, la sociedad influye en el individuo a través de medios culturales, normas sociales y expectativas colectivas que pueden reforzar o desafiar los sentidos de identidad desarrollados en los contextos más íntimos. Esta interacción entre lo individual y lo social no es estática, sino que cambia a lo largo del tiempo en respuesta a experiencias nuevas, cambios en el entorno y el desarrollo personal.

En este proceso, aspectos psicológicos individuales, como la autopercepción y la autoestima, se ven directamente afectados por la retroalimentación recibida de los entornos psicosociales. Un entorno familiar o comunitario que valida y apoya al individuo puede fomentar una identidad fuerte y un sentido de individualidad positivo, mientras que la falta de apoyo o la exposición a mensajes contradictorios puede generar confusión, inseguridad, daños y desafíos en la construcción de la identidad.

De manera crítica y reflexiva, podemos observar que la interacción entre estos aspectos psicológicos individuales y los contextos psicosociales tienen una relación de causalidad bidireccional. Mientras que los entornos psicosociales influyen en la formación de la personalidad e identidad, el individuo también tiene la capacidad de influir en su entorno, redefiniendo su identidad a través de la interacción constante con estos sistemas.

La influencia de los contextos psicosociales en la construcción de la identidad y la personalidad

2.1 Seguridad y confianza en la construcción de vínculos

Teoría del apego de John Bowlby

La «**Teoría del apego**» de John Bowlby propone que los primeros vínculos emocionales que formamos, especialmente con nuestros cuidadores principales, son fundamentales para nuestro desarrollo emocional y psicológico, estableciendo la base para cómo nos relacionamos a lo largo de la vida.

Los tipos de apego que desarrollamos en la infancia son:

- **Apego seguro:** Caracterizado por la sensación primaria de **confianza y seguridad**, en que el cuidador estará disponible y sensible a nuestras necesidades básicas y emocionales. Este tipo de apego es fundamental para el sano desarrollo socioemocional, ya que satisface plenamente nuestras necesidades esenciales y permite el sano desarrollo neurofisiológico de nuestras emociones.
- **Apego inseguro-evitativo:** Cuando el niño minimiza el contacto emocional por la falta de respuesta del cuidador, para protegerse del dolor emocional por abandono, ocurre un aislamiento afectivo, ya que no hay seguridad ni certeza, de que el cuidador o cuidadora, estén presentes en la satisfacción primaria de sus necesidades. Las emociones son reprimidas y la conexión emocional se complica, esto puede generar sentimientos de invisibilidad o invalidación personal o falta de empatía.
- **Apego inseguro-ambivalente:** Cuando hay ansiedad y dependencia debido a respuestas inconsistentes del cuidador, para protegerse del dolor emocional por temor al abandono, la niña o niño experimenta una desregulación ansiosa en llanto, miedo o ira, con la expectativa de retener a la figura cuidadora, que le provee de un sentido insatisfecho de seguridad y confianza. Con ello, busca compensar con lo que tiene (buen desempeño académico, somatizaciones, travesuras, incluso llanto o mal comportamiento) para que su cuidador o cuidadora permanezca a su lado, pero cuando estos recursos no son «suficientes» para retener a la figura de apego, pueden suceder sentimientos de insuficiencia o descarte o abandono.

- **Apego desorganizado:** El niño muestra comportamientos contradictorios y desorientados ante un cuidador que es fuente de miedo o confusión, al mismo tiempo que sigue siendo figura de apego, solicitada socioafectivamente por la niña o niño para proveer seguridad y confianza.

Todas las personas necesitamos de apegos para sobrevivir, por ello se desarrollan en los primeros 2-5 años de vida. El apego puede ser reorganizado y modelado, por ello constituye un punto medular en la construcción significativa de vínculos adultos. La satisfacción de nuestras necesidades de **seguridad y confianza** en el mundo y en las relaciones que construimos, nos permite desarrollar mejores habilidades socioemocionales para solventar el sistema de carencias afectivas.

Potencial docente para la reconfiguración de vínculos: Los docentes pueden desempeñar un papel crucial en la reconfiguración y el aprendizaje de estos vínculos, especialmente en niños que han experimentado apegos inseguros. A través de la creación de un entorno **seguro, predecible y afectuoso** en el aula, los docentes pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar **nuevos patrones de apego** más seguros, promoviendo así un mejor ajuste emocional y social. Esto explica el por qué muchas niñas y niños desarrollan vínculos significativos seguros con muchos docentes.

Los ambientes que despejan la incertidumbre clarificando circunstancias y motivos, proveen de experiencias seguras y predecibles de aprendizaje (cuando una persona sabe qué esperar de su entorno y cómo responder ante él, disminuye la ansiedad producida por los apegos inseguros). De esta manera, podemos evitar re victimizaciones y remodelar apegos.

2.2 Relaciones sistémicas familiares, escolares y comunitarias y su influencia en la identidad

Como hemos aprendido desde los primeros temas de esta unidad, las relaciones familiares, escolares y comunitarias son interdependientes y contribuyen colectivamente al desarrollo de la identidad del individuo. En la familia, se sientan las bases de los valores y la moral; en la escuela, se expanden las relaciones sociales y se desarrollan habilidades cognitivas y sociales; mientras que la comunidad proporciona un sentido de pertenencia y lugar en el mundo. Estas relaciones sistémicas pueden tanto reforzar (integrarse) como desafiar la identidad individual, dependiendo de la coherencia y el apoyo que cada sistema brinde. Los docentes, al comprender estas dinámicas, pueden facilitar un desarrollo más integral y positivo en sus estudiantes, ya que su voz, como una figura de importancia, es sumamente significativa en la comprensión de sí mismos.

Es por ello que la educación inclusiva, basada en los principios de la justicia, la equidad, la solidaridad, la cooperación, la libertad y otros complementarios, posibilitan el desarrollo de una comprensión digna y humana de sus personalidades e identidades, abriendo las puertas a la transformación de las comunidades de aprendizaje, desde factores potenciadores de la salud mental y los tejidos sociales, ya que estos valores permiten que la experiencia de aprender, sea **segura y confiable**, **resignificando** las visiones sobre el mundo y **reparando** de forma inadvertida las experiencias vividas, en un lugar seguro para aprender; así como **reestructurando** dentro del salón de clases, la desestructura que muchas veces pueden experimentar en otras esferas del microsistema. *Es en las experiencias de aprendizaje seguras y confiables del mundo donde desarrollamos una lectura socioemocional integrada, a un sentido de pertenencia digno y prosocialmente equilibrado.*

2.3 Sentido de pertenencia

Sentirse parte de un grupo o comunidad es crucial para el desarrollo emocional y psicológico. Un sentido de pertenencia equilibrado y socialmente integrado puede aumentar la autoestima, la resiliencia y el bienestar general.

En este caso, el enfoque psicosocial recomienda crear un sentido de pertenencia desde los valores de la cultura de la paz y la no violencia, tomando como referencia la teoría de la identidad social de Henri Tajfel, autor que conocimos en el tema anterior. Según esta teoría, **las personas tienden a categorizarse a sí mismas y a los demás en grupos sociales**, lo que puede llevar a una **división entre «nosotros» y «ellos»**.

Esta categorización es un proceso natural, ya que **creamos categorías cognitivas para aprender**, pero cuando estos aprendizajes se asocian con una falta de pertenencia por rechazo, o con la ausencia de valores de paz y no violencia compartidos, es decir, **cuando no se potencian los aspectos que nos unen humanamente**, puede dar lugar a críticos conflictos intercategoriales, donde los grupos se ven en competencia o peor: amenazados en su sentido de identidad y desarrollan prejuicios, estigmas o actitudes de exclusión hacia los que consideran «otros» para afirmarse identitariamente.

La «Teoría de Tajfel» explica que las personas buscan una identidad social positiva, lo que a menudo se traduce en la **necesidad de valorar a su propio grupo** mientras desvalorizan a otros. Si no se promueven activamente los valores de la cultura de la paz y la no violencia, esta necesidad puede justificar y legitimar formas de violencia social como el prejuicio, el estigma y la exclusión. Sin embargo, cuando se cultiva un sentido de pertenencia basado en estos valores, se minimizan las diferencias percibidas entre los grupos y se **fomenta la empatía y la cooperación entre ellos**. Esto no sólo previene

el desarrollo de conflictos, sino que también desafía las narrativas que justifican la violencia social, promoviendo en su lugar una comunidad inclusiva y respetuosa, **donde todos se sienten parte de un colectivo más amplio y solidario.**

Además, este enfoque ayuda a mitigar las dinámicas de poder y desigualdad que suelen alimentar los conflictos intercategoriales. ***Al enfocar la pertenencia en valores universales de paz y no violencia, se puede construir una identidad compartida que trasciende las diferencias superficiales, fortaleciendo la cohesión social y reduciendo la posibilidad de que se perpetúen o exacerbaban formas de violencia social.*** Es por ello que los enfoques de Derechos Humanos, mirada de género y todos los enfoques de inclusión social a grupos en situación de riesgo, nos ayudan a disminuir estos conflictos intercategoriales, muchas veces basados en la desinformación de prejuicios y la justificación de violencias.

Los equipos docentes pueden fortalecer el sentido de pertenencia de los estudiantes fomentando un ambiente inclusivo y respetuoso en el aula, promoviendo la cooperación y el respeto por la diversidad; y **validando las experiencias y perspectivas de cada estudiante.** Cuando un docente **valora y valida las experiencias** de un estudiante, por diferentes que sean a las propias, **está transformando** con sensibilidad y empatía, la comprensión del educando y su lugar en el mundo.

2.4 ¿Cómo fortalecer la identidad grupal y la individual de forma integrada y prosocial?

Fortalecer el sentido de identidad grupal e individual desde las aulas de clase para que actúen como fuerzas prosociales y promotoras de la cultura de la paz y la no violencia requiere un enfoque integral que combine la **educación emocional, la reflexión crítica y la práctica activa de valores éticos y de convivencia.**

Es fundamental que los estudiantes desarrollen una autoestima saludable y una **identidad positiva** que no dependa de la comparación con los demás, **sino de un reconocimiento intrínseco de su valor.** *«Las otras personas son tan valiosas como yo, unidos por lo que compartimos y hermosamente diferentes en nuestras vivencias y experiencias».*

Actividades que refuercen el **autoconocimiento, la apreciación de las propias fortalezas y la aceptación de las debilidades** ayudan a que los estudiantes ***se sientan seguros en su individualidad, reduciendo la necesidad de desvalorizar a otros para sentirse mejor.*** Construir valor sobre los atributos que nos constituyen y tomar una comprensión empática de nuestros puntos de mejora, nos posiciona de forma justa y digna frente a nosotros mismos y los demás.

Incluir en el diálogo escolar la **enseñanza explícita de valores** como el respeto, la justicia social, la tolerancia, la empatía y la solidaridad es crucial. Esto puede realizarse a través de discusiones, talleres y actividades que permitan a los estudiantes reflexionar **sobre la importancia de estos valores en la construcción de una sociedad pacífica y equitativa**. Los estudiantes deben ver estos valores no solo como conceptos abstractos, sino como principios que guían su comportamiento diario. Es decir: Acciones comprometidas, desde valores que tienen una función social importante.

Creación de un sentido de comunidad: Es importante que los estudiantes se sientan parte de una comunidad escolar donde **todos y todas son valorados** y tienen un papel significativo. Esto se puede lograr a través de proyectos colaborativos, **donde los estudiantes trabajen juntos para lograr metas comunes, experimentando de primera mano los beneficios de la cooperación y la inclusión**. Actividades como el aprendizaje-servicio, donde los estudiantes colaboran en proyectos comunitarios, también refuerzan el **sentido de pertenencia a un grupo más grande y promueven el bienestar colectivo**.

Las aulas deben ser espacios donde se celebre la diversidad y se promueva la inclusión. Esto implica enseñar a los estudiantes a apreciar las diferencias culturales, étnicas, de género y de pensamiento como **aspectos enriquecedores de la experiencia humana**. Las actividades que fomenten el **diálogo intercultural y la empatía hacia las experiencias de los demás son esenciales** para que los estudiantes **vean la diversidad como una fortaleza en lugar de una fuente de conflicto**.

Enseñar a los estudiantes **habilidades de resolución de conflictos** es clave para prevenir el desarrollo de dinámicas intercategoriales perjudiciales. Esto incluye técnicas de mediación, comunicación efectiva y negociación, donde los estudiantes **aprenden a abordar los desacuerdos de manera constructiva y sin recurrir a la violencia, ya sea física o psicológica**. La práctica de estas habilidades en **situaciones simuladas o reales dentro del aula prepara a los estudiantes para manejar conflictos en la vida diaria**.

Facilitar la reflexión crítica sobre cómo las identidades individuales y grupales se forman y cómo pueden ser utilizadas para bien o para mal es crucial. *Los estudiantes deben ser guiados a cuestionar las narrativas que promueven la exclusión y a desarrollar una conciencia crítica que les permita reconocer y rechazar las formas de violencia social, como los prejuicios y el estigma.*

Al implementar estas estrategias en el entorno educativo, los estudiantes no sólo desarrollan una identidad grupal e individual que es saludable y positiva, sino que también **aprenden a ser ciudadanos activos que contribuyen a una cultura de paz y no violencia**. Estas habilidades y valores, **inculcados desde una edad temprana, son esenciales para la construcción de sociedades más justas, equitativas y cohesionadas**.



MI
**NUEVA
ESCUELA**
Reforma Educativa



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN