

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud **Maestría en Desarrollo Humano**



**Autoconocimiento por medio de la experiencia en estudiantes
foráneos en su incursión a la vida universitaria. Una mirada
desde el Enfoque Centrado en la Persona**

**TRABAJO RECEPCIONAL para obtener el GRADO de
MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO**

Presenta: **ALEJANDRA GONZÁLEZ BARRAGÁN**

Asesora: **ANA ARACELI NAVARRO BECERRA**

Lectora: **ELBA NOEMÍ GÓMEZ GÓMEZ**

Tlaquepaque, Jalisco. Diciembre de 2020.

Agradecimientos y dedicatoria

Agradezco con cariño a quienes directa o indirectamente fueron parte de este proceso, menciono solo algunos:

A Dios por bendecirme y darme tanto.

A mis padres, Pedro Alejandro por ser ejemplo para buscar siempre superarme y Susana por siempre estar de manera incondicional; a ambos por su amor, apoyo, por ser parte de mis logros.

A mis sobrinos, Juan Carlos, Leo Alejandro, Aldo Gael y José Mauricio quienes, sin saberlo, me inspiran a estar en constante búsqueda para ser una mejor versión de mí.

A mi asesora, la Dra. Ana Araceli Navarro, compañera en el proceso más difícil de este viaje, estaré eternamente agradecida por su acompañamiento, paciencia, escucha, dedicación, apoyo, disposición. Gracias Ara por creer en mí, gracias por no soltarme.

A los estudiantes foráneos que participaron en el taller, que con su tiempo y disposición lo hicieron posible; deseo de corazón que esto haya sido de ayuda para reconocerse en su proceso.

A mis profesoras y profesores quienes me enseñaron tanto y de una manera distinta a la que siempre he aprendido, gracias por su genuina disposición y entrega.

A mis compañeras y compañeros, con quienes disfruté y sufrí de este camino, gracias por permitirme crecer a través de sus experiencias, por escucharme y acompañarme.

“Las historias de todo el mundo hacen perfecto sentido cuando entiendes el contexto en el cual fueron creadas”

Silvy Khoucasian

Dedicado a las personas que están en búsqueda de su autoconocimiento a partir de enfrentar una nueva etapa en su vida, especialmente a los estudiantes foráneos.

Resumen

Desde el campo del Desarrollo Humano y en específico, desde el Enfoque Centrado en la Persona se llevó a cabo una intervención dirigida a estudiantes foráneos que cursan los primeros semestres de licenciatura. El objeto de intervención es el autoconocimiento por medio de sus experiencias. El objetivo de la intervención fue que compartieran sus experiencias para que se reconocieran a sí mismos y validaran sus vivencias en su incursión a la vida universitaria.

La intervención consistió en dos fases: en la primera, se llevó a cabo un taller, el cual estuvo constituido por cinco sesiones de dos horas cada una, donde participaron seis estudiantes foráneos. La segunda fase consistió en la aplicación de entrevistas fenomenológicas a algunos estudiantes que asistieron al taller con la intención de profundizar en temas específicos tratados en el taller.

A partir de un análisis de datos se construyeron tres categorías. La primera es “las situaciones que enfrento en el nuevo contexto”, donde se describen las experiencias de los estudiantes en el contexto universitario y la responsabilidad de hacerse cargo de sí mismos. La segunda categoría titulada “mis emociones ante mi entorno” está enfocada al reconocimiento de sus emociones, mientras que la tercera fue “autoconociéndome a partir de mis necesidades y la manera en que las resuelvo” se describe el proceso de autoconocimiento movilizado por la forma en que cubren sus necesidades. Concluimos que el autoconocimiento en los estudiantes foráneos está amalgamando por la parte emocional, la necesidad de responsabilizarse de sí mismos y de la manera en que afrontan los problemas cotidianos.

Palabras clave: Autoconocimiento, experiencias, estudiantes foráneos, universidad, Enfoque Centrado en la Persona.

Abstract

From the field of Human Development and specifically, from the Person-Centered Approach, an intervention was carried out for foreign students in their first semesters of undergraduate studies. The aim of the intervention is self-knowledge through their experiences. The objective of the intervention was for them to share their stories so that they could recognize themselves and validate their experiences in their incursion into the university life.

The intervention consisted of two stages: in the first, a workshop was held, which consisted of five sessions of two hours each, with the participation of six foreign students. The second stage consisted in the application of phenomenological interviews to some students who attended the workshop in order to go deeper into specific topics covered in the workshop.

Based on data analysis, three categories were created. The first one is "the situations I face in the new context", where the students' experiences in the university context and the responsibility of taking charge of themselves are described. The second category entitled "my emotions before my environment" is focused on the recognition of their emotions, while the third one was "self-knowledge based on my needs and the way in which I solve them" describes the process of self-knowledge driven by the way in which they meet their needs. We conclude that self-knowledge in foreign students is amalgamating the emotional part, the need to take responsibility for themselves and the way in which they face daily problems.

Key words: Self-knowledge, experiences, foreign students, university, Person-Centered Approach.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN - JUSTIFICACIÓN.....	5
2. IMPLICACIÓN PERSONAL.....	10
3. PROBLEMATIZACIÓN.....	12
ACERCAMIENTO A LA POBLACIÓN A INTERVENIR.....	15
4. OBJETIVOS.....	23
OBJETIVO GENERAL	23
OBJETIVOS PARTICULARES	23
5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	24
IMPLICACIONES, RETOS Y SACRIFICIOS TRAS UNA DECISIÓN.....	27
IMPORTANCIA DE LOS LAZOS AFECTIVOS.....	30
EL AUTOCONOCIMIENTO COMO HERRAMIENTA PARA LA VALIDACIÓN DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS.....	31
LAS EMOCIONES, COMPAÑERAS INSEPARABLES DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS	33
EL DESARROLLO HUMANO COMO PILAR DE LA INTERVENCIÓN	39
EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA (EPC) PARA CREAR UN CLIMA DE CONFIANZA	40
LA FACILITACIÓN EN LA INTERVENCIÓN	44
LA FIGURA DEL FACILITADOR EN LA INTERVENCIÓN	45
EL ACERCAMIENTO A LA EXPERIENCIA	46
6. FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA.....	47
LA INTERVENCIÓN DESDE EL MÉTODO DE INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA.....	49
EL MÉTODO FENOMENOLÓGICO PARA EL ACERCAMIENTO A LA EXPERIENCIA DE LOS ESTUDIANTES FORÁNEOS	50
EL CONTEXTO DONDE SE LLEVÓ A CABO LA INTERVENCIÓN	54
ESTRUCTURA TEMÁTICA PARA EL PLAN DE INTERVENCIÓN.....	56
PROMOCIÓN DEL TALLER	59
7. PRIMEROS HALLAGOS. EL RELATO REFLEXIVO DE LA INTERVENCIÓN.....	67
PROCESO DE CADA PARTICIPANTE	68
PROCESO DE LA FACILITADORA.....	75
REFLEXIONES COMO FACILITADORA	77
8. RESULTADOS.....	78
FUNDAMENTACIÓN PARA EL ANÁLISIS DE DATOS	79
CATEGORÍA 1. LAS SITUACIONES QUE ENFRENTO EN EL NUEVO CONTEXTO	80
CATEGORÍA 2. MIS EMOCIONES ANTE MI ENTORNO	96
CATEGORÍA 3. AUTOCONOCIÉNDOME A PARTIR DE MIS NECESIDADES Y LA MANERA EN QUE LAS RESUELVO	109
9. CONCLUSIONES FINALES.....	121
10 . REFERENCIAS.....	129
11. APÉNDICES.....	139

1. INTRODUCCIÓN - JUSTIFICACIÓN

Desde que el ser humano nace está rodeado de personas que son significativas en su vida de diversas formas y las cuales, influyen en su desarrollo, esto se genera gracias a los vínculos que se crean y las formas de actuar, pensar, creer, juzgar, vivir y ser; que a través del tiempo se van fraguando. Si se ve más allá del círculo familiar que rodea a cada ser humano, podríamos percibir que la cultura y el contexto en el que cada persona vive y se desarrolla es diferente, ya que cada uno contará con diversidad de variantes que consciente o inconscientemente influirán en él. Al respecto, Bauman (2008), asegura que esta variedad de culturas es el resultado de una herencia que se ha ido construyendo a través de los años y que representan el pasado de la humanidad, señalando que el objetivo en un futuro es generar la unión entre la diversidad de personas; las que nos preceden y con las que interactuamos en el presente. Esto constituye nuestra herencia y es algo que identifica a cada persona. Los valores, tradiciones, costumbres y formas de pensar forman la identidad de cada individuo que, según Bermejo (2012), necesita flexibilizarse para que puedan ser parte de una sociedad centrada cada vez más en el cambio.

Referente a lo mencionado, los jóvenes que dejan su lugar de origen para ir a estudiar a otro sitio están impregnados de la cultura con que se identifican, que los ha formado y con la que han vivido hasta el día en que dejan su lugar de origen. De acuerdo con esto, será posible que ¿generando conciencia en los estudiantes foráneos sobre las diferencias del nuevo contexto, podría flexibilizarse su identidad, generando apertura para apropiarse del nuevo contexto? Bauman (2001), asegura que ahora, tener una identidad fija no es un beneficio, sino un obstáculo; por lo tanto, se trata de evitar que se establezca como algo inmutable en una persona. De no ser así, un individuo podría tener muchos obstáculos para desarrollarse y ajustarse a lo que la sociedad le exige en este tiempo. Es decir, en esta sociedad “líquida”, nombrada así por Bauman (2001, en Bermejo 2012, p. 456), “la identidad duradera y bien amarrada ya no constituye un activo; cada vez más, se convierte en un pasivo”. La sociedad por su “liquidez”, se ve obligada a cambiar constantemente las creencias, formas de pensar, de vivir, de educarse, comunicarse y a estar inmersa

en una constante e interminable actualización, sin que necesariamente ello signifique que los individuos pierdan su identidad ni lo que les constituye.

Con respecto a lo anterior, es que el siguiente documento pretende hacer un acercamiento a las distintas experiencias y situaciones de jóvenes que dejan su casa para continuar con sus estudios fuera del lugar donde han vivido, y que ingresan a una universidad privada de una zona urbana de Guadalajara. Debido al nuevo entorno que enfrentan estos jóvenes, se tiene la inquietud de saber ¿Cómo vivencian las situaciones a las que se enfrentan?, ¿Cómo abordan sus emociones ante el cambio que experimentan? ¿Qué situaciones pueden fortalecer y empoderar a estos jóvenes? ¿Son conscientes de las habilidades que poseen para afrontar distintas situaciones?

Debido a esto, el objeto de intervención es el autoconocimiento por medio de sus experiencias en su incursión a la vida universitaria, uno de los enfoques de esta intervención fue generar un espacio en donde los jóvenes foráneos compartan este tipo de experiencias y mediante el cual, pudieran focalizar sus vivencias; para que tuvieran la oportunidad de generar conciencia de sus experiencias y mediante lo cual, compartieran el proceso a la nueva práctica de vida que están experimentando.

La organización de este documento es la siguiente: se inicia con la implicación personal que llevó a la facilitadora a realizar una intervención dirigida a estudiantes foráneos. Siguiendo con la problematización donde además de describir los distintos nodos que conforman la problemática también se describe el acercamiento a las necesidades de la población. Posteriormente se muestra el objetivo general y los objetivos específicos, continuando con la fundamentación teórica donde se describen los textos relacionados con el tema, explicitando la pertinencia del campo del Desarrollo Humano y del Enfoque Centrado en la Persona para este proyecto.

Enseguida se describe la fundamentación metodológica, partiendo del método de investigación acción participativa para la intervención y del método fenomenológico para el acercamiento a la experiencia de los estudiantes foráneos. Posteriormente

se desarrollan los primeros hallazgos, donde se relata lo sucedido en la intervención.

Consecutivamente se muestran los resultados producto del análisis de datos, para ello se retomó el método hermenéutico, construyendo tres categorías. La primera se titula *“las situaciones que enfrento en el nuevo contexto”*, aquí se describen las experiencias de los estudiantes en el contexto universitario y la responsabilidad de hacerse cargo de sí mismos. La segunda categoría se titula *“mis emociones ante mi entorno”* la cual se enfoca al reconocimiento de sus emociones, mientras que la tercera, denominada como *“autoconociéndome a partir de mis necesidades y la manera en que las resuelvo”* donde se describe el proceso de autoconocimiento movilizado por la forma en que cubren sus necesidades, finalizando con las conclusiones generales.

JUSTIFICACIÓN

Al tomar la decisión que les implica vivir lejos de su lugar de origen, costumbres, familia y amistades, los jóvenes se enfrentan a una nueva forma de vida, de aquí la importancia de generar conciencia, aceptación y tomar en cuenta el proceso en el que se encuentran, reconociendo y acompañándose al compartir con otros estudiantes foráneos su experiencia ante el cambio. De esta manera, realizar una intervención puede ser una herramienta que les ayude a afrontar las posibles circunstancias que se les presenten, de modo que se puedan generar espacios con quienes se encuentran en una situación similar.

Por este medio, es posible que el individuo se pueda reconocer en el otro, es decir, al compartir sus experiencias entre sí, estos jóvenes foráneos podrán tomar en cuenta que existen otras personas con condiciones o vivencias similares que podrían enriquecer las estrategias de cada uno, para enfrentar los cambios que viven. En este contexto, se fomenta un espacio para establecer vínculos de apoyo y redes de colaboración que les facilite afrontar la diversidad de un sistema universitario y una sociedad con diferentes ideologías, costumbres y formas de vida.

El autoconocimiento desde el Desarrollo Humano y desde el Enfoque Centrado en la Persona

De acuerdo con esto, una alternativa de intervención es por medio del *autoconocimiento*, pues implica un proceso donde la persona se construye en interacción con su entorno, donde se presentan movimientos dialécticos de inter-influencia. De esta manera, apunta Rogers (1982), la persona es capaz de reconfigurar su espacio social a partir del conocimiento que tiene de sí mismo.

Tomando como objeto de estudio el autoconocimiento con una base humanista, es preciso señalar que este proyecto se enmarca en el campo del Desarrollo Humano, ya que, desde sus inicios fomenta un tipo de relación que favorece el desarrollo de la persona, mejorando la percepción de sí mismo y aprendiendo a aceptarse tal cual es (Okun, 2002). Esta perspectiva es pertinente ante la necesidad de los jóvenes que salen de su lugar de origen para estudiar la universidad y que no cuentan con relaciones de apoyo.

Como parte de este campo de estudio se encuentra la propuesta de Rogers (2012), la cual, se centra en el individuo, y es llamado *Enfoque Centrado en la Persona*. Esta orientación según Martínez (2006), se puede aplicar en cualquier relación interpersonal ya que, debido a su postura, las diferencias entre las personas generan enriquecimiento. Así mismo, este enfoque contribuye a que el individuo adquiera conciencia de sí mismo, de lo que siente; a darse cuenta de su vivencia para tomar decisiones; reconociendo lo que le sucede, desde cuándo y como sucede. En conjunto, favorece el enriquecimiento y aprendizaje que obtienen las personas a partir de las diferencias que pueden existir entre ellos.

En particular, el autoconocimiento desde el Enfoque Centrado en la Persona se enfoca en validar la experiencia del otro, para que se reconozca con habilidades y capacidades a las que puede recurrir para afrontar situaciones adversas. El autoconocimiento también fomenta la aceptación positiva incondicional, que en el caso de los estudiantes foráneos es un punto importante porque la vorágine de la vida diaria pocas veces les permite detenerse para validarse y aceptarse tal como son. También posibilita el desarrollo y práctica de la empatía para relacionarse con los demás desde la autenticidad y la congruencia (Rogers, 2012).

Es por esto que uno de los principales objetivos de esta intervención es fomentar que los estudiantes foráneos hagan consciente lo que sucede en sí mismos y en el mundo que lo rodea; es el “darse cuenta” a nivel corporal, emocional y mental; generando la responsabilidad de sus vivencias, ya que, al tomar conciencia se abre la posibilidad de elegir y reorganizar la propia experiencia (Yontef, 1993). Es aquí donde Moreira da importancia al mundo que rodea al individuo y su contexto, “tiene como objetivo fundamental la descripción del hombre en el mundo, de la realidad vivida, de la experiencia” (Moreira, 2001, p.280).

Es importante tener en cuenta que dentro de las diferentes situaciones que un joven que sale de casa para estudiar en una universidad privada puede pasar, existen experiencias que pueden generar conciencia de sus emociones, proporcionándole nuevos aprendizajes para afrontar futuras vivencias de una manera consciente y enriquecedora.

Esta intervención se enfocó en hombres y mujeres estudiantes de primero, segundo y tercer semestre, que cuenten con una edad de entre 18 y 20 años y deciden salir de su lugar de nacimiento para comenzar la licenciatura en una universidad de la zona urbana, cuyo régimen es privado. Estudiantes que comienzan a vivir lejos de su familia y de lo que conocen, enfrentándose a la vida que les ofrece la ciudad.

Por lo general, este grupo de jóvenes no cuentan con un espacio donde pueden expresar la forma en que viven la experiencia de enfrentarse a una vida distinta, y compartir las implicaciones que tiene la decisión de salir de casa dejando una vida que conocían y a la que estaban habituados. En la universidad se convive con diferentes culturas y formas de actuar y de pensar, lo cual puede generarles dificultades al no sentirse identificados, pues están acostumbrados a vivir con ciertas tradiciones, ideologías y creencias. Estos cambios propician la necesidad de expresar y compartir las vivencias propias en la búsqueda de mayores posibilidades para seguir adelante con la inquietud de cursar estudios universitarios, entre estas posibilidades, el establecimiento de redes de apoyo.

La intervención es viable ya que, desde la posición laboral de quien propone este proyecto, se facilita el contacto con jóvenes foráneos que inician sus estudios en la

universidad. De manera que, es posible obtener el permiso para realizar la intervención, también se tiene contacto con profesores que conocen a estudiantes foráneos y por medio de ellos se puede dar a conocer este taller. La universidad privada donde se intervendrá cuenta con instalaciones apropiadas para el desarrollo de este proyecto, además de un área enfocada a promover el desarrollo de los jóvenes de la institución.

Esta intervención estuvo dirigida a estudiantes foráneos. Al respecto, podemos destacar que de acuerdo con los datos de la Secretaria de Educación Pública (SEP), en las Estadísticas del Sistema Educativo en Jalisco, entre el 2016-2017, el 34.4% de los estudiantes de educación media superior de entre 18 y 22 años, abandonaron sus estudios universitarios y en el periodo 2017-2018 el 35% del alumnado, dejaron sus estudios de licenciatura a nivel Jalisco.

2. IMPLICACIÓN PERSONAL

Todas las personas estamos expuestas a cambios y para mí, uno significativo consistió en elegir continuar mis estudios universitarios lejos de mi familia y de todo lo que conocía, es decir, de mi barrio, mis amigos, el lugar donde había crecido y vivido la mayor parte de mi vida. Sin duda, esta decisión me afrontó a la vivencia de multiplicidad de situaciones que llegaron literalmente de un día para otro, desde hacerme responsable por mi salud, mi alimentación, estar al pendiente de los pagos de servicios, buscar una casa cerca de la escuela, administrar mis recursos, entre otras cosas. Sin dejar a un lado las responsabilidades, también tuve que afrontar mis emociones, la melancolía de dejar mi casa y la sensación de sentirme sola.

En algunos momentos pensé que yo era la única que pasaba por esta situación, o por lo menos no me daba cuenta de cómo lo vivían los demás compañeros que también habían dejado su lugar de origen para venirse a estudiar. A pesar de relacionarme con estudiantes foráneos, nunca hablamos de lo que sentíamos o lo que vivíamos. En algunas ocasiones, compartíamos que solo esperábamos que llegaran las vacaciones o los fines de semana para regresar a casa, a nuestro hogar.

Si bien, aunque mi familia pudo estar presente a pesar de la distancia, (pues manteníamos contacto por medio de llamadas que me hacían sentir apoyada), lo cierto es que el proceso me enfrentó a una diversidad cultural, ideológica y emocional, con el que me costó trabajo compaginar. Estaba en un lugar donde los compañeros tenían costumbres distintas a las mías, se expresaban de manera distinta y eso me provocaba agobio, pensaba en las diferencias que había, esto me limitaba a no mostrarme como yo era realmente.

En ese momento mi estrategia fue evitar sentir y pensar en el conflicto que estaba viviendo, atravesando por esta etapa casi sin darme cuenta de todos los beneficios que estaba obteniendo gracias a esta decisión. Se me dificultaba ver mi crecimiento personal, no me daba cuenta lo que estaba aprendiendo y ganando con todo esto, no me daba cuenta de quién era yo, de mis habilidades para resolver problemas, de mi capacidad para sobreponerme a las que, en ese momento, me parecían adversidades.

En ocasiones sentía un nudo en la garganta porque quería contar cómo estaba, pero tampoco había generado relaciones significativas para poder hablar de lo que vivía. Para mí, en este momento, habría sido importante encontrar un espacio en donde pudiera expresar mis vivencias y donde me sintiera identificada con las experiencias de otros estudiantes foráneos. Saber que no era la única que sacrificaba tener una buena alimentación por cubrir pagos, entre muchas otras cosas.

Ante esta necesidad de hablar sobre lo que sentía y vivía en ese momento, me surgió la inquietud por saber cómo otros estudiantes foráneos viven esta experiencia, si expresar lo que sienten, piensan, disfrutan y sufren, puede generar una diferencia en la manera en que atraviesan por esta etapa. Para saber esto, era importante generar un espacio exclusivamente para ellos, donde tuvieran la confianza y seguridad de hablar tanto de los retos como de los beneficios que la condición de ser estudiante foráneo les da, sobre los momentos en que se confrontan con situaciones no esperadas y los posibles cambios que puedan hacer

conscientes tanto en su manera de pensar, como en su estado emocional e incluso en su forma de actuar.

Considero que muchas personas podrían identificarse con este tema, ya que existen diversos acontecimientos que pueden ser representativos; tanto el cambio que se da al tomar la decisión de salir de casa para iniciar de una vida universitaria lejos, como el principio de una vida en pareja, el cambio que se vive ante la pérdida de una persona que fuera importante o el comienzo de la experiencia como jubilado, pueden ser una oportunidad para que las personas nos podamos “voltear a ver”, reconocernos, identificando lo que sentimos, pensamos, la manera en la que actuamos y con ello, tener una idea más clara de quienes somos y ¿por qué no? tomar la decisión de modificarnos y al mismo tiempo reconocernos con habilidades y capacidades, que nos puedan generar validarnos a nosotros mismos.

Supongo que las personas estamos expuestas a este tipo de cambios, los cuales pueden generarnos pensar en lo que estamos haciendo, de manera que si pudiéremos tener claridad sobre por qué y para qué queremos o necesitamos el cambio, se podría entonces equilibrar los costos que esto implica. Estoy convencida que, entre mejor nos conozcamos, podremos reconocernos como personas, lo que somos, lo que sabemos y el potencial que podemos desplegar para afrontar las adversidades.

3. PROBLEMATIZACIÓN

Una vida de transformaciones es algo a lo que el ser humano está expuesto, estos cambios pueden ser constantes o no, voluntarios o generados por situaciones externas. Lo ideal sería que todas estas permutaciones generaran en las personas un impulso a la superación, al crecimiento y al acercamiento de la vida que ha planeado. Sin embargo, tener plena conciencia de lo que esto implica, no es sencillo; por lo que sería ideal un reconocimiento propio y pleno de las vivencias y sentimientos por los que cada individuo pasa. Pues será a través de esto, que cada una de las modificaciones generen un impulso hacia un ser más consciente y pleno.

Un cambio significativo, es el que puede darse en un joven que termina la preparatoria y decide salir de su lugar de origen hacia la zona urbana para continuar sus estudios en una universidad privada, lo cual, puede generar, en primera instancia un choque cultural, debido al enfrentamiento con las diferentes costumbres, tradiciones, formas de pensar y actuar de los estudiantes, profesores y personas en general.

En este sentido, Bermejo (2012), habla de una crisis de identidad producida en la cultura de la sociedad actual ocasionada por los cambios de los valores, lo cual quiere decir que se pasó de la identidad bien definida, la estabilidad y permanencia a la flexibilidad y el cambio. Resistirse a esto, puede ser un obstáculo para cualquiera. Con esto, podríamos señalar que los jóvenes provenientes de una pequeña comunidad o de la provincia se enfrentan a un choque cultural que podría generar que los foráneos se cuestionaran acerca de la identidad que tienen como individuos, particularmente en la etapa de la juventud temprana (entre los 16 y 18 años), aunque para algunos, estos cambios pueden ser vistos como una oportunidad.

Como se decía, la convivencia con los diferentes grupos y el choque de culturas puede tener un impacto en los jóvenes, ya que en su vida cotidiana estarán rodeados de distintas experiencias y significados, los que, por cierto, les podrían ser ajenos y en donde mantener una identidad claramente establecida, se vuelve algo que podía crearles dificultades. Esto genera que el individuo se enfrente a optar entre diferentes significados que puedan darle un sentido a su vida, pues, al decir de Bermejo (2012, p. 451), “los grandes núcleos urbanos, densifican las relaciones humanas, y con ellas los intercambios inevitables y necesarios, conflictivos muchas veces, pero también convivenciales”. Uno de los grandes retos, a los que pueden enfrentarse los jóvenes que salen de su casa para estudiar, es ser capaces de desenvolverse en medio de la pluralidad social.

Es posible hablar también de la incertidumbre que puede generar estar lejos de casa -en referencia a todo lo que se conoce: familia, amistades, lugares-, sin tener un claro conocimiento de cómo afrontar las diversas situaciones que se puedan

presentar (movilidad, economía, enfermedad, organización del tiempo), y el miedo al fracaso ante nuevas formas de vida.

Otras implicaciones que puede afrontar un joven que sale de casa para estudiar en una universidad privada de una zona urbana, es la separación física de su lugar de nacimiento a un territorio geográficamente desconocido, lo cual, podría ser generado por la falta de oportunidades escolares, laborales o personales. Puede ser una obligación o un deseo permitirse experimentar una vida que iniciará solo, enfrentándose a posibles situaciones desconocidas, además de la soledad, nostalgia, toma de decisiones, e incluso, tener la experiencia de no pertenecer al lugar donde se está, sabiendo que las cosas y situaciones que lo rodean son nuevas y distintas a lo que siempre ha vivido.

Los jóvenes foráneos, al igual que cualquier otra persona, están inmersos en una sociedad de riesgos, como dice Bermejo (2012). Al estar en un lugar que no se conoce, existe una diversidad de situaciones con las que un individuo debe aprender a lidiar y las cuales pueden generarle desestabilidad emocional o enfrentarlo a constantes peligros; algunos ejemplos son los siguientes: salir de casa ya no será confiable, ver por su seguridad al toparse con otra persona, prevenir su economía, organizar su forma de vida, así como cuidarse de los riesgos que trae consigo el día a día. Esto, suele (consciente o inconscientemente), afectar la estabilidad emocional del individuo y generar constante incertidumbre e inseguridad, con la cual, tendrá que lidiar y acoplarlo a su nueva vida se volverá una necesidad.

Frente a estos riesgos, las personas pueden hacer uso de barreras o fronteras (Bauman, 2008), para sentirse seguros, sobre todo cuando hay miedo e inseguridad en una sociedad. Por esto, es necesario fortalecer la auto confianza (en las habilidades que se poseen y dando lo mejor de sí), la confianza en los otros (como seres que se esfuerzan por estar mejor) y finalmente, en las instituciones (confiando en los objetivos para los que fueron creadas). Es necesario reafirmar esta seguridad en los jóvenes que salen de su lugar de origen ya que, debido al mundo cambiante en el que están inmersos, estas habilidades y conocimientos necesitan actualizarse. La incertidumbre que esto ocasiona formará parte de la vida de ellos.

Acercamiento a la población a intervenir

En este documento se presenta un acercamiento a las experiencias de los estudiantes que dejan sus comunidades de origen para estudiar en una universidad. Para tener más información sobre las experiencias de los jóvenes foráneos se realizó una entrevista semiestructurada a dos expertas contextuales¹, posteriormente se entrevistó a la población a intervenir con la finalidad, de acercarnos y profundizar en las dificultades a las que se enfrentan estos estudiantes y con ello, detectar elementos que ayuden a estructurar y definir un diseño de intervención, respecto al tema que se está tratando.

Primeramente, se muestra el escenario en donde se aplicaron las entrevistas semiestructuradas, se continua con la descripción de los elementos identificados que abonan tanto al fortalecimiento de la problemática de estudio que proporcionó el experto contextual, la población de estudio, finalizando con una reflexión.

Para fundamentar la construcción de las entrevistas semiestructuradas con el experto, se consideraron distintas temáticas que fueron detectadas durante la problematización, entre ellas destacaron con especial interés: las habilidades socio-emocionales las cuales, hacen referencia a las principales situaciones emocionales que enfrentan esta comunidad de jóvenes; expresión de experiencias, enfocada a la detección de espacios en donde pueden compartir sus experiencias; redes de apoyo, pretendiendo detectar las posibles personas o redes de quienes se sostienen para poder expresar sus vivencias; facilitar la incorporación de los estudiantes a la universidad, con la finalidad de saber qué elementos podrían aportar de manera positiva a los foráneos universitarios.

Es necesario tener presente, que estas temáticas se eligieron debido a que el foco de interés de este proyecto es precisamente indagar sobre las experiencias de los jóvenes que salen de casa para comenzar sus estudios universitarios.

¹ Se les denomina “expertas contextuales” a las personas que tienen conocimiento de la problemática o bien, están cerca de la población de intervención; en este caso, de los estudiantes foráneos.

Entrevistados y acercamiento a la población

Para la entrevista contextual, se tuvo un acercamiento a dos expertas contextuales, una de ellas es Diana Astrid Aguiar Aguirre quien trabaja en el Centro de Acompañamiento y Estudios Juveniles (C-Juven) de una institución educativa de régimen privado, la cual, es una de las más importantes de la región Centro-Occidente; esta persona, da asesorías psicológicas y coordina el programa de gestión del conocimiento, basado en hacer investigaciones de diferentes temáticas, además imparte clases en la Licenciatura en Psicología. Posteriormente, se entrevistó a María Yoloxochitl Molina Rivera, quien está encargada de la coordinación de participación estudiantil en ITESO, la cual, implica estar al pendiente de las organizaciones estudiantiles, colectivos, grupos y sociedades de alumnos. Labora en una mesa directiva encargada de todas las sociedades de alumnos, es decir, asesora a los estudiantes en cualquier actividad que quieran organizar.

Respecto a la población de intervención, se entrevistaron a cuatro hombres y a cuatro mujeres. Para seleccionarlos, se consideró que los estudiantes dejaron sus comunidades de origen para estudiar la universidad, de edades entre 18 y 22 años y que actualmente están cursando la licenciatura. El objetivo de esta diversidad fue identificar diferentes matices de vivencias, experiencias o similitudes entre los estudiantes foráneos, sin dejar de lado las necesidades y dificultades que surgen al dejar su lugar de origen.

Para el acercamiento a las necesidades de la población a intervenir recurrimos a la técnica de la entrevista semiestructurada, que consiste según Díaz-Bravo, Torruco-García, Martínez-Hernández y Varela-Ruiz (2013) en partir de preguntas abiertas con el objetivo de recuperar las necesidades sentidas de los estudiantes foráneos y no asumir que lo sabemos. La entrevista semiestructurada tiene el propósito de atender el tema más que las preguntas, también se caracteriza por ser una conversación. La intención de acercarnos a la población es para saber sus necesidades y desde ahí identificar las temáticas que serán la columna vertebral de la intervención.

Al tratarse de un acercamiento desde el Desarrollo Humano fue fundamental hurgar en la experiencia de los estudiantes foráneos y tomar en cuenta la necesidad de establecer un ambiente de confianza, poner mi implicación entre paréntesis, acercarme con la intención auténtica de reconocer sus necesidades, no inducir las respuestas, ser empática con ellos y disponer tiempo para escucharlos y que se sintieran atendidos. Entrevistamos a 8 estudiantes foráneos, cada entrevista duró cerca de 40 minutos, las cuales grabamos en audio para después transcribirlas e iniciar el análisis de detección de necesidades.

Proceso y detección de necesidades

Una vez aplicadas las entrevistas, realizamos un minucioso análisis con apego al relato de cada uno de los entrevistados con la intención de identificar aspectos que fortalecieran la problemática. Asimismo, a partir de la información que la población de estudio proporcionó identificamos los módulos centrales que estructurarán los temas en el diseño de intervención, así como los aspectos a considerar en el acercamiento a los jóvenes foráneos. En las siguientes líneas haremos referencia a los entrevistados de la siguiente manera, anotaremos la “P” de pregunta, seguido del número de la pregunta, la “E” de entrevistado, después el número de entrevistado, y la M o la H, según se trate de mujer y hombre.

A partir de las entrevistas realizadas a dos expertas contextuales y a un grupo de estudiantes foráneos pudimos identificar que, por parte de la institución educativa hay iniciativas aisladas que demuestran un interés por atender a este grupo de jóvenes foráneos, debido a que se logran identificar necesidades específicas. Las cuales se enuncian a continuación:



A) Diferencias entre los estudiantes foráneos

En primera instancia podemos destacar que existen diferencias entre los mismos alumnos foráneos, representadas por la lejanía de su lugar natal. Pues están quienes podrán regresar con mayor frecuencia y quienes necesitarán esperar un semestre para volver a su lugar de origen. Esto, según la especialista de la institución, influye con el tiempo que tardarán en relacionarse con el nuevo contexto.

Otra de las diferencias significativas que genera un contraste entre los estudiantes, es el lugar en donde han vivido, puesto que hay quienes provendrán de un contexto urbano, quienes crecieron en un contexto rural y otros que se desarrollaron de una comunidad indígena; en consecuencia, cada uno de los estudiantes tendrá una cultura, economía e ideología con la que creció y se siente identificado y la cual, será distinta a la del lugar en donde se encuentra estudiando.

- **Dificultades**

Por estas razones los jóvenes vivencian una variabilidad de dificultades, las cuales pueden ser culturales, ideológicas y sociales. Pudimos darnos cuenta de que, dependiendo de su contexto, ya sea urbano, rural o de una comunidad indígena; las diferencias culturales pueden ser significativas, tanto en sus costumbres, su vestimenta, la manera en la que se organizan, la forma de hablar e incluso harán cambios en su alimentación. Respecto a los aspectos ideológicos se descubren como diferentes, debido a que comprenden una realidad distinta, respecto a cuál están inmersos y no facilita su inclusión (considerada como la falta de sentido de pertenencia), generando con esto dificultades sociales y un sentido de no pertenencia.

- **Necesidades de los estudiantes foráneos**

Ante esta diversidad, la institución educativa ha detectado la necesidad que tienen estos jóvenes de ser escuchados y comprendidos en un ambiente de respeto y confianza y la importancia de hacer comunidad entre los jóvenes que pasan por la misma vivencia, resaltando la importancia de compartir entre pares, sus experiencias como foráneos. Esto conlleva a solventar la necesidad de inclusión que los estudiantes manifiestan y que vivencian de manera significativa.

B) Emociones

Los cambios que genera el salir de casa para continuar los estudios en otro lugar, no solamente se manifiestan a nivel contextual, sino también a nivel emocional. Dejar lo que se conoce y comenzar a vivir experiencias nuevas, que muchas veces se transitan sin tener compañía, es un cambio significativo para estos jóvenes y la institución ha podido percibir diferentes experiencias o dificultades por las que pueden pasar estos jóvenes universitarios foráneos. Una de las emociones que pueden vivenciar es la ansiedad, según una de las expertas contextuales, este es un estado que algunos de los jóvenes manifiestan al enfrentarse a un contexto distinto, ya que no tienen certeza de cómo manejar las situaciones que se les presentan y debido a la confusión que genera tratar de entender la realidad en la

que ahora están inmersos. Sobresale que estos alumnos aún siguen arraigados a su comunidad de origen, los estudiantes foráneos pueden declarar emociones como la soledad, tristeza, añoranza e incluso llegar a manifestar depresión.

Debido a este cúmulo de emociones y para las cuales, muchas veces no tienen las suficientes herramientas o medios para afrontar, llegan a tomar la decisión de regresar a su comunidad de origen y según la experta contextual, quienes deciden enfrentar las dificultades y sentimientos por los que pasan, sin saber cómo manejarlas, pueden estar en proceso de aislamiento, lo cual hace que se intensifiquen sentimientos como la ansiedad, tristeza y soledad. Por otro lado, los jóvenes manifiestan que, a pesar de estar conscientes de estas dificultades y este cúmulo de sentimientos, saben que deben “acostumbrarse” a este ritmo de vida que la ciudad les ofrece, (P1-E7M) y aun así siguen buscando la manera de “encajar” e integrarse a la universidad y a su nuevo contexto.

Los jóvenes manifiestan la necesidad de controlar las nuevas circunstancias a las que ahora se enfrentan y reconocen que necesitan desarrollar habilidades para enfrentar y facilitar el cambio que ahora viven, saben que en este momento es necesario responsabilizarse de sus tiempos, economía, alimentación, deberes tanto en la universidad como fuera de ella, pensar en su seguridad; desarrollar su paciencia, autonomía, autoconocimiento y confianza en sí mismos, aceptando que la adaptación a su nuevo estilo de vida, no se va a dar de una forma inmediata.

C) Aspectos que ayudan a los estudiantes a incorporarse al contexto universitario

A pesar de las distintas emociones y diversas experiencias que los jóvenes foráneos pueden experimentar, los universitarios son conscientes de que existen aspectos o personas que les pueden ayudar o apoyar, para hacer más sencilla esta transición. Los expertos puntualizan en que el apoyo de la familia, amigos y conocidos puede ser de gran ayuda, puesto que son personas con quienes existe un lazo de confianza y amor. Estas personas pueden ser trascendentales en las decisiones de los jóvenes, pueden influir directamente en alentarlos a que continúen con la licenciatura o bien, a la deserción y al regreso a su lugar de origen.

Este acompañamiento y el tener presente el propósito de salir de casa, les hace continuar con sus estudios, sin embargo, hay para quienes esto no es suficiente y tienen la necesidad de buscar ayuda dentro de la institución; los expertos reconocen que quienes solicitan ayuda psicológica, es porque se encuentran en un estado de verdadera necesidad de ser acompañados. Por otra parte, los jóvenes reconocen la búsqueda de pares, es decir, generan vínculos con otros jóvenes foráneos, pues reconocen que no es lo mismo expresar lo que viven con cualquier persona “(...) los foráneos nos entendemos entre nosotros, (...) nos juntamos y compartimos nuestras experiencias como foráneos, experiencias, anécdotas, como cuando te quedas sin agua caliente, luz, etc.” (P2-E4M).

D) Elementos que no ayudan a los estudiantes a sentirse parte del contexto

Por otra parte, existen elementos que pueden dificultar a los jóvenes la inmersión al nuevo contexto, y ellos reconocen que el no tener información sobre las diversas actividades que la universidad les ofrece es una limitante para poder involucrarse, así como la falta de conocimiento de sus nuevas responsabilidades tanto a nivel personal, universitario y dentro de la ciudad. Algo que algunos estudiantes ven como obstáculo para su desarrollo, es el reconocer que su timidez los restringe a no crear redes. Por esta razón, algunos entrevistados consideran como una necesidad generar espacios para vincularse y expresarse, “(...) considero que un espacio como este es muy productivo para aquellos que son más tímidos o que sienten que no han encontrado como encajar, puedan integrarse” (P2-E2F).

E) Estrategias de socialidad

Al reconocer este conjunto de aspectos, expertos de la institución universitaria, señalan que existe un interés en apoyar a este grupo de estudiantes. Para llevar a cabo esto, la institución cuenta con diversos grupos colectivos donde los estudiantes de toda la universidad pueden integrarse para hacer comunidad y donde se promueve la solidaridad, colaboración y la generación de nuevos vínculos. Sin embargo, los estudiantes foráneos han detectado que esto no es suficiente, es por esta razón que, al reconocer sus vivencias y dificultades experimentadas tienen la inquietud de generar espacios para los estudiantes recién llegados a la universidad,

son ellos quienes se acercan a la institución con el propósito de configurar redes de integración para compartir experiencias con personas que pasan por la misma situación. Al reconocer que la relación con los demás, facilita su integración y les ayuda a generar vínculos.

- **Iniciativa institucional**

A pesar de la identificación de la problemática y el conocimiento de las necesidades previamente mencionadas y detectadas por la institución y los estudiantes, no se ha profundizado en el tema. Si bien, la institución generó un manual para apoyar a este grupo de jóvenes desde el área psico afectiva, pocos alumnos tienen acceso a este material, ya que se carece del conocimiento de éste y es necesario pagar por ello. También se tuvo la iniciativa por parte de la institución de abrir un colectivo para acercarse a los estudiantes foráneos, con el interés de hacerlos sentir acompañados, se elaboró una estrategia de apoyo para que localizaran servicios básicos de alimentación y salud, sin dejar a un lado el darles a conocer sobre el acompañamiento espiritual y psico afectivo con que cuenta la universidad, haciéndoles mención de las actividades curriculares como talleres, salud física entre otros.

Se reconoce por parte de la institución, la necesidad y el beneficio de crear espacios de escucha entre pares, para compartir experiencias y crear lazos de apoyo, sin embargo, las iniciativas que se han tomado, en forma de una inducción para que los nuevos estudiantes conozcan a otros foráneos, son acciones aisladas y sin seguimiento.

Es importante señalar que, aun cuando la institución educativa ha mostrado interés por atender a este grupo de estudiantes foráneos, se ha colocado el énfasis en la atención para facilitar su incorporación a la vida universitaria. Asimismo, destacan las diferencias entre los estudiantes, así como las dificultades a las que se enfrentan, no únicamente en el contexto universitario, sino en la vida diaria.

Por ello, se hace hincapié en una intervención desde la mirada del Desarrollo Humano, donde se pueda hacer énfasis en la centralidad de los estudiantes considerados como personas que pueden desarrollar habilidades y capacidades, en

donde se perciba un ambiente de respeto, confianza, escucha y comprensión empática; y se fomente el autoconocimiento y descubrimiento entre pares. De manera que se favorezca la confianza y el diálogo, para que ellos puedan establecer suficiente confianza y seguridad para establecer sus propias redes de apoyo, las cuales, les puedan dar la oportunidad de seguir en comunicación o desarrollar redes de colaboración en donde se vinculen y generen comunidad; ésta última es importante, ya que se caracteriza por estos lazos de solidaridad, confianza, de apego, apoyo, con valores, ideologías y vivencias que generan vínculos y sentido de pertenencia.

Pregunta de intervención

¿Cómo facilitar que el autoconocimiento por medio de la experiencia en los estudiantes foráneos para que puedan validarse y reconocerse con habilidades para afrontar las condiciones que presenta su incursión a la vida universitaria?

Objeto de intervención: autoconocimiento

Medio de acercamiento al autoconocimiento: la experiencia

Sujetos de intervención: estudiantes foráneos

4. OBJETIVOS

El objetivo es el destino al que se desea llegar en cualquier trabajo y por medio de estos se desea dar orientación, sustento y claridad a este documento; es por lo que a continuación se presenta el objetivo general y los objetivos particulares de esta intervención.

Objetivo general

Que los estudiantes foráneos se compartan sus experiencias para facilitar su autoconocimiento y validen sus vivencias en el proceso de inclusión a la vida universitaria durante los primeros semestres.

Objetivos particulares

Que los estudiantes foráneos:

- Se autoconozcan por medio de sus experiencias para validarse.
- Validen sus experiencias y la de otros estudiantes foráneos para facilitar su inclusión a la vida universitaria.

5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para tener un panorama más amplio de la información que gira alrededor de las experiencias de los estudiantes foráneos que salen de casa para continuar sus estudios universitarios, se pretende generar un documento teórico, el cual, basándonos en la referencia de Londoño, et al., (2016) es base indispensable en la realización de cualquier intervención; ya que tiene como objetivo el análisis y estudio del área que se pretende intervenir; generando con esto, un amplio conocimiento del tema a tratar, dando pauta a nuevas posibilidades y panoramas de estudio.

Posterior al análisis de variados autores quienes hacen distintos y significativos aportes respecto a temas referentes a los estudiantes foráneos, nos podemos dar cuenta que existen variadas visiones desde donde abordar el tema. Lo que se pretende con este documento es exponer una perspectiva de la investigación realizada sobre el tema a intervenir.

Los textos que se muestran en el documento mayormente están enfocados a las vivencias y experiencias de estudiantes foráneos o de estudiantes indígenas que salen de su comunidad para continuar con sus estudios lejos de casa. Se exponen las distintas emociones que los mismos estudiantes expresan y lo que viven en esta transición, el desarraigo por el que tienen que pasar y lo difícil que puede ser sumergirse en una nueva comunidad, con diversidad de costumbres, ideologías, economía y hasta de lenguaje; la importancia de la familia que, aunque lejos, sigue siendo un soporte para los jóvenes. La manera en la que consciente o inconscientemente los universitarios tienen que buscar los recursos para formar parte de este nuevo contexto, en el que ellos decidieron estar. Se finaliza con una reflexión y con la pertinencia del presente proyecto de intervención.

Es importante mencionar que en este documento se refiere a *estudiantes foráneos* como aquellos estudiantes que salen de su lugar de residencia para llegar a la ciudad y continuar con sus estudios universitarios por el periodo de mínimo cuatro años.

El tema de los estudiantes foráneos desde distintas disciplinas

A lo largo de la investigación se puede enfatizar que el tema sobre los estudiantes foráneos ha sido producido a partir de distintas disciplinas y visto desde múltiples miradas, mayormente los trabajos son abordados de una perspectiva psicológica (Moreno, 2004; Repetto, 2016; Venegas, 2015; Cabrera, 2017; Moreno, 2003; Arias 1968); en segundo lugar desde la educación (Cornejo, 2013; Castillo, 2015; Maillard, 2008), después le siguen distintas disciplinas que van del trabajo social (Quijano, 2015), a humanidades y educación (Pernalete, Pérez y Peñaloza, 2015) e incluso, desde la nutrición (Peña, Cano, Burguete, Castro, León y Castellanos; 2009), sin dejar a un lado investigaciones a partir de la gestión y políticas desde la educación (Castro, Hernández, Guzmán, Machuca, Mariscal, Mata, Pérez, Ramos, Ramírez, Rodríguez, Saucedo y Silva; 2013) y en menor medida, a partir de la administración de empresas (Kishigami y Rivera; 2003) y la sociolingüística y la etnolingüística (Fernández, s.f.).

Documentos académicos por países

Se pudo observar que respecto a las indagaciones que han realizado los distintos países referentes al tema de intervención, resaltan en su mayoría los elaborados por instituciones mexicanas (Quijano, 2015; Castro, Hernández, Guzmán, Machuca, Mariscal, Mata, Pérez, Ramos, Ramírez, Rodríguez, Saucedo y Silva 2013; Venegas, 2015; Jiménez, 2015; Peña, Cano, Burguete, Castro, León y Castellanos, 2009; Kishigami, Rivera, 2003; Moreno, 2003), posteriormente por chilenas (Villarroel, Guerrero, Hernández, Maldonado y Román, 2014; Cornejo, 2013; Abarca y Zapata, 2018; Maillard, Ochoa, Valdivia, 2018), colombianas (Moreno, 2004; Rincón, Martínez y Sánchez; s.f.) y en menor medida por países como Argentina (Repetto, 2016), España (Fernández, s.f.), Uruguay (Cabrera, 2017) y Venezuela (Pernalete, Pérez, Peñaloza, 2015).

Metodologías utilizadas en los textos revisados

Para abordar el tema de los estudiantes foráneos existen múltiples metodologías, al darnos cuenta de esto pudimos percatarnos de las diversas maneras para producir información y los distintos métodos que cada autor emplea de acuerdo con su investigación. Estudios de casos fueron relevantes y dieron pauta para que el acercamiento al objeto de estudio se hiciera de manera cualitativa (Moreno, 2004; Castro, Hernández, Guzmán, Machuca, Mariscal, Mata, Pérez, Ramos, Ramírez, Rodríguez, Saucedo y Silva, 2013; Pernalete, Pérez y Peñaloza, 2015; Cabrera, 2017), siendo bajo una técnica de estudio de caso (Villarroel, Guerrero, Hernández, Maldonado y Román, 2014), específicamente basados en la elaboración de entrevistas (Repetto, 2016; Fernández, s.f.; Jiménez, 2017; Abarca y Zapata, 2018; Maillard, Ochoa y Valdivia, 2018; Cornejo, 2013), o bajo un taller (Venegas, 2015). También resaltan las indagaciones por medio cuantitativo (Quijano, 2015; Rincón, Martínez y Sánchez, s.f.; Castillo, 2015), en menor medida las referentes a pruebas (Moreno, 2003; Arias, 1968).

Tipos de documentos

Dentro de los documentos que ayudaron como referencia de lo ya indagado sobre los jóvenes foráneos, los mayormente notorios fueron las tesis (Quijano, 2015; Rincón, Martínez y Sánchez, s.f.; Venegas, 2015; Fernández, s.f.; Cabrera, 2017; Castillo, 2015; Kishigami y Rivera; 2003), algunos otros, la fuente fueron capítulos de libros (Castro, Hernández, Guzmán, Machuca, Mariscal, Mata, Pérez, Ramos, Ramírez, Rodríguez, Saucedo y Silva; 2013), o mediante revistas (Villarroel, Guerrero, Hernández, Maldonado y Román, 2014; Pernalete, Pérez y Peñaloza, 2015; Arias, 1968), sin dejar a un lado las publicaciones en páginas web (Moreno, 2004; Repetto, 2016; Jiménez, 2017; Peña, Cano, Burguete, Castro, León y Castellanos, 2009; Cornejo, 2013; Abarca y Zapata, 2018; Maillard, Ochoa y Valdivia, 2018), finalmente, si indagó en investigaciones con respecto a los estudiantes foráneos (Moreno, 2003; Arias, 1986).

Temas adyacentes a la problemática de estudio

En la revisión de los temas que cada autor presenta, pudimos descubrir los diferentes enfoques y problemáticas dentro de las cuales destacan la inclusión de estos jóvenes al contexto (Castro, Hernández, Guzmán, Machuca, Mariscal, Mata, Pérez, Ramos, Ramírez, Rodríguez, Saucedo y Silva, 2013; Villarroel, Guerrero, Hernández, Maldonado y Román, 2014; Castillo, 2015), el desarraigo que vivencian (Repetto, 2016; Cabrera, 2017), y de manera enriquecedora podemos descubrir que existen diversas temáticas en los trabajos encontrados tales como: Adaptación (Arias, 1968), alimentación (Peña, Cano, Burguete, Castro, León, y Castellanos, 2009), calidad de vida de los jóvenes gracias a los apoyos sociales (Kishigami y Rivera, 2003), choque intralingüístico (Fernández, 2016) la influencia en su desempeño académico (Quijano, 2015), discriminación (Abarca y Zapata; 2018), influencia de la economía (Moreno, 2004), las emociones que vivencian (Venegas, 2015).

Asimismo, en los estudios revisados se presentan temáticas ligadas a estereotipos que existen dentro de la universidad (Rincón, Martínez y Sánchez, s.f.), las experiencias y problemas que enfrentan (Maillard, Ochoa y Valdivia, 2018; Cornejo, 2013; Jiménez, 2017; Pernalete, Pérez y Peñaloza, 2015). De acuerdo con lo anterior, en las siguientes líneas se presentan los estudios en relación con las temáticas que presentan los estudiantes que dejan su comunidad de origen para ir a estudiar la universidad.

Implicaciones, retos y sacrificios tras una decisión

La toma de una decisión debería implicar firmeza y determinación ante la resolución de “algo”, es con esta seguridad con la que se supone, un joven debería decidir salir de casa para continuar sus estudios lejos de lo que conoce. Independientemente de que estos términos se den o no, podríamos suponer que esta decisión será el inicio de un cúmulo de experiencias y sensaciones por vivir; sin embargo, es poco probable imaginar todo lo que realmente implica en cada uno de estos jóvenes el lugar en donde siempre ha estado para continuar sus estudios universitarios.

Cada decisión que se toma tiene una implicación. Al respecto, Jiménez (2017) señala que el dejar la casa familiar involucra la necesidad de tener un nuevo lugar en donde vivir y para muchos estudiantes, éste puede ser uno de los primeros conflictos por resolver, ya que esto involucrará sacrificios, gastos y una nueva organización tanto de parte de los familiares como de los estudiantes, es de esta manera, como una pensión o estancia para un estudiante foráneo no solo se convierte en su nuevo hogar sino en una responsabilidad que necesitará aprender a sobrellevar.

En relación con lo anterior, Cornejo (2013) indagó acerca de la deserción de los estudiantes debido a razones económicas, ya que de acuerdo con los testimonios es algo que llega a afectar a los estudiantes foráneos, especialmente a quienes son de comunidades rurales, a pesar de que muchos de ellos pueden recibir ayuda económica, no logran cubrir los múltiples gastos como lo son la alimentación, renta, los medios de transporte, colegiaturas y los gastos para materiales escolares, por decir lo menos; este es un aliciente para que los jóvenes se vean en la necesidad de abandonar los estudios.

Se debe destacar que el hecho de contar con recursos económicos es algo que influye directamente en la autonomía, responsabilidad y libertad de los estudiantes y esto ayuda a fomentar su desarrollo (Moreno, 2004). Sin embargo, es importante mencionar que, si bien la economía ayuda, no se puede dejar de lado la implicación que tiene en los jóvenes foráneos la pérdida de la seguridad familiar, ya que el contar con un capital puede solventar sus necesidades financieras, pero con ello, no logran cubrir sus necesidades emocionales.

Uno de los sucesos que los estudiantes foráneos pueden manifestar es estrés, debido al cambio que están enfrentando, esto puede influir en su desarrollo social, ya que estar desenvolviéndose en un nuevo contexto implica un esfuerzo por entender sus nuevos roles; intentar “acomodarse” a ellos e incluso, un sentido de impotencia por la incapacidad de comprender el nuevo espacio en donde ahora están. Se puede hacer énfasis en las distintas emociones que un universitario foráneo puede experimentar cuando está en un grupo desconocido, en donde

pueden vivenciar preocupación al no sentirse capaz para desenvolverse (Venegas, 2015).

Es importante centrarse en las emociones que experimentan los estudiantes foráneos. Si bien es cierto que su desempeño académico no se ha visto mermado, también es cierto que resienten el cambio de vida, pasando por emociones como angustia, tristeza y soledad ligado a la falta de comunicación y al contacto presencial con familiares y amigos (Quijano, 2015). Estas emociones en los estudiantes son más recurrentes en los primeros semestres y es necesario poder ver estas circunstancias para generar medios que faciliten y apoyen a los universitarios.

Así como existen emociones que pueden pasar desapercibidas para los estudiantes y que muchos solamente detectan cuando se sienten en una situación crítica, existen cuestiones que también suelen no cuidar o no dar importancia, la alimentación es algo que debería ser relevante para un buen desempeño universitario, sin embargo, debido a que muchos jóvenes que salen de casa, no estaban acostumbrados a atender este aspecto de su vida, el cuidado por su alimentación se vuelve algo secundario y de poca importancia para muchos de ellos, nos podemos percatar de esto ya que a diferencia de los estudiantes locales, los foráneos y en mayor medida los hombres, presentan un mayor índice de sobrepeso y obesidad, está visto que los estudiantes foráneos tienen más riesgos de desarrollar hábitos alimenticios inapropiados que posteriormente pueden generarles mayores problemas (Peña, Cano, Burguete Castro, León y Castellanos, 2009).

Los estudiantes foráneos no solo se enfrentan a vivencias emocionales y personales sino también a un intercambio intralingüístico, tanto con otros foráneos como con los universitarios residentes. Algunos estudiantes se ven en la necesidad de modificar su manera de hablar o de omitir palabras y frases que usualmente dirían en su lugar de origen, intentando de manera consciente o inconsciente adoptar un lenguaje de acuerdo al contexto en donde ahora se encuentra, para de esta manera tener un sentido de pertenencia y crear vínculos (Fernández, s.f.).

Puede ser difícil sentirse parte de un lugar si dentro de éste se tiene una vivencia de discriminación, estas situaciones son más notorias cuando el nivel económico o

de circunstancias son marcados, tal es el caso de los indígenas que si bien, son foráneos como cualquier otro estudiante urbano, hay estudios en donde se muestra que son más susceptibles a agresiones económicas, sociales, culturales e ideológicas tanto dentro de una universidad como fuera de ella (Abarca y Zapata, 2018; Maillard, Ochoa, Valdivia, 2018).

Es por estas situaciones que vale la pena que estos jóvenes puedan compartir entre pares sus experiencias como estudiantes foráneos, conversar sobre cuáles son sus vivencias, acompañarse mediante redes de apoyo para forjar vínculos entre ellos, es decir, que mediante estos recursos se genere un acercamiento y unión con quienes pasan por vivencias similares.

Importancia de los lazos afectivos

A pesar de estar lejos de casa, algo que es importante para estos jóvenes estudiantes, es el apoyo familiar, se sabe que los universitarios se enfrentarán a diversos retos, tanto personales, sociales y económicos. Del mismo modo, se encontrarán con la posibilidad de generar lazos afectivos, con nuevas amistades, de manera que puedan comenzar a relacionarse con el contexto (Pernalette, Pérez y Peñaloza, 2015). Sin embargo, la nostalgia al estar lejos de casa y no poder compartir las nuevas experiencias que ahora viven, es algo que los estudiantes que están fuera de casa son más susceptibles de vivenciar. Algo más a lo que se enfrentan es el desarraigo (Repetto, 2016), su identidad se ve afectada, pues al dejar su lugar de origen y trasladarse a la ciudad es necesario que se muevan en un nuevo sistema, tanto escolar como social. Este cambio suele afectar a los universitarios por medio de dificultades para interactuar con el otro, es por ello que los lazos que se puedan generar potencializarán su arraigo al nuevo entorno.

Es precisamente la inclusión (Castro, et. al, 2013) a nuevas redes en donde estos estudiantes pueden generar relaciones afectivas y donde gracias a esto ellos puedan agilizar su proceso de integración, sin embargo, es importante que la universidad cuente con espacios para que estos jóvenes puedan socializar o expresar sus inquietudes, dudas y sentimientos. Esto, no con la idea de generar estereotipos (Rincón, Martínez y Sánchez; s.f.) pero si de tener en cuenta la realidad

de estos jóvenes y que exista una comunidad con necesidades y vivencias específicas, ya que, al no saber cómo sobrellevarlas, pueden influir de manera negativa, ya sea de modo emocional o incluso fomentar la deserción.

Visibilizar a los jóvenes foráneos es el primer paso para generar herramientas que los ayuden en esta transición. A partir de la decisión que toman, se generarán una serie de experiencias y cambios, que estando acompañados podría ser más sencillo sobrellevar y aún más enriquecedor sería compartir experiencias con personas que viven las mismas circunstancias. Fomentar la adaptación (Arias; 1968) influirá directamente en su desempeño, en sus emociones y en su forma de ver las circunstancias que se les presentan.

El autoconocimiento como herramienta para la validación de los estudiantes foráneos

El autoconocimiento es una herramienta propia de los seres humanos que les permite saber más de sí mismos y funciona como una herramienta para sobrellevar los conflictos que se presentan en la vida, reconocer su manera de reaccionar, de pensar y de sentir. Desde este punto de vista, Eurich (2018) señala que el autoconocimiento se manifiesta en el momento en que hacemos conscientes los valores y los principios que orientan nuestra vida, nuestras expectativas y nuestras motivaciones para entender el mundo y desarrollarnos en él. El autoconocimiento, desde Eurich (2018) también engloba comprender nuestros propios sentimientos, pensamientos o sensaciones que experimentamos frente a situaciones específicas.

Desde el punto de vista de Celis (2006), el autoconocimiento está muy ligado a identificarnos a nosotros mismos en medio de la multitud. Por su parte, Hernández (2014), considera que el autoconocimiento es la capacidad de ser conscientes de nuestra historia personal y ponerla en relación con el presente; darnos cuenta de lo que hemos vivido y aprendido, reconociendo quiénes somos, por qué somos así, para ponerle nombre a nuestras experiencias. Hernández (2014) refiere que el autoconocimiento implica reconocernos desde lo que habita en nosotros y no desde nuestras carencias.

Desde la perspectiva del Enfoque Centrado en la Persona, Rogers (2016) apunta que el autoconocimiento es parte fundamental de la tendencia actualizante porque implica un proceso de aceptación del sí mismo, del yo. El autoconocimiento es una capacidad que nos permite ser nosotros mismos y debería de ser mayormente fomentado cuando hay cambios en la persona, es esta una razón por la cual se hace necesario para algunos generar autoconocimiento, que además, no es un proceso ni lineal ni por etapas en donde se tenga que pasar de una a otra sin regresar. Al contrario, el autoconocimiento es un camino en constante movimiento, con muchos cambios y discontinuidades. Al respecto, Rogers (2016) afirma que, lejos de partir de la negación de carencias, el autoconocimiento es recurso para la autoaceptación.

Rogers (2016) añade que el autoconocimiento significa estar frente a los efectos de conocernos realmente. Y eso puede no ser un proceso pacífico a nivel personal, en especial porque será preciso trastocar el mundo emocional, físico y social, donde las relaciones interpersonales nos confrontan con partes de nuestro ser.

El autoconocimiento requiere voltear hacia nosotros mismos y conocernos, aceptar nuestras habilidades y nuestros defectos, con la intención de dejar de vivir en la *incongruencia*, entendida como vivirse de una manera sin estar conforme con ello. Es como querer vivir de una manera, pero no hacerlo por temor, por no compaginar con lo permitido social y culturalmente, pero que a la larga, trae consecuencias para el organismo.

Promover el autoconocimiento en los estudiantes foráneos es muy importante para que encuentren en ellos un sentido a lo que viven en su incursión a la vida universitaria, que identifiquen sus valores y su estilo de vida actual y que al mismo tiempo reconozcan lo que sienten.

Desde la perspectiva de Rogers (1985), un medio para llegar al autoconocimiento es la experiencia, porque denota si la persona es capaz de relacionarse consigo mismo y con los demás desde la congruencia. El autoconocimiento permite vivirse de manera más genuina y transparente; estar mejor consigo mismos y permite tener

relaciones interpersonales sanas. Entonces, abrirse al autoconocimiento por medio de la experiencia facilita el desarrollo personal y potencia la tendencia actualizante.

Siguiendo con Rogers (1980), en la medida en que la persona se autoconozca y se acepte tenderá a potenciar su crecimiento personal, a un nivel que ni la misma persona lo hubiera imaginado. Desde luego, el autoconocimiento es un proceso que no tiene fin, pues engloba distintas áreas de la persona. Y podemos agregar que el autoconocimiento puede acotarse a un periodo de tiempo, como sucede con la incursión de los estudiantes foráneos a la universidad, durante los primeros semestres. Partiendo de la postura de Rogers (1980), el autoconocimiento está estrechamente ligado a la experiencia.

Las emociones, compañeras inseparables de los estudiantes foráneos

Las emociones son fieles acompañantes de los estudiantes foráneos cuando dejan su hogar para estudiar en un lugar que les es ajeno. Para bien y para mal, las emociones están presentes en todo momento, se acumulan, se agudizan y forman parte de las decisiones de las personas.

Las emociones han sido estudiadas desde distintas perspectivas, tal parece que hablar de emociones es hacer referencia a la interrelación entre un mundo personal y un mundo que compartimos con los demás, pues no solo las sentimos y las expresamos, sino que, también son moldeables y cambiantes de acuerdo a situaciones y contextos particulares. Hay algunas perspectivas como las de Bisquerra (2000) y Punset (2015), que indican que las emociones son una forma en que el organismo responde a una situación específica, pero se relacionan con el contexto de la persona.

Las emociones forman parte de nuestra naturaleza como humanos, son innatas y al mismo tiempo son construidas y alimentadas por costumbres, ideologías, historia y cultura. Podemos decir que, están presentes en la manera en que nos relacionamos con los demás y con el mundo.

De acuerdo con Larios (2010) las emociones son el conjunto de sensaciones que una persona puede experimentar, frente a diversidad de condiciones. De cierta manera, las emociones forman parte inherente del ser humano, es decir, nacemos

con ellas y de manera frecuente las expresamos de forma no consciente porque no podemos tener control de ellas, pero de alguna manera es posible gestionarlas (Cervantes, 2017).

Por su parte, Hochschild (1990 en Kemper, 1990) afirma que las emociones forman parte de nuestros sentidos, tal como sucede con la vista, el olfato, el gusto o el oído, porque a la vez que percibimos también comunicamos. A decir de Hochschild (1990 en Kemper, 1990) las emociones muestran lo que hay afuera y son expresadas desde la manera en que la persona las vive.

Cuando expresamos las emociones podemos hacerlo mediante el lenguaje corporal o los gestos. Aunque en realidad, las emociones implican un proceso donde se vincula la gestualidad, las sensaciones, los valores, las normas, las reglas, y las pautas de conducta socio-culturales y el posicionamiento de la persona en el mundo (Enríquez, 2014).

En este sentido, entendemos que las emociones son íntimas y subjetivas (Enríquez, 2014), pero no pueden separarse del entorno de quien las experimenta. Por esta razón, no es posible minimizarlas ni desvalorarlas, pues su sentido es relacional, es decir, está unido a una parte íntima de la persona y al mismo tiempo, tiene una estrecha relación con su entorno.

Precisamente, Sutil (2013) habla respecto a que las emociones se enmarcan en un contexto particular y están alimentadas por la cultura del lugar y la aprehende la persona, por esa razón es que las emociones parecen mostrar un tejido muy fuerte entre la persona y el lugar en el que vive y se desarrolla. Aunque los estudiantes foráneos y en general, las personas pueden cambiar de lugar, los barrios y las colonias conforman nodos culturales particulares. Por eso es que, cuando los estudiantes foráneos cambian de lugar, se sienten en un principio ajenos a él.

En parte es cierto, porque en el contexto universitario predomina la multiculturalidad en los estudiantes, porque provienen de distintos estratos sociales, ideológicos, culturales y económicos. Entonces, aun cuando las emociones son innatas, la manera de expresarlas, no lo es, pues responde a aspectos socio-histórico-culturales. Así, es posible señalar que las emociones tienen una valoración

sociocultural, pueden ser consideradas como buenas, malas, regulares, pertinentes o no pertinentes de acuerdo con el lugar donde se inscribe. Por ese motivo es que coincidimos con Thoits (2011) al sostener que las emociones varían en la manera de expresarse y en la selección de cuáles demostrar, así como los momentos en que se valora mostrarlas o no, dando como resultado una multiplicidad de “etiquetas de emociones” con sus propios significados (Thoits, 2011, p.320). Aunque pueda tratarse de la misma emoción, esta puede cambiar dependiendo del entorno. Por ello, Thoits (2011) asegura que existen tantas emociones como culturas.

Las emociones pronuncian la vivencia y la experiencia de la persona y de su entorno, por lo cual, le permiten a la persona orientarse en el mundo, entonces, la persona, las emociones y el contexto se vuelven indisolubles (Cervantes, 2016). Desde esta perspectiva, es posible entender que las emociones y la persona se configuran y reconfiguran conforme lo hace su entorno y ellas mismas. Es decir, a partir de sus experiencias y de sus vivencias, las personas pueden modificar su manera de ser y de sentir, como también pueden cambiarlas al momento de estar en nuevos contextos.

Hay momentos en que las emociones en los estudiantes foráneos están a flor de piel, porque se viven en periodos de soledad, tristeza, frustración, enojo, melancolía, añoranza, esperanza, miedo y en algunas ocasiones de felicidad, entre otras más. A veces las emociones se presentan como un torrente que corre por la sangre bombeando el cerebro y el corazón, pero sin regulación y sin control. Especialmente ante la incertidumbre de no saber si tomaron buenas decisiones o no, en cuanto a dejar su lugar de origen, el lugar de llegada, la carrera elegida, etc., incluso, ante la falta de amigos con quienes puedan convivir.

Precisamente, una característica que tienen las emociones es que, según Enríquez (2014), son relacionales porque son el medio para establecer un vínculo con los demás. Un elemento a considerar es que, aunque las personas estén en la misma situación, no experimentan una emoción de la misma manera. Esto sucede porque según Enríquez (2014) varía el contexto socio cultural y el momento histórico en

que eso sucede. Un aspecto en el que Enríquez (2014) pone especial énfasis es en señalar que las emociones no se pueden separar del entorno donde son expresadas.

Otra perspectiva relacionada con las emociones la expresa Fridji (1986), quien sostiene que las emociones están vinculadas a estructuras de significado, es decir, a aquellas situaciones, lugares, personas, cosas, incluso metas y expectativas, en las cuales, las emociones surgen de manera impulsiva y movilizan acciones.

Entonces, para entender las emociones de los estudiantes foráneos es necesario tomar en cuenta su experiencia, las situaciones en las que se presentan, el significado que les atribuyen, la manera en que las expresiones de esas emociones cambian en el nuevo contexto y qué hacen para sobrellevar esos momentos, también el modo en que ellos se perciben a través de sus emociones, la manera en que se reconocen y se reconfiguran.

En especial, porque como señalan los autores, las emociones son relacionales y los estudiantes foráneos estructuran formas de relacionarse con los demás y con su entorno a partir de lo aprendido en su lugar de origen. Al mismo tiempo, desde el concepto del Desarrollo Humano, las personas tienen la capacidad para cambiar, crecer y potenciar sus habilidades. En el entronque entre ser persona y las emociones, se despliega una multiplicidad de percepciones, expresiones, actitudes y formas de ser, combinadas con el entorno particular.

Las necesidades básicas desde la perspectiva de Maslow

Cuando se trata de estudiantes foráneos es común que, en el nuevo entorno, se enfrenten a situaciones de la vida diaria donde tienen que hacerse cargo de ellos mismos y cubrir sus necesidades básicas como son la alimentación, salud, vivienda, servicios, ocio, amigos, la seguridad, entre otros.

Por ello es que recurrimos a la perspectiva de Maslow (2016), pues la seguridad es una de las necesidades más recurrentes a cubrir. Una vez que nuestras necesidades son cubiertas, podemos avanzar en el curso de nuestras expectativas y hacer aquello que es importante para cada uno de nosotros. Para Maslow (2016), la necesidad más básica para el ser humano es la de sentir seguridad; por lo cual, para que una persona pueda avanzar hacia su desarrollo, es necesario satisfacer

las necesidades fisiológicas como la respiración, la alimentación, el descanso y la actividad sexual.

Una vez cubiertas las necesidades fisiológicas es importante atender las de seguridad, las cuales de acuerdo con Maslow (2016) estas se refieren a tener los recursos mínimos para sentir que pertenecen a un contexto, entre ellos está el recurso financiero, y la seguridad de desplazarse por el barrio sintiéndose parte de él. En los estudiantes foráneos esta necesidad de seguridad es fundamental porque hoy en día vivimos en una permanente incertidumbre ante la inseguridad que se vive en la ciudad. A ello se agrega la falta de sentirse no pertenecidos en un contexto que es nuevo para ellos y la imperiosa tarea de hacer rendir el dinero que tienen.

Siguiendo con Maslow (2016), en el siguiente nivel en la pirámide de necesidades se encuentra la necesidad de ser apreciado y respetado. Sin duda, esta necesidad es una de las que más relevantes para los estudiantes foráneos, pues al dejar su lugar de origen, ponderan las alternativas que tienen para lograr metas en el corto, mediano y largo plazo.

Algo que los estudiantes foráneos enfrentan al vivir lejos de casa es el no sentirse seguros ante el nuevo contexto, por esa razón es necesario ofrecer un espacio donde puedan compartir sus experiencias. Esta postura es compartida por Maslow (1979) quien puntualiza que la naturaleza humana es buena o neutral y no mala, también agrega que, es mucho más conveniente sacarla a la luz y cultivarla que intentar ahogarla.

La importancia de cubrir necesidades básicas responde al carácter un tanto biológico y otro tanto subjetivo. Al respecto, Maslow (1979) señala que las necesidades básicas (vida, inmunidad y seguridad, pertenencia y afecto, respeto y auto-respeto, auto-realización), las emociones humanas básicas y las potencialidades humanas básicas son, según todas las apariencias, neutrales, premorales o positivamente “buenas”. Lo que sí sucede de manera frecuente es que la naturaleza del ser humano al ser débil, puede ser derrotada por los hábitos y las presiones sociales. Por eso, los estudiantes foráneos se viven en una constante

tensión entre hacerse responsables de sí mismos y la confrontación de inversión de tiempo, energía y recursos necesarios para tal fin.

A decir de Maslow (1979), con el afán de cubrir sus necesidades las personas se enfrentan inevitablemente, aunque en diferentes momentos y con distinta intensidad, a la disciplina, la privación, la frustración, el dolor y la tragedia. Pero, al mismo tiempo, son convenientes en tanto que facilitan el crecimiento personal, puesto que están relacionadas con un sentimiento de autorrespeto y autoconfianza saludables vinculadas a su vez con la idea del sacrificio en pos de su autorrealización. Siguiendo con esta idea de Maslow (1979), estas vivencias del ser humano pueden tener un sentido de trascendencia y en el cual, es necesario recorrer un camino de sufrimiento y de conflicto para llegar al desarrollo pleno.

Maslow (1979) entiende el *desarrollo* como un conjunto de procesos dirigidos a que la persona se autorrealice, y puede extenderse a lo largo de vida de la persona. Es decir, no el desarrollo es un proceso que acompaña al ser humano en su camino por la vida y por el mundo. El desarrollo implica pues, la satisfacción de las necesidades básicas, pero también está acompañado de expectativas, motivaciones, habilidades, talentos, capacidades y potencialidades.

Finalmente, podemos agregar que los trabajos encontrados en la literatura muestran que el tema de los estudiantes que dejan sus comunidades para ir a estudiar a una universidad ha sido atendido desde una diversidad de miradas disciplinares y conceptuales. Pero no han colocado el énfasis en la creación de redes de apoyo entre jóvenes foráneos, mediante las cuales estos estudiantes puedan compartir sus experiencias de manera que se sientan identificados y acompañados con sus pares, generando con esto la facilitación de su incorporación no solo a la universidad, sino al contexto en el que ahora están. De la misma manera, ha pasado desapercibido el hecho de promover sus habilidades socio-emocionales para generar mayor sensibilidad de lo que vivencian a nivel emocional. De ahí, la importancia de un proyecto de intervención que facilite la interacción entre estos jóvenes pueda fomentar el conocimiento de sus habilidades desde el Desarrollo Humano, en particular desde el Enfoque Centrado en la Persona.

El Desarrollo Humano como pilar de la intervención

Para este proyecto de intervención fue importante partir del campo del Desarrollo Humano porque precisamente concibe a las personas con habilidades, capacidades y con libertad para la toma de decisiones, esta concepción de la persona también posibilita el cambio a partir de sus experiencias, lo que piensan, sienten, así como de sus recursos para hacerlo. Se coincide con Carretero (2004) al señalar que el Desarrollo Humano concibe a la persona como un proceso, muy dinámico el cual está en constante movimiento hacia su propio desarrollo. De tal manera que no se trata de un proceso lineal; en parte porque la persona es un ser capaz de ir afinando, cambiando y reconfigurando la percepción de sí mismo y de su entorno. En este proceso, la persona también va reconstruyendo significados que dan sentido a su vida.

Esta perspectiva del Desarrollo Humano fue útil para la intervención a los estudiantes foráneos puesto que se parte de considerarlos como personas con experiencias a las que les otorgan significados. Que toman decisiones para construir, reconstruir su vida y con la libertad para hacerlo. De la misma manera que el Desarrollo Humano también se concibe a los estudiantes foráneos como seres únicos; quienes en la decisión de irse a estudiar fuera de su lugar de origen deciden también enfrentarse a momentos de incertidumbre y en muchos momentos en solitario.

Esta condición de seres únicos se impide crear recetas o manuales que se sigan al pie de la letra, sino que se trata de ofrecer un espacio para el crecimiento personal, con libertad y autenticidad, puesto que desde el Desarrollo Humano se pretende la no direccionalidad, si no la búsqueda de sentido y el reconocimiento de la experiencia como una herramienta para potenciar el crecimiento personal. Es importante precisar que esto es posible debido a que el Desarrollo Humano tiene como base la psicología humanista y existencial (Carretero, 2004).

El Desarrollo Humano permite generar relaciones interpersonales que les permitan, en este caso a los estudiantes foráneos, generar recursos a partir de la interacción con otros o con quienes han pasado por experiencias semejantes. Promoviendo las

denominadas relaciones de ayuda, concebidas por Rogers como “aquella (relación) en la que debería surgir en una o ambas partes un esfuerzo encaminado a obtener una mejor expresión y un considerable uso funcional de los recursos internos latentes del individuo” (Rogers, 1986, p.81). En este sentido, Lafarga (2005) afirma que estas relaciones tienen algunas particularidades entre ellas que se pueden generar de uno a uno o relaciones grupales entre iguales; es decir sin diferenciar estatus o jerarquías. Este tipo de relación promueve el cambio en este caso de los estudiantes foráneos fomentando su desarrollo. Un aspecto importante a resaltar es que esta relación también facilita la apertura a la experiencia a expresar su forma de pensar; a fortalecer su autoestima y autodeterminación individual, en un ambiente de respeto (Lafarga, 2005).

Este tipo de relación también ayuda de acuerdo con Okun (2001) a que los demás, en el caso particular de los estudiantes foráneos a entender, superar experiencias y enfrentarse a la resolución de problemas cotidianos. Dentro de la intervención los encuentros interpersonales promueven valores desde lo individual hasta lo grupal, pues de acuerdo con Lafarga (2013) se libera la tendencia básica al crecimiento de las personas, para lo cual es necesario establecer una relación interpersonal comprensiva, respetuosa, amable e incondicional. Un autor que habla de este crecimiento y de las condiciones para esta relación incondicional es el humanista Carl Rogers.

El Enfoque Centrado en la Persona (EPC) para crear un clima de confianza

Dentro de estas relaciones interpersonales que sugiere Lafarga (2005), es importante que se genere un ambiente de confianza. Para ello, Rogers quien fuera uno de los promotores de la perspectiva humanista propone el Enfoque Centrado en la Persona; el cual al decir de Martínez (2006), es aplicable a cualquier relación interpersonal, generando enriquecimiento gracias a las diferencias que existen entre las personas.

Desde la perspectiva humanista, Rogers (1986) concibe a la persona con libertad, capacidad de elección consiente y que tiende al progreso a partir de la capacidad que tiene de saber, y de hacer consciente que lo sabe. A este progreso personal, lo

llama tendencia actualizante, entendida por Rogers y Kinget (1967) como la capacidad que tiene el individuo a desarrollar sus potencialidades físicas y psíquicas para promover su conservación y enriquecimiento tomando en cuenta su contexto, sus posibilidades y sus límites. Un aspecto para que esta relación interpersonal sea fértil, Rogers (1959) afirma que deben presentarse los siguientes criterios:

- a) Que dos personas estén en contacto.
- b) Que al menos una de ellas (los estudiantes foráneos) se encuentre en estado de incongruencia, vulnerabilidad o angustia.
- c) Que el facilitador sea congruente.
- d) Que el facilitador muestre al cliente aceptación positiva incondicional.
- e) Comprensión empática.
- f) Que, en este caso, los estudiantes foráneos perciban aceptación positiva incondicional y la comprensión empática por parte del facilitador.

A partir de estas seis condiciones resaltan tres aspectos fundamentales, en la relación interpersonal, se trata de: *la comprensión empática, la escucha activa y la aceptación positiva incondicional*, los cuales se describen a continuación:

Desde el Enfoque Centrado en la Persona se considera que cada persona es única e irrepetible. Dentro de las condiciones para la relación interpersonal se propone *la empatía* como un medio para comprender a la persona. A decir de Carretero (2004, p. 38) la empatía se refiere a la capacidad para ver “el mundo como el otro lo ve”, poniendo entre paréntesis nuestros prejuicios y nuestra experiencia para comprender la manera en que la persona se percibe a sí mismo y a su mundo.

A la empatía, Rogers (1982) la denominó como *comprensión empática*, la cual es definida como la capacidad de ponerse en el lugar del otro, sin perderse de vista a uno mismo, este elemento es fundamental en una relación de facilitación, puesto que favorece cambios a nivel personal. Es importante mencionar que la comprensión empática en la relación interpersonal no es lineal ni se presenta de manera automática; sino que se trata de un proceso. Al respecto Vanaerschot (1997, p.64), afirma que “ser empático es un proceso, una interacción entre dos

personas en donde la persona que empatiza continuamente está dispuesta a centrarse en la otra persona". Siguiendo con Vanaerschot (1997) considera que la empatía no se trata de una habilidad que pocos puedan tener; por el contrario, es algo que se puede aprender y enseñar. Así mismo se trata de un proceso complejo pues requiere poner entre paréntesis los propios sentimientos y pensamientos para ponerse en disposición de acompañar al otro.

En relación con la *aceptación positiva incondicional* Rogers (1959) considera que es tarea del facilitador lograr con autenticidad aceptar a quien está acompañando en ese momento ya que considera, que se trata de una necesidad que las personas tienen a lo largo de la vida y que debe ser satisfecha. Se coincide con Burns (1990) al decir que si una persona se siente aceptada, aprobada y valorada por quien es, se puede percibir de manera positiva. De esta manera la aceptación positiva incondicional, facilita que la otra persona pueda ser ella misma, se exprese con libertad, sin temor a juicio ni reprobación de ideas, sentimientos y experiencias (Barceló, 2012).

De acuerdo con Rogers (2004), la aceptación positiva incondicional es benéfica tanto para quien habla como para quien escucha, puesto que la facilitadora tiene un deseo genuino de que la persona pueda expresar de manera legítima cualquier sentimiento que esté vivenciando en ese momento, ya sea temor, confusión, orgullo, enojo, pánico, coraje o amor. Esta condición responde a que es imprescindible aceptar a la persona como es, valorándola de manera incondicional, reconociéndola con habilidades, sentimientos y potencialidades, capaz de desarrollarse y crecer, haciéndose responsable de sus acciones y de las consecuencias de sus decisiones.

Partiendo de este postulado de Rogers (1959) y para la intervención, reconocemos que no basta con que la facilitadora sea empática y acepte de incondicionalmente a los estudiantes foráneos, sino que debe de reconocerlos como personas y sin emitir juicios y, además, debe expresar esta aceptación positiva incondicional de manera que ellos, puedan recibir este mensaje de manera auténtica. Por su parte, Barceló (2003), afirma que, si se logra crear un ambiente adecuado, será posible facilitar el crecimiento de las personas.

En cuanto a la *escucha activa*, es importante apuntar que desde la perspectiva rogeriana, se concibe que “nosotros no solo escuchamos con los oídos, sino también con nuestros ojos, con nuestra mente, el corazón y la imaginación” (Subiela, Abellón, Celdrán, Manzanares y Satorres, 2014, p.4). Partiendo de este punto, la escucha activa consiste en poner atención a aquello que las personas expresan, al tono en que lo dicen, el volumen de la voz y a los movimientos del cuerpo. También implica validar lo que dicen, hacerlas sentir que son aceptadas y que son dignas de que se les dedique tiempo.

Para la facilitadora, implica que sus sentidos estén atentos a la persona, concentrándose en escuchar, mirar y comprender aquello que le expresan los demás. De esta manera, la escucha activa va más allá de oír como una actividad mecánica de los sentidos. Al respecto, Subiela, Abellón, Celdrán, Manzanares y Satorres (2014), sostienen que la escucha activa es un recurso sustancial para apuntalar habilidades de comunicación porque mejora la calidad de la misma entre las personas. Asimismo, en la escucha activa es relevante lo que se dice, pero de igual manera se pone atención al silencio, puesto que de acuerdo con Subiela, Abellón, Celdrán, Manzanares y Satorres (2014), guardar silencio no significa estar ausente. Por el contrario, es parte de mantener una postura atenta, abierta y con predisposición para estar con la persona, atendiéndola y entendiéndola.

Por otro lado, estos autores (Subiela, Abellón, Celdrán, Manzanares y Satorres, 2014), sostienen que para escuchar de manera activa es necesario que el facilitador deje de hablar. Tanto la escucha activa se relaciona con la comprensión empática y con la aceptación incondicional para facilitar que la persona se exprese y se sienta validada, por tanto, parte de la labor del facilitador es mostrar una postura abierta y activa que manifieste un interés por la escucha mediante movimientos afirmativos de la cabeza o bien, con palabras cortas que le hagan saber a la persona que está siendo atendida.

Entre las recomendaciones que brindan Subiela, Abellón, Celdrán, Manzanares y Satorres (2014), para la escucha activa resaltan el revisar que no haya posibles distractores como ruido, llamadas al celular, aparatos ruidosos, entre otros. También

consideran que el facilitador debe ser paciente, conducir la conversación sin interrumpir a la persona cuando se expresa, y no usar un lenguaje tecnicista ni rebuscado. También es conveniente mantener nuestra experiencia entre paréntesis y cuidarnos a nosotros mismos de no expresar emociones ni de manera verbal ni de forma corporal. Otra recomendación es preguntar solo cuando sea conveniente y hacerlo con la intención de comprender mejor aquello que la persona nos comparte.

La facilitación en la intervención

La relación interpersonal en la facilitación es de gran relevancia. En principio, porque desde el Desarrollo Humano se parte de considerar que la persona tiene la capacidad para orientarse, dirigirse y controlarse a sí misma. Desde esta perspectiva Rogers (1959 cit en Lafarga, 2005), propone que el facilitador acompañe los procesos de crecimiento de las personas teniendo presente que cuentan con la libertad para tomar decisiones. También recomienda al facilitador el dejar de lado el impulso por direccionar el proceso. Por el contrario, según Lafarga (2005), la relación facilitadora tiene por objetivo desbloquear los recursos con los que cuenta la persona, y crear condiciones para que de manera armoniosa la persona pueda encontrarse y reconocerse.

Coincidimos con Geller y Greenberg (2014) quienes señalan que la presencia de la facilitadora es una condición necesaria para crear un ambiente de confianza, además de la escucha poner en práctica la escucha activa, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional, porque en conjunto, se entretujan condiciones relacionales donde la facilitadora tiene el compromiso de estar para los demás, con la única intención de estar para ellos.

Otro aspecto importante a mencionar es que, además de la presencia de la facilitadora, también es fundamental la presencia del grupo y estar pendiente de lo que pase con ellos. Al respecto, Okún (2002), afirma que las personas al estar inmersas en un entorno, desarrollan habilidades y costumbres propias del grupo y del contexto en el cual crecen y se sienten pertenecidos, un ejemplo de ello es la familia, pero no se quedan en una postura totalmente receptiva, sino que la persona

también participa en el cambio de sí mismo y de los demás, puesto que se establece una relación recíproca.

Un aspecto que conviene resaltar es que, aun cuando la facilitadora se esmere en mantener estas condiciones de aceptación positiva incondicional, escucha activa y comprensión empática, no es posible garantizar que ocurra un cambio (Moreira, 2001) en los estudiantes foráneos. Eso sucede porque las personas tienen condiciones personales que podrían hacerlas resistir al modificar su manera de pensar o de sentir. Un aspecto que se encontró en el acercamiento a las necesidades de la población es que, a algunos estudiantes foráneos les cuesta trabajo relacionarse con las personas, son muy callados y les cuesta trabajo expresar lo que sienten. En el proceso para que algo cambie en las personas o no, a decir de Olmos (2011) también interviene la autopercepción que ellas tengan de sí mismas y la que construyen en relación con los demás, donde para las personas, es imprescindible la opinión de alguien que para ellos sea importante.

La figura del facilitador en la intervención

Dentro de la relación facilitadora, la figura denominada como *facilitador* es indispensable, en este caso, para la intervención en estudiantes foráneos en la modalidad grupal. Acerca de la participación del facilitador, Rogers (1973) puntualiza en que no debe imponer sus ideas al grupo, ni sus preconcepciones. La función principal del facilitador es promover un diálogo honesto, claro y respetuoso entre las personas, confía en que el grupo tiene las habilidades necesarias para conformarse como tal, sintiéndose pertenecidos y que se encuentran en un lugar seguro. Por su parte, Barceló (2003) apunta que el facilitador debe tener una actitud centrada en la persona, en la cual exprese su interés por darse a la otra persona sin esperar nada a cambio.

Al seguir estas recomendaciones, el facilitador se involucra poco a poco en la relación interpersonal que establece con la persona, demostrándole su atención. En este sentido, Corey (1981), puntualiza que en la medida en que los facilitadores se impliquen con el grupo de personas, en la misma medida posibilitará el cambio y el crecimiento de las personas. Asimismo, Corey (1981) enfatiza que la labor del

facilitador es acompañar a las personas en su autodescubrimiento, de manera que puedan encontrar sus respuestas y se reconozcan como personas valiosas. También es tarea del facilitador mediar y moderar los tiempos de participación de cada persona, cuidando que no se concentre la atención en una sola persona.

El acercamiento a la experiencia

Una de las consignas para el proceso de crecimiento personal es sin duda, el acercamiento a la experiencia, en este caso de los estudiantes foráneos. Entendemos por experiencia a todas aquellas vivencias mediante las cuales una persona adquiere conocimiento significativo.

En este sentido, Moreira (2001) afirma que la experiencia es un sistema sumamente complejo donde convergen mundos vividos, es decir, congrega el acervo vivencial de la persona. Este acervo se compone de creencias, aprendizajes, percepciones, emociones y experiencias relacionales que las personas van acumulando y vivenciando desde la infancia. Desde luego, también están presentes aquellos aspectos relacionados con aspectos estructurales como la economía, la cultura, la familia y el contexto socio histórico, que en conjunto han moldeado la forma de ser de la persona.

Esta conformación de la experiencia, siguiendo a Moreira (2001) no es posible separarla de la persona ni de su historia. De manera que, no se puede borrar, es algo que acompaña a la persona, aunque en ocasiones, no esté muy presente en la memoria inmediata. La experiencia se afianza luego de la vivencia, entendida como “una construcción que hace el sujeto consigo mismo y con los otros a partir de la interrelación de experiencias prereflejadas y reflexivas, en un continuo flujo de su existencia unida a la facticidad del mundo, tal como se presenta (Dantas y Moreira, 2009, p. 249). Desde esta perspectiva, la vivencia se entiende entonces como construcciones significativas y significantes a partir de lo que vive y siente, piensa de su experiencia en el mundo. Estas construcciones significativas y tienen un carácter meramente subjetivo porque están vinculadas a la percepción de la persona. En consecuencia, las vivencias entre las personas pueden ser similares o

diferentes, pero no idénticas porque interviene la construcción social de la persona y su historicidad.

6. FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA

Este proyecto parte de considerar las experiencias a las que se enfrentan los estudiantes foráneos tras el deseo de satisfacer las expectativas de vida que tienen al terminar el nivel medio superior y querer continuar con sus estudios lejos de casa. Dejar lo que conocen tiene implicaciones, pues existen una serie de situaciones y dificultades que no solo se presentan en la vida académica, involucrando cambios en la vida personal, social y emocional de los jóvenes universitarios. A partir de esta decisión los estudiantes vivirán como foráneos, puesto que predomina el distanciamiento con sus familiares, amigos, comunidad, costumbres e ideologías; enfrentándose a un contexto distinto.

En este periodo los estudiantes foráneos deben hacerse responsables de sus necesidades, teniendo que solventar y prevenir situaciones a las que no estaban acostumbrados, administrarse y organizarse en diversidad de aspectos. Estos cambios, los estudiantes foráneos los viven de un momento a otro, por lo que generalmente no están preparados para saber cómo manejar las distintas experiencias que podrían para algunos ser consideradas sencillas. Sin embargo, al existir una diversidad de variantes para algunos estudiantes puede ser difícil atravesar este cambio, más aún, si a estas experiencias se ven impregnadas de diversidad de emociones.

Debido a esto, la intervención pretende focalizar en las experiencias que enfrentan los estudiantes en los dos primeros semestres de licenciatura, ya que, tendrán que lidiar con el desapego familiar, sus emociones, la confrontación con el nuevo contexto, la búsqueda de herramientas y desarrollo de habilidades para cubrir sus necesidades, la forma de afrontar su sentido de pertenencia, entre otros aspectos.

Esta problemática se complejiza en el momento en que los estudiantes foráneos se saben solos por primera vez en un entorno desconocido. Los estudiantes se enfrentan a nuevas experiencias y a la necesidad de resolver problemas de manera

inmediata percibiéndose sin las herramientas suficientes para poder solventar sus necesidades; esto puede complicarse cuando los jóvenes no encuentran personas cercanas y afines con quien poder expresar sus emociones, vivencias o dificultades por las que atraviesan, generando en ellos periodos de nostalgia y soledad.

Esta intervención tiene como propósito crear un espacio donde los estudiantes foráneos puedan sentirse acompañados en el proceso de cambio que enfrentan al dejar su lugar de residencia. Teniendo la oportunidad de compartir sus experiencias y mostrar sus emociones, dentro de un grupo compuesto de estudiantes foráneos que estén pasando por el mismo cambio. De manera que se pueda fomentar un ambiente propicio para hablar de sus vivencias y aprendizajes creando con esto una mayor consciencia en sus emociones, capacidades y herramientas; favoreciendo con esto la integración en los nuevos espacios donde ahora se desenvuelven los estudiantes foráneos. El objetivo al realizar esta intervención fue centrar la atención en las personas y en sus experiencias.

Esta intervención se concibe desde el Desarrollo Humano, debido a que busca promover el desarrollo del potencial de las personas, bajo formas específicas de establecer relaciones definida por Rogers (1986, p.81) como “aquella en la que debería surgir en una o ambas partes un esfuerzo encaminado a obtener una mejor expresión y un considerable uso funcional de los recursos internos latentes del individuo”. Generando con esto que los estudiantes foráneos puedan expresar de manera libre sus experiencias, dentro de un ambiente de confianza, calidez y seguridad, de manera que dentro de esta relación se pueda promover el cambio de la persona en dirección de su desarrollo y la vivencia de valores; como la apertura a la experiencia, al pensamiento divergente, la autoestima, el respeto a la autodeterminación individual, comunitaria y social (Lafarga, 2005, p. 5).

Asimismo, dando prioridad a la persona, a la toma de sus decisiones de una manera consciente y al fortalecimiento de sus capacidades como individuos. Desde aquí que la metodología más pertinente ante esta problemática es la cualitativa ya que según Vasilachis (2006), tiene como principal objetivo centrarse en las personas

para buscar la significatividad de lo que hacen y piensan, además, reconoce lo que es relevante para las personas.

La intervención desde el método de investigación acción participativa

Con la intención de generar un espacio para que los estudiantes foráneos compartan sus experiencias en esta fase de universitaria es que, este trabajo se enmarca en la intervención pues tiene la particularidad de incidir en la población (Colmenares, 2012), en específico, en los estudiantes universitarios foráneos. De ahí que, este proyecto se oriente hacia la intervención social, puesto que esta población presenta una serie de condiciones económicas, académicas, emocionales y en ocasiones, laborales que redundan en estados de aislamiento y soledad que pueden traer como consecuencia la deserción escolar, depresión, estrés y ansiedad. Asimismo, se ha realizado un acercamiento a las necesidades de esta población para identificar aquello que les interesa con relación a su condición de estudiante foráneo y de ahí partir para el diseño del plan de intervención.

A partir de este interés, este proyecto de intervención se apega a la investigación acción participativa ya que esta se define por hacer a un lado pensamientos lineales, buscando respuestas desde la atención de una realidad en su complejidad, involucrando variedad de factores, para la transformación de determinada realidad (Gómez y Alatorre, 2014). Así mismo cumple con el propósito de investigar la problemática para llevar a cabo la resolución de ésta (Colmenares, 2012). Es desde esta visión que se pretende tener un acercamiento a los estudiantes foráneos mediante una actitud congruente desde una escucha activa y mediante una comprensión empática, para poder lograr un espacio donde los jóvenes compartan con libertad sus necesidades, pensamientos, emociones y al mismo tiempo se reconozcan como personas en un proceso de crecimiento y que mediante todo esto se puedan sentir acompañados por otros que vivencian el mismo cambio.

Es importante mencionar que al decir de Gómez y Alatorre (2014, p.3), la importancia de la intervención acción participativa es “colocar en el centro a los sujetos involucrados; sus concepciones sobre realidad, su posición en la sociedad,

sus necesidades, intereses, ideales, posturas éticas, en sí, su vida cotidiana”. Es por esto que dentro del taller se tiene principal énfasis en los estudiantes, sus vivencias, la realidad que ahora enfrentan, las necesidades que tienen y la manera en que afrontan su nueva realidad.

El método fenomenológico para el acercamiento a la experiencia de los estudiantes foráneos

En el acercamiento a la experiencia de los estudiantes foráneos es importante tomar en cuenta el método fenomenológico. Husserl (1959-1938) quien fuera creador de la fenomenología mencionó la importancia de hacer a un lado las propias ideas para dar valor a los fenómenos que vive el otro, haciendo énfasis en la relevancia de conocerse a sí mismo y el interés por la conciencia de lo que cada persona vive para responsabilizarse de ello. Para Moreno (2014), el método fenomenológico, tiene como fundamento comprender las vivencias de las personas, generando en ellas conciencia del mundo que los rodea, haciendo énfasis en la relación que el individuo tiene con el otro y con lo que interactúa, dando centralidad a la experiencia de la persona.

Lo que se busca a través del método fenomenológico tiene como uno de los principales objetivos “la descripción del hombre en el mundo, de la realidad vivida, de la experiencia” (Moreira, 2001, p.280), es entonces, comprender las experiencias concretas que los estudiantes viven en esta transición por medio del diálogo y la interacción entre jóvenes que pasan por la misma situación con el objetivo de que cada uno pueda describir, expresar, reconocer y sentir las experiencias que trae consigo el estar lejos de casa; todo esto dentro de un ambiente como lo menciona Moreno (2014), en el que la persona perciba confianza, aceptación, respeto, comprensión, valorado y no juzgado para sentirse seguro de expresarse y mostrarse.

Fases para la intervención

Debido a esto, se pretendió llevar a cabo un proyecto de intervención en dos fases. La primera fue mediante la técnica de un taller en donde los estudiantes foráneos puedan expresar sus experiencias, ser conscientes de su historia, sus vivencias, de

lo que piensan; darse cuenta de sus emociones, saber lo que sienten, las herramientas y los recursos con los que cuentan; comprender por qué han tomado esta decisión, cuáles son las diferencias y las similitudes del contexto en el que estaban y en el que ahora se encuentran. Todo esto visto también desde la experiencia de otros estudiantes que pasan por las mismas situaciones.

Primera fase de la intervención	Taller
Segunda fase de la intervención	Aplicación de entrevistas fenomenológicas

El grupo como medio para el crecimiento personal y la técnica del taller

Para esta intervención se eligió una intervención mediante un taller con la intención de que el grupo de estudiantes compartan sus experiencias y validen sus vivencias en el proceso de inclusión a la vida universitaria durante los primeros semestres. En este sentido, la formación y conformación del grupo es fundamental, puesto que, como señala Barceló (2003), el grupo ofrece a los participantes un espacio para que puedan relacionarse de manera clara, sincera y respetuosa, generando formas de interacción que faciliten su relación con los demás y logren expresarse y compartir sus experiencias.

Siguiendo a Barceló (2003) la experiencia grupal permite a sus integrantes la posibilidad de poder hacer consciente su propia experiencia, comunicándose de manea asertiva con los demás, compartiendo sus vivencias y sentimientos. Desde este punto de vista, el grupo es parte del ambiente de confianza y de las condiciones para potenciar la tendencia actualizante en las personas. En este proceso, el grupo se direcciona hacia el crecimiento personal de cada uno de sus integrantes, aunque esto no sucede de la misma manera en cada uno de ellos. En consecuencia, la conformación del grupo ayuda a crear las condiciones para desplegar la tendencia actualizante, de manera que entre todos aporten y enriquezcan al grupo.

La intervención se dirigió a estudiantes foráneos, hombres y mujeres que dejaron su comunidad de origen para continuar sus estudios universitarios, los cuales cursaban primero o segundo semestre de su carrera universitaria, interesados en

compartir las experiencias y vivencias con otros estudiantes que se encontraran en la misma situación. Se consideró que el taller debería tener la participación de entre 10 y 15 integrantes. Para llegar a esta población a intervenir, fue necesario enviar al correo institucional de los estudiantes una invitación, también se promovió el taller por medio de carteles publicitarios dentro del campus, fue importante publicitar el taller por medio de los profesores (quienes estuvieron enterados de esto por medio de un correo electrónico) que les imparten clases a los estudiantes de primer ingreso, para darles a conocer la iniciativa que se tenía y fomentar la participación. Mediante el acercamiento a las necesidades de la población a intervenir fue posible identificar algunos aspectos pertinentes para el acercamiento a los estudiantes foráneos como lo son:

- **Comprensión empática.** Los estudiantes aseguran tener la necesidad de ser entendidos por personas que tienen sus mismas vivencias, pues mencionan que es distinto compartir las experiencias con alguien que no es foráneo ya que ellos no logran entender las complicaciones a las que se enfrentan en el día a día. Por esto ellos se inclinan a buscar a sus pares, para tener un acercamiento donde se sientan identificados con el otro.
- **Inclusión (aceptación positiva incondicional).** Al estar en un contexto distinto los jóvenes foráneos aseguran tener la necesidad de sentirse identificados con alguien más y formar parte de algún grupo para comenzar a tener un sentido de aceptación y pertenencia, para con ello, poder arraigarse y sentirse parte del contexto de manera más rápida.
- **Acompañamiento.** Los estudiantes tienen la necesidad de sentirse acompañados, de saber que, en medio del contexto desconocido existen personas que les puedan generar seguridad y apoyo ante alguna dificultad, sentirse acompañados es una manera de sobrellevar las emociones a las que se enfrentan.

La entrevista fenomenológica

Durante el taller se presentaron altibajos en la participación de algunos estudiantes foráneos, quienes mostraban timidez al expresar y compartir su experiencia en el grupo. Con la intención de recurrir a ellos para recuperar su experiencia, fue necesario buscarlos y platicar con ellos. Pudimos corroborar que fue por timidez el que no compartieran con los demás, pero mostraron disponibilidad para hablar de manera individual con la facilitadora.

Para esta fase recurrimos a la entrevista fenomenológica. De acuerdo con Moreno (2014) este tipo de entrevista se enmarca en la metodología cualitativa, centrándose en la persona como eje de análisis y pertenece al método fenomenológico. La entrevista fenomenológica es una técnica que permite recuperar la experiencia vivida de las personas con la intención de comprender su marco de referencia; es decir, este acercamiento busca comprender, en el caso de este proyecto, la manera en que los estudiantes foráneos viven, sienten y se relacionan con los demás y con su entorno, así como la forma en que dan respuesta a las necesidades inmediatas que se presentan día con día.

En este tipo de entrevista es muy importante la interacción entre la facilitadora y el estudiante foráneo. De la misma manera que durante el taller, se establece un proceso de interacción y de diálogo entre dos personas. Según Moreno (2014), se trata de una fase donde debe prevalecer la confianza, el respeto y un ambiente de seguridad para facilitar que la persona comparta su experiencia y el sentido que le da a aquello que hace, ya sea que las viva actualmente o que las rememore.

La entrevista fenomenológica se desarrolla a manera de conversación con el estudiante foráneo. La facilitadora es quien orienta la conversación, para ello se determinan las temáticas a desarrollar cuidando siempre que estén en relación con el objetivo general del proyecto. Para esta fase, las temáticas fueron las mismas que se desarrollaron durante el taller.

Un aspecto a mencionar es que, durante el desarrollo de la entrevista no hay que perder de vista que tanto la facilitadora como el entrevistado están interactuando e influyéndose mutuamente. Por eso, es imprescindible que haya un clima de

confianza y que la facilitadora se enfoque en ponerle atención, pues estos estudiantes foráneos no quisieron compartir su experiencia en algunos temas delante del grupo.

Entonces, fue necesario que la facilitadora recurriera de nueva cuenta a la propuesta del Enfoque Centrado en la Persona para que crear un clima de confianza y poner especial empeño en la escucha activa, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional. En la entrevista fenomenológica cuidamos que el estudiante foráneo se sintiera acogido, poniendo la implicación de la facilitadora entre paréntesis para escucharlo y que se sintiera atendido.

Por otro lado, así como cada persona es única e irrepetible, también lo es cada entrevista. Lo que sucede en una, es probable que no se repita en la otra. Por el contrario, se presentan situaciones inesperadas y donde los entrevistados expresan puntos de vista distintos. Esto quiere decir que, la facilitadora debe estar consciente de que el desarrollo de la entrevista puede variar. Lo relevante sin duda, es la manera en que los estudiantes foráneos puedan compartir su experiencia y que la facilitadora de cuenta de lo que sucede con ella, porque al influirse mutuamente, ninguno de los dos será el mismo luego de la interacción durante la entrevista, porque ambos habrán experimentado sensaciones y emociones, ya sea que recordaron o que viven actualmente, entonces, cambia su manera de ver el mundo y de estar en él.

El contexto donde se llevó a cabo la intervención

La intervención se realizó en una universidad privada localizada en el municipio de Tlaquepaque, Jalisco. El número de estudiantes registrados de nuevo ingreso en agosto de 2018 fue de 1,730 estudiantes, de los cuales el 35% de los estudiantes son foráneos; de este porcentaje el 29% proviene de los municipios aledaños al área metropolitana de Guadalajara (Servicios Escolares, 2018).

Dentro de los registros de una universidad privada cerca del 13% de los estudiantes que ingresaron en primavera 2018 han abandonado sus estudios en el mismo año. Independientemente de las situaciones que contribuyan a desertar, es pertinente atender esta problemática para indagar lo que les sucede a estos jóvenes,

particularmente, en lo que concierne a la experiencia que viven los que provienen de lugares pequeños. La universidad de referencia es una de las más importantes en la región centro occidente de México.

Consideraciones éticas

Para el diseño y desarrollo de este trabajo de intervención, se tendrán en cuenta diversos aspectos éticos que deben ser demandados por parte del facilitador, de manera que se proteja a los participantes y a la institución en donde se desarrollará este proyecto, evitando así conductas no éticas dentro de esta práctica.

Ya que esta intervención está pensada desde el enfoque centrado en la persona, es necesario generar un ambiente de respeto donde en primera instancia, los jóvenes universitarios foráneos se sientan en libertad, confianza y sobre todo seguridad para expresar sus vivencias, emociones y experiencias. De manera que, esto pueda generarles aprendizajes, oportunidades de crecimiento e incluso la resolución de problemas o situaciones por las que estén pasando los jóvenes que salen de casa para continuar con sus estudios.

Para poder lograr esto, buscamos la participación libre de jóvenes foráneos mediante la firma de un consentimiento informado, para asegurar que esta participación va acorde a sus valores, ideologías e intereses, sabiendo que están formando parte de este taller por voluntad propia y sabiéndose con la libertad de decidir continuar o no con su participación. Teniendo en cuenta los beneficios, las implicaciones, los resultados y las alternativas de este proyecto de intervención les ofrece, así como el objetivo que se pretende alcanzar.

Se debe mencionar también, el compromiso y la confidencialidad que se tendrá con cada uno de los participantes respecto al resguardo y extremo cuidado que se tendrá con la protección de sus datos y todo lo que se comparta dentro de las sesiones, ya que éstas, serán grabadas para posteriormente ser transcritas, teniendo en cuenta que, para la mención de los participantes, se hará uso de seudónimos con el objetivo de proteger la integridad de cada uno de ellos, generándoles así mayor confianza.

Enfocándonos también en la protección de la institución, se elaboró una carta compromiso en donde se protegerá la identidad de esta, de manera que se omitió el nombre del lugar en donde se realizará la intervención. Parte de las consideraciones éticas y protección a los participantes es resguardar la información que los participantes proporcionen, de manera que personas de otras áreas de trabajo, no tengan acceso a la información generada en la intervención.

Es importante hacer énfasis en la libertad que tendrá cada uno de los participantes a cambiar de opinión al no sentirse satisfechos dentro de la intervención, independientemente de los motivos que los lleven a tomar estas decisiones.

La intervención está enfocada a jóvenes universitarios, hombres y mujeres foráneos considerando así a los estudiantes que toman la decisión de salir de su lugar de residencia, dejando costumbres, familia, amistades y todo lo que conocen, para poder continuar con sus estudios de licenciatura durante un periodo de cuatro a cinco años y los cuales, estén cursando el primer o segundo semestre de la licenciatura y cuenten con una edad de entre 18 y 20 años. Estos criterios de inclusión fueron aplicados tanto para el taller como para la entrevista fenomenológica.

Estructura temática para el plan de intervención

Las sesiones fueron divididas en cinco intervenciones de dos horas cada una, que hicieron un total de doce horas presenciales y ocho horas de seguimiento a través de un grupo virtual en donde todos los integrantes pudieron compartir reflexiones y experiencias. Asimismo, la facilitadora pudo supervisar avances, dificultades, experiencias y maneras de sentir del grupo. Los temas por desarrollar en cada una de las sesiones son producto de un acercamiento previo a la población a intervenir, de manera que pueda generar en los participantes expresión, conocimiento y sean conscientes de sus experiencias. Es conveniente puntualizar que esta estructura temática se retomó para aplicar las entrevistas fenomenológicas, mismas que se realizaron luego de concluir el taller a los estudiantes foráneos que no quisieron compartir su experiencia en el grupo, pero sí aceptaron compartirla de manera individual con la facilitadora.

En el acercamiento a las necesidades de la población y a partir de los relatos de los entrevistados fue posible identificar las temáticas a considerar en el diseño de intervención, mismas que se muestran a continuación:

Tabla No. 1 Módulos y temas que integran el plan de intervención

Módulos	Temáticas
<p>Dificultades ante el nuevo contexto</p> <p>Lo extraño, lo desconocido y lo nuevo, en el contexto</p>	<p>Expresión de dificultades que viven en distintas áreas, como lo pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aspectos Culturales (habla, organización, costumbres etc.) - Aspectos Ideológicos (Comprensión de una realidad distinta) - Aspectos Sociales (Contexto no facilita la integración, sentido de no pertenencia, falta de integración) - Capacidades (para resolver problemas económicos, domésticos, seguridad personal)
<p>Autoconocimiento a partir de mi nuevo entorno</p>	<p>Identificación sobre cómo viven ahora los distintos aspectos de su vida:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud, familia, finanzas, universidad, diversión, relaciones personales, desarrollo personal, familia, y amigos.
<p>Emociones que puedo identificar ante el nuevo contexto</p>	<p>Expresión de situaciones en donde se hacen presentes distintas emociones y la manera en que las vivencian.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ansiedad, añoranza, la depresión, soledad, tristeza, envidia, coraje, etc. - Reconocimiento y aceptación de esas emociones
<p>Comprensión de habilidades</p>	<p>Que los estudiantes tengan en cuenta las habilidades que han desarrollado en el nuevo entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que los estudiantes reconozcan la manera en la que reaccionan ante distintas situaciones - Conciencia en cómo sus reacciones les benefician o perjudica.
<p>Reconocimiento del estudiante como persona</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer su capacidad para relacionarse con otros. - Reconocerse a sí mismo como una persona.

Fuente: elaboración propia con base en el acercamiento a las necesidades de la población.

Así, a través del método fenomenológico fue posible focalizar en las experiencias de los estudiantes foráneos, a partir de tomar la decisión de salir de casa para continuar sus estudios lejos de todo lo que conocen y de esta manera poner énfasis en las experiencias a las que se enfrentan. De la misma manera, el método puntualiza en las vivencias para facilitar el desarrollo de estos estudiantes. Sin embargo, se pretende ver más allá del contexto en el que ahora se encuentran los jóvenes foráneos, las influencias que este tiene en ellos, teniendo presente las múltiples habilidades y las capacidades con que cada uno de los universitarios foráneos cuentan, para facilitar su crecimiento.

Para finalizar, podemos darnos cuenta que existe la necesidad por parte de los jóvenes foráneos a buscar compartir experiencias con sus pares; para que, en esta medida, la relación interpersonal se comience a construir, generando lazos de apoyo y grupos en donde se compartan experiencias basados en una afinidad. Aun cuando hay conocimiento e iniciativas por parte de la universidad, es necesario profundizar en estas formas de crecimiento y acompañamiento por medio de una relación interpersonal, en donde exista una comprensión empática, un ambiente de confianza y respeto, mediante una escucha activa.

Teniendo en cuenta que objetivo de esta intervención radicaba en que estudiantes foráneos pudieran compartir las experiencias que atraviesan al salir de casa para continuar con sus estudios universitarios y, mediante el trabajo que se realizó previo a la intervención, se pudo definir que el mejor método para llevar a cabo este proyecto sería por medio de la elaboración de un taller. El cual, fue dividido en seis sesiones, con una duración de dos horas por sesión en una universidad privada del estado de Jalisco en el municipio de Tlaquepaque, el cual, iba dirigido a estudiantes foráneos que estuvieran cursando primero o segundo semestre de sus estudios de licenciatura. Los criterios de inclusión que fueron importantes para esta intervención y los cuales definen a un estudiante foráneo fueron:

- Estudiantes que necesitan cambiar su lugar de residencia para continuar con sus estudios.

- Estudiantes que pasan un periodo mínimo de una semana, sin ver a su familia.
- Estudiantes que estén cursando el primer año de licenciatura.
- Estudiantes que, al salir de casa para continuar con sus estudios, dejaron de vivir con sus papás.
- Estudiantes que estén cursando la licenciatura en la universidad de referencia.

Promoción del taller

Para comenzar con la promoción del taller se elaboró una invitación (apéndice 1) la cual, fue titulada “RECONOCIÉNDOTE al salir de casa, voces de estudiantes *foráneos*” y en donde se especificaba que el objetivo era la escucha, el diálogo y compartir experiencias de las situaciones por las que cada uno atravesaba.

Para poder difundir la invitación y asegurarnos que llegara a todos los estudiantes foráneos; fue necesario contactarnos con la oficina de admisión de la universidad para solicitar una base de datos de los alumnos inscritos en el período de primavera y otoño del año en curso. Posteriormente, se hizo la búsqueda de los estudiantes que estaban registrados con localidades foráneas, para poder mandar correo electrónico a cada uno de ellos, finalmente el correo se difundió a 717 estudiantes.

Al ver la escasa respuesta de los estudiantes, fue necesario promover el taller por medio de profesores que imparten materias a los primeros semestres de licenciatura, así que se envió la misma invitación a profesores del Programa Certificado de Inglés (PCI) y Comunicación Oral y Escrita (COE) para que se pudiera difundir la invitación entre sus estudiantes, al mismo tiempo, la facilitadora que impartió el taller realizó visitas a algunos de estos grupos para personalmente dar la información a los estudiantes y poder promover el taller.

Del mismo modo, la información se difundió a través de coordinadores de la licenciatura en Psicología y en Educación. Se tuvo contacto con el área de C-JUVEN (Centro de Acompañamiento y Estudios Juveniles), así como del CUI (Centro Universitario Ignaciano), la Coordinación del Voluntariado y del escenario de justicia

ambiental, La Coordinación del Escenario de Realidades Indígenas, la Coordinación del Escenario de Migración y con la Coordinación de Participación Estudiantil de la DIC (Dirección de Integración Comunitaria).

Finalmente, en el taller participaron un total de cuatro hombres y dos mujeres. Fue revelador observar que los más interesados en el taller y los primeros en inscribirse fueron hombres, pues se llegó a pensar que el grupo se abriría con cuatro de ellos, cuando finalmente se inscribió una mujer y en la segunda sesión se incorporó la última integrante.

Establecimiento de horarios y lugar para el taller

Para garantizar la viabilidad de la asistencia de los participantes a las sesiones propuestas, fue necesario tomar en cuenta la practicidad del horario; es por esto que se tomó en cuenta la información obtenida por la institución de los horarios más recurridos (apéndice 2) con la finalidad de elegir uno en donde no hubiera tanta demanda de clases. Es así como se optó por establecer un día entre semana en un horario fuera de clases; descartando los fines de semana (viernes, sábado y domingo) ya que muchos estudiantes aprovechan estos días para regresar a su lugar de residencia.

Para la selección del espacio para la intervención, se optó por un salón de clases que tuviera una distribución de los espacios de manera circular, para poder fomentar la interacción entre todos los participantes. Después de promover el taller, éste inició con la asistencia de cuatro hombres y una mujer; para la segunda sesión, se integró otra estudiante.

A continuación, se muestra una tabla de los participantes en donde sustituimos sus nombres por seudónimos, con el fin de mantener su anonimato. Es relevante mencionar que de esta manera serán nombrados a lo largo de este documento, para facilitar su identificación.

Tabla No. 2 Presentación de los estudiantes foráneos que participaron en el taller.

Seudónimo	Género	Edad	Estudios	Lugar de origen
Foráneo A	Masculino	18	Publicidad y Comunicación Estratégica	Sinaloa
Foráneo D	Masculino	18	Contaduría y Gobierno Corporativo	La Barca, Jalisco
Foránea K	Femenino	18	Ingeniería Ambiental	Puebla
Foráneo M	Masculino	19	Derecho	Durango
Foráneo U	Masculino	18	Ingeniería Electrónica	Michoacán
Foránea X	Femenino	18	Comunicación y Artes Audiovisuales	Guanajuato

Fuente: elaboración propia.

El taller fue creado con la finalidad de generar un espacio en donde los estudiantes foráneos pudieran compartir las experiencias que viven al salir de su lugar de residencia; las implicaciones que esto tiene para ellos y la manera en que lo afrontan. Es por esto que dentro del taller se buscó generar conciencia de sus habilidades socio-emocionales, de generar conciencia y empatía con otros estudiantes que viven lo mismo para que con base en esto, puedan reconocer su potencial para desarrollarse en distintos contextos.

A partir de esto, buscamos desarrollar los módulos en los cuales se basaría la intervención con la intención de que:

- Los estudiantes foráneos tomen conciencia que tanto ellos como otros estudiantes foráneos pasan por las mismas situaciones, vivencias, pensamientos, sentimientos y emociones.
- Los estudiantes foráneos conozcan cómo sobrellevan los aspectos de su vida y como los viven en este momento, reconociendo las habilidades obtenidas a partir de que dejar su lugar de residencia.

- Los estudiantes foráneos reconozcan emociones y cómo las viven.
- Los estudiantes foráneos reconozcan las herramientas y habilidades que utilizan para salir adelante.
- Los estudiantes foráneos tengan en cuenta sus objetivos, anhelos, deseos y que reconozcan su potencial para relacionarse con otros.

En algunas de las reuniones fue necesario el apoyo tanto de presentaciones para dar a conocer los temas, materiales, para que los estudiantes pudieran trabajar y la generación de un ambiente donde los estudiantes foráneos pudieran compartir y se pudiera dar cierre a las sesiones. A continuación, se presenta un breve desarrollo de cada una de las sesiones:

Sesión 1: Lo que veo diferente en mí, me asemeja a ti

Los participantes se presentaron entre ellos, mediante una dinámica continuaron conociéndose para posteriormente generar las reglas del taller, mencionando lo que esperan encontrar en este grupo y lo que desearían no hacer dentro del taller. También, reconocieron las cosas que enfrentan día a día, y pudieron observar y dialogar sobre las dificultades que viven los demás, en ese momento se identificaron entre ellos y pudieron reconocer que otras personas viven las mismas situaciones.

Sesión 2: Conociéndome

Mediante el ejercicio de la rueda de la vida, los estudiantes obtuvieron información y generaron mayor conciencia sobre los distintos aspectos de su vida, aquellos a los que dedican más tiempo y los que han descuidado. Definieron los aspectos que son importantes para ellos en este momento y aquellos en los que les gustaría enfocarse aún más.

Sesión 3: Manejo mis emociones o ¿Mis emociones me manejan?

Se dio a conocer a los estudiantes la rueda de la conciencia, y mediante ésta, ellos pudieron reconocer cuales aspectos pasan desapercibidos en las acciones y reacciones que viven, hicieron consciente que muchas veces reaccionan ante distintas situaciones con base al estado de ánimo en el que se encuentran.

Sesión 4: ¿En dónde estoy?

Los estudiantes reconocieron la forma en la que reaccionan ante distintas situaciones mediante la explicación del triángulo de Karpman, también reconociendo los beneficios que encuentran al tomar cada uno de estos roles, generando con ello conciencia en su manera de actuar y reaccionar.

Sesión 5: Un yo, más cercano a mí.

Los estudiantes pudieron reconocer las habilidades que desarrollaron dentro del grupo para poder generar vínculos con otros estudiantes. Del mismo modo, hablan sobre las habilidades que ven en otros y que ellos admiran; a su vez, descubren las propias destrezas y lo que les gustaría seguir desarrollando para acercarse a la persona que desean ser.

Alternando al taller también se generó un grupo virtual, en donde los estudiantes y la facilitadora pudieran tener contacto para expresar inquietudes, dudas, formas de pensar, experiencias, opiniones o consejos respecto a las necesidades de cada uno. Teniendo en cuenta los diversos procesos que se pueden desarrollar dentro de una intervención, a continuación, se darán a conocer algunos de los aspectos que fueron relevantes para la facilitadora, teniendo en cuenta las dificultades, los errores, los aciertos y las sugerencias a considerar.

Dificultades

Anteriormente se describió el proceso que se siguió para difundir la invitación al taller entre la población a intervenir; por lo ya mencionado, es que se puede decir que una de las dificultades que se presentaron a lo largo de este proceso, fue llegar a este grupo de jóvenes; ya que, después de mandar 717 correos electrónicos, se obtuvo la respuesta de dos estudiantes, por lo que fue necesario hacer una invitación de manera personal en salones, visitar y/o mandar correo a distintos colectivos, para difundir la información, generando con ello que los estudiantes foráneos supieran de la realización de este taller mediante distintos medios.

Otro de los retos, fue la definición de un horario que pudiera ser accesible para los estudiantes. En primera instancia, quedaron descartados los fines de semana

(sábado y domingo) incluso los viernes, ya que muchos estudiantes optan por no llevar clases este día para poder ir por más tiempo a ver a sus familiares. Detectamos la necesidad de llevarlo a cabo en un horario donde la universidad cesa labores y no se pudo extender el taller a más de dos horas, pues el reinicio de labores dificultaría que los foráneos se quedaran en la sesión, aún con esto, hubo quienes solo pudieron asistir una hora al taller.

En algunas sesiones la asistencia llegó a dos estudiantes, por lo que fue difícil estructurar las actividades que ya se tenían planeadas para ese día. La interacción entre los participantes se vio limitada, por lo que los momentos de recuperación y expresión se reducían, aun así, pudieron aprender y compartir el uno del otro.

Se pudo percibir que los participantes de este grupo se inclinan a ser reservados, por lo tanto, para la facilitadora, fue complicado que ellos expresaran sentimientos o que hablaran de ellos por momentos prolongados. En el momento en que ellos expresaban sucesos emocionales, de inmediato se veían en la necesidad de hacer alguna broma, o cambiar de tema para no profundizar en el tema.

Consideramos que una de las dificultades a las que la facilitadora se enfrentó fue ver lo difícil que era para los estudiantes foráneos expresar un sentimiento o una vivencia, pues en ocasiones, al hacer una pregunta, los jóvenes se tomaban el tiempo para meditar, hasta que otro interrumpía y daba respuesta a la pregunta que se había realizado; en otras ocasiones simplemente aceptaban que no sabían la respuesta y en momentos intentaban expresar mediante ejemplos movimientos con su cuerpo, sin embargo, mencionar la emoción, pocas veces se lo permitían o hacían conciencia de lo que realmente sentían.

Errores

Respecto a los errores que destacamos dentro del taller, fue la falta de prevención en algunos aspectos técnicos, como llegar al aula con más tiempo del que se tenía planeado para asegurar que el salón estuviera desocupado y poder preparar con mayor anticipación el salón, el equipo, la cámara, el proyector y computadora, el hecho de no tener listo el material, creaba presión a la facilitadora y, por ende, al ambiente. Fue importante también tener en cuenta el tiempo, para revisar si las

actividades finalizaran en tiempo y forma, es por esto por lo que se hizo importante un reloj de mano, para evitar distracciones en momentos importantes de la sesión.

Una de las cosas que pueden tomarse en cuenta es hacer una introducción del tema que se tratará en la sesión, para que los estudiantes puedan tener en cuenta el tema y no solamente recibir la información sin ningún tipo de antecedente. Considero como uno de los errores, no darles más tiempo a los estudiantes foráneos para que ellos pudieran expresar o profundizar en lo que sentían.

Aciertos

Uno de los aciertos que se observaron dentro de la sesión fueron las actividades que fomentaban a que los estudiantes interactuaran entre ellos, pues generaban mayor interacción, risas, relajación, bromas, gracias a esto, los estudiantes iban creando mayor confianza entre ellos, pues se sentían identificados con lo que los otros compartían.

Los ejercicios de relajación ayudaron de manera positiva, pues se puede decir, que una de las cosas que caracterizaba a las personas a quien va dirigido este taller, tienden a mostrar, energía, movimiento, inquietud y permitirse un momento de relajación, ayudó a que los estudiantes se enfocaran.

Un aspecto que es considerado como acierto, es la improvisación, puesto que en un par de sesiones se tuvo la necesidad de modificar actividades que tuvieran el mismo objetivo de la actividad inicial.

En algunos momentos, la facilitadora pensó en cancelar la sesión, debido a la baja respuesta en la asistencia de los estudiantes, se considera que fue un acierto no haberlo hecho y continuar con la sesión. Ya que tanto la facilitadora como los estudiantes obtuvieron aprendizajes significativos de esta intervención y se dio la oportunidad de conocer a los estudiantes foráneos desde una perspectiva distinta.

Sugerencias

Las sugerencias que se hacen para la mejora de esta intervención, es el acomodo de dispositivos electrónicos con anticipación, para poder prevenir situaciones, como lo son, que no funcionen los aparatos al momento de la sesión o que no sean

compatibles los dispositivos entre sí, a pesar de hacer revisiones anteriores, es importante tener en cuenta que no se deben de dar las cosas por hecho.

Una de las sugerencias que hicieron los alumnos fue el horario del taller, pues mencionaron que desde su punto de vista habría sido mejor que el taller se pudiera impartir en el transcurso de la mañana, también destacaron que sería importante que el taller iniciara en la primera o segunda semana del semestre, pues posteriormente, ellos adquirirían mayor número de responsabilidades escolares, por lo que se les dificultaba asistir al taller. Los foráneos, también mostraron interés por hacer las actividades fuera del aula, es decir, ellos hubieran preferido mayor número de sesiones en los jardines de la universidad.

Una de las sugerencias que los estudiantes foráneos mencionaron es que debido a que cuentan con diversidad de actividades y que comienzan a adquirir responsabilidades que antes no tenían que realizar sugirieron que, de ser posible, la facilitadora enviara un recordatorio por medio del grupo virtual, mencionar el tema de la siguiente sesión para que ellos puedan tener en cuenta esta actividad.

Actividades inclusivas, por lo general, no se piensa en que una persona con discapacidad pueda formar parte de un taller, sin embargo, es necesario pensar y enfocar las actividades que se realicen, con actividades y materiales que incluyan a todos y que sean fáciles y accesibles para cualquier persona.

Al inicio del taller los estudiantes pusieron las reglas del grupo, sin embargo, es importante que estas se recuerden y mencionen con frecuencia para que los foráneos tengan en cuenta puntos importantes, como lo son la confidencialidad, el respeto, la escucha y sobre todo la libertad de tomar en cuenta o hacer a un lado las experiencias que se vivencian dentro del grupo.

Segunda fase, la aplicación de la entrevista fenomenológica

Luego de que durante el taller algunos estudiantes no se sintieran con la confianza necesaria para compartir su experiencia en algunos temas frente al grupo, fue pertinente buscarlos luego de concluir el taller para indagar las razones para no expresarse. Fue entonces cuando manifestaron que no sentían que fuera el momento para hacerlo, aunque se reflejaban en algunos compartimentos de los

demás integrantes. Luego de que aceptaran platicar con la facilitadora, recurrimos a los mismos temas desarrollados en el taller por medio de la entrevista fenomenológica. Los estudiantes foráneos a quienes se les aplicó la entrevista fenomenológica fueron 4 hombres y una mujer, se trata de los siguientes:

Tabla No. 3 Presentación de los estudiantes foráneos a quienes se aplicó la entrevista fenomenológica

Seudónimo	Género	Edad	Estudios	Lugar de origen
Foráneo A	Masculino	18	Publicidad y Comunicación Estratégica	Sinaloa
Foráneo D	Masculino	18	Contaduría y Gobierno Corporativo	La Barca, Jalisco
Foránea K	Femenino	18	Ingeniería Ambiental	Puebla
Foráneo U	Masculino	18	Ingeniería Electrónica	Michoacán

Fuente: elaboración propia.

Cada entrevista duró aproximadamente 40 minutos, pues solo se retomaron las temáticas donde los estudiantes no habían compartido su experiencia. Las entrevistas fueron grabadas en audio y transcritas para su posterior análisis. Para esta ocasión ya no fue necesario pedirles a los estudiantes foráneos que firmaran el consentimiento informado porque ya lo habían hecho al comenzar el taller.

7. PRIMEROS HALLAGOS. EL RELATO REFLEXIVO DE LA INTERVENCIÓN

En este apartado se muestran dos aspectos importantes como resultado de la intervención. Por un lado, se describe el proceso de quienes participaron en el taller.

Por otro lado, se describe el proceso de la facilitadora durante el taller y se agregan algunas reflexiones acerca de la experiencia de la facilitación.

Proceso de cada participante

Foráneo D: Es un estudiante que desde el inicio de la sesión se muestra confiado y abierto para hablar de sus experiencias. Reconoce las habilidades que tiene al hablar y las hace notar al extenderse en cada una de las explicaciones que da de sus vivencias, es un estudiante que escucha a los demás, sin embargo, con frecuencia comienza a hablar inmediatamente después de que otro estudiante termina de compartir su experiencia, pues a menudo, se ve conectado con las vivencias de los demás, es por esto que se deduce que el estudiante tiene necesidad a ser escuchado y expresar sus vivencias. Desde la primera sesión reconoce que el cambio que vive ha sido difícil e incluso, habla de sus debilidades ante el grupo, reconociendo momentos de soledad que necesita expresar por medio del llanto, aunque reconoce este tipo de emociones se puede ver que le genera vergüenza expresarlas y miedo a ser juzgado por los demás.

El estudiante foráneo D, reconoce que a partir de venirse se ha visto obligado a madurar de diversas maneras, sabe que haber tomado la decisión de estudiar lejos de casa le ha generado diversas responsabilidades pues no solamente debe cuidar sus estudios, sino que trabaja como becario en la fundación que lo está apoyando es por esto por lo que habla de la presión que siente al tener que cumplir con todas sus responsabilidades es el que más habla de sus sentimientos, por lo general habla en tercera persona, solo en algunos momentos, cuando habla de sus sentimientos los expresa en primer persona.

En general, Foráneo D es un estudiante que promueve la interacción entre otros, sus explicaciones son muy amplias cuando habla de los procesos que vive y de sus sentimientos o la manera en que sus emociones surgen en momentos difíciles, menciona la presión y responsabilidad que siente hacia sus padres por el apoyo que le brindan y la responsabilidad que tiene al deber cumplir con la escuela y su trabajo para no perder la beca que tiene. Se puede ver que es un estudiante que podría ser

líder en el grupo, pues tiene iniciativa y anima a los demás a participar, desafortunadamente el estudiante foráneo D, solo pudo ir a la primera sesión.

Foráneo A:

Desde la primera sesión se mostró entusiasmado, con mucha energía, se dirige a todos con confianza, platica de sus experiencias y con frecuencia interrumpe a sus compañeros, cuando los demás tardan en responder, foráneo A completa las frases que supone quieren decir y termina las oraciones de los demás, se hace notar cuando coincide con la vivencia de otros. Tiene debilidad visual, que le limita poder leer textos pequeños y medianos, es necesario adaptar las actividades para que se le facilite realizarlas. Se muestra contento, con ganas de hablar y participar, le es muy sencillo tomar confianza. No habla en primera persona, cuando platica algún tema personal lo hace en segunda o tercera persona. Tiene iniciativa para hablar pues es de los primeros en expresar sus vivencias y anima a otros a hacerlo, pues los alienta a dar sus opiniones y está pendiente de ver quien no ha hablado para invitarlo a hacerlo.

En la segunda sesión, foráneo A continúa con apertura para hablar, tiene confianza en el grupo, hace sugerencias sobre las actividades y expresa lo que le gusta y lo que no, es bromista con las experiencias que viven los otros estudiantes y trata de ver lo gracioso en las situaciones que viven. Dentro de sus vivencias se da cuenta que ahora es una persona más independiente, es necesario organizarse y responsabilizarse de sus necesidades una de ellas el uso de sus medicamentos, ahora para él, es prioritario tener control sobre eso, estar al día y prevenir cualquier situación que pudiera suceder; es por estas situaciones que él se da cuenta que sus prioridades han cambiado a partir de que vive lejos de casa. Invita a los estudiantes a participar, les cede la palabra es muy honesto con lo que piensa y no se detiene a decirlo.

En la tercera sesión Foráneo A se mostraba distante, al no llegar sus compañeros el comenzó a preguntar por WhatsApp quien asistiría a la sesión, finalmente asistieron el y foráneo M en esta sesión foráneo A participó menos sus respuestas

iban dirigidas hacia las cosas que el haría si se encontrara en cierta situación y a ofrecer consejos a su compañero sobre la manera en que debería de actuar.

Un día antes de esta sesión cuatro, Foráneo A mandó mensaje vía WhatsApp, para comentar que no iba a poder ir a la próxima sesión. Se muestra activo en whats App, es uno de los que siempre contesta a los comentarios que los demás ponen. Hace ver lo importante que es para él la presencia de todos en el taller, el esfuerzo de cada uno de los estudiantes para poder asistir a las sesiones, así como el esfuerzo de la facilitadora para la organización de los temas, expone a los estudiantes que todos tenemos distintas ocupaciones, comentando que deberían de estar agradecidos por este tiempo y el taller que se les está ofreciendo, ya que en el escrito de foráneo A, menciona: “porque yo creo que todos, no sólo tú tenemos tareas, proyectos, exámenes y demás, y Alejandra ni se diga pues trabaja en ITESO, ella pudo haber decidido hacer otro trabajo en su maestría, pero no, escogió darse el tiempo y esfuerzo de escucharnos y apoyarnos, por eso yo estoy agradecido con Alejandra, pero pues qué lástima que no nos vayas a poder acompañar, pero quiero que sepas que no es el único Y también que sepas que cuentas con nosotros para lo que ocupes cualquier cosa aquí andamos...” Posteriormente entre todos se acordó que la sesión anterior se repetiría para quienes no pudieron asistir, por lo que Foráneo A, no asistió.

En la sesión siguiente, foráneo A llegó puntual a la sesión, se siente en confianza dentro del grupo, en esta sesión se mantuvo callado, reservado con sus comentarios no participó como otras veces, se separó del círculo que estábamos formando, después de la explicación del tema, se percibe que el estudiante se comenzaba a salir del círculo que se estaba formando en la mayor parte del tiempo se recargó en la silla y con la pierna cruzada. Al iniciar los ejercicios respecto a la dinámica, percibía que le generaban confusión, en cierto momento, lo percibí molesto. Sus respuestas eran cortas, en general no se esforzaba por dar explicaciones, se limitaba a respuestas como si o no, cuando una de sus compañeras le dio un ejemplo, foráneo A solo comentó que no cambiaría su manera de pensar y actuar, su actitud fue cerrada y sin intención de comprender a otro. Finalmente, en la última sesión, foráneo A, mando mensaje por what's app para hacer saber al grupo que

no podría llegar a la sesión, pues tenía actividades escolares que le impedían hacerlo.

Foránea K

Por lo general, se muestra callada, reservada, participa después de que todos dan su opinión. Generalmente, cuando comparte es porque sus compañeros la invitan a hacerlo, es respetuosa con las opiniones de los demás no interrumpe, ella a diferencia de los demás, cuando comparte no lo hace con base a los comentarios que sus compañeros mencionan, sino que busca las circunstancias que, a ella, personalmente ha vivido, las dificultades que ha pasado, mencionando también todos los beneficios que ha obtenido al salir de casa.

En la siguiente sesión comparte con mayor apertura mostrando sus pensamientos y sentimientos, se le ve más confiada en el grupo, sigue compartiendo casi al final de la sesión mostrando mayor iniciativa y sin necesidad de que sus compañeros le pidan opinión. Con frecuencia habla de los cambios que ha vivido, sobre todo los familiares, estañar a su familia, sin embargo, posteriormente habla también de los beneficios que ha obtenido y de la fácil adaptación al cambio, no profundiza en sus sentimientos, habla de ellos, pero no medita mucho al respecto. Habla sobre los logros que ha visto en ella a partir de que salió de casa, son cosas que la hacen sentir orgullo de sí misma también, sabe que ya no puede expresar sus sentimientos con todas las personas como lo hacía con su familia así que menciona que una parte muy importante de ella se quedó en otro lugar.

En la siguiente sesión, foránea K, mandó mensaje para avisar que no podría asistir a la sesión.

La semana siguiente, foránea K se muestra participativa, reflexiva, aporta con sus puntos de vista en torno al tema y sus experiencias mayor apertura a compartir pidiendo la palabra y expresar incluso en la siguiente sesión, facilita a uno de sus compañeros, expone ejemplos de cómo ve ella cierta situación para tratar que otro estudiante entienda el punto de una diferente manera.

A la última sesión foránea K llegó puntual se muestra dispuesta a participar y lo hace, sin embargo, le cuesta trabajo profundizar y ver sus logros, dice sentirse

agradecida con el taller, se ve contenta y cuando la facilitadora expone lo que ve en ella, es cuando foránea K puede validar y aceptar parte de las cosas que otros ven en ella.

Foráneo U

Llegó puntual a la sesión, es reservado, tiene disponibilidad para participar y lo hace casi después de que los demás compartieron, respetando el turno de los demás no interrumpe, aunque se sienta identificado con lo que otros dicen, espera a que la otra persona termine para dar su punto de vista. Al llegar, se sentó en la parte más alejada de los compañeros, cuando habla mueve sus brazos y con frecuencia agacha la cabeza, al hablar con más frecuencia lo hace en segunda o tercera persona, sus participaciones son constantes dando puntos de vista personales y no en referencia a lo que otros compañeros dicen.

Desde la primera sesión foráneo U, expresó situaciones personales sobre las dificultades a las que se enfrentaba estando lejos de lo que era su hogar, enfocándose en cosas teóricas y algunas veces hablaba de sus sentimientos, cuando tocaba estos temas, lo hacía en pasado haciendo saber que esas eran cosas que antes sentía y que ahora ya no están presentes.

En la segunda sesión foráneo U tenía más iniciativa para hablar y más frecuentemente lo hacía en primera persona e incluso se adueñaba de sus vivencias, habló de las cosas que para él son prioridad en este momento, así como de las limitaciones con las que tiene que “lidiar” estando lejos de casa tomando conciencia de que sus lazos afectivos aquí son limitados o inexistentes

Conforme fue avanzando la sesión, foráneo U comenzó a hablar de sus sentimientos, adueñándose de ellos, pues lo hacía en primera persona, compartiendo con sus compañeros e interactuando con lo que ellos decían

Para la tercera sesión, foráneo U, mandó mensaje para notificar que no iría por cuestiones escolares. Para la cuarta, se muestra tímido, sin embargo, en esta sesión habló de sus experiencias, analizó y participó de manera muy “suelta” intentando darse a entender y expresando lo que pensaba y sentía. En la penúltima sesión, participó por invitación, tiene iniciativa, pero en esta sesión se vio más

limitado a participar, se quedaba pensativo como sin saber que decir u opinar, tenía participaciones muy cortas o solo para decir que estaba de acuerdo. Finalmente, en la última sesión mandó mensaje minutos antes para informar que no iría a la sesión.

Foráneo M

Llegó a tiempo a la sesión se nota que es tímido pues agacha la cabeza y no conversa con ninguno de los estudiantes. En el momento de hacer el círculo con todos los estudiantes, él se salía del círculo que se formaba entre todos, sus participaciones eran muy limitadas y solo participa porque los estudiantes lo invitan a hacerlo. Se ve que es tímido, pues cuando lo habla, lo hace agachando la cabeza, sonreía pensando en lo que podía decir, guardaba sus manos en los bolsillos de su pantalón y sus respuestas se limitaban a decir sí o no. El primer ejercicio tenía como objetivo que los estudiantes se presentaran, hablar de los propios gustos y lo que hacen o no en su día, para foráneo M fue un momento de presión, pues los estudiantes lo invitaban a participar y él tardó en pensar lo que quería compartir, parecía que él quería pasar desapercibido, en lo largo de la sesión estuvo callado, pero escuchaba con atención a los compañeros y reía en los momentos en que parecía concordar con las vivencias de los otros estudiantes, a la mitad de la sesión, foráneo M salió, pues argumentó que tenía clase y que se iba a estar saliendo antes de que finalizara el taller.

En la segunda sesión se ve más confiado con el grupo, durante las reglas en donde se explicó que había apertura a hablar si se quería o a no hablar si se deseaba, él asentía con la cabeza, aún se muestra apartado del grupo, al hacer el círculo él se aleja un poco más. Hizo una participación cuando compartió su experiencia, en la sesión no habló de manera voluntaria, sigue queriendo pasar desapercibido. Para la tercera sesión, solo asistieron foráneo M y foráneo A, en esta sesión Foráneo M se sintió identificado con el tema, habló con mayor apertura, pudo expresar lo que sentía respecto al tema y estuvo muy participativo en la sesión pudo hacer conscientes como eran sus reacciones respecto a distintas situaciones, habló con confianza, participó en toda la sesión y se quedó hasta que terminó, pues generalmente se iba a la mitad de la sesión.

Para la cuarta sesión, contestó a un mensaje un día antes, para comentar que no podría asistir al taller el día siguiente finalmente en la última sesión confirmó que asistiría y posteriormente mencionó que no iría.

Foránea X

Foránea X mandó mensaje en la segunda semana, después de haber iniciado el taller, para preguntar si aún estaba a tiempo de unirse, después de preguntar al grupo si ellos tenían problema con que hubiera un nuevo integrante, la estudiante se integró en la segunda sesión. Llegó diez minutos antes de la sesión para explicarle las reglas y de lo que habíamos hablado el primer día, su actitud era un tanto de indiferencia, estaba de acuerdo con todo y en general no le daba mucha importancia las decisiones que se tomaran en cuenta, era como si le diera igual lo que se realizara. El grupo se presentó y trataba de integrarla, en general había un ambiente de confianza. Para compartir espera su turno expresando lo que piensa en ocasiones toma la iniciativa y sus respuestas se enfocan en todo lo que ella ya había tomado en cuenta sobre el tema que se ve, no se permite verse vulnerable, por lo general habla de las ventajas que ha obtenido al salir de casa y lo poco que el cambio le ha afectado, la libertad y los beneficios que el salir de casa le han dado. Cuando foránea X expresa algo, todos la escuchan, de cierta forma tiene liderazgo en el grupo, pues ninguno de los compañeros la contradice cuando habla, y se cohiben para poder expresar como se sienten respecto a algunos temas al escuchar lo bien que ella comenta estar.

Para la sesión tres, foránea X mandó mensaje para comentar que no podía asistir a la sesión. En la sesión cuatro, en la mayoría de sus participaciones, deja entre ver que los temas que se ven, ella ya los maneja o que ya los tenía en cuenta desde antes, que no le son ajenos. Muestra una actitud de indiferencia, participa, pero con una actitud de superioridad, come durante las sesiones, es seria (no se ríe en los momentos en donde los demás se ríen), pocas veces ve a la facilitadora mientras da sus puntos de vista. Ve las actitudes y reacciones que tienen los demás y ella se mantiene con una actitud lejana hacia los demás, como si intentara no involucrarse. Para la última sesión foránea X llegó puntual, tenía una actitud más abierta, hacia

contacto visual, por lo general cuando habla, enfoca su mirada hacia otros puntos de manera pensativa y ve hacia la facilitadora, cuando termina de hablar, esta vez se notaba que, hacia el esfuerzo por pensar en alguna respuesta, se daba el tiempo para tratar de entender las preguntas e intentar contestar.

Proceso de la facilitadora

Desde el inicio, la planeación del taller fue enfrentarme a un reto, pues implicaba hacer una serie de cosas nuevas y que no sabía cómo iniciar a planear. La planeación del taller implicó estar pensando en los temas constantemente, la manera en la que se podrían exponer, los ejercicios que se podían aplicar y las actividades que pudieran llevar a los estudiantes foráneos a expresar las experiencias a las que se enfrentaban al salir de casa.

Al inicio de la primera sesión me sentía nerviosa pues tenía muchas expectativas en mi cabeza y poca claridad de lo que podría suceder en este primer día me preocupaba que los estudiantes no se presentaran, o que fueran solamente dos y que las actividades se vieran limitadas dentro del taller pensaba en que podría suceder lo contrario, que pudieran llegar más personas de las que tenía pensadas y no poder tener control del grupo, pensaba en las dificultades que se podrían presentar y la manera en que podría solucionar los diversos conflictos y si será capaz de resolver las situaciones, me cuestionaba constantemente sobre mis habilidades y la poca experiencia que tengo en la realización de actividades como esta. Tenía en cuenta que este era el primer taller que realizaba y dudaba de mi capacidad para poder dirigir a los estudiantes foráneos, estaba preocupada por la manera en la que tenía que dirigirme hacia ellos si era bueno o no hablar de mi experiencia como estudiante foránea o si era mejor mantenerme al margen. Me preocupaba decir algo que pudiera generar conflicto en el grupo o en alguno de los estudiantes. o pensar en que algo no funcionara y no tener las herramientas para solucionarlo.

Constantemente dentro de la intervención me preguntaba hasta donde hablar sobre mi experiencia, pues no quería que la atención se enfocara sobre mí, ya que creo, es un espacio para ellos, me preguntaba constantemente, si se estaba cumpliendo

con el objetivo de las dinámicas, había momentos en que no sabía cómo redirigir la conversación hacia el tema a tratar, me preocupaba redirigir el tema, pero tampoco quería limitarlos a que ellos pudieran expresar lo que necesitaban.

Dentro de la sesión, sentía que todo iba muy rápido, la energía de los estudiantes, su entusiasmo, sus ganas de participar y de hablar, en muchos momentos no sabía cómo intervenir, no deseaba decirles a los estudiantes que esperaran su turno para hablar pues tenía miedo de que se cohibieran, constantemente se “atropellaban” en sus conversaciones y no supe detenerlos por miedo a que dejaran de participar, no sabía en donde estaba el límite entre dirigir la sesión y querer controlarla.

Para la segunda sesión me sentí más tranquila, pues ya no me preocupaba sobre el interés de los estudiantes ya que me había dado cuenta que todos mostraban interés y la dinámica del primer día fue buena y productiva; me sentía mucho más relajada, además, vi al grupo mucho más dispuesto, participativo y entre todos se había generado un ambiente de confianza. En esta sesión, llegó una estudiante nueva y yo estaba muy a la expectativa de ver cómo funcionaría en grupo, si ella se iba a sentir cómoda o cómo reaccionarían los otros estudiantes, a pesar de que todos estuvieron de acuerdo en que se integrara alguien más.

En el transcurso de la sesión, me sentí preocupada por el tiempo, pues el primer ejercicio se extendió demasiado y pensé que no tendríamos tiempo suficiente para cerrar con la sesión, a la vez, no quería presionar a los estudiantes, porque veía necesario que pudieran reflexionar sobre cada uno de los aspectos que se habían expuesto. Finalmente, los estudiantes mencionaron que se sentían agradecidos con el espacio, que se les daba, pues reconocían que, a pesar de conocer y convivir con estudiantes foráneos, este taller era distinto, pues podían hablar y ser escuchados desde un ambiente enfocado y con un propósito específico. Escuchar eso me dio tranquilidad, pues pensaba que mi trabajo valía la pena y me hizo saber lo importante que era para ellos estar en un ambiente con personas que pasaran por lo mismo, y poder ser escuchados por alguien que entendiera las diversas situaciones y sentimientos a los que se enfrentarían.

En la tercera sesión, me sentí frustrada, decepcionada, triste, al ver que llegaron solamente dos de los estudiantes. Pienso que también estaba molesta al darme cuenta que los que faltaron no mandaron mensaje para hacer saber que no llegarían. Mi frustración era especialmente por una actividad que se planeó para la sesión y no se pudo realizar. Por la ausencia de los estudiantes, fue difícil improvisar y tratar de adaptar la sesión, sin embargo y gracias a la actitud de los estudiantes que si asistieron se pudo sacar provecho de la sesión y adaptar una actividad de manera improvisada para que ellos pudieran reflexionar sobre el tema de ese día. Me di cuenta de que a pesar de saber que este ambiente era para ellos y que no estaban obligados a asistir a todas las sesiones, sino que era un lugar en donde ante todo, debía existir la libertad y el respeto por la decisión que ellos tomaran, a pesar de esto, me sentí poco valorada y respetada, pensé que todo el tiempo invertido y el estar pensando en el taller y la manera en el que ellos podrían beneficiarse, no valía la pena, me sentí poco valorada y pensé que esto no era tan importante para algunos de ellos.

Reflexiones como facilitadora

Llevar a cabo esta intervención fue algo retador en distintos aspectos; desde la planificación de las sesiones, la exposición de los temas, la organización de los materiales y el tener en cuenta todos los aprendizajes obtenidos hasta el momento para poder realizar las intervenciones dando lo mejor de mí. Me doy cuenta que existen áreas de oportunidad y que es necesario continuar trabajando en ellas. Sin embargo, es gratificante ver que para algunos estudiantes es importante estar acompañados en ciertos procesos y que buscan los medios para salir adelante y tomar conciencia sobre sus experiencias.

Es bueno ver como algunos jóvenes dan importancia a lo que sienten y viven, permitiéndose hablar de su proceso y escuchar las vivencias de otros. Por lo general, en esta cultura a las personas no se nos enseña a trabajar nuestras emociones. Sin embargo, desde el punto de vista de la facilitadora, lo que se pudo ver dentro del taller, es que estos estudiantes foráneos tienen un interés y una necesidad a compartir y ser escuchados, es como si algo en ellos viera la

importancia que esto tiene y la cual se refleja en una necesidad, pues no cualquiera se toma el tiempo de asistir a algún lugar sin saber el beneficio que se obtendrá. Se puede ver y ellos expresan, tienen necesidad de crear vínculos, salir, conocer lugares diferentes, hacer amigos y poder relacionarse, tener planes para ir a distintos lugares, necesidad de generación de vínculos de amistad, de ser escuchados por personas que pasan por la misma situación y saber que serán comprendidos.

No obstante, también es necesario mencionar que, para la facilitación, fue complicado hacer intervenciones con un grupo que manifiesta en momentos, tanta vitalidad y ganas de hablar, opinar, intervenir; pues constantemente había interrupciones, ya que se veía la necesidad que los estudiantes tenían de expresar y manifestar que ellos también pasaban por las mismas situaciones. En otros momentos el grupo se mostraba en general, reservado, era difícil concluir y generar que ellos dieran su opinión. Podría decirse que en general no tenía idea de cómo reaccionaría el grupo en la siguiente sesión.

Al finalizar este taller, no solo se obtiene información sobre las cosas por las que atraviesa un estudiante foráneo, los retos, las emociones, los problemas. También, genera en la facilitadora conciencia de la necesidad que se tiene a ser escuchado, comprendido, recibido y no juzgado. Debido a lo que mencionan los jóvenes, encontrarse con personas que atraviesan por experiencias similares genera satisfacción y conciencia de saberse acompañados y comprendidos en un proceso de cambios que es nuevo para ellos.

8. RESULTADOS

En este escrito se presenta el análisis de datos que se realizó con base en la intervención mediante el taller titulado: “Reconociéndote al salir de casa, voces de estudiantes foráneos” en conjunto con entrevistas fenomenológicas aplicadas a estudiantes foráneos que cursaban primero o segundo semestre de su licenciatura en una universidad privada, ubicada dentro del área metropolitana de Guadalajara. Ambas intervenciones fueron aplicadas en el periodo de otoño 2019. Antes de entrar

de lleno al análisis de datos, es conveniente señalar el proceso que seguimos para tal fin.

Fundamentación para el análisis de datos

Es bien sabido que podemos hacer análisis de un sinfín de recursos porque partimos de que hay una multiplicidad de formas de comunicar, entre ellas están los textos, las fotografías, imágenes, videos o dibujos. Lo relevante del análisis de datos según González y Cano (2010) es entender a la persona más de lo que sabe de ella misma. Para eso necesitamos aprender a ver con los sentidos desde distintos posicionamientos para percibir de la experiencia más de lo que se observa a simple vista. Se trata de poner en juego la capacidad interpretativa y la sensibilidad para penetrar en los significados de la experiencia desde el contexto donde fueron vivenciadas (González y Cano, 2010).

El método hermenéutico para el análisis de datos

El análisis de datos requiere de un proceso. En principio grabamos en audio las sesiones del taller y las entrevistas fenomenológicas para luego transcribirlas. Posteriormente, hicimos una sistematización y codificación de la información para construir las categorías, abstrayendo aquello que se presentara de manera recurrente en los estudiantes foráneos, tomando en cuenta sus particularidades, pues insistimos en considerar que las personas son únicas e irrepetibles y aunque sus experiencias pueden ser similares, ellos no lo son y su manera de vivenciarlas puede mostrar particularidades.

Parte del proceso de análisis de datos involucra nuestra reflexión, tejido con la fundamentación teórica y la información que proporcionaron los estudiantes foráneos, para en un segundo momento, interpretar la experiencia desde la vivencia y el contexto de las personas, a este proceso se le conoce como *método hermenéutico* (Cárcamo, 2005) y se caracteriza por interpretar la manera en la que cada persona vive su experiencia dependiendo del entono en el que se encuentre. Para llevar a cabo la interpretación de los datos, Cárcamo (2005) sugiere hacerlo desde una actitud de empatía para que se apegue lo más posible al marco de

referencia de las personas, se tome en cuenta su historicidad y su entorno sociocultural.

Por otro lado, para nombrar a los estudiantes universitarios en la evidencia empírica se retomará el seudónimo (la palabra “foráneo” seguido de la primera letra de su nombre), la “s” de sesión, el número de esta en el taller, el mes y el año en que se llevó a cabo, y el número de renglón que ocupa en el concentrado de la transcripción tanto del taller como de la entrevista fenomenológica. En el caso de las entrevistas fenomenológicas, identificamos a los entrevistados de la siguiente manera: iniciamos con la palabra “foráneo”, seguido de la inicial de su nombre, luego agregamos la E de entrevista, el mes y el año en que se aplicó, y el número de renglón en el documento que concentra las transcripciones. A partir del análisis de datos construimos las siguientes categorías:

Categoría	Subcategorías
1. Las situaciones que enfrento en el nuevo contexto	1.1 Mi experiencia en el entorno universitario 1.2 Soy mi responsabilidad
2. Mis emociones ante mi entorno	2.1 Reconociendo mis emociones 2.2 Evadiendo mis emociones
3. Autoconociéndome a partir de mis necesidades y la manera en que las resuelvo	3.1 Autoconociéndome a partir de mis carencias 3.2 Autodescubrimiento desde mi reflexión

Categoría 1. Las situaciones que enfrento en el nuevo contexto

Este trabajo concibe las *situaciones ante el nuevo contexto* como las áreas que representan un obstáculo para un estudiante foráneo y las cuales, se ven obligados

a resolver. Esto se da dentro de un entorno físico en el que ocurren un conjunto de fenómenos y experiencias donde ahora se desarrollan los estudiantes foráneos y para quienes es necesario relacionarse con diversidad de personas sin tener un sentido de pertenencia.

En esta primera categoría, se dan a conocer los sucesos que los estudiantes enfrentan al salir de casa y los cuales han representado una dificultad para ellos. Estas complicaciones no solo las encuentran en el área escolar, sino que en mayor medida las reconocen fuera del ámbito universitario, pues descubren que en el ámbito personal ellos estaban acompañados tanto de familiares como de amistades; viéndose ahora con la necesidad de enfrentar diversidad de experiencias de manera autónoma. La intención de exponer las vivencias de los estudiantes foráneos es dar a conocer los retos que para ellos representa el cambio al salir de casa, es decir, de su lugar de origen y dejar todo lo que conocen para adentrarse en un contexto que es diferente en diversos aspectos. Es por esto que, esta primera categoría está conformada por 2 subcategorías:

1.1) Mi experiencia en el entorno universitario

1.2) Soy mi responsabilidad

1.1 Mi experiencia en el entorno universitario

Al cambiar su lugar de residencia, los estudiantes carecen de vínculos profundos que los puedan conectar con otras personas o con lo que los rodea, uno de los lugares donde los estudiantes pasan la mayor parte de su tiempo es en la universidad en la que estudian la licenciatura. Este espacio muestra la importancia que tiene el proceso de inclusión de los estudiantes foráneos al nuevo contexto, en especial, el universitario (Castro, et al. 2013), ya que este entorno es uno de los lugares donde ellos permanecerán la mayor parte de su tiempo.

Dentro de esta área, el aspecto al que ellos dan prioridad es la generación de vínculos afectivos. Las personas más cercanas con quienes pueden generar estos lazos son sus compañeros de clases con quienes conviven a lo largo de su semestre, generar estos vínculos suele ser complicado, por diversidad de aspectos;

entre ellos destaca que, debido a la organización del plan de estudios, donde los estudiantes eligen las asignaturas, provoca que no pasan largos periodos de tiempo con las mismas personas. Esta situación genera que, dentro de la universidad se presente una constante rotación de estudiantes en cada clase y genere dificultades para conocer y crear relaciones de amistad.

Otro aspecto son las múltiples tareas de las que ahora se debe encargarse el estudiante foráneo como lo son: cocinar, hacer sus compras, mantener limpia su vivienda, entre otras actividades que requieren tiempo, que no puede dedicar a socializar, sino que ese tiempo está destinado a realizar actividades que se vuelve necesario cubrir.

Por estas situaciones, en algunos casos, el mismo contexto universitario, no permite que estas relaciones se generen con facilidad, pues no proporciona un ambiente donde a los estudiantes se les facilite o puedan relacionar de manera constante, ya que la prioridad en un ambiente escolar suele ser el aprendizaje y no el encontrar momentos para que los estudiantes se relacionen, esto lo demuestran los siguientes relatos:

Pues acá no he tenido la oportunidad de hacer nuevos grupos porque...no veo a nadie, a todos los veo en días diferentes, pues todas las clases son con personas diferentes, entonces también ha sido difícil esa parte de hacer amigos (Foránea X, S2, septiembre, 2019, 220).

Los estudiantes no generan rápidamente amistades o relaciones de confianza, es por esto que se limitan a hablar de lo que piensan y sienten. Se podría decir que, el cambio que viven los estudiantes es radical ya que, de un día a otro, todo es diferente para ellos, pues se encuentran lejos de lo que les es familiar, de todo lo que conocen y una fuerte necesidad para ellos es hablar en confianza con alguien que ellos conozcan y con quienes se sientan en libertad de poder expresar las cosas que vivencian. En este sentido, el clima en el aula es fundamental para facilitar o no, que los estudiantes se incorporen a la cultura universitaria, pues se enfrentan a una realidad donde la búsqueda de inclusión se torna difícil (Núñez, et al, 2019).

Así lo muestra el siguiente relato “no tengo con quien hablar, que sea de confianza, porque no siento confianza con algunas personas como para contarles lo que me pasa” (Foráneo U, S2, septiembre, 2019, 128).

Es importante para los estudiantes la búsqueda por generar lazos de amistad dentro de la institución donde estudian, ya que al decir de Larios (2010, p. 21), “los seres humanos somos seres sociales y trascendentes y, en la medida en que logramos la armonía y la integración en nuestra vida, vamos creciendo”, por esto se destaca la importancia de las relaciones interpersonales y de generarlas justo en este medio donde los estudiantes foráneos pasan gran parte de su tiempo y donde el vínculo con otros es necesario para su desarrollo tanto universitario como personal.

1.2 Soy mi responsabilidad

Uno de los espacios donde los estudiantes foráneos pasan parte de su tiempo, es fuera de la universidad. Es aquí donde se encuentran con diversidad de dificultades, que van desde aprender a solventar las necesidades que les surgen dentro de su casa, hasta atender su seguridad fuera de ella. Llegar a un lugar desconocido, implica responsabilizarse de las cosas que anteriormente alguien más hacía por ellos y que ahora, dependen solamente de sí mismos. Algo que también está presente en este proceso de cambio, es la dificultad que viven al no sentirse pertenecientes al lugar en donde ahora radican, recordar y tener que lidiar con todo lo que dejaron lejos, lo cual, puede generarles falta de sentido de pertenencia.

Seguridad

La seguridad es una condición básica para que los estudiantes foráneos puedan desarrollarse en contextos adversos. Ésta es entendida por Maslow (2016), como una condición básica que engloba el aspecto físico, el laboral, la salud, los recursos e incluso los entornos. Según Maslow (2016), la necesidad más básica para el ser humano es la de sentir seguridad; por lo cual, para que una persona pueda avanzar hacia su desarrollo, es necesario satisfacer primeramente esta necesidad. Algo que los estudiantes foráneos enfrentan al vivir lejos de casa es el no sentirse seguros ante el nuevo contexto.

Vivir por muchos años en un determinado lugar, genera que las personas conozcan su funcionamiento en diversos aspectos; tener esta información, crea seguridad para saber si se deben tomar precauciones al optar por ciertas decisiones. Algo que expresan los estudiantes, es darse cuenta que han dejado atrás un lugar en donde sentían seguridad, pues tenían conocimiento sobre cómo era la dinámica de su comunidad, en donde podían sentir confianza hacia las personas que los rodeaban, se puede decir que el sentirse seguros dentro de un contexto les genera a los estudiantes un sentido de libertad y confianza tanto en el lugar en donde están como en sí mismos. Así lo expresa Foráneo D:

En mi comunidad, conocía las calles como la palma de mi mano, era un lugar de seguridad para mí, de seguridad para mi persona en la cual todos me conocían y yo conocía a la mayoría de las personas, conocía que era lo normal y que era lo no normal (Foráneo D, E, diciembre, 2019, 1285).

A este cambio en donde los estudiantes pueden darse cuenta que existe diversidad de mundos y en donde ellos pueden verse como diferentes a otros, Moreno (2004, p. 59), lo llama *fragmentación del mundo*, en donde a su decir, este proceso les permite a los estudiantes foráneos “su afirmación como sujeto agente, y por lo tanto la aparición de ideales como la autonomía, libertad y responsabilidad” a partir del reconocimiento de lugares y de la necesaria exploración del contexto inmediato.

Los foráneos no solamente se enfrentan a un espacio que no conocen, sino que saben que su nuevo entorno es un lugar del que deben cuidarse, todo lo que escuchan previamente de la ciudad en donde vivirán les genera un sinfín de pensamientos sobre todo, en el aspecto de seguridad, el saber que deben cuidarse de robos, asaltos, secuestros, estar atentos a los lugares a donde van, cuidarse al subir a un camión o procurar salir con alguien más para no ir solos a lugares que no conocen, son las cosas que los estudiantes ahora, deben tener más presentes, con un sinfín de sensaciones ante lo encontrado.

Estar pensando constantemente en las cosas que les pueden suceder, influye directamente en la forma en la que actuarán frente a situaciones específicas. Esta

manera de pensar puede generar una constante alerta y sensación de incertidumbre en ellos, que si bien, es bueno que prevengan ciertas situaciones, el estrés y/o ansiedad que les produce el estar cuidando la mayor parte del tiempo, genera inseguridad constante de la gente a su alrededor y de los espacios en los que se desenvuelven, en un mundo que se presenta ante ellos como fragmentado (Moreno, 2004). Esto se puede ver en el siguiente relato:

Ahorita con tantas cosas que han pasado, la última vez, yo me subí a un Uber y me fui y se fue por otra ruta y yo venía, asustado, preocupado, con miedo; porque no lo conozco y no conozco la zona (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 102).

Algo que refuerza este sentido de inseguridad con el que viven los estudiantes, ocasionado por las situaciones que les provoquen estrés, es enfrentarse a eventos que les hace darse cuenta lo necesario que debe ser para ellos tomar precauciones dentro de su nuevo contexto (Venegas y González, 2015). La reafirmación de saber que deben cuidarse de las personas que los rodean, los obliga a no salir solos a las calles ya que es necesario prever ciertas situaciones.

La última vez que fui solo, me iban a asaltar, sentí que metieron la mano a la bolsa de mi pantalón y cuando lo volteo a ver, quito la mano, bien asustado yo, agarré mi cartera y me la puse aquí en mi chamarra. (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 128).

Con el ejemplo anterior, se puede ver que a pesar de que los estudiantes saben y tienen muy presente que llegar al Área Metropolitana de Guadalajara implicará tener mayores precauciones en diversidad de aspectos; es poco probable que ellos puedan reaccionar o prevenir ciertas situaciones, de la misma manera en la que lo haría alguien que siempre ha vivido en la ciudad. Cabe resaltar que, en esta necesidad de seguridad también está presente el ambiente de violencia que se vive en el estado. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI, 2019), el estado de Jalisco es una de las entidades con mayor índice de percepción de inseguridad entre la población (77.7%), donde sobresalen los asaltos como el mayor acto de delincuencia.

Por lo general una persona que se desarrolló en una pequeña comunidad tenderá a reaccionar con mayor confianza a todo lo que lo rodea, es complicado cambiar de un día a otro, aspectos como la confianza en las personas, la seguridad en las calles, las precauciones al salir de casa, entre otros, esto puede ser perjudicial ya que según Maslow (2016, p. 26) "les hará retroceder en el proceso de desarrollo al 'enseñarles' que el mundo es malo y que las personas también lo son". Si bien, las advertencias de *seguridad* se dirigen hacia diversos elementos, las precauciones para ponerse a salvo es algo que los estudiantes deberán ir obteniendo con base a sus experiencias y probablemente con las vivencias que personas cercanas les puedan compartir. Si bien, el sentido de seguridad es necesario para el desarrollo de los estudiantes, existen otras áreas que deben cuidar para su desarrollo fisiológico como lo es la alimentación.

Alimentación

Otra de las necesidades básicas que los estudiantes necesitan tener presente además de la seguridad, son las fisiológicas como lo es la alimentación (Maslow, 2016), cocinar y tener presente el hacer tres comidas saludables al día es una de las nuevas tareas que los foráneos tendrían que incluir en sus responsabilidades y necesidades a cubrir.

Asignar tiempo día a día para atender esta área es algo que podría ser complicado para los estudiantes debido a que, priorizan las actividades a realizar, entre ellas está la dedicación al estudio; mientras que, la atención a la alimentación depende de los recursos económicos con los que cuentan. Es por esto que algunos de ellos tienden a dejar la buena alimentación de lado en aras de alimentarse con productos de bajo costo y de baja calidad, esto puede generarles "desarrollar hábitos alimenticios inapropiados que pueden inducirlos a problemas de malnutrición" (Peña, et. al, 2009, p. 25) o bien, la ingesta inapropiada de alimentos también podría tener como consecuencia problemas de obesidad.

La alimentación es una de las actividades que más cambios tiene en la vida del estudiante foráneo y ellos hacen consciente esto, pues no solo implica que los estudiantes se encarguen de esta actividad, sino que al hacer esto, el sabor y la

selección de los alimentos será distinta a la que están acostumbrados. Esto, refleja una variante más en la vida de los estudiantes, al decir de Foráneo D “todo es diferente, absolutamente todo es diferente simplemente el hecho de que prepares tu comida, ya es diferente y tiene un sabor diferente a la que se hace en casa” (E, diciembre, 2019, 1201).

Esto es un cambio para los estudiantes que requiere tiempo y organización para llevarlo a cabo, pues no es simplemente el hecho de preparar sus alimentos, sino que esto les implica pensar en la organización de sus comidas y darse tiempo para comprar lo necesario, al decir de los siguientes relatos:

A veces yo quiero comprar comida de afuera porque, bueno, no tengo tiempo, no hay tiempo para hacer de comer (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 259).

Eso es lo que he valorado más, porque, aquí debes planearte el desayuno, tienes que ver cuándo vas a ir al súper, porque si se te pasa, te vas a quedar sin comer (Foráneo A, E, diciembre, 2019, 1044).

Los estudiantes necesitan dedicar tiempo a esta actividad, pues están conscientes que esto era algo que anteriormente tenían en automático y que ahora es algo de lo que ellos se deben encargar. “Ya no hay quien me prepare la comida, comer, ya no lo tienes en automático” (Foráneo A, E, diciembre, 2019, 1312). Se puede suponer que cuando los estudiantes foráneos salen de casa, el tema de la elección de los alimentos que consumirán no es algo a lo que se le da prioridad, pues de manera consciente tienen como necesidad la ingesta de comida sin priorizar en el valor nutrimental que les pueda aportar, también priorizan sus estudios y resolver problemas inmediatos como la vivienda y los recursos económicos así lo podemos ver en la siguiente mención: “en la parte de la salud, te alimentas, haces ejercicio, dices no me estoy alimentando al 100% bien porque le tomas más prioridad a otras cosas... (Foráneo A, S2, septiembre, 2019).

Incluso, el alimentarse de una manera adecuada, puede ser considerado por los estudiantes foráneos como algo que deben sacrificar, perciben esto como algo que

deben hacer en esta etapa de su vida. Tener una buena alimentación puede pasar desapercibido al pensar que sus estudios están por encima de su alimentación, así lo muestra el siguiente relato:

Tarde o temprano vas a tener el fruto de lo que estas cultivando, estas sacrificando muchas cosas como, por ejemplo: (...) el no darle prioridad a comer más sano, sacrificas eso, pero tarde o temprano esas cosas que estas sacrificando van a dar su fruto pues vas a tener conocimiento en lo que estás estudiando (Foráneo A, E, diciembre, 2019, 1027).

Alimentarse de esta manera puede ser tan rutinario, que con el pasar del tiempo, los estudiantes lo ven como algo normal, pues la necesidad inmediata es satisfacer el hambre, para poder continuar con su día, sin pensar en la importancia de sus comidas o el valor nutrimental que tienen cada una de ellas. Así lo muestra el siguiente relato: “Ya es mi rutina, diario en la mañana, me vengo aquí a desayunar en la universidad, un café con un panecito (...) porque están al dos por uno” (Foráneo A, E, diciembre. 2019, 1542).

Como se muestra anteriormente, una de las necesidades por cubrir para los estudiantes foráneos es la alimentación, esto es algo que fisionómicamente el cuerpo lo pide, sin embargo, no es una de las prioridades para los estudiantes atenderla de la manera adecuada. Pues con frecuencia se puede observar que son los estudiantes foráneos quienes no tienen un horario establecido para hacer sus comidas y que con frecuencia se inclinan a la comida rápida y desequilibrada en estado nutricional (Peña, et. al, 2009). El haber salido de casa tuvo en objetivo principal: continuar con sus estudios, a esto los estudiantes le dan prioridad y dejan en segundo término el cuidado de una alimentación sana.

Administración del tiempo

Retomando las dificultades personales ante el nuevo contexto, otra de las cosas que los estudiantes deben aprender a manejar es la administración de más responsabilidades, ya que al no tener a quien delegarlas, un aspecto que se añade

a considerar en la organización de sus actividades diarias es la administración del tiempo.

Adquirir diferentes herramientas de organizarte ah pues mira ya no está mamá o papá (...) que hacen las cosas por ti como lavar la ropa, hacerte de comer, etcétera, pues ahora tienes que administrar también tu tiempo para que esas cosas las puedas hacer en determinadas ocasiones y al día siguiente puedas dedicarle el tiempo necesario a tus tareas... (Foráneo D, E, diciembre, 2019, 1018).

Siento que, me puedo desesperar mucho (...) paciencia, todo toma tiempo, allá mi mamá me hacía de comer, la verdad yo no hacía la limpieza allá, ahora tengo que hacer ambas cosas yo (Foránea X, S5, diciembre, 2019, 812).

Ahora deberán cumplir con diversidad de tareas y actividades que anteriormente alguien más realizaba por ellos, se ven en la necesidad de priorizar ya que, con frecuencia, no tendrán en quien apoyarse con respecto a sus nuevos roles (Aguilar, 2017). Los estudiantes foráneos se ven obligados a comenzar a administrar su tiempo, enfocándolo a diversas áreas de su vida, como puede ser la económica, social, personal, laboral y universitaria. En algunas ocasiones para dar prioridad a querer ahorrar tiempo en algunas cosas, es necesario sacrificar otras. “Tengo que administrar, literal, centavo por centavo, a veces quiero incluso comprar comida de afuera porque, no hay tiempo para hacer de comer” (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 324). Se puede ver cómo los estudiantes foráneos se ven en la necesidad de estar pensando en las cosas que deben priorizar, pues el hacerse cargo de diversas actividades en determinado tiempo es algo que puede tomar tiempo.

Economía

Dentro de la administración de recursos, los estudiantes foráneos, además de considerar el tiempo y la alimentación, también toman en cuenta la administración de su dinero. Tomar la decisión de continuar sus estudios universitarios lejos de casa, es una decisión que tendrá repercusiones directas en la economía familiar, independientemente de esto, para los estudiantes foráneos administrar el dinero

que les es proporcionado, será una nueva experiencia que implicará entre otras cosas, responsabilidad y atención en un área que antes no tomaban en cuenta como los pagos de servicios, alimentación, cuidado personal, diversión o simplemente el querer salir y tener que pensar pagar el servicio de transporte, son cosas que anteriormente ellos no tenían que pensar ni costear.

A decir de Moreno (2004), las experiencias económicas que ahora surgen son significativas para los estudiantes foráneos e influyen directamente en su desarrollo humano. Ahora, ven necesario administrar su dinero para hacerlo rendir más y organizarse para poder hacer cosas por ellos mismos, procurando que la diversidad de actividades que ahora tienen que llevar a cabo, no les genere pérdidas económicas.

En el nuevo contexto, los estudiantes foráneos no comparten las mismas preocupaciones ni responsabilidades, a diferencia de otros; es necesario que los foráneos, tengan en mente y prevengan distintas situaciones. Tienden a comparar su realidad y percibirla como limitada en contra posición con la experiencia de otros estudiantes “los estudiantes que son de aquí, ni siquiera se preocupan por el dinero y yo, sí tengo que preocuparme por eso todo el tiempo” (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 458).

Los estudiantes deben pensar en las consecuencias que pueden tener no administrarse bien, constantemente piensan en cómo una mala compra puede perjudicar los gastos que deben cubrir, para ellos es importante administrar su dinero y reconocen los límites que deben tener en cuenta para no sentirse tan presionados por el aspecto económico, así lo muestra el siguiente relato: “digo, bueno, si compro una hamburguesa de ciento y tantos pesos, de ochenta pesos me va a descompletar la semana y con eso yo hubiera podido comprar más cosas en el súper” (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 621).

Por lo general, los estudiantes cuentan con un presupuesto, semanal, mensual o hasta semestral, es por esto que deben aprender a administrar sus gastos y poner énfasis en los gastos que hacen, algo en lo que constantemente piensan es en el aspecto económico, pues ellos saben que deben limitar sus gastos.

Foráneo U: Me tocó una vez que íbamos al subway y mis amigos decían: me das el italiano, con este pan; tiene costo extra, con aguacate; que tiene costo extra. Y digo yo... ¿cuál es el baguette del día? el más barato... (S1, septiembre, 2019, 186).

Los estudiantes comienzan a ser conscientes de la administración de sus recursos y de la necesidad que tienen de hacerlos rendir, se enfocan en cubrir sus necesidades básicas como la alimentación, dejando a un lado la selección de marca o los productos y servicios a los que antes estaban acostumbrados. Satisfacer el hambre es una prioridad y algo que influye en que su alimentación no sea adecuada es el querer economizar y hacer que su presupuesto les alcance, dejando a un lado el valor nutricional y la calidad de los alimentos. “Ya no compramos las cosas por la marca, me vale, dame las salchichas de ocho pesos, como sea, ya mezclado no sabe” (Foráneo A, S1, septiembre, 2019, 446).

El tratar de hacer rendir su dinero, genera que los estudiantes foráneos piensen en el ahorro constante, esto los inclina a comparar precios y buscar el beneficio de su economía así lo muestra Foráneo D, “Pero si es ver esa perspectiva de... qué es lo que me conviene más. No es como antes que iba al súper, ahorita ya comparo los precios” (S1, septiembre, 2019, 38). Incluso hay quienes en esta búsqueda entre calidad y economía se aventuran a buscar lugares que puedan hacer rendir más su dinero. “El otro día fui a San Juan de Dios, a hacer la aventura de ir a comprar, porque es más barato y se me hace muy caro Walmart, el chiste es que si nos ahorramos una lana” (Foráneo U, S1, septiembre, 2019, 282).

Se puede ver que la administración de la economía es un aspecto relevante para los estudiantes, al decir de Aguiar (2017, p. 45) “se requiere de una buena planeación de la economía personal para aprovechar los recursos de manera óptima y evitar complicaciones” se ven en la necesidad de comparar precios, buscar lugares con mejor producto y mejores precios, aunque esto les implique arriesgar su seguridad e invertir tiempo en obtener estos recursos. La pérdida de esta seguridad económica es algo que les hace enfrentar a los estudiantes otra realidad, con mayores responsabilidades y con frecuencia les hace recordar cosas con las

que ahora ya no cuentan, es aquí en donde los estudiantes reconocen la añoranza hacia su familia, momentos, cosas, lugares, entre otros.

Añoranza

Como se mencionó anteriormente, los estudiantes foráneos pasan por una falta de seguridad en diversidad de aspectos, así como la disminución de estabilidad que puede dar paso a generarles un sentido de añoranza hacia los lugares que frecuentaban, familiares, amigos, costumbres y les generaba sentido de pertenencia, el cual, es necesario fomentar en el nuevo contexto, por medio de la participación social de manera positiva (Enríquez, 2014). Con la falta de estas experiencias constructivas hacia otras personas, los estudiantes tardan en tener un sentido de pertenencia generando con ello un sentido de añoranza hacia todo lo que tenían.

Familia y amigos

Los estudiantes foráneos reconocen la importancia afectiva que dejaron en lo que era su lugar de residencia, expresan el disfrute que les genera regresar con sus familiares, cualquier esfuerzo para convivir con sus conocidos vale la pena. Se coincide con Maslow (1991) al señalar que en las personas existe de manera innata una tendencia hacia la autosatisfacción, es por esto que los estudiantes buscan disfrutar del tiempo que pasan con las personas que son importantes para ellos. Así lo muestra el siguiente relato “honestamente, cada minuto en mi pueblo, es una delicia, dos horas más que esté con mi familia, vale la pena” (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 348).

Con frecuencia, los lazos familiares, son los más fuertes y son los que los estudiantes expresan con mayor frecuencia, por lo general, estos vínculos suelen ser los más cercanos y con quienes se comparten mayor número de experiencias. “Yo siento que lo que más estoy extrañando es a mi hermano que es el menor de todos, lo estoy extrañando más porque el último año, estuve compartiendo mucho” (Foráneo U, S2, septiembre, 2019). Los estudiantes no solo dejan a su familia, sino que sus amistades también se quedan en su comunidad o bien deciden como ellos irse y continuar sus estudios en otro lugar.

Referente a esto, se puede resaltar que no solamente existe añoranza hacia la familia, sino hacia los momentos que compartirían, las experiencias que los estudiantes tenían y que eran importantes para ellos. Así lo señala un joven foráneo “ahora pienso en mi familia, quiero comer esto, pero con mis papas, ir aquí a este lado con mi papá” (Foráneo A, S2, septiembre, 2019, 615). Querer realizar ciertas actividades con determinadas personas, no solo muestra que se extraña a ciertos individuos, sino que existe una necesidad de formar parte. Al respecto, Maslow (1991) menciona que la necesidad de pertenencia y de amor es una de las primeras necesidades, pues para las personas es necesario tener nexos de afecto y un lugar propio dentro del cual se desenvuelve. Esto es una de las necesidades que expresan los estudiantes foráneos de los primeros semestres.

No obstante, los estudiantes son conscientes de las personas que son relevantes para ellos. El proceso de hacer amistades nuevas requiere tiempo, se puede conocer a otros estudiantes, pero generar un lazo de amistad es un proceso que se crea al compartir experiencias, vivencias, momentos, pláticas, que solo con el tiempo se pueden ir construyendo; es por esto que los estudiantes foráneos no solo añoran las amistades que ya conocen, sino al ambiente que dentro de estas relaciones se generaba. “y luego pues en horario de clases, no sentí encajar... y dije: extraño a mis amigos, con ellos es un ambiente muy diferente” (Foráneo D, S1, septiembre, 2019, 258).

Mascotas y objetos, una parte que extraño

Los estudiantes no solo sienten añoranza hacia sus familiares, sino que existen objetos con los que ellos se identificaban y que han sido importantes para ellos, pues les reflejan una parte de lo que son, al dejar estas cosas o mascotas en otro lugar, están perdiendo también una parte de ellos, de cierta manera, saber que no pudieron traerlos con ellos, les hace saber que parte de ellos permanece en otro lugar, así lo muestra Foráneo U: ahorita estoy extrañando mis instrumentos

musicales, porque para mí es una forma de expresarme, es una parte de mí (S2, septiembre, 2019, 724).

La añoranza se percibe también hacia compañías que eran constantes en la vida de los estudiantes, como lo son las mascotas, de quienes obtenían compañía con su presencia, los jóvenes foráneos deben abstenerse de aquello que era importante para ellos y a lo que estaban acostumbrados. Al decir de Foráneo A: “Mi vida eran mis perros, mis papás podían no estar, pero ellos estaban conmigo siempre, ahorita llego a mi casa y... ¡en donde están! (S2, septiembre 2019, 672). Esta dualidad al saber que se tiene algo; pero al estar lejos, no se tiene, es algo que los estudiantes foráneos experimentan y se refleja en cosas sencillas, como el dejar lejos a sus mascotas, extrañar su estilo de vida o añorar momentos que les hacían saber que pertenecían a un lugar y que formaban parte de un entorno. Al decir de Lietaer (1997), las dificultades personales que enfrenta un estudiante foráneo pueden limitar que sus vivencias sean vistas como realmente son, ya que hay muchos aspectos a los que aún no se han enfrentado (carencias, dificultades, adversidades, momentos de vulnerabilidad), los cuales pueden dar pauta a que los estudiantes se sientan inseguros de generar nuevas vivencias.

Para concluir esta primera categoría, se puede destacar que las personas con quienes más van a convivir los estudiantes foráneos son sus compañeros de clases, sin embargo, pueden verse limitados a compartir sus experiencias, ya que no existen lazos de confianza y el generarlos puede dificultarse, pues los periodos para coincidir con otros son limitados. La convivencia con frecuencia se obstaculiza debido a las múltiples actividades que los estudiantes foráneos deben realizar, esto, entre otras cosas, genera que a los universitarios foráneos se les dificulte generar vínculos afectivos.

El contexto universitario no es el único ambiente nuevo para los estudiantes foráneos, también deben aprender a solventar sus necesidades como lo son las de seguridad dentro del lugar donde ahora viven, teniendo presente que deben tomar precauciones para trasladarse de un lugar a otro, pues saben que la ciudad no es un lugar que les genere la misma seguridad que tenían anteriormente. No solo

deben atender su seguridad física, el estar pendiente de su alimentación, es algo que debería ser prioritario; sin embargo, con frecuencia es puesta en segundo plano ya que ésta depende en gran medida del tiempo de los estudiantes y de su economía e incluso es vista como algo que se debe “sacrificar” a costa de la educación, con frecuencia esto es considerado algo normal.

Al tener que hacerse cargo de ellos y de sus necesidades de un día para otro, los estudiantes foráneos se ven obligados a cumplir con diversidad de tareas que anteriormente alguien más realizaba por ellos, ahora deben tener en mente la organización de su economía, pues deberán cubrir gastos como luz, gas, internet, teléfono, renta, transporte, alimentación, entre otros. Del mismo modo deben aprender a organizar sus tiempos entre la universidad, los deberes de casa, la preparación de alimentos, generando con esto que el poder socializar con otros se vea limitado; creando en los estudiantes foráneos conciencia, al saberse con más necesidades, responsabilidades y preocupaciones que otros estudiantes universitarios.

Los estudiantes foráneos no solo deben comenzar a conocer el nuevo contexto en el que ahora se desenvuelven, los retos a las que se enfrentarán al adquirir nuevas responsabilidades, dentro de esto proceso, también pasan por un periodo de pérdida, sobre todo en el aspecto afectivo, pues añoran no solo a las personas con quienes convivían sino también momentos, mascotas y objetos que eran importantes para ellos.

Es importante que los estudiantes foráneos cubran sus necesidades básicas, sin embargo, con frecuencia el invertir tiempo, dinero y esfuerzo a estas prioridades, puede generar que se ven limitados a dar tiempo e invertir en crear lazos afectivos. Al decir de Maslow (1991, p. 28) “si tanto las necesidades fisiológicas como las de seguridad están bien satisfechas, surgirán las necesidades de amor, afecto y sentido de pertenencia”. Se puede ver como estos jóvenes foráneos no solo tienen carencias fisiológicas sino también necesidades afectivas, lo cual genera que los estudiantes foráneos sientan que no pertenecen a este nuevo contexto.

Categoría 2. Mis emociones ante mi entorno

Al salir de casa los estudiantes vivencian diversidad de experiencias, tanto positivas como negativas. En esta categoría se hace referencia a los principales estados emocionales que los estudiantes enfrentan en los dos primeros semestres de su licenciatura, ya que es en esta etapa donde ellos inician una vida solos y es el momento en donde necesitan lidiar y responsabilizarse de diversas actividades, este cambio se genera de un día para otro, es por esto que esta fase se hace relevante y algunas veces es decisiva para que ellos elijan regresar a sus lugares de residencia o continuar con sus estudios lejos de su comunidad.

Cuando los estudiantes foráneos comienzan una nueva vida lejos de todo lo que conocen, experimentan diversidad de emociones principalmente en los dos primeros semestres. En este trabajo, cuando se habla de emociones, se hace referencia a las sensaciones que los estudiantes dan nombre, de acuerdo con lo que menciona Larios (2010, p.29) “la emoción es el conjunto de sensaciones experimentadas. En el momento en que una persona le pone nombre a eso que siente, cuando le da un significado, hablamos de un sentimiento”. Estas emociones generan variedad de sentimientos los cuales, los estudiantes reconocen y hablan de ellos debido a que los tienen identificados; otras veces platican sobre estos sin saber realmente si la emoción es coherente al sentimiento que están vivenciando. Es por esto que esta categoría está conformada por dos subcategorías:

2.1 Reconociendo mis emociones

2.2 Evadiendo mis emociones

Haciendo referencia a la diversidad de emociones que los estudiantes foráneos vivencian principalmente en el primer año de su licenciatura, cabe mencionar que ellos no siempre tienen palabras para poder expresar lo que están pasando y hay quienes por múltiples motivos prefieren no hablar de sus emociones, algunos otros buscan los medios para expresarlas y para entender un poco más la situación por lo que están atravesando, de manera que puedan sentirse acompañados y saber que no son los únicos que viven y pasan por esto.

2.1 Reconociendo mis emociones

Como se mencionó anteriormente, existen emociones que los estudiantes foráneos pueden reconocer, estos sentimientos como la preocupación, nostalgia, soledad, tristeza, se hacen presentes en la nueva vida de los estudiantes, aunque cada uno de ellos la vive de manera diferente y por circunstancias distintas, al decir de Enríquez (2014, p. 10)

Las emociones no se experimentan ni se expresan de manera uniforme, ya que las condiciones que las ocasionan varían según el contexto sociocultural y el periodo histórico (...) las emociones son un fenómeno imposible de separar de su contorno sociocultural e histórico.

Por ello, cada persona tiene un modo particular de vivenciarlas. Uno de los sentimientos que los estudiantes expresan es la preocupación; al decir de González-Alafita y Flores-Meléndez (2011 citado por Venegas, 2015, p. 22) “cuando personas que proceden de diferentes grupos interactúan, experimentan cierta preocupación, que puede deberse a la posibilidad de no ser suficientemente capaces para desenvolverse, salir perjudicado del encuentro, o poder ser víctima de malos entendidos, afrentas, etc”. Al iniciar una vida solos, los estudiantes saben que deben comenzar a hacerse cargo de situaciones por las cuales no tenían que preocuparse anteriormente.

Esto puede generar que algunas veces los estudiantes foráneos no tengan certeza sobre cómo reaccionar ante cualquier adversidad que se les presente, saben que la responsabilidad de sus vidas ahora está en sus manos, y que no tendrán a algún familiar cerca para decirles qué hacer o cómo salir de cualquier problemática, el tener esta responsabilidad genera preocupación, al decir de Foránea K “algo que me preocupa por ejemplo es la salud, porque yo soy muy propensa a enfermarme de cualquier cosa y no sabría qué hacer” (S2, septiembre, 2019, 516), no solamente puede preocupar no tener a nadie cercano, sino el hecho de no contar con las herramientas suficientes para salir de la adversidad.

Referente a esto, se puede ver que, a pesar de iniciar una nueva vida, los estudiantes han dejado otra detrás, esto incluye a las personas que quieren y el rol que ellos tenían en sus hogares. La preocupación no solo se manifiesta hacia las cosas que enfrentarán sino también está presente en las cosas que dejaron; ellos saben que sus familiares contaban con ellos de alguna u otra manera, que muchos de ellos cumplían un rol importante dentro de sus hogares, es por esto que la preocupación también hace referencia en todo lo que dejan, de esta manera lo menciona Foráneo D.

Quando mi mamá se ponga enferma pues no voy a poder estar al cien por ciento con ella, y no tengo la seguridad de que mis hermanos la atiendan como yo la hubiera atendido, ese tipo de cosas me preocupan porque no se si ellos sabrán que hacer (E, diciembre, 2019, 1327).

Es así como se puede ver que a los estudiantes foráneos no solo les preocupan las situaciones que enfrentarán, sino las personas y circunstancias que dejan en su lugar de nacimiento. Haciendo referencia a lo que los estudiantes dejan atrás, se podría considerar normal que pensar en estas situaciones les genere a los estudiantes sentimientos de nostalgia, ya que al dejar tanto a las personas que conocían como a las cosas con las que se sentían identificados están renunciando también a una parte de sí mismos, ellos saben que el llegar a la ciudad requiere sacrificios y eso genera en ellos sentimientos de nostalgia, como lo menciona Foráneo A: “pues achicopalado, nostálgico, te da para abajo pensar en lo que tienes que sacrificar por tu superación” (S2, septiembre, 2019, 845). Para los estudiantes, muchas de las cosas que ahora ya no tienen representaban una parte de ellos y dejarlas, implica dejar un fragmento de lo que es importante para ellos, al decir de Foráneo U:

Me hace sentir un poco nostálgico en ocasiones con las cosas que dejé y como que también reprimido porque, lo que dejé allá, es una forma mía que tenía para expresarme porque me gustaba hacerlo, era algo mío y ahorita no lo tengo (S2, septiembre, 2019, 894).

Al pasar por estos periodos de nostalgia, donde los estudiantes meditan sobre las cosas que tenían y las personas que son importantes para ellos y con las cuales ya no conviven, también pasan por periodos de soledad, pues ciertamente algunos de ellos inician esta fase de su vida solos, sin la compañía de algún familiar o amigo cercano. El pasar por sentimientos como la soledad dificultan el proceso de integración de los estudiantes (Castro, et. al, 2013), ellos están acostumbrados a la compañía de sus familiares y dejar de tener esto de un día para otro les genera este sentimiento, el cual puede intensificarse en los periodos largos, como lo son los fines de semana, ya que son días que, por lo general, los estudiantes estaban acompañados de su familia; esto es relevante para Foráneo U:

 Mi papá vino a dejarme, después de que se fue si empecé a sentirlo, empecé a sentir esa soledad, se siente la distancia entre la familia y digo: los sábados y los domingos nos la pasábamos entre familia, ahora qué hago (S1, septiembre, 2019, 259).

Estar rodeados de personas podría proporcionar un sentido de acompañamiento, sin embargo, esto no genera que los estudiantes se dejen de sentir solos pues en los primeros semestres aun no cuentan con personas que ellos consideren cercanas, “contar con amigos cercanos facilita el proceso de integración a la universidad; la soledad, en cambio, pone en riesgo la permanencia” (Castro, et. al, 2013), este tipo de acompañamiento favorece ya sea para pasar tiempo, compartir experiencias, ser escuchados, sentirse comprendidos y acompañados. Esto es algo que menciona Foráneo D:

 Llegas aquí y no sabes nada, no tienes amigos, nomás compañeros conocidos y dices hñjole, volteas a ver a todos y te sientes solo. Solo en el hecho de que no me puedo desahogar no creo que me entiendan por el hecho de que no me conocen ni tampoco yo los conozco a ellos. (E, diciembre, 2019, 1427).

El hecho de no sentirse identificados con su nuevo contexto, como lo menciona anteriormente Foráneo D, es algo que podría generar entre otras cosas que los estudiantes se aislaran; es por esto que debería ser prioritario que los estudiantes

den importancia a lo que sienten, lo que dice Filliozat (1998) es que las emociones requieren ser liberadas. Por lo tanto, debería ser relevante para los estudiantes foráneos poder expresar el cúmulo de emociones por las que atraviesan para con ello, poder entenderse y conocerse aún más.

Otro de los sentimientos que es constante entre los estudiantes foráneos en los dos primeros semestres de su vida universitaria es la tristeza. Lietaer (1997) menciona que para la mayoría de las personas, no es fácil exponer a otros sus sentimientos más íntimos y es aún más difícil que alguien confíe y hable, si se encuentra en estado de vulnerabilidad para esto es importante que exista un ambiente genuino, el cual se ofreció a los estudiantes ya que no solo expresaron sus sentimientos sino la manera en la que lo expresaban, que con frecuencia era a través del llanto, así lo expresa Foráneo M: “cuando me estoy sintiendo triste, si me dan ganas, así como de llorar” (E, diciembre, 2019, 1768). Uno de los momentos en donde se hace presente es al pensar en las personas más cercanas a ellos, pues es en este contexto del que salieron en donde sienten mayor identidad, confianza, seguridad y apoyo, es por esto que los estudiantes expresan que al pensar en lo que dejaron surge este sentimiento.

Te sientes triste cuando empiezas a pensar en lo que dejaste, te pones triste cuando ves que ya tus amigos no están, te pones triste cuando te enteraste que tus amigos allá salieron y tú no pudiste ir. Te pones triste cuando tú estás aquí (...) casi todas tus cosas se te hacen tristes (E, diciembre, 2019, 91).

Llorar es uno de los recursos que tienen los estudiantes para poder expresar este sentimiento; Bizkarra (2008, p.74) señala que “una persona fuerte y madura, se permite emocionar y expresar la emoción, incluida el llanto y la vulnerabilidad, incluso cuando está también rodeado de otros”. Con frecuencia en los estudiantes foráneos surge el llanto al pensar en sus familiares y se hace presente al inicio de su carrea universitaria, ya que es en este periodo de transición el que más resienten los estudiantes, pues es una etapa de cambios que se les presentan de un día para otro. Foráneo A hace referencia a esto:

Pues es difícil, muy difícil; ya no está mi mamá y sí fue duro y fue triste. Las primeras semanas estuve llorando y no solamente por mi mamá sino por mi papá, mi familia, mis amigos y mi comunidad como tal (E, diciembre, 2019, 53).

Se podría pensar que el estar en constante comunicación con las personas que se quieren y que han sido importantes a lo largo de la vida es algo que siempre será agradable y recibido con alegría; sin embargo, estos momentos pueden no ser recibidos de la misma manera en un periodo que se podría definir como un proceso de pérdida, es aquí donde Bizkarra (2008) señala que con frecuencia surge la tristeza, definiéndola como un sentimiento muy humano, normal y relativamente frecuente, la cual puede surgir ante la pérdida de algo o alguien, por expectativas no cumplidas o por no haber conseguido lo que la persona se propuso.

Si bien, para los estudiantes foráneos existen los momentos en donde tener comunicación con sus familiares, están llenos de alegría, también existen otros en donde estos contactos les remueven sentimientos que para ellos es difícil ocultar y que les hace recordar lo que en este momento ya no tienen, sentimientos que identifican y son expresados a través del llanto, así lo menciona Foráneo D: “y me habla mi mamá y me dice: ¿cómo estás? Yo, nada más de escuchar su voz, no pude contestar, me dan ganas de llorar”. (S1, septiembre, 2019, 357). Por lo que se puede mostrar, el sentimiento de tristeza por el que atraviesan los estudiantes foráneos se enfoca hacia la pérdida de personas, lugares, situaciones y/o cosas que son más significativas en la vida de estas personas.

Algo que también se encontró gracias a la intervención mediante el taller realizado, es que algunas de las emociones que se mencionaron anteriormente, también son vividas desde la culpa. Foráneo D, expresa un sentimiento de preocupación basado en la culpa que siente al estar generando un gasto económico a sus padres, pues tienen presente que para sus familiares no es fácil cubrir los gastos que generan no solo sus estudios, sino el pago de una renta, servicios básicos, transporte, entre otros.

Más que nada, también mi preocupación es en lo económico, pensar en cómo están ellos, si les quito un poco ¿cómo los dejo a ellos?, destanteados, si los desequilibro, siento culpa por el hecho de que yo les digo: `les estoy quitando dinero´ (E, diciembre, 2019, 1453).

Algunos estudiantes foráneos tienen presente que viven un proceso en donde pasan por diversas fases que se presentan debido a la experiencia de ingresar a un entorno distinto, estos cambios inician en el momento en que llegan y continúa mediante se ajustan a su nuevo entorno (Venegas, 2015), salir de casa no es difícil solamente para ellos, sino para sus familiares también. Hablar de sus emociones es algo que a los estudiantes les cuesta trabajo expresar principalmente con sus papás o simplemente se limitan a no hacerlo. El poder crear principalmente es sus papás preocupación ante las vivencias que experimentan los estudiantes les genera a los foráneos un sentimiento de culpa es por esto que una de las principales razones para limitarse a hablar de sus malos momentos o experiencias es no generar en sus padres una sensación de malestar. Por lo que muestra Foránea K: “no es como que les diga a mis papás me siento mal, o me siento así... porque siento como culpa de que ellos se sentirían más mal” (S2, septiembre, 2019, 824).

Estos sentimientos son de los que los estudiantes hablan con mayor facilidad, pues al parecer los identifican y saben las emociones que pueden generales las vivencias por las que atraviesan. Sin embargo, la experiencia que cada persona pueda tener genera emociones que esencialmente son íntimas y subjetivas (Enríquez, 2014, p.10), que no se pueden deslindar del entorno donde se desarrollaron los estudiantes foráneos. Es por esta razón que no se puede generalizar y etiquetar las experiencias que los estudiantes puedan tener con alguna emoción en particular.

2.2 Evadiendo mis emociones

Cuando una persona no afronta una dificultad, un compromiso, un peligro o en este caso una emoción, se puede decir que está evadiendo hacer frente a la situación que se le está presentando. Según lo menciona Larios (2010), es necesario tener conocimiento de nuestros sentimientos para poder manejarlos, una vez que los reconocemos y los aceptamos, estos cambiarán. Es necesario manejar los propios

sentimientos, ya que de lo contrario se corre el riesgo de que ellos pueden manejarnos. Los estudiantes foráneos en ocasiones no solo evaden lo que sienten, sino que hay momentos en donde no reconocen las emociones por las que están pasando.

Algunas de las evidencias que se recabaron al hacer esta intervención, muestran que cuando los estudiantes foráneos atraviesan por un sentimiento profundo, genera una interpretación errónea de lo que están viviendo, teniendo como ejemplo que el sentirse profundamente tristes es asimilado por los estudiantes como estar pasando por un periodo de depresión, esta conlleva a respuestas físicas y fisiológicas muy distintas a las que expresan los estudiantes. Según lo mencionado por Bizkarra (2008) la depresión surge cuando existieron periodos prolongados de tristeza, es la consecuencia de una tristeza no vista, a la cual no se le dio importancia y no fue vivida ni comprendida por la persona. Para exponer las diferencias que existen entre la tristeza y la depresión, se muestra el siguiente cuadro (Bizkarra, 2008, p.73)

Tristeza	<p>Sensación de dolor interno</p> <p>Pena</p> <p>Ganas de llorar</p> <p>Sensación de pérdida</p> <p>Aumento de sensibilidad y de la capacidad de emocionarse</p>
Depresión	<p>No hay sensación, no hay sentimiento. Presencia ausente</p> <p>Todo es igual, no hay ganas de vivir.</p> <p>No tienes ganas de llorar ni de hacer nada</p> <p>Sensación de ruina interna</p> <p>Disminución de la capacidad de emocionarse</p> <p>La verdadera depresión se acerca mucho a la indiferencia</p>

Si bien, los estudiantes no muestran que estén pasando por una depresión, al mencionarla se puede entender que hacen referencia a que algunos de los

momentos que viven son con mucha tristeza o con una tristeza muy profunda. Al no haber una diferenciación de estos dos extremos por parte de los estudiantes, contribuye a reflexionar que en algunas ocasiones se ven limitados a expresar sus sentimientos, generando una limitante a poder manejarlos debido a la falta de conocimiento que tienen sobre ellos. Esto lo menciona Foráneo U: “A mí me pasa, (...) me entró la depresión, pues extraño a mi familia y es que como los sábados nosotros nos la pasábamos juntos, ahora ¿con quién me la paso esos días? Foráneo D, también hace referencia a esto: El primer día de clases, me dio una depresión horrible, de extraño a mi familia.

Adjunto a esto, existe una evasión de los estudiantes hacia sus sentimientos e incluso, esto es interpretado por ellos como un logro. Apartarse de sus emociones para no hacer conscientes sus sentimientos realizando alguna otra actividad, es una salida frecuente entre los estudiantes para dejar de percibir lo que están sintiendo, esto puede generar consecuencias en los estudiantes ya que al decir de Larios (2010, p.31)

Al ignorar los sentimientos se van creando capas donde perdemos el sentimiento original y entonces nos es muy difícil entender el sentimiento que se presenta, ya que este no es el verdadero. (...) Por eso decimos que el no querer darnos cuenta o ignorar nuestros sentimientos nos lleva a perder el control sobre ellos y entonces son los sentimientos los que nos controlan.

Era frecuente en las sesiones del taller que se impartió, que los estudiantes evadieran la expresión de sus emociones, al hacer referencia a sus sentimientos y darse cuenta que este era significativo comenzaban a hablar de otro tema. Pocas veces y en determinados momentos expresaban lo que sentían y muchas veces eran provocados a hacerlo porque veían que otro estudiante ya lo había expresado y estaba pasando por lo mismo. Esta evasión se muestra ante diversidad de emociones y sentimientos, así lo menciona Foráneo D: “cuando estoy muy estresado y me empiezo a irritar, cierro la computadora, salgo a comer algo, salgo a caminar, o empiezo a platicar con alguien” (E, diciembre, 2019, 1302).

En los relatos de los estudiantes, se puede percibir la necesidad de evitar lo que están sintiendo, con frecuencia, buscan actividades para dejar de sentir, esto podría generarles consecuencias, ya que lo que los estudiantes no exteriorizan por medio de la palabra, se verá reflejado en el cuerpo por medio de tensiones musculares e incluso por medio de enfermedades (Bizkarra, 2008). También se puede ver que con frecuencia los estudiantes hablan de las emociones desde un aspecto intelectual, es decir; quieren dejar de pensar en el sentimiento en lugar de manifestar dejar de querer sentir la emoción. Con respecto a esto Foráneo M, menciona:

Pues, hablo más con mi familia, si me empiezo a sentir solo, les llamo o me pongo a hacer otras cosas que no me dejen pensar en eso, para evitar sentirme así y como por ejemplo también cuando me siento frustrado (S1, septiembre, 2019, 429).

Si bien, los medios de comunicación tienen la función de fomentar contacto con otras personas, para los estudiantes es un recordatorio de que ellos se encuentran separados de sus familiares. Saber que ellos están lejos, puede generarles diversos sentimientos y el deseo de querer seguir formando parte de esos momentos que eran signo de ser parte de un lugar. A su vez, esto les hace saber que, en este momento, ellos están dejando de formar parte de manera física de este contexto. Al decir de Foránea K:

Pues, a veces, sí me siento triste, por ejemplo: cuando hablo con mi papá por teléfono, cuando hablo con mi mamá, por vídeo llamada, siento que eso ya es triste, porque yo estaba ahí viendo como todos convivían y yo del otro lado de la pantalla ... sola, eso es triste, llega un punto en que les digo `bueno, tengo que estudiar`, porque no me gusta saber que no estoy ahí... (S1, septiembre, 2019, 554).

“Darle la vuelta” a los sentimientos está visto por los estudiantes foráneos como un elemento que les ayuda a poder realizar todas sus actividades, es como si quisieran evitar esto, pues al tener diversidad de actividades por realizar es como si detenerse a sentir lo que viven fuera considerado como una pérdida de tiempo o una

distracción que les genera no enfocarse en lo aparentemente importante. Al decir de Foráneo M:

Cuando no tengo tiempo de llamarles a mis papás, no puedo estar me sintiendo mal, aplico el `darle la vuelta´ y no tomar esa parte de tristeza. Es como huir del sentimiento para aliviarme y poder centrarme en lo que tengo que hacer en el momento (S1, septiembre, 2019, 249).

El control sobre sus emociones es algo que los estudiantes mencionaban con frecuencia. “una persona reprime sus emociones cuando toma medidas para no sentir las (...) aun cuando todos ven que esta persona está experimentando una emoción, ella lo niega y cree en su negación, entonces se da una especie de autoengaño” (Larios, 2010, p. 30), por lo general a las personas no se les enseña a demostrar sus emociones ya que con frecuencia puede ser visto como reflejo de debilidad, se puede deducir que esta es una de las razones por la que los estudiantes tienden a hablar de esta evasión como algo que es bueno para ellos. Se muestra lo mencionado por Foráneo M:

Cuando me siento enojado, cuando me siento triste, con respecto a mi familia, ya empiezo a controlarlo o cuando me siento frustrado, también ya lo sé manejar. Me pongo a hacer otras cosas que no me dejen pensar en eso, que me eviten el empezarme a sentir así (E, diciembre, 2019, 1735).

Esto es algo a lo que también hace referencia Foránea K: “Para no sentir tristeza, yo cambio de actividad, trato de mantenerme activa para que se me olvide” (S1, septiembre, 2019, 128). Los estudiantes no perciben que sus sentimientos les pueden dar información importante sobre lo que sucede a su alrededor, es una indicación que refleja haber algo mal y es necesario hacer algo al respecto. (Larios, 2010).

A pesar de que existe una clara necesidad por evadir los sentimientos que son detectados por los estudiantes foráneos como “malos”, también hay un interés a querer conocer más sobre el proceso que están viviendo, esto incluye las emociones por las que están pasando. En los estudiantes no solo se tienen ganas

de compartir sus vivencias, también están dispuestos a escuchar a otros y poder ayudarlos o acompañarlos en el proceso que todos están atravesando. Sin embargo, hay quienes al inicio del semestre han buscado los medios para apoyarse en distintos lugares y poder expresar lo que sienten para de esta manera, entender las vivencias por las que están pasando. Este tipo de búsqueda es la que expresa Foráneo D: “los primeros días fue mucha tristeza, traté de apoyarme de la espiritualidad y en la psicología, traté pues de venir a (la universidad) un poco a meditar” (E, diciembre, 2019, 1326).

Aquí se muestra cómo por parte de algunos estudiantes existe una necesidad tanto para entender lo que están pasando como de poder expresarlo, es por esta razón que algunos de ellos además de buscar ayuda psicológica, espiritual, física, también se dieron la oportunidad de tomar este taller, para poder hablar de sus vivencias y sentirse acompañados por sus pares. Foráneo A expresa su necesidad de acompañamiento: “me gusta estar aquí por el hecho de que me siento acompañado” (E, diciembre, 2019, 930).

Concluyendo con la categoría se puede decir que enfrentar cambios es algo a lo que cualquier persona está expuesta, estas permutaciones pueden generar diversidad de sensaciones que pueden ser enfrentadas de diferentes maneras, dependiendo de la personalidad de cada individuo. En esta segunda categoría se hizo énfasis en las emociones que los estudiantes foráneos perciben con mayor frecuencia al inicio de su carrera universitaria; si bien, algunas las detectan y nombran con facilidad, otras tantas no tienen claridad para poder identificarlas, esto puede influir en la dificultad para poder reconocerlas.

Dentro de las sesiones se podían percibir emociones las cuales a ellos se les dificultaba mencionar, pero las expresaban por medio de su lenguaje corporal o gestos (Enríquez, 2014). Es necesario mencionar que una de las características que se percibieron por parte de la facilitadora en algunos de los estudiantes foráneos en este grupo, fue la timidez; si bien, muchos de ellos no veían en sí mismos esta característica; esto se podía percibir por medio de su corporalidad, los gestos de sus caras, o la manera en la que participaban o se abstenían de hacerlo. Esto puede

influir en que a este grupo de estudiantes les cueste aún más trabajo adentrarse en el nuevo contexto.

En esta segunda categoría se da relevancia a algunas de las emociones por las que los estudiantes foráneos atraviesan y las cuales surgen principalmente en los primeros semestres de su carrera universitaria. Al continuar con sus estudios lejos de su familia y en un contexto que es nuevo para ellos, los estudiantes experimentan emociones ligadas a la separación de aquello que conocían. El hecho de darse cuenta que deben enfrentar su realidad, la cual los afronta a periodos de soledad en donde mediante sus recursos, se vuelve necesario resolver situaciones particulares, las cuales pueden provocar en ellos preocupación, soledad y en donde atraviesan también por periodos de tristeza y nostalgia hacia personas, lugares y formas de convivencia que ya eran conocidos por ellos y que al estar en un contexto diferente genera en los jóvenes no identificarse y no sentirse parte del lugar en donde están.

En ocasiones, los estudiantes foráneos no identifican las emociones por las que están pasando, y se puede ver que no se apropian de sus vivencias pues la mayor parte del tiempo hablan en segunda o tercera persona, esto se puede percibir como un reflejo a querer saber que no son los únicos que pasan por momentos de soledad, tristeza, preocupación, nostalgia, culpa, etc. Sin embargo, también es una muestra de no querer apropiarse o responsabilizarse de lo que sienten, para ellos es un logro evadir los sentimientos, dejar de pensar en ellos o hacer otras cosas para no sentir lo que están pasando. Estar cruzando por múltiples cambios los enfrenta a tener que solucionar diversidad de cosas y es como si tener que pensar en sus sentimientos, les generara una carga más; es por esto que no se permiten tiempo para llorar, estar tristes, enojados, inmediatamente intentan salir de estos sentimientos y hacer otras cosas para no ponerles atención.

Los cambios a los que se enfrentan los estudiantes universitarios surgen de un día a otro, es aquí en donde se presenta la necesidad de estar acompañados, escuchados y entendidos, sabiendo que al inicio de este cambio, es difícil conseguir eso, pues el lugar en donde percibían todo esto, ahora se encuentra lejos; esta es

una de las razones por las cuales, los jóvenes foráneos sienten no encajar en el nuevo contexto, adjunto a esto, reconocen que su ideología, costumbres, maneras de actuar y de vivir son distintas y diversas comparadas al lugar en donde vivían.

Los estudiantes foráneos no solo hablan de la importancia que tiene para ellos sentirse acompañados en este cambio que enfrentan, sino que también lo demuestran al tener la iniciativa de ir y formar parte de un grupo creado especialmente para compartir sus experiencias. Para estos jóvenes foráneos es importante ser escuchados y comprendidos por sus pares, es decir, por jóvenes que viven lo mismo que ellos. Escuchar las experiencias de otros y sentir conexión con sus vivencias, compartir y saber que los otros entienden la situación que viven, poder expresar lo que sienten sabiendo que no serán juzgados, pues los otros atraviesan por las mismas emociones y experiencias es algo que favorece a este grupo de jóvenes y los hace sentir que forman parte y que pertenecen a un lugar.

Categoría 3. Autoconociéndome a partir de mis necesidades y la manera en que las resuelvo

En esta última categoría se muestra cómo los estudiantes foráneos al estar frente a una necesidad pueden reconocer que cuentan con aptitudes, las cuales no habrían podido descubrir y tener en cuenta en esta etapa de su vida, si no hubieran tomado la decisión de enfrentarse a nuevas experiencias. Estos retos que en ocasiones pueden generar conflicto los acerca a un mayor autoconocimiento; entendido como el conjunto de comprensiones y saberes que tiene cada persona de sí mismo (Rogers,1982).

Acerca de las necesidades y su relación con el autoconocimiento

Haciendo referencia a esto, Clayton (en Naranjo, 2009) presenta su teoría de necesidades: Existencia, Relación y Crecimiento, en donde las necesidades de: a) Existencia se satisfacen mediante factores externos, como lo son las fisiológicas y de seguridad. b) Relación, que se satisfacen a partir de relaciones interpersonales y de pertenencia por lo que son sociales y de aceptación; finalmente de c) Crecimiento o de desarrollo personal, en las que la persona logra objetivos

importantes para su proyecto de vida, fortalecidos por el reconocimiento, autoestima y la autorrealización.

Respecto a las necesidades de existencia durante el taller surgieron para algunos estudiantes foráneos momentos de añoranza ante un sentido de pérdida por la falta de un entorno seguro y conocido. Así lo muestra un estudiante “Aparte, las comodidades con las que contabas, ya no las tienes, te hace sentir en ocasiones que... no tienes nada tampoco aquí” (Foráneo U, S1; septiembre, 2019, 69). Resaltando que no habla de soledad, sino de la necesidad de sentirse familiarizado con el entorno.

Los foráneos no solo pierden una parte de su arraigo a personas o lugares donde tienen un vínculo de pertenencia, sino que también buscan de manera inconsciente entrar a un nuevo ambiente en donde desean no solo aceptación, sino que buscan la manera de encontrar similitud con las personas de su nuevo contexto. En este sentido, para ellos es importante buscar un sentido de pertenencia que los haga sentir seguros Maslow (1991, p.26) menciona que al “Igual que una persona saciada ya no siente hambre, una persona segura ya no se siente en peligro”. Foránea K, al incorporarse a la universidad pudo reconocer la manera en la que actuaba anteriormente, estando con las personas que conocía, sin embargo, ante la falta de este contexto, se ve en la necesidad de modificar una parte que la caracteriza.

Yo me considero una persona muy afectiva y risueña, y siento que esa es mi parte que extraño, porque ahorita no puedo llegar y abrazar a alguien o bromear y reírme con la gente, porque las personas no entienden mi humor (S2, septiembre, 2019, 829).

Del mismo modo pudieron expresar la necesidad de relación al no sentirse acompañados en su nuevo entorno, ante la lejanía de sus seres queridos, para sentirse protegidos. Al decir de Foráneo U: “en la mañana, por ejemplo, extraño a mi mamá cuando yo me levanto siento tristeza en la mañana, cuando no tengo a nadie, extraño con quien platicar o platicarnos” (S3, septiembre, 2019, 1497).

Es notable cómo la forma de los estudiantes foráneos de relacionarse con las personas tiende a ser limitada ante la sensación de no estar en un ambiente de

confianza, es decir, las actitudes y las expresiones de afecto se contienen ante los demás rompiendo con las propias creencias de sentido de pertenencia. Haciendo referencia a esto, Gómez (en Enríquez, 2014, p.16) menciona que son necesarias la esperanza y la capacidad de agencia para posibilitar el concebir horizontes de futuro, así como el rompimiento con cercos culturales y significaciones preexistentes para favorecer el proceso de inclusión social, de manera que se puedan expandir sus marcos de referencia (Rogers, 2012) y así generar en ellos una visión más amplia de alternativas para la satisfacción de nuevas necesidades.

Respecto a las necesidades de crecimiento, Naranjo (2009) menciona que el vivir en condiciones que estimulan la independencia y moderan la toma de decisiones, la persona desarrolla interés por retos que pueda manejar, lo que los conduce a experimentar sentimientos de efectividad y logro personal. Al comenzar a tomar conciencia durante el taller de intervención de las responsabilidades que tendrán al vivir lejos de su familia y de lo que anteriormente era conocido para los estudiantes foráneos, los jóvenes toman conciencia de las responsabilidades que ahora tendrán en el ámbito personal, se asumen como personas responsables de sí mismos, de sus actos y necesidades, a pesar de que podrían dudar de sus capacidades, saben que ahora necesitan responder a situaciones que anteriormente no enfrentaban solos.

Algunos de los estudiantes foráneos se reconocen como personas independientes, se ven con la responsabilidad de responder por sus actos, pues saben que en esta nueva vida que inician no se pueden permitir el acompañamiento cercano de alguien de confianza, al decir de Foráneo U: “sé que voy a asumir yo, las consecuencias al cien por ciento de todos mis actos, de todos mis errores, pues sé que no van a estar aquí mis papás ni para limitarme ni para ayudarme” (E; diciembre, 2019, 1806).

Al enfrentarse a tener que cubrir necesidades que no había vivido antes, los estudiantes foráneos se ven en la necesidad de construir nuevos aprendizajes. De aquí que el mismo proceso de autoexploración genere un mayor conocimiento de sí mismo, de fortalezas y debilidades.

Rogers (1982) define al autoconocimiento como el conjunto de comprensiones y saberes del sí mismo, durante el proceso de interacción que la persona tiene con su entorno, dando lugar a procesos dialécticos de inter-influencia. Desde el concepto de *habitus* de Bourdieu (cit en Carretero, 2015) se retoma la historicidad de los individuos a partir de la cual éstos perciben y actúan, de ahí que describa al *habitus* como una estructura estructurante, que puede o no activar la tendencia actualizante.

La persona configura su espacio social y este le muestra aspectos de sí mismo. Del mismo modo, el autoconocimiento es un proceso que puede presentarse a partir de situaciones relacionadas con necesidades, las dificultades y momentos inesperados que colocan a las personas ante una imperiosa necesidad de reconocerse con recursos y capacidades para afrontar aquello que se les presenta (Rogers, 2012).

En esta categoría se profundiza en cómo a través de las necesidades que se les van presentado a los estudiantes foráneos; se genera un autoconocimiento en diversos ámbitos, en donde su manera de actuar puede ir desde limitarse en su forma de relacionarse con su entorno hasta buscar herramientas que los ayuden a enfrentar diversidad de situaciones generando con ello conocimiento sobre el modo en el que reaccionan ante diversas situaciones; es por esto que en el análisis de datos, surgieron las siguientes subcategorías:

3.1 Autoconociéndome a partir de mis carencias

3.2 Autodescubrimiento desde mi reflexión

3.1 Autoconociéndome a partir de mis carencias

En esta subcategoría se hace referencia al autoconocimiento, al reconocimiento y aplicación de las habilidades que los estudiantes foráneos descubren en sí mismos para afrontar los límites y las carencias que ahora se les presentan. A partir de la falta de objetos, personas, herramientas y seguridades que antes tenían; los estudiantes foráneos se ven obligados a improvisar y por medio de esto, descubren capacidades en ellos que antes desconocían, impulsando así su tendencia actualizante (Rogers 2012) entendida desde la mirada de Carretero (2004) como la

tendencia al crecimiento y a trascender en donde cada persona sabe lo que es bueno para sí misma. De manera que, es responsable de sus acciones, pensamientos y sentimientos, por lo tanto, se hace cargo de la forma en que quiere vivir.

De este modo, en el trabajo se define *carencia* como la falta de, que en este caso, se hace referencia a la pérdida de lo que se conocía, es la falta de un contexto al que se estaba acostumbrado, en donde esta pérdida se hace consciente para los estudiantes y genera una necesidad de cambio en los foráneos, que ya no pueden seguir actuando de la misma manera ni reaccionando a ciertas cosas de la misma forma en la que lo hacían. A partir de esto, se evidencia la importancia de construir competencias emocionales que según Bisquerra y Pérez (2007) presentan cinco dimensiones:

1. La conciencia emocional: capacidad de ser consciente de las propias emociones dentro de un contexto.
2. La regulación emocional: capacidad para utilizar las emociones adecuadamente, mediante la conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento para generar estrategias de afrontamiento.
3. La autonomía personal: automanejo de emociones de creencias de autoeficacia, de pensamiento crítico y de búsqueda de ayuda y recursos.
4. La competencia social: construcción de habilidades sociales, como lo son comunicación efectiva, respeto a los demás y conducta pro-social asertiva.
5. Competencias para la vida y el bienestar: resolución de problemas personales, familiares, sociales, profesionales dirigidos al bienestar y crecimiento personal.

Respecto a la regulación emocional, para Foráneo D, la falta de familiaridad con su nuevo entorno requirió cambios en su comportamiento desde una mayor consciencia y control de sus emociones, validando su capacidad de afrontamiento positivamente. Así lo menciona el siguiente texto:

Venirme a estudiar para acá, más que un sacrificio, es como un costo, porque me cuesta adaptarme, cambiar mi persona ya como tal, controlar más mis emociones, conocerme más a mí mismo, cuáles son mis límites, qué es lo que puedo hacer y qué es lo que no (E, diciembre, 2019, 1437).

Sobresale que las emociones son parte de los seres humanos y se hacen presentes en la relación con uno mismo y con los demás, puesto que, como señalan Cervantes y Gómez (s.f), las emociones son relacionales y son parte de estar en el mundo, es decir, están en relación con los demás y con su entorno. De ahí que, parte del autoconocimiento en los estudiantes foráneos implica el reconocimiento y gestión de las emociones, que les facilite estar y afrontar situaciones presentes en nuevos contextos.

Respecto a la conciencia emocional que se gestó durante el taller, en ocasiones se muestra un cierto nivel de competencia social, no solo por lograr hacerse consciente de las propias emociones, sino también por la capacidad de demostrar respeto a los demás a través de una conducta pro-social, como lo demuestra el siguiente texto:

También cuando me enojo porque no lavaron sus trastes, porque tienen visita, porque estaba estresado por el examen que pasé hoy, no me cuadraba. Y supe controlarlo, supe controlar ese enojo, canalizarlo, más que nada, no erradicarlo, pero bueno, lo canalizo, me voy a caminar, escuchar música, bueno, poco a poco, comer algo para poder calmar esa emoción para que no hubiera cometido un error (Foráneo D, diciembre, 2019, 1304).

Del mismo modo se presentaron momentos en los que los estudiantes foráneos evidencian comportamientos adecuados para la resolución de problemas, en este caso construyendo competencias para la vida y el bienestar, como lo demuestra el siguiente texto: “me salí un momento, salí a caminar, a distraerme, a escuchar música, eso me ayuda mucho, salí a comprar algo y de regreso ya venía tranquilo” (Foráneo A; S2, septiembre, 2019, 1503).

Por último, dentro de las categorías mencionadas por Bisquerra y Pérez (2007) al referirse a la autonomía personal surgieron momentos en donde los estudiantes foráneos eran capaces de desarrollar pensamiento crítico en cuanto a las normas sociales y creencias de autoeficacia. Así lo manifiesta el siguiente relato: “Lo que yo he descubierto es que tienes más responsabilidad, como que ya eres más responsable de tus actos de a dónde vas y con quien” (Foráneo A, septiembre, 2019, 1532).

Durante su participación en el taller, se hizo evidente la necesidad de los estudiantes foráneos de explorar las propias carencias generadas desde su implicación personal. En las sesiones los jóvenes pudieron externar creencias de carencias desde su historicidad o carencias reales. Independientemente de que sea visto como algo positivo o negativo querer cambiar y controlar diversos aspectos de su persona, aquí se muestra la conciencia que el estudiante tiene al saberse como una persona con necesidad de mejorar distintos aspectos de su vida, para poder relacionarse mejor con los otros, denota un deseo de voltearse a ver para entenderse y conocerse de una manera más profunda.

3.2 Autodescubrimiento desde mi reflexión

En esta subcategoría se define reflexión como el proceso mediante el cual los estudiantes foráneos hacen consciente lo que aprenden y cómo obtuvieron el aprendizaje, convirtiéndolo en un proceso llamado metacognición, que al decir de Rodríguez-Urbe, et al. (2011) es el propio aprendizaje transformado en objeto de análisis. Este análisis comprenderá tanto el contexto de los problemas o necesidades de la persona, como su cambio en actitudes y comportamientos para la resolución de los mismos, los cuales Rodríguez-Urbe (2011) nombra aprendizaje situado y aprendizaje en acción.

Al vivir con sus familiares, los estudiantes foráneos están acostumbrados a tener ciertas normas, existen tradiciones, costumbres, obligaciones que algunas veces son impuestas y en ocasiones los jóvenes las siguen sin cuestionar o revisar si son significativas. Al vivir solos, muchas de estas costumbres tendrán una resignificación, haciendo referencia al aprendizaje que impregna a la persona en su

totalidad y modifica sus actos de manera más funcional (Rogers, 2012). Dentro del taller surgieron momentos en donde los estudiantes foráneos muestran aprendizajes situados, los cuales como anteriormente se mencionó hacen referencia a las necesidades que ahora son conscientes que tienen dentro del nuevo contexto, al decir de Foránea K, la lejanía le hizo saber sobre una nueva necesidad dentro de su entorno inmediato y en donde su vivencia ha tomado un nuevo significado.

Yo quiero compartir que me he dado cuenta de que ya hago las cosas porque me gustan (...) me gusta mucho ir a la capilla o ir a la iglesia, esas cosas que antes a lo mejor si hacía, pero no con el gusto que lo hago ahora (S2, septiembre, 2019, 1338).

Como se muestra anteriormente, los estudiantes foráneos están conscientes de las necesidades que comienzan a surgirles dentro del nuevo contexto. Otro de los aprendizajes que los foráneos muestran es el que está en la acción (Rodríguez-Uribe, 2011) ya que ven la necesidad de la modificación de actitudes para cubrir con necesidades específicas, una muestra de esto son las acciones que realizan para satisfacer su necesidad de cercanía hacia su familia, ya que la distancia los hace ser conscientes de las relaciones que tenían. Foráneo U, menciona lo siguiente:

Ahora que estoy a distancia, siento que valoro más a mi familia, más de lo que lo hacía antes e incluso a mis hermanos. Antes si hablábamos en mi casa con normalidad, pero ahora me la paso hablándoles casi la mayor parte del tiempo y compartiendo lo que nos ha pasado, me doy cuenta que me he unido más a mis hermanos (S2, septiembre, 2019, 1834).

Estas acciones generan la satisfacción concreta de sentir cerca a su familia. Dentro de estas subcategorías, los estudiantes foráneos hacen referencia a la manera en la que el cambio los enfrenta a diversas circunstancias en distintos contextos y va generado en ellos un proceso reflexivo que da pie al conocimiento de cualidades, aptitudes y habilidades que anteriormente no tenían en cuenta y que les permite un cambio de actitud. Al enfrentarse a circunstancias que anteriormente no tenían necesidad de resolver, se ven obligados a enfrentar situaciones haciendo uso de

habilidades anteriormente no reconocidas, así lo señala el siguiente fragmento: “Así es, también descubres que debes hacerte cargo de aspectos como de responsabilidad de ti mismo, de que, si gastas tu dinero y no te administras, después voy a tener problemas” (Foráneo A, S1, septiembre, 2019, 119).

Aquí se muestra cómo el estudiante foráneo tiene la capacidad para utilizar sus aprendizajes adquiridos en contextos variados, logrando actitudes acordes a sus necesidades a esto Rodríguez-Uribe (2011) lo llama aprendizaje transferible. Aunque esta confrontación con una nueva realidad podría generar dificultad para los estudiantes foráneos, también produce en ellos satisfacciones, pues van descubriendo cosas que anteriormente desconocían, generando en ello lo que Rogers (2012) define como tendencia actualizante; la cual, es la capacidad de adaptación que posee cada persona para satisfacer las propias necesidades, desarrollando sus propias potencialidades, es la tendencia a la perseverancia, al crecimiento y la autorrealización (Barceló, 2012). Al salir de casa para continuar con sus estudios lejos del contexto y todo lo que conocen, los estudiantes foráneos pocas veces hacen consciente esta capacidad de adaptación que los induce al crecimiento.

Este crecimiento no siempre llega de manera involuntaria, en el caso de algunos jóvenes foráneos, el continuar sus estudios lejos de casa se vuelve una oportunidad no solo para su desarrollo profesional, sino para su crecimiento personal. Algunos foráneos tienen presente que alejarse de casa será una oportunidad para conocerse, poder de cierta manera independizarse y verse hacia el futuro, esto es algo que Foránea K expresa:

Estar aquí, siento que es una nueva etapa, una forma de encontrarme a mí misma, puedo no ser tan apegada a mis papás, yo no quería ser de esas personas que fueran muy dependientes de sus papás, siento que de alguna forma puedo crecer yo. Y me agrada estar aquí, a pesar de que no tengo familiares, me gusta la escuela, me gusta todo lo que involucra, me gustan mis clases y es lo que vale la pena (E, diciembre, 2019, 2034).

En el autodescubrimiento hay una variabilidad de situaciones relacionadas con las personas y su contexto, pero en ellas sobresale la importancia de recorrer un camino de búsqueda del sí mismo, con el objetivo de encontrarle sentido a la experiencia, desarrollando su habilidad de toma de decisiones (Frankl, 1991).

Comenzar una nueva etapa lejos de sus familiares es una oportunidad de crecimiento para algunos estudiantes, a otros esto les da la opción de ser más conscientes de sus emociones o de la manera en que actúan frente a otras personas. Los estudiantes son capaces de reconocer y hablar sobre las cosas que les generan incomodidad, enojo, frustración y están conscientes de que se vuelve necesario aprender a controlar o entender sus sentimientos ya que, de no hacerlo, esto puede generar problemas con las personas que los rodean, Foráneo D, está consciente de esto: “limitar tu carácter para poder llevarte bien con tus roommates, aprender hasta qué límite tenemos cada uno para llevar una relación pacífica (E, diciembre, 2019, 1309).

Algunos de los estudiantes foráneos entienden que deben controlar sus emociones, sin embargo, no siempre logran identificar el origen de las mismas, sin ver la importancia de hacer consciente de dónde surgen emociones y pensamientos en sus relaciones interpersonales, de manera que pueden limitar su autoconocimiento y su estancia en un grupo. Rogers menciona (2012) que, al no percibir sus emociones, en este caso los estudiantes, pueden presentar dificultades para comunicarse consigo mismos y afectar la comunicación con otros.

Los estudiantes foráneos no solo van generando consciencia de sus relaciones, sino que al estar lejos de lo que conocen, tienen la oportunidad de explorarse a sí mismos, Foránea K menciona: “de lo que ahorita estoy muy orgullosa es de mi desarrollo personal, porque siento que si me he estado como... encontrando a mí misma”. Al decir de Carretero (2004, p. 33), “la tendencia hacia el desarrollo del individuo actúa de manera constante y tiende a la conservación y al enriquecimiento del yo”.

Algo que se puede generar en los estudiantes foráneos en menor o mayor medida es la autonomía entendida por Little (1991) como la “capacidad para el desapego,

la reflexión crítica, la toma de decisiones y la acción independiente”. Estar lejos de una figura de autoridad, les genera la necesidad de tomar decisiones y de actuar acorde a lo que ellos consideran beneficioso, buscando las herramientas para poder resolver las situaciones, construyendo mayor conciencia en las consecuencias de su manera de actuar, Foráneo U señala: “también encontré autonomía, en todos los ámbitos, ver tus elecciones que ya dependen totalmente de ti, ahora tú debes de tomar consciencia, saber reflexionar, sobre lo que estás haciendo y lo que vas a hacer” (S2; septiembre, 2019, 1846).

Como parte de la construcción de una mayor conciencia ante la toma de decisiones, los participantes del taller en algunos momentos lograron comprender que, al desarrollar mayor autonomía, cada decisión es tomada en libertad y es necesario asumir la responsabilidad y las consecuencias que conlleven. Benson (2000) menciona que la autonomía no solo consiste en la libertad de elección, sino que también consiste en la comprensión de cómo estas decisiones van a dar forma a nuestras vidas. Algunos participantes foráneos no solo se reconocen como personas libres, sino que buscan la oportunidad de salir de casa para vivir nuevas experiencias de manera autónoma. Esto es, que ellos mismos puedan involucrarse en su aprendizaje y con ello en su desarrollo. Al decir de Foránea K: “vi la oportunidad de moverme, de estudiar lejos, esta oportunidad de probarme a mí misma” (S1; septiembre, 2019, 459).

A partir de la experiencia de interacción de los estudiantes foráneos mediante el taller, se recupera la validación que ellos mismos expresaron respecto a la importancia de contar con espacios en donde se posibilite el intercambio de experiencias, significaciones, resignificaciones, así como el desarrollo de una escucha activa, respecto a las diferencias y comprensión empática. Al decir de Foráneo U; S2:

Este tiempo lo siento para desahogarme, para hablar con ustedes y darme el tiempo para platicar y ser abierto, pues no es lo mismo platicar con otras personas que no están pasando por lo mismo, a pesar de que vivo con mi

roommate y él también es foráneo, no es lo mismo porque no siento la confianza como con ustedes aquí.

Al decir de Rogers (2012) respecto de espacios que favorecen la comprensión empática a través de eliminar cualquier amenaza real o implícita al sí mismo, la persona puede permitirse examinar aspectos de su experiencia y adecuarlos a un nuevo concepto de sí.

Para finalizar y a manera de conclusión en esta tercera categoría se puede ver que los estudiantes foráneos generan conciencia sobre la necesidad que tienen de relacionarse con otros y con el entorno, de manera que buscan generar lazos con quienes puedan identificarse, expresarse y no sentirse juzgados. Se puede ver que los estudiantes foráneos no siempre son conscientes del crecimiento que pueden tener al relacionarse con otros, sin embargo, muestran que el hecho de salir de casa y enfrentarse a nuevos retos, les generará crecimiento, potencializando su tendencia actualizante.

Los estudiantes foráneos muestran necesidad de pertenencia, poder identificarse con otras personas y permitirse ser ellos mismos, sin embargo, esto no se genera de manera inmediata dentro de su nuevo contexto, sino que es necesario un proceso de apropiación y de sentido de pertenencia, dentro de este proceso se ven en la necesidad de limitar la expresión de formas de ser, de pensar y sentir. A partir de estas necesidades es que surge en los estudiantes foráneos el autoconocimiento ligado a la gestión emocional.

Al mismo tiempo, algunos alumnos foráneos están generando un autoconocimiento relacionado con la elección de sus conductas para que esto les pueda ayudar a formar parte de los grupos con los que ahora se relacionan. Es por esto que se puede inferir que esta necesidad de pertenencia trae consigo ciertos costos personales como cambios en la forma de ser y de expresarse donde los estudiantes foráneos dejan de lado una parte de sí mismos para poder relacionarse con otros.

Desde este autoconocimiento los estudiantes foráneos generan conciencia de su necesidad de vincularse con sus familiares, con quienes pueden ser ellos mismos para expresar lo que viven. Al mismo tiempo, tienen necesidad de relacionarse con

sus compañeros de clase y del lugar donde habitan, ya que el hecho de que compartan el lugar donde viven no solo contribuye a su autoconocimiento en términos emocionales sino también relacionales.

Algo que ayuda a los estudiantes foráneos a sentirse pertenecientes en el nuevo contexto es comenzar a responsabilizarse de sus actos, emociones y en general de sí mismos al saberse como personas con libertades en su toma de decisiones, pero también con la responsabilidad de asumir sus consecuencias. Del mismo modo, los jóvenes foráneos buscan validar sus experiencias y tienen la necesidad de ver y compartir sus vivencias y emociones en otros y con otros.

El hecho de estar lejos de figuras de autoridad los ayuda a involucrarse en su crecimiento personal, reconociendo sus habilidades, sus carencias, necesidades, limitaciones y generando conciencia sobre lo que realmente quieren y lo que no. Al mismo tiempo aprenden nuevas formas de relacionarse y dan valor a las personas momentos y cosas que les son significativas.

9. CONCLUSIONES FINALES

En este apartado se enuncian las conclusiones producto del análisis de datos en torno a al autoconocimiento por medio de las experiencias en los estudiantes foráneos al salir de casa, mismas que son resultado del taller y de las entrevistas fenomenológicas que se realizaron a estudiantes foráneos con el objetivo de hacer énfasis en sus experiencias.

El autoconocimiento es un proceso que, como señala Rogers (2016) pone en relación el mundo emocional, el físico y el social. E implica mirarnos a nosotros mismos y como sucedió en el taller, los estudiantes foráneos se reconocieron a través de sus experiencias y las de sus compañeros.

A partir de la primera categoría donde se desarrolla el tema de las dificultades que los estudiantes foráneos tienen dentro del contexto universitario, destacan dos aspectos importantes, por un lado, el contexto universitario no facilita que los ellos generen relaciones interpersonales con sus compañeros de clase, debido a la

distribución de sus clases, los distintos horarios, y el problema de coincidir de manera recurrente con los mismos compañeros. A la par se presenta el segundo obstáculo que es la condición personal de los estudiantes foráneos, quienes tienen reducidos los espacios de convivencia fuera de clases debido al tiempo y dedicación hacia otras actividades de orden personal, como lo son el atender tareas de casa, realizar pagos de servicios, atender sus necesidades básicas de alimentación y en algunos casos dedicar tiempo al empleo remunerado. Ambos aspectos, tanto el del contexto universitario como el personal, dificultan que se generen vínculos hacia sus compañeros pese a su interés, deseos de relacionarse con sus compañeros y de tener un sentido de pertenencia hacia las personas con quienes conviven.

Al ahondar un poco más en las condiciones personales resaltan algunos aspectos entre ellos el de sentirse seguros, donde convergen distintas vertientes como la seguridad física y la satisfacción de sus necesidades básicas como lo es la alimentación, llegando a causar tensiones entre estos dos aspectos, pues están sujetos a la economía y tiempo del cual disponen los alumnos foráneos. En este sentido, la seguridad hace referencia a su integridad física, al cuidado necesario para poder estar en un contexto donde la violencia y robos están a la orden del día y ellos al no sentirse seguros, les implica estar en constante alerta a los horarios, compañías y lugares por donde transitan y frecuentan. El segundo aspecto relacionado con la seguridad tiene que ver con la alimentación la cual, en gran medida depende de los recursos económicos y tiempo, de hecho, un gran número de estudiantes foráneos consideran que un déficit en la alimentación es parte del costo por estudiar en un lugar fuera de su lugar de origen. De ahí que esta deficiencia alimentaria se normaliza y se naturaliza entre los estudiantes foráneos.

A la par de las actividades universitarias, se presenta una condición voluntaria o involuntaria a tener que hacerse cargo de sí mismo, lo cual implica atención en su salud, alimentación, aseo personal, organización de pagos y servicios, en donde todas estas actividades reconfiguran la forma en la que deben organizarse, cambiando sus dinámicas diarias, y atendiendo responsabilidades hacia actividades que anteriormente eran cubiertas por otras personas, principalmente por familiares cercanos. La decisión de continuar sus estudios lejos de casa genera un alejamiento

de su principal red de apoyo, creando que los estudiantes foráneos realicen sus actividades a partir de poner en marcha sus habilidades y capacidades para afrontar distintas situaciones en su vida cotidiana.

Junto con estas nuevas necesidades de responsabilizarse y atenderse a sí mismos, se presenta también una consciente pérdida afectiva, la cual tiene efecto en su salud emocional al saberse lejos de las personas, cosas o mascotas con quienes tienen un vínculo afectivo, de ahí que vivan en una constante añoranza sobre los lugares, costumbres, momentos, compañías, espacios, en sí de sus vivencias con otros; generando con eso sentimientos de tristeza, soledad y cierto desamparo.

A partir de las conclusiones generadas en esta primera categoría, se ponen en relieve la organización de tiempo economía y el dejar su comunidad, donde uno de los costos que crea es la pérdida de los vínculos afectivos, la acumulación de actividades, el desgaste físico y emocional que implica atenderlas y realizarlas, junto con la dificultad para establecer relaciones interpersonales o acercamiento con sus mismos compañeros en el contexto universitario con sus mismos compañeros. Aun cuando algunas de estas situaciones no son previstas, si requieren de una resolución y atención, de ahí que la tendencia actualizante desde la mirada de Rogers, entendida como esta capacidad de crecimiento personal, sea promovida no de manera consciente, pero sí necesaria para la resolución de sus dificultades diarias, tanto físicas como emocionales. Así mismo, esta condición que muestran los estudiantes foráneos da paso a la importancia de cubrir necesidades fisiológicas y afectivas puesto que remiten a un sentido de búsqueda de pertenencia.

De acuerdo con lo mencionado, el Desarrollo Humano el autoconocimiento en los estudiantes universitarios foráneos está apuntalado por la resolución de las necesidades cotidianas, puesto que necesitan vincularse como sujetos sociales. Coincidimos con Larios (2010), al asegurar que las personas somos seres sociales y esto genera crecimiento en relación con lo otro, entendido como los diferentes espacios y momentos donde los estudiantes foráneos están inmersos y hacia las personas con quienes conviven. Todo ello genera una multiplicidad de emociones en los alumnos foráneos, de ahí que precisamente conviene ahondar en ello.

Una particularidad de estos alumnos que participaron en el taller es sin duda la timidez, expresada mediante su lenguaje corporal, situación que puede generar dificultades al momento de relacionarse con los demás. La recurrente sensación de tristeza, soledad, añoranza por parte de algunos estudiantes foráneos y de aquello que les causa estas emociones como es el alejamiento de las personas de su lugar de origen, así como esta constante búsqueda por relacionarse con sus nuevos compañeros, evidencia que las emociones son relacionales. En este sentido coincidimos con Enríquez (2014), al señalar que las emociones nos permiten establecer el vínculo con los otros. A decir de Cervantes (2017), las emociones son ontológicas al ser humano, haciendo referencia a que están presentes mayormente de una forma no consciente y que no se pueden controlar, aunque sí se pueden gestionar. En el caso de los estudiantes universitarios foráneos, algunos intentan negarlas y otros evadirlas, percibiendo esta evasión como algo positivo.

De manera recurrente, algunos estudiantes foráneos mencionan sus emociones en tercera persona, esto da cuenta de una constante búsqueda por reconocerse en los otros a partir de sus propias vivencias. Así mismo, se presenta una tendencia a minimizar lo que sienten o piensan para priorizar necesidades inmediatas como lo pueden ser sus estudios, actividades del hogar, alimentación, trabajo, entre otras. Esta negación y evasión de emociones, puede traer consigo enfermedades físicas que con el tiempo deberán de ser atendidas, en este sentido, es relevante que los estudiantes no le dan importancia a la atención de sus emociones, generando con ello una naturalización de malestares tanto físicos como emocionales. De alguna manera esta evasión evidencia una forma de autoconocimiento, pues reconocen sus emociones, pero las niegan.

De manera paradójica las emociones que son relacionales las viven los estudiantes de manera individual, en soledad y sin identificar de manera certera lo que están sintiendo. Siguiendo con esta idea donde las emociones son relacionales, la manera en que ellos expresan lo que sienten y viven, está permeado por las costumbres, los rituales de su lugar de origen, que pueden ser distintos en el contexto académico donde se desenvuelven; sumándose a las dificultades que enfrentan para relacionarse con sus compañeros.

Es aquí en donde está presente el Desarrollo Humano, pues propicia un espacio para los estudiantes foráneos donde se pueden atender necesidades de manera que se pueda favorecer su autoconocimiento a partir del reconocimiento de los otros, y al saberse como parte de un grupo donde puedan compartir vivencias similares, expresando las emociones contenidas que en cierto momento son negadas o evadidas, pero que permanecen en ellos y que responde a una multiplicidad de contextos donde las formas de ser, pensar y sentir pueden variar dependiendo del momento histórico o del lugar de origen. De ahí que retomamos la postura de Moreira (2001), al afirmar que, para entender a las personas, es necesario reconocerlas en su contexto. Siguiendo con esta idea, Gómez y Alatorre (2014), consideran que en el acercamiento a los otros debe procurarse el entendimiento de sus costumbres, poniendo en paréntesis la vivencia personal, para validar la experiencia de los estudiantes foráneos.

De acuerdo con lo expuesto, el Desarrollo Humano se presenta como un campo pertinente al poner en práctica herramientas teórico-metodológicas, orientadas al reconocimiento de las capacidades de las personas para la toma de decisiones que favorezcan espacios de confianza donde puedan expresarse y sentirse escuchados.

La tercera categoría permite reflexionar sobre el autoconocimiento de los estudiantes foráneos a partir de necesidades, que presenta el entorno actual especialmente en dos vertientes 1. La responsabilidad de sí mismos en relación con su salud, alimentación, seguridad y pago de servicios. 2. Los estudiantes foráneos dan importancia a la búsqueda de una posición en su entorno académico, aunque no limitándose a este. Esto se muestra a partir de la búsqueda de un sentido de pertenencia donde al momento de establecer relaciones interpersonales, cuidan su forma de ser, hasta darse cuenta de los códigos que prevalecen en su grupo, limitando el mostrarse de una manera genuina en algunas ocasiones. A esto le antecede el darle prioridad a la inclusión dentro de un grupo, poniendo en un segundo plano su manera de ser.

Al mismo tiempo, en estos acercamientos sigilosos los estudiantes foráneos buscan la pertenencia a grupos que puedan generarles confianza y aceptación, para ellos

poder mostrarse genuinos. En este sentido coincidimos con Rogers en la necesidad de ser congruente entre la manera de ser y de expresarse al momento de relacionarse con los demás y al mismo tiempo sentirse aceptado.

Este recorrido de acercamiento siendo congruente y tratando de ser aceptado, es un proceso lento, pero necesario. Es paulatino porque a la par de atender este acercamiento relacional, también atienden la parte de hacerse cargo de sí mismos, es decir cubrir sus necesidades básicas y de seguridad, puesto que no basta con atender su alimentación, por ejemplo, sino que también tienen que asegurar el alimento por cierto periodo de tiempo.

En esto también reside el autoconocimiento puesto que para cubrir sus necesidades requieren de elaborar estrategias de organización y administración tanto de tiempo como de su economía y poner en práctica habilidades para cubrir sus requerimientos diarios.

Precisamente este autoconocimiento con base en sus necesidades también genera autorreflexión en torno a lo que consideran que son sus carencias, como la falta de comodidades económicas y la ausencia de figuras de autoridad, como suelen ser los padres, quienes les limitan las salidas, los horarios o algunas actividades. Al respecto estos jóvenes foráneos se dan cuenta de su libertad para tomar decisiones y de la responsabilidad que esto conlleva.

Parte de este autoconocimiento también reside en hacer conscientes sus emociones mediante la relación con los otros, especialmente con quienes comparten el lugar de residencia puesto que conviven con personas que tienen distintas costumbres y formas de ser y dan prioridad a tener una relación llevadera.

Ante situaciones que les generan conflicto con las personas con quienes viven, como la desorganización dentro de casa, estar limitado a los tiempos de otros, la asignación de labores dentro del hogar, los orilla no solo a identificar sus emociones sino también a gestionarlas, aunque también es frecuente que recurran a la evasión de estas, en lugar de trabajarlas. Al mismo tiempo el hecho de que puedan identificar sus emociones les ayuda a ponerse límites para sobrellevar la relación con sus compañeros. Independientemente de que evadir la emoción sea bueno o

malo, lo prioridad para los estudiantes foráneos es establecer buenas relaciones interpersonales. Precisamente a partir de esta identificación de emociones y de la necesidad de llevarse bien con quienes comparten el lugar de residencia da paso a que se florezca la tendencia actualizante, puesto que van desarrollando capacidades, habilidades orientadas a un crecimiento personal, no solo académico.

El Desarrollo Humano también está presente en el crecimiento personal de los estudiantes foráneos mediante el autoconocimiento, en especial en entornos poco conocidos, en la necesidad de establecer relaciones llevaderas y de asumir sus consecuencias en su toma de decisiones. Del mismo modo, el autoconocimiento se refleja en la importancia de reconocer y expresar lo que viven, sienten y saber que no son los únicos con esas experiencias, emociones, necesidades y conflictos. De ahí que los espacios para expresarse en un entorno de confianza, escucha, congruencia, consideración positiva incondicional y comprensión empática, sean la piedra angular en programas o espacios enfocados a esta población.

Sugerencias para intervenciones posteriores

*Trabajar en las emociones, puesto que, los estudiantes foráneos si las reconocen, pero las evaden porque anteponen la importancia de relacionarse al vivir y convivir con otras personas. También porque reconocen sus emociones, pero no saben qué hacer con ellas.

*Enfocarse en la población de primer semestre, ya que se trata de una población donde los conflictos emocionales, afectivos y relacionales suelen estar presentes en los estudiantes foráneos, más en términos de lo que han dejado en su lugar de origen.

*Vemos la importancia en que este tipo de programas sean respaldados por la institución interesada, con la idea de generar mayor confianza en los estudiantes, pues se supone hay diferencia cuando esta invitación la obtienen como por parte de una iniciativa de particulares.

*Generar desde la primera sesión compromiso en los participantes en cuanto a su asistencia y a ser constantes, para generar un ambiente de importancia y respeto hacia las personas que forman el grupo y hacia sí mismos.

*Proponemos que, para la difusión de la intervención se recurra a una red de apoyo integrada por estudiantes foráneos que ya hayan vivido esta experiencia, para generar una mayor acercamiento y participación.

*Recomendamos poner a disposición de los estudiantes foráneos alternativas de apoyo con las que cuente la institución, para facilitarles conocimiento de las herramientas con las que cuentan, de manera que puedan tener la oportunidad de procurarse mayor conocimiento personal.

10 . REFERENCIAS

- Abarca, G., y Zapata, C. (2018). Indígenas y educación superior en Chile: el caso mapuche. *Calidad en la Educación*, (26), 57-79. Disponible en: <https://calidadenlaeducacion.cl/index.php/rce/article/view/233>
- Aguiar, D. (2017). Estudiar lejos de casa. Guía para mejorar la experiencia de ser alumno foráneo. ITESO. Guadalajara. Disponible en: <https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=jhJADwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=administracion+de+tiempo+estudiantes+for%C3%A1neos&ots=yewd4DfBAa&sig=wd4rhcdNlfWrLvvo0wYRYpJX4Y0#v=onepage&q&f=false>
- Arias, A. (1968). Estudio acerca de la adaptación de los estudiantes colombianos en la universidad de Lovaina. *Rev. colomb. psicol.*, Volumen 13, Número 1-2, p. 87-107, 1968. ISSN electrónico 2344-8644. ISSN impreso 0121-5469. Bogotá, Colombia. Disponible en: <file:///C:/Users/aleja/AppData/Local/Temp/Dialnet-EstudioAcercaDeLaAdaptacionDeLosEstudiantesColombi-4895252.pdf>
- Barceló, B. (2003). Estar presente: una manera de hacer, en Barceló, B. (2003). *Crece en grupo*. Pp.131 -149. España: Desclée de Brouwer
- Barceló, T. (2012) Las actitudes básicas Rogerianas en la entrevista de relación de ayuda. *Miscelánea comillas*. 70, 123-160.
- Bauman, Z. (2001). *La posmodernidad y sus descontentos*. Madrid: Akal, pp.114.
- Bauman, Z. (2008). *Múltiples culturas, una sola humanidad*. Buenos Aires: Kant Editores.
- Benson, P. (2000) Autonomy as a Learners' and Teachers' Right. En Sinclair, B., McGrath, I., y Lamb, T. (Eds.) *Learner Autonomy, Teacher Autonomy; Future Directions*, Harlow, Longman.
- Bermejo, D. (2012), Identidad, globalidad y pluralismo en la condición posmoderna, *en Rev. Pensamiento*. Vol. 68, No 257, pp.445-475.

- Bisquerra, R y Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10 (1), 61-82.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bizkarra, K. (2008). *Encrucijada Emocional*. Ed. Desclée de Brouwer, 4ta Edición. Bilbao.
- Cabrera, L. (2017). *Estrategias que ponen en juego los jóvenes rurales al emigrar para estudiar en la universidad*. Congreso CLABES VII. Córdoba, Argentina
 Disponible en:
<http://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/1645/2381>
- Cárcamo, H. (2005). Hermenéutica y análisis cualitativo. *Revista Cinta de Moebio*, No. 23, Pp. 1-14. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10102306>
- Carretero, M. (2004). *Estilos de gestión de un grupo de supervisión de facilitadoras del desarrollo humano en grupos de mujeres del Cerro del Cuatro*. Tesis de maestría no publicada, ITESO, Tlaquepaque, Jalisco, México.
- Castillo, J- (2015). *Procesos de integración intercultural de los estudiantes universitarios haitianos en la Universidad Tecnológica de Santiago (UTESA)*. Batanero, Sevilla. Tesis Doctoral. Disponible en:
<https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/30265/TESIS%20JIT%20MANUEL.pdf;sequence=1>
- Castro, C; Hernández, M; Guzmán, C; Machuca, A; Mariscal, S; Mata, M; Pérez, G; Ramos, M; Ramírez, R; Rodríguez, A; Saucedo, C; Laya, M. (2013) *Los Estudiantes y la Universidad integración, experiencias e identidades*. México, D. F.: ANUIES. Disponible en:
https://www.academia.edu/25601336/Los_estudiantes_y_la_universidad_integración_Experiencias_e_Identidades

- Celis, A. (2006). Congruencia, integridad y transparencia. El legado de Carl Rogers. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*, vol. 5, núm. 15, 2006 Universidad de Los Lagos Santiago, Chile.
- Cervantes, S. (2016). La psicoterapia y la vida cotidiana. En Zohn-Muldoon, Gómez y Enríquez. *Psicoterapia contemporánea: dilemas y perspectivas*. Guadalajara, Jal. México. ITESO.
- Cervantes, S. (2017). La esperanza: Potencial de convocatoria social. En Enríquez-Rosasy O. López Sánchez (coords.) *Las emociones como dispositivos para la comprensión del mundo social*. Pp. 29-56. Guadalajara, México: ITESO.
- Colmenares, AM. (2012). Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción. En Voces y silencios. *Revista Latinoamericana de Educación*. Vol. 3, No. 1, Pp. 102-115. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Disponible en: <https://revistas.uniandes.edu.co/doi/abs/10.18175/vys3.1.2012.07>
- Corey, G. (1981). El enfoque grupal centrado en la person, en Corey *Teoría y Práctica de la terapia grupal*, pp. 321-352.
- Cornejo, J. (2013). Estudiantes de sectores rurales en las universidades chilenas: problemas y desafíos. *Revista de la educación superior*, 42(168), 133-151. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-27602013000400006&lng=es&tlng=es.
- Dantas, D. y Moreira, V. (2009). El Método Fenomenológico Crítico de Investigación con Base en el Pensamiento de Merleau-Ponty. *Terapia Psicológica*, Vol. 27, núm. 2, pp. 247-257. Santiago, Chile: Sociedad Chilena de Psicología Clínica.
- Díaz-Bravo, L; Torruco-García, U; Martínez-Hernández, M y Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. En *Rev. Investigación en Educación Médica*. Vol. 2, No. 7, pp. 162-167.

- Enríquez, R. (2014). *Las emociones como dispositivos para la comprensión del mundo social*. ITESO-UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala.
- Eurich, T. (2018). *Intuición*. Harper Collins Español. Nashville, Tennessee, Estados Unidos de América.
- Fernandez, I. (s.f.) *Fenómenos interlingüísticos en estudiantes universitarios foráneos asilados en Madrid*. Disponible en: https://www.academia.edu/21600922/Fenómenos_interlingüísticos_en_estudiantes_universitarios_foráneos_asilados_en_Madrid
- Fernández, C; Saucedo, L; Silva, M. (2013). *Los estudiantes y la universidad Integración, experiencias e identidades*. México, D. F.: ANUIES. Disponible en: https://www.academia.edu/25601336/Los_estudiantes_y_la_universidad_Integración_experiencias_e_identidades
- Filliozat, Isabelle. (1998). *El corazón tiene sus razones*. Ediciones Urano. Barcelona, España.
- Frankl, V. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Herder. Barcelona.
- Frijdi, N. (1986). *The emotions*. England. Cambridge University Press.
- Gómez, EN y Cervantes, S. (s.f). *La reconfiguración de las emociones como estrategia terapéutica en personas con adicciones: un abordaje interdisciplinar*. Manuscrito en prensa.
- Gómez-Gómez, E.N. Alatorre -Rodríguez, F.J. (2014). La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro. *Sinéctica*, No. 43. Guadalajara Jalisco: ITESO.
- González, M. (2002). Aspectos éticos de la investigación cualitativa. *Revista Iberoamericana De Educación*, 29, 85-103. Disponible en: <http://files.formacionintegral.webnode.es/200000047-db9aadd8e7/ASPECTOS%20%C3%89TICOS%20DE%20LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CUALITATIVA.%20GONZ%C3%81LEZ.PDF>

- González, T. y Cano, A. (2010). Introducción al análisis de datos en investigación cualitativa: concepto y características. *Revista Nure Investigación*, No. 44, Pp. 1-6. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Teresa_Gonzalez-Gil/publication/262048605_Introduccion_al_analisis_de_datos_en_investigacion_cualitativa_concepto_y_caracteristicas_/links/0046353680fe2dd7ac000000/Introduccion-al-analisis-de-datos-en-investigacion-cualitativa-concepto-y-caracteristicas-l.pdf
- Hernández, HR. (2014). *Tres talleres para promover la consciencia, el autoconocimiento y el aquí y el ahora en jóvenes buscadores de felicidad*. Tesis para obtener el grado de Maestro en Desarrollo Humano. Universidad Iberoamericana. México. En: <http://192.203.177.185/bitstream/handle/ibero/957/015826s.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2019). Percepción sobre seguridad pública. Recuperado el 27 de marzo de 2020. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/temas/percepcion/>
- Jiménez, Ziehlo (2017) Pensiones, el sacrificio para los estudiantes foráneos. Xalapa, Veracruz. OEM – Xalapa’s Diary. Disponible en: <https://www-emis-com.ezproxy.iteso.mx/php/search/doc?dcid=586271315&ebSCO=1>
- Kemper, T. (1990). *Research agenda in the sociology of emotions*. New York, EU. State University of New York Press.
- Kishigam E. y Rivera, J. E. (2003) *Calidad de vida en función de apoyo social en estudiantes foráneos de una universidad del centro de México*. Tesis Licenciatura. Administración de Empresas. Departamento de Administración de Empresas, Escuela de Negocios, Universidad de las Américas Puebla. Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/kishigami_m_e/resumen.html

- Lafarga, J (2005) Desarrollo Humano. *Promoteo*. No.45, pp. 4-6.
- Larios, R. (2010). *Corazón de piedra... ¿yo?*. Guadalajara, México Disponible en: http://cursos.iteso.mx/pluginfile.php/746939/mod_resource/content/1/Coraz%C3%B3n%20de%20piedra%20YO%20Rosa%20Larios.pdf
- Little, D. (1991) *Learner Autonomy, Definitions, Issues and Problems*. Dublin, Authentik.
- Londoño, O., Maldonado, L. y Calderón, L. (2016). *Guía Práctica para construir un Estado del Arte*. Disponible en: <http://iconk.org/docs/guiaea.pdf>
- Maillard, C., Ochoa, G., Valdivia, A (2018). *Experiencia educativa e identidades éticas en estudiantes universitarias indígenas de la región metropolitana*. Disponible en: <https://calidadenlaeducacion.cl/index.php/rce/article/view/208/213>
- Martínez, M. (2006). Cambio de paradigma epistémico en Fundamentación epistemológica del Enfoque Centrado en la Persona, *Polis*, vol. 15 Persona y otredad.
- Maslow, A. (1979). *El hombre autorrealizado*. Ed. Kairós.
- Maslow, A. (1991). Teoría de la motivación. *Motivación y Personalidad*, (3.^a ed.). Madrid, España: Díaz Santos.
- Maslow, A. (2016) *El hombre autorrealizado: Hacia una psicología del Ser*. Barcelona: Kairós, 18ava. Edición Disponible en: https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang_es&id=8O2bDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=maslow+el+hombre+autorealizado&ots=ZHeANuLhTL&sig=Z2qeJeyRVOA_u7hYGOysiJpD9u8#v=onepage&q=maslow%20el%20hombre%20autorealizado&f=false
- Moreira, V. (2001). *Más allá de la persona: hacia una psicoterapia fenomenológica mundana*. Santiago, Chile: Universidad de Santiago.
- Moreno, M. (2003). *Bienestar Psicológico y Dependencia Interpersonal en estudiantes locales y foraneos de la UDLA*, P. Departamento de Psicología,

Escuela de Ciencias Sociales, Universidad de las Américas Puebla. Puebla.
Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/moreno_m_mh/resumen.html#

Moreno, M. (2004). *Experiencias de vida económica y Desarrollo Humano de estudiantes universitarios de otras localidades en Barranquilla (Colombia)*.

Disponible en:

https://www.academia.edu/7608896/EXPERIENCIAS_DE_VIDA_ECONÓMICA_Y_DESARROLLO_HUMANO_DE_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS_DE_OTRAS_LOCALIDADES_EN_BARRANQUILLA_COLOMBIA

Moreno, S. (2014). La entrevista fenomenológica: una propuesta para la investigación en psicología y psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, XX (1) Pp. 71-76. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357733920009>

Naranjo, M (2009) Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Educación*, Vol. 33, No. 2, pp. 153-170. Universidad de Costa Rica. Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/440/Resumenes/Resumen_44012058010_1.pdf

Núñez, D., Barrionuevo D., Macías, C., Barroso, C., Ormaza, M. (2019). *El clima de aula en el estudiante foráneo y el impacto en la inteligencia emocional*. Universidad Técnica de Manabí. Ecuador Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/atlanter/2019/08/clima-aula-inteligencia.html>

Okun, B. (2002) *Ayudar de forma efectiva, Counseling; técnicas de terapia y entrevista*. México. Paidós.

Peña, L., Cano, A., Burguete A., Castro L., León, M., Castellanos, A. (2009). Efectos atribuibles a la procedencia de estudiantes universitarios sobre su estado nutricional: foráneos y locales. *Fundación Dialnet*. Mérida Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3309944>

- Pernalet, A., Pérez, G., Peñaloza, M. (2015). El Relato de Vida de un Estudiante Foráneo de LUZ. *Beneficiario de Programas DIDSE*. Vol 22, No. 2. Universidad de Zulia. Venezuela Disponible en: <http://produccioncientificaluz.org/index.php/encuentro/article/view/21119>
- Punset, E. (2015). *Emociones básicas: el impacto de la ciencia en la sociedad*. Madrid. Ed. Fundación Banco Santander.
- Quijano, M. (2015). *El estudiante foráneo y su desempeño académico, en la Licenciatura en Trabajo Social*. Universidad de Colima. Colima. Disponible en: <https://eventos.ucol.mx/content/micrositios/241/file/memoria/pdf/70.pdf>
- Repetto, J. (2016). *Desarraigo: cómo afecta a muchos estudiantes universitarios en la ciudad*. SLT-FAUBA. Buenos Aires, Argentina. Disponible: <http://sobrelatierra.agro.uba.ar/desarraigo-como-afecta-a-muchos-estudiantes-universitarios-en-la-ciudad/>
- Rincón, M, Martínez, M. y Sánchez, W. (s.f.). *Estereotipos hacia los estudiantes foráneos en estudiantes de la Universidad Nacional de Colombia sede Bogotá: Un estudio desde el modelo del contenido de los estereotipos. (MCE. Universidad Nacional de Colombia, Colombia, Bogotá*. Disponible en: https://www.academia.edu/37159535/ESTEREOTIPOS_HACIA_LOS_ESTUDIANTES_FOR%C3%81NEOS_EN_ESTUDIANTES_DE_LA_UNIVERSIDAD_NACIONAL_DE_COLOMBIA_SEDE_BOGOT%C3%81_UN_ESTUDIO_DESDE_EL_MODELO_DEL CONTENIDO_DE_LOS_ESTEREOTIPOS_MCE
- Rodríguez-Uribe, C. L., De la Peña-Padilla, S. y Hernández-Valdés, O. (2011). *Complexus 1: La intervención social universitaria: un campo de estudio emergente*. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO
- Rogers, C. (1982). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires, Nueva Visión.

- Rogers, C. (1985) Una teoría de la terapia, la personalidad y las relaciones interpersonales, como los desarrollados en el marco centrado en el cliente. En Koch, S. Psicología: un estudio de la ciencia. 184-256. McGraw Hill.
- Rogers, C. R. (2012). *El proceso de convertirse en persona: mi técnica terapéutica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Secretaría de Educación Pública (SEP). *Estadística del sistema educativo Jalisco*. Recuperado el 6 de noviembre de 2018. Disponible en: http://snie.sep.gob.mx/descargas/estadistica_e_indicadores/estadistica_e_indicadores_educativos_14JAL.pdf
- Servicios Escolares (2018). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente A.C.
- Subiela, JA; Abellón, J; Celdrán, A; Manzanares JA y Satorres, B. (2014). La importancia de la escucha activa en la intervención enfermera. En *Rev. Enfermería Global*. (34), 276-292. En: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/eglobal.13.2.178261/160601>
- Sutil, C. (2013). ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones. En *Revista electrónica de psicoterapia*, 7(2), 342-372. En: https://www.psicoterapiarelacional.com/Portals/0/eJournalCeIR/V7N2_2013/10-Rodriguez-Sutil_Que-es-una-emocion_CeIR_V7N2.pdf
- Thoits, P. (2011). The sociology of emotions. En *Annual Review of Sociology*. (15), 371-342. En: <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.so.15.080189.001533>
- Vanaershot, G. (1997) Capítulo 2: La empatía como proceso dinamizador de los diversos microprocesos dentro del cliente. En Brazier, D. (1997) *Más allá de Carl Rogers*. Pp. 47-66. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Vasilachis, I. (2006). ¿Cuáles son las características de la investigación cualitativa? En *Estrategias de investigación cualitativa*. Pp. 25-29. Disponible en:

http://www.multimedia.pueg.unam.mx/lecturas_formacion/investigacion_perspectiva_genero/unidad_3/Irene_Vasilachis_Estrategias_de_investigacion_cualitativa.pdf

Venegas, K. (2015). Manejo del estrés en estudiantes foráneos y de intercambio académico. UANL. Monterrey, Nuevo León. Disponible en: <http://eprints.uanl.mx/9649/1/1080215015.pdf>

Villarroel, V., Guerrero, D., Hernández, V., Maldonado, M y Román, D. (2014). Análisis de los significados de estudiantes universitarios indígenas en torno a su proceso de inclusión a la educación superior. *Psicoperspectivas*, 13(1), 35-45. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242014000100005

Yontef, G. (1993), *La conciencia, el diálogo y el proceso*. Gestalt Journal.

11. APÉNDICES

Apéndice 1 – Invitación para estudiantes foráneos

Taller: **RECONOCIÉNDOTE**
al salir de casa
voces de estudiantes foráneos

escucha lo que sienten y piensan otros estudiantes foráneos

dialoga y comparte con otros estudiantes foráneos, tus vivencias al salir de casa para continuar con tus estudios.

Dirigido a estudiantes foráneos de primero, segundo y tercer semestre.

MÁS INFO...

- Fechas: todos los jueves de 3:00 a 5:00 pm del 19 de septiembre al 24 de octubre (seis sesiones)
- Lugar: W- 210
- ¡Cupo limitado!
- Más información: [www.cepa.edu](#)

Apéndice 2 – Ocupación de salones en el ciclo escolar 2019

Análisis de Ocupación de Espacios 2019

Row Label	1	2	3	4	5	6	7	Grand Total
7	111	90	56	105	95	2		459
8	111	91	56	106	95	8	1	468
9	141	145	136	139	101	34	1	697
10	141	145	136	141	104	35	1	703
11	140	139	143	140	113	26	1	702
12	140	139	143	140	112	21	1	696
13	129	92	91	127	79	13		531
14	128	92	90	123	75	7		515
15		1				1		2
16	138	83	59	134	67	1		482
17	138	86	61	138	67	1		491
18	114	113	119	117	37	1		501
19	131	123	133	133	39	1		560
20	89	91	90	89	10	1		370
21	86	82	83	81	9			341
Grand Total	1737	1512	1396	1713	1003	152	5	7518

Comité de Ética
Forma de consentimiento informado

**Título: Experiencias de jóvenes al salir de casa para estudiar la universidad.
Una mirada desde el Enfoque Centrado en la Persona**

Propósito

Este trabajo de intervención tiene la finalidad de visibilizar las experiencias de los estudiantes foráneos después de tomar la decisión de continuar sus estudios lejos de casa; a través de la formación de un grupo donde ellos puedan hablar, compartir y escuchar a estudiantes que pasan por la misma situación.

Se convoca a estudiantes foráneos de primero, segundo y tercer semestre que actualmente estén estudiando la licenciatura y que pretendan terminar sus estudios universitarios en esta institución.

Riesgos

Ningun riesgo es esperado para los participantes.

Beneficios

El beneficio primario de este proyecto será favorecer la conformación de redes de apoyo en un grupo de jóvenes que salen de la población de origen, para el reconocimiento de sus vivencias al incorporarse a la universidad.

Participación y Retiro Voluntario

Al aceptar mi participación en la actividad referida he sido informado de lo siguiente:

1. Que mi participación es totalmente voluntaria y que podré retirarme de la actividad en el momento que yo lo desee sin consecuencia alguna.
2. Que toda la información que proporcione será tratada con confidencialidad y sólo para fines académicos.
3. Que las sesiones donde participe serán (video y) audio-grabadas con fines académicos de supervisión e investigación por parte de los profesores de la Maestría en Desarrollo Humano del Departamento de Psicología, Educación y Salud.
4. Que las sesiones serán conducidas por la Lic. Alejandra González Barragán, alumna de la Maestría en Desarrollo Humano.
5. Que serán un total de 6 sesiones con una duración aproximada de 2 horas cada una, los días y en el horario que se acuerden, en un lugar adecuado para la actividad.
6. Que en caso de requerir o solicitar una atención posterior seré canalizado por la profesora encargada a un servicio adecuado a mis necesidades.
7. Que en caso de tener alguna duda sobre esta actividad podré comunicarme con la profesora de la asignatura, Dra. Ana Araceli Navarro Becerra, al teléfono: 33.1185.5003, o al correo electrónico anaaracelin@iteso.mx

Confidencialidad

Los hallazgos se resumirán y serán informados en un reporte académico. Los participantes serán identificados con el uso de pseudónimos, los nombres reales no aparecerán en ningún registro, ni cualquier otro dato que permita la identificación de los participantes. Las grabaciones de las entrevistas serán guardadas bajo llave y en un dispositivo electrónico. El encargado de esta información será el alumno junto con el director del proyecto (Alejandra González Barragán y Ana Araceli Navarro Becerra) y estarán disponibles por un lapso de tres años para académicos y alumnos del programa que justifiquen el acceso a los datos.

Recibiré una copia de esta forma de consentimiento informado para que se quede con ella.

Si está dispuesto a participar de este proyecto, por favor firme abajo.

Participante: _____

Fecha: _____

Facilitadora: Alejandra González Barragán

Fecha: 19 de septiembre 2019