

La Indagación Apreciativa: Una Alternativa para Crear Realidades de Libertad y Compromiso

Juana Bengoa González y M^a Rosario Espinosa Salcido*

*Cada uno lleva encima la
marca de su tiempo,
cada uno lleva encima
la huella de sus sueños...*

Rubén Blades

Resumen: El presente documento relata una experiencia en la aplicación del método *indagación apreciativa* (IA) a un grupo de 13 alumnos de cuarto semestre de la Carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza (FESZ), de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). En primer término expresa el pensamiento subyacente a los objetivos en los que se mueve esta práctica docente, como un marco para la comprensión de la forma en que encaja el método de la *indagación apreciativa*. Posteriormente, se describen la aplicación del método, las respuestas encontradas en el grupo, las propuestas para mantener las fortalezas encontradas y generar otras y, por último, el análisis sobre la experiencia al realizar esta intervención. **Palabras clave:** docentes, indagación apreciativa, servicio a la comunidad.

Panorama de la práctica docente

Seguramente hay docentes que han soñado a sus alumnos, capaces de comprometerse con el aprendizaje de las teorías y herramientas metodológicas para la solución de problemas psicológicos, que sean personas de bien, dispuestas a moverse, a cambiar, a ser leales a sus raíces, comprometidos, solidarios, respetuosos ante las posturas de los demás, esforzados y capaces de manejar su vida, decidir por ellos, en una evolución reflexiva, íntima y relacional en su encuentro con el otro. Sueñan con una escuela donde se pueda expandir el espíritu de todos aquellos que la hacen ser, y están obligados a dinamizarla, creando historias de éxito que mejoren el presente y apunten al futuro.

Han imaginado cómo pueden extraer de cada uno de ellos los recursos que poseen para ser mejores, aquello *que no saben que saben*, como quien esculpe un mármol hasta darle una figura estética, capaz de transmitir con intensidad un mensaje bueno, sensible, un conocimiento de la vida, para la vida.

Que la escuela y el hogar forman a un ser, a una persona capaz de cuidar su entorno, hasta el punto de sentirse parte de ello, una pequeña célula de lo que es materia, del planeta, del universo. En este sentido es indispensable entender la interacción de la mente individual, social y ecológica; desarrollar al individuo pensando en su capacidad de integrar y mirar desde una lente sistémica la relación que existe entre estos niveles.

La fragmentación nos ha llevado a lo que Morin (2001) refiere como la *inteligencia ciega*, que por ahora es parte de la barbarie humana:

...tenemos que comprender que estamos siempre en la era bárbara de las ideas. Estamos siempre en la prehistoria del espíritu humano. Solo el pensamiento complejo nos permitirá civilizar nuestro conocimiento... (p. 35).

Pensar solo en desarrollar al individuo, podría llevar al egoísmo, a la ambición de querer alcanzar cada vez más sin medir las consecuencias, experiencia que se

* **Mtra. Juana Bengoa González.** Licenciada en Psicología, Facultad de Psicología UNAM; Mestría en Psicología Residencia en Terapia Familiar, FES Iztacala UNAM; Profesora de Tiempo Completo en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. Forma parte del padrón de Posgrado del Programa de Maestría y Doctorado en Psicología, como tutora y supervisora, dentro de la Residencia en Terapia Familiar Sistémica. Correo: bgj@puma2.zaragoza.unam.mx. **Mtra. Ma. Rosario Espinosa Salcido.** Licenciada en Psicología, FES Iztacala UNAM. Master of Arts In Familia Counseling and Therapy, Universidad de las Américas. Profesora Titular de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala UNAM. Forma parte del padrón de Posgrado del Programa de Maestría y Doctorado en Psicología, como tutora y supervisora dentro de la Residencia en Terapia Familiar Sistémica.

refleja como una herida en el mundo natural: contaminación de mares, calentamiento global, tala inmoderada de bosques y mucho más.

Lo anterior permite reflexionar e incorporar los aportes de Víctor García Hoz, preocupado por investigar estos aspectos subjetivos tendiendo un brazo fuerte ético-filosófico en su concepción del hombre en el mundo:

...la última razón de la vida humana no está en la vida misma... es menester que nos preguntemos por qué vale la pena nuestra existencia... (García Hoz, 1993: 45).

El sentimiento de dignidad se erige, así, como la conciencia que el hombre tiene de ser sujeto frente al mundo que pretende ser muy objetivo. El sentimiento de dignidad coloca al hombre en el plano moral que hace diferencia con otros organismos vivos, favorece la conciencia y el ejercicio de la libertad, de la autonomía, de la capacidad y efectividad de gobierno de la propia vida.

García Hoz, refiere que el sentimiento de dignidad implica una peculiar actitud del hombre frente a las cosas, frente a los demás y frente a sí mismo. Frente a las cosas puede extraer lo espiritual, en el sentido de obtener la esencia de lo que la cosa es: su belleza, bondad, su verdad. Este conocimiento lo lleva a modificar la realidad, le convierte en creador. De ahí que haya que educar para una sociedad futura, creando hábitos de trabajo intelectual y criterios de selección. Es decir, a través del proceso enseñanza aprendizaje y por medio de la relación personal, que implican las actividades orientadoras, el estudiante realizará el importante aprendizaje del vivir humano, que implica tanto la capacidad de elegir, como la de aceptar responsabilidades (García Hoz, 1972).

Es entonces la congruencia del paradigma que elegimos para llevar a cabo el proceso enseñanza aprendizaje y para conceptualizar al ser que educamos, lo que finalmente marca las actividades, la interacción, el clima emocional y la actitud hacia querer mirar sus limitaciones o sus recursos y enfocarnos en una edu-

cación para el presente, o bien que lo fortalezca y, a la vez, se oriente hacia el futuro.

Para este tipo de docentes, la búsqueda va hacia el enriquecimiento y descubrimiento de las fortalezas de los estudiantes proponiéndoles retos que los orienten además de a esforzarse en ser profesionistas exitosos, a pensar en su comunidad, en su país.

En este sentido, *la indagación apreciativa* es una útil herramienta que se incorpora de manera muy adecuada al trabajo con *la persona* del alumno. Se basa en el construccionismo social, ya que dentro de los modelos de terapia incorporados a la práctica profesional (en el campo terapéutico) se encuentran los denominados «posmodernos» o «narrativos», basados en el construccionismo social, cuya concepción epistemológica es que la realidad se construye a través del lenguaje en las conversaciones sociales. Se descartan verdades fijas y universales, se habla de la diversidad. Las terapias narrativas buscan, entre otras cosas, crear en la interacción con el otro, historias alternativas de esperanza, deconstruyendo aquellas saturadas de problemas, empoderar a los consultantes, elaborando una agenda personal basada en los recursos, incorporando la polifonía de voces que construyen una diversidad positiva. Todo ello se realiza en un encuentro dialógico de igualdad entre los participantes, el terapeuta se encuentra en una posición de «no saber» y de total respeto hacia lo que escucha, solo encamina el diálogo hacia aquellas zonas que marcan aspectos no dichos, poco iluminados en las que es posible encontrar historias alternativas, positivas.

El postmodernismo asume que no hay una realidad única o universal, sino muchas maneras de entender las conductas, las interacciones y los eventos; el lenguaje sirve como vehículo primario para la transmisión de los significados y las comprensiones... (Limón, 2005: 4).

Para los construccionistas sociales el mundo que percibimos y los significados que creamos acerca del mundo son el resultado de interacciones sociales, es

El sentimiento de dignidad coloca al hombre en el plano moral que hace diferencia con otros organismos vivos, favorece la conciencia y el ejercicio de la libertad...

decir hablamos con otras personas y vivimos en un contexto cultural que nos transmite significados.

De acuerdo con Cooperrider y Whitney (citado en Miranda, 2005) la *indagación apreciativa* (IA) es la colaboración en la búsqueda de lo mejor de las personas, de su organización y del mundo a su alrededor. Involucra el descubrimiento sistemático de lo que le da la vida al sistema cuando éste es más efectivo y capaz en términos económicos, humanos y ecológicos. Es una filosofía práctica para estar en el día con día y es también un proceso altamente flexible para involucrar a las personas en la construcción del tipo de organización, de sociedad y finalmente del mundo en el que quieren vivir.

La información que surge en este ejercicio, es un acto dialógico que se va descubriendo en la conversación, una *noticia* acerca de las capacidades del grupo, misma que como «bola de nieve que baja por la montaña» se va engrandeciendo. Esta *noticia* o información no tiene la intención de ser usada por el facilitador con el objeto de realizar una intervención, es co-creada en conjunto por todos los participantes en una situación de igualdad, respeto y crecimiento, para generar nuevos significados acerca del grupo y de cada persona en lo individual.

APLICACIÓN DEL MÉTODO INDAGACIÓN APRECIATIVA

Brevemente se indican los pasos que se siguieron en la aplicación de la IA:

- A todo el grupo se le solicitó que recordaran el mejor momento, el más positivo, aquel en el que se sintieron lo mejor posible y que funcionó de manera óptima durante el semestre escolar que estaba por concluir. Y se le preguntó: *¿qué es lo que más valoras de tu grupo?* Las respuestas fueron del tipo: respeto, apoyo, honestidad, unión, tolerancia, compromiso, sencillez (ver anexo 1).
- Con base en los recuerdos y valoración del grupo, se solicitó imaginaran una visión del futuro, un sueño, en donde exista respeto, apoyo, honestidad, unión, tolerancia, compromiso, sencillez, es decir, se retomaron las palabras mencionadas al trabajar el punto anterior. Se les pidió también que se imaginaran haciendo algo en ese futuro y lo presentaran en un dibujo, quizá a través de símbolos o de una melodía. El grupo creó la idea de «ayuda a los demás» y la simbolizó dibujando la mano de cada uno de los integrantes, insertando en el dibujo palabras que expresaban lo que valoraron de ellos y también eligieron la melodía de la

canción *Gracias a la vida* de Violeta Parra, «... Las imágenes de las cosas que se anticipan son una realidad poderosa en sí mismas generando comportamientos en un círculo virtuoso: crean nuevas imágenes que generan nuevas acciones y que construyen nuevas realidades» (Miranda, 2005. p. 2)

- Se realizó un ejercicio en donde el grupo recobró una experiencia académica exitosa, con el fin de rescatar cómo la vivió en los niveles conductual, cognitivo, emocional y corporal.
- En consenso, plantearon un proyecto que incluyera su idea de ayuda a los demás con metas a corto y mediano plazo, planteando las funciones y los pasos a seguir para conseguirlo. El grupo planeó trabajar en asilos con la idea de cubrir algunas de sus necesidades de los ancianos (ver anexo 2).
- Por último, en una camiseta que a cada participante se le ofreció ex profeso para la actividad, se dibujó el símbolo (una mano) de la misión del grupo (ayudar a los demás) y se pintó con el color representativo de las palabras elegidas en el segundo punto. Dicha camiseta identifica al grupo y le recuerda el proceso que juntos han emprendido, Se acordó que la usarán una vez a la semana.

RESPUESTAS ENCONTRADAS, SORPRESAS Y ÁREAS DE OPORTUNIDAD

Para el grupo fue fácil identificar los momentos positivos vividos durante el semestre. Llama la atención que, de manera recurrente, hicieron mención más a aspectos de carácter personal que de manejo de contenidos y técnicas aprendidas en las clases. Por ejemplo, el hecho de sentir seguridad, apoyo, escuchar lo positivo que los otros piensan de la persona, en general se habla de experiencias donde se refleja un clima de respeto, solidaridad, apoyo y buena disposición hacia el trabajo, además de lo mencionado anteriormente.

Con respecto a lo que se valora del grupo, los alumnos comentaron que se cumple con las tareas encomendadas, que existe tolerancia, apoyo y compromiso en cumplir lo que se les solicita.

Fue sorprendente y muy agradable observar cómo, al identificar la misión a realizar, todo el grupo coincidió en querer «ayudar a alguien» y para ello eligieron y dibujaron la silueta de sus manos para representar el símbolo de esa ayuda.

El grupo acordó asistir a asilos de ancianos para participar en ellos con talleres, lo primero que pla-

La indagación apreciativa es la colaboración en la búsqueda de lo mejor de las personas, de su organización y del mundo a su alrededor. Involucra el descubrimiento sistemático de lo que le da la vida al sistema cuando éste es más efectivo y capaz en términos económicos, humanos y ecológicos...

nearon hacer fue entrevistarlos para detectar sus necesidades apremiantes.

Se detectó como una debilidad del grupo la impuntualidad a las citas así como la inasistencia de uno o dos de los participantes.

Como áreas de oportunidad se observó la disposición a enfrentar actividades que representan un reto mayor, así como la posibilidad de hablar acerca de los obstáculos encontrados. Se acordó que la mejora en la puntualidad en las citas y la asistencia a los eventos eran áreas de oportunidad.

Los docentes de este grupo, pudieron identificar alternativas para el trabajo académico, basadas en una concepción de logro, así como ejercicios basados en las terapias derivadas del construccionismo social, útiles para el proceso enseñanza- aprendizaje.

PROPUESTAS Y ESTRATEGIAS PARA MANTENER ESTAS FORTALEZAS Y GENERAR OTRAS

Para mantener las fortalezas es importante tener muy claro el sueño al que se aspira, los pequeños pasos y decisiones que es necesario dar para alcanzarlo. En los sueños las metáforas se convierten en realidades. Al soñar se utiliza la imaginación, se salta de los confines de la propia vida a un mundo más amplio, en el que todo es posible y en el que uno no se siente limitado a las cartas que fueron repartidas. Cada cambio en la vida, comienza con un sueño. Pero los sueños son «objetivos con piernas»; los objetivos son los que permiten que las personas avancen (O'Connor y Lages, 2005: 23).

Los objetivos deben ser:

- a) Específicos, ¿qué es exactamente lo que se quiere? ¿Exactamente qué verán, escucharán, sentirán para alcanzarlo? ¿Cuánto tiempo necesitarán para alcanzarlo?

- b) Escritos o pensados en positivo, que describan lo que se quiere y no lo que no se quiere, a manera de no perderse en el camino, que no suceda como a los caballitos de mar que van sin rumbo por donde los lleva la corriente y en algún momento pueden caer en la boca de una ballena;

- c) Que impliquen un reto.

- Organizar reuniones en donde se converse acerca de los logros obtenidos así como la forma en que estos impactan la vida del grupo y de cada integrante en todas las áreas: personal, familiar, escolar, profesional, con sus pares, en el contexto.
- Al conversar sobre los pasos alcanzados, preguntar acerca de los nuevos recursos encontrados, acerca de los otros, de quienes se dieron cuenta de los cambios.
- Plantear preguntas sobre cómo esos logros han modificado lo que se piensa de cada persona y del grupo. Aclarar las nuevas identidades alejadas del fracaso, y las versiones encaminadas al éxito.
- Redactar narraciones de las experiencias vividas, porque al escribir se acomodan de manera diferente, se reeditan los nuevos relatos de su capacidad. Ampliar la agenda personal del grupo, preguntando *¿cómo se visualizan ahora? ¿qué piensan de ustedes? ¿qué otras cosas son capaces de alcanzar?*
- Tener clara una estrategia para hacer frente a los problemas que aparezcan. En este punto se pueden utilizar dos herramientas de las terapias narrativas. Una consiste en *entrevistar al problema* separándolo de las personas: «el problema es el problema y la persona es la persona». Esto significa que la persona no *es* impuntual (el poner una etiqueta da la idea de una identidad inmodificable), sino más bien es *atacada por la impuntualidad* que la quiere subyugar y tiene planes para no permitirle

lograr sus objetivos. Se solicita a uno de los miembros del grupo, preferentemente aquel que es más atacado por el problema, que ocupe el lugar del problema para poderle hacer una entrevista, con preguntas como: *Dime «impuntualidad», ¿qué ideas le metes en la cabeza a Fulanito para hacerle creer que tiene que llegar tarde a la clase? ¿Cuál es tu plan para hacerlo fracasar y seguramente con ello desanimar al grupo?*

La otra herramienta es preparar al grupo para reflexionar al menos sobre tres cosas positivas que les quiere decir el problema, porque el problema está ahí para darles una enseñanza. Finalmente los problemas también pueden ser vistos como una fuente de aprendizaje y un reto para la creatividad.

COMENTARIOS SOBRE LA INTERVENCIÓN

Como se mencionó al inicio de este artículo, el método de *indagación apreciativa* ha encajado como «anillo al dedo» en la práctica docente. Con base en el trabajo realizado se observan con claridad los niveles en los que se incide: individual, grupal y comunitario. Este método permitió, a partir de la propuesta de los estudiantes, tejer el compromiso y crecimiento personal del grupo a través de una de las actividades sustantivas de la UNAM: el servicio a la comunidad.

Se observó gran entusiasmo, interés y compañerismo en el grupo, así como la disposición a realizar actividades académicas e interés en cumplir su meta. También existe ahora la disposición a modificar aquello que se presenta como un obstáculo para avanzar.

Algo muy importante es que los integrantes del grupo han adquirido mayor seguridad, se involucran más en las actividades, aceptan mayores responsabilidades. Se atreven a realizar actividades que antes no se habían planteado.

Hay dos de los principios nucleares de IA que resultan muy novedosos en el trabajo de las organizaciones. El primero, es el *principio poético* que reconoce a las organizaciones humanas como libros abiertos, como una fuente inagotable de estudio, inspiración

y aprendizaje. Un libro abierto está expuesto a miles de interpretaciones y, por lo tanto, abierto a un mundo de posibilidades. El segundo es el *principio de totalidad*, que propone que la experiencia de integridad de la organización o grupo, permite obtener lo mejor de las personas, de las relaciones, de las comunidades: la totalidad –toda la historia, todo el sistema, toda la persona– es esencial para una vida bien vivida (Miranda, 2005).

CONCLUSIONES

La Indagación Apreciativa es una metodología que se utiliza para el desarrollo de grupos en cualquier contexto que estos se encuentren; se basa en la idea de construir socialmente una historia alterna a partir de los recursos y lados fuertes del mismo grupo, con el fin de lograr objetivos que constituyan un reto. La experiencia aquí narrada, se desarrolló con estudiantes universitarios, quienes lograron consolidar un trabajo dirigido a la comunidad y crear un ambiente propicio para el aprendizaje basado en la solidaridad y el interés al aplicar los aprendizajes adquiridos.

Es notable observar cómo las personas pueden crear historias de éxito a partir de resaltar los recuerdos positivos de su quehacer, con los otros; recuerdos que están ahí en el subconsciente, y que permiten la expresión de sentimientos positivos ya existentes pero no dichos, lo cual como en este caso, arribó a una sensación de orgullo con relación al grupo y con ello un incremento en el nivel de compromiso con el proceso y una capacidad reflexiva-autocrítica.

También fue interesante observar cómo cada uno de los participantes pudo aprender de las percepciones-aportaciones de los compañeros acerca de las posibilidades del grupo: valores, intereses, procesos de planeación, creatividad, compromiso, organización, etc. Finalmente se pusieron en juego perspectivas diferentes para el abordaje de los aspectos negativos que de ninguna manera fueron dejados de lado, y fueron fuente de enriquecimiento.

Si las realidades personales y sociales se construyen en la dimensión social, entonces es importante

Es notable observar cómo las personas pueden crear historias de éxito a partir de resaltar los recuerdos positivos de su quehacer, con los otros...

