

## LA INVESTIGACION PARTICIPATIVA: COMO UTILIZARLA EN ORIENTACION

Zoila Rosa Vargas C.

### Introducción

En muchas ocasiones se señalan el bajo rendimiento escolar, la agresividad y el retraimiento, como algunas de las consecuencias del divorcio en los hijos. Los profesionales en Orientación tienen claro conocimiento, de lo que significa la problemática de hogar dividido en partes, así como de las implicaciones de esto en niños y jóvenes. Lo que se demuestra cuando Abarca (1981; p. 19) dice:

"Nos referimos aquí exclusivamente a la experiencia de pérdida que viven niños y jóvenes cuando se ven privados de uno de sus padres, y de ambos, como consecuencia de su divorcio, separación, muerte o abandono del hogar".

Pero existe poca información e interés sobre la separación de pareja y los posibles resultados que esto pueda ocasionar a los cónyuges; a pesar de que la separación conyugal involucra cambio en la vida de la pareja y significa el inicio de una nueva forma de vida.

El presente trabajo se centró en la mujer. Es a ella a quien se le otorga doble responsabilidad: se le condiciona para realizar la labor doméstica y, en algunos casos, trabajar en funciones externas, como una ayuda para el mantenimiento del hogar.

En la mayoría de los casos, dicho condicionamiento ocasiona conflictos internos difíciles de superar para la mujer casada que queda sola, pues ella ha sido educada para jugar un rol, y debe enfrentarse al divorcio o a la separación de su pareja, sin que se le haya preparado para manejar con éxito experiencias de pérdida, aunque éstas son parte de la realidad de cada individuo. No todas las mujeres divorciadas son capaces de soportar solas la pérdida de su cónyuge, de manejar con éxito la crisis que se presenta en la elaboración del "duelo".

El orientador no puede eludir esta situación. Debe ser un compromiso profesional ayudar a las mujeres con esta crisis, a fin de que lleguen a comprender el proceso de la pena, a enfrentar el problema y a superarlo.

Por lo anterior y por diferentes informaciones recibidas, tanto de personas que se han divorciado, como de la revisión de fuentes teóricas, surgió la motivación para investigar a la mujer divorciada, pero vivenciando directamente aquellas implicaciones sociales, económicas, y sobre todo emocionales, que sufre esta población. Se seleccionó la investigación participativa como el método más adecuado para obtener los resultados buscados, ya que promueve la creatividad y el diálogo analítico, aspectos que no se dan en la investigación tradicional.

Al respecto Yopo (1984, p.10) afirma que:

"La Investigación Participativa, o nuevos ejes de articulación académica, son unidades que combinan y relacionan las funciones de investigación, práctica y docencia realizadas por educadores y educandos configurando un universo de trabajo con fines claramente definidos".

De ahí la importancia de darle a la investigación con mujeres divorciadas un fundamento metodológico como el planteado por la investigación participativa, en donde la combinación de conocimientos y experiencia va a producir un nuevo conocimiento, que en este caso, es de aplicación inmediata, ya que la población con que se trabajó estaba sufriendo su duelo por pérdida. Por lo tanto se espera que esta experiencia le pueda ayudar a solucionar su dolor.

El objetivo de la investigación participativa es producir el cambio social, con base en la autoinvestigación. Debido a esto se seleccionó

como la de aplicación más adecuada en el caso de divorcio. Se busca producir un cambio que conduzca a las mujeres a un buen funcionamiento personal, a partir de hacer conciencia de su rol social en los miembros del grupo y orientarlos a un mejor autoconocimiento. Parafraseando a Yopo (1984), se trata de un conocimiento que se va descubriendo como producto del propio trabajo de investigación; o por medio de la discusión profunda, meditada y con raciocinio científico.

Hall (1981, p.65), por otro lado manifiesta que:

"El proceso de investigación participativa puede crear en la gente una mayor conciencia de sus propios recursos e incitarla a desarrollar la confianza en sí misma".

El método de investigación seleccionado para el presente caso resulta el más adecuado, pues se trata de conocer científicamente la realidad social y emocional de la mujer divorciada y buscar, racionalmente, su transformación. La investigación participativa "busca la explicación de los procesos sociales a partir de la realidad concreta y del sentido común de los que mejor conocen esta realidad, o sea los que la están viviendo" (De Schutter 1983, p. 180).

Por otra parte, en la metodología de investigación-acción se está involucrando a la persona en conflicto como sujeto de investigación. Pretende contribuir a una explicación de la realidad del individuo, no desde el exterior, sino más bien introduciéndose en el conocimiento del problema tal como lo vive cada una de estas personas, con el fin de definir acciones para su superación; conocimiento que no se puede lograr con otro método de investigación. Al respecto De Schutter (1983 p.178) afirma que: "La investigación descriptiva produce conocimientos para formular políticas que guiarán la modificación de una realidad dada, lo que ocurre independientemente del proceso investigativo", mientras que en la investigación-acción, el modificar la realidad emocional, en este caso, formó parte del mismo proceso investigativo.

Se considera de importancia señalar a continuación otras ventajas del método participativo en relación con la investigación planteada:

- a) Tanto los objetivos, como el proceso de la investigación, son conocidos por el investigador y también por los propios sujetos de la investigación, y no se realizan unilateralmente, como en la investigación clásica.
- b) En la investigación participativa se da un proceso educativo para ayudar a los participantes a descubrir problemas, a pensar, razonar y buscar soluciones, mientras que la investigación tradicional no educa, sino que acentúa una actitud pasiva en la población investigada.
- c) Los resultados de la experiencia proporcionan la información adecuada acerca del proceso desarrollado. A la vez estos resultados se prueban en la realidad, ya que son producto de discusiones cuidadosas, tanto de informaciones recibidas, como de determinadas experiencias de cada individuo participante, y no de un procedimiento técnico.
- d) El quehacer científico consiste en la comprensión de la realidad existente, por medio de la experiencia humana.
- e) Por ser el divorcio un problema con diferentes implicaciones para los involucrados, se pretende que quienes lo experimenten, cambien su forma de pensar irracional que los perturba; y sólo la investigación participativa permite que se produzcan cambios en los propios sujetos de investigación.

## TIPO DE INVESTIGACION

Al tratarse de un estudio sobre la mujer divorciada y la necesidad de una orientación para ella, se realizó una investigación con la modalidad participativa que Hall (1981, p.65) define como "Una actividad con tres vertientes: es un método de investigación social que entraña la plena participación de la comunidad; un proceso educativo y un medio de acción para el desarrollo".

En el presente estudio estas tres vertientes se dan de la siguiente manera: la investigación social como el estudio de los fenómenos sociales concretos dados en una comunidad o agrupación de personas específicas, cuyos intereses son comunes; en este caso, sería el divorcio. El proceso educativo viene a ser la identificación de las necesidades educativas del grupo, para trabajar en ellas por medio de un método o sistema de comunicación, toma de conciencia,

sentido de responsabilidad y autorrealización, con un profundo enfoque de orientación. El fin es lograr un medio de acción para el desarrollo personal, que pretende ayudar a resolver las necesidades emocionales básicas de estas mujeres, generando así transformaciones personales parciales.

La investigación participativa es la interacción de estos tres elementos para entender, analizar y transformar las situaciones reales del grupo en la sociedad a la que pertenece. Es un método que requiere "analizar críticamente los problemas identificados para buscar sus causas y las acciones necesarias para superarlas", como opina Le Boterf (1981, p.105).

Para realizar el estudio propuesto se constituyó un grupo de diez mujeres divorciadas con el fin de investigar algunas causas del divorcio en Costa Rica y sus implicaciones para este grupo social; así como sistematizar la experiencia de orientación con base en el proceso desarrollado con las mujeres participantes. Esta finalidad sólo se podría lograr con el método de investigación participativa, pues como afirma Yopo (1984, p.41), "para percibir y conocer una realidad es necesario actuar en ella, ya que no existe conocimiento válido que no se origine y se compruebe en la acción".

Es por esto que en el presente trabajo se atendieron dos procesos a la vez. Por un lado, la investigación de la mujer divorciada, y paralelamente se fue dando el proceso orientador para, por medio de esta combinación, comprobar directamente la realidad de la población investigada; si se justifica un programa de orientación para la mujer divorciada y, a la vez, ir definiendo cómo puede ser este proceso orientador. Ambos procesos se desarrollaron conjuntamente con el grupo.

Ciertamente se trabajó con el grupo en un proceso de investigación-acción paralelo al proceso orientador, el cual se consideró conveniente planear para que no quedara como producto de la intuición del momento, por lo que se analizó la información, de acuerdo con lo que Rogers (1978, p.21) llama "el proceso del grupo de encuentro", en el cual describe quince etapas que según este autor se dan en todo proceso de orientación colectiva, aunque pueden diferir entre un grupo y otro. Las etapas son:

1. Etapa de rodeos.
2. Resistencia a la expresión o exploración personal.
3. Descripción de sentimientos del pasado.
4. Expresión de sentimientos negativos.
5. Expresión y exploración de material personal significativo.
6. Expresión de sentimientos interpersonales dentro del grupo.
7. Desarrollo en el grupo de la capacidad de aliviar el dolor ajeno.
8. Aceptación de sí mismo y comienzo del cambio.
9. Resquebrajamiento de las fachadas.
10. El individuo recibe retroalimentación.
11. Enfrentamiento.
12. La relación asistencial fuera de las sesiones del grupo.
13. El encuentro básico.
14. Expresión de sentimientos positivos y acercamiento mutuo.
15. Cambios de conducta.

Si bien la investigación participativa se desarrolla de acuerdo con necesidades e intereses grupales, se considera importante bosquejar una guía de acción para el proceso de grupo, con el fin de que el análisis y observaciones realizadas pudieran conducir, de manera ordenada y sistemática, a teorizar la experiencia de orientación. De ahí que se requiere de un fundamento teórico para facilitar el proceso de crecimiento de las participantes.

Dicho proceso es fundamentado por la Terapia centrada en la persona de Carl Rogers (1978) y el enfoque Racional-Emotivo de Albert Ellis (1981).

## PROCESO METODOLÓGICO

Para este tipo de investigación no existe un modelo único ya que se trata de adaptar el proceso a las condiciones específicas del medio; pero, como todo proceso científico, tuvo un momento de delimitación del objeto de estudio, otro de conocimiento de la realidad y de las características de la población con que se trabajó y un tercero en que se llevó a cabo el trabajo de campo.

Yopo (1984, p.43) presenta un modelo cuya organización se establece bajo dos etapas:

1. Etapa previa: Formación de un equipo interdisciplinario.

2. Etapa de la investigación participativa: que se divide a la vez en:

- Momento investigativo
- Momento de tematización
- Momento de Programación-Acción

El modelo propuesto por Le Boterf (1981), con algunas adaptaciones, fue el seleccionado para el desarrollo de esta investigación. Este se consideró útil y práctico ya que es una guía que se puede utilizar con adaptaciones, de acuerdo con el estudio por realizar; como bien lo señala su autor (1981, p.104), "No se trata de presentar un modelo que sería aplicable a cualquier tipo de situación a estudiar. Más bien se trata de orientaciones generales, de principios amplios que ellos mismos permiten adaptarlos a las diferentes situaciones concretas existentes".

Le Boterf (1981, p.106) presenta en su modelo cuatro fases principales que son:

### **I Fase. Montaje institucional y metodología de la investigación participativa**

Es aquí donde se reúne el equipo que promueve la investigación con los grupos de la comunidad, con el fin de:

- informar y discutir el proyecto de investigación participativa por realizar,
- formular el marco teórico de la investigación con sus objetivos, hipótesis, métodos,
- delimitar la zona por estudiar,
- organizar el proceso de investigación con las instituciones y grupos involucrados, y distribuir las tareas,
- seleccionar y capacitar a los investigadores,
- elaborar el presupuesto,
- elaborar el calendario de las principales etapas de la investigación participativa.

En la investigación realizada se eliminaron algunos puntos de los planteados y se modificaron otros, adecuándolos a la situación concreta, como se verá posteriormente.

### **II Fase. Estudio preliminar y provisional de la zona y de la población en estudio**

Como el nombre lo indica comprende un estudio preliminar y provisional de la población. Esta fase se divide en tres subfases:

- Identificación de la estructura social de la población.
- Recolección del punto de vista de los individuos y grupos de las áreas geográficas en estudio y los principales eventos de su historia.
- Recolección de una información socioeconómica y técnica.

### **III Fase. Análisis crítico de los problemas considerados como prioritarios y que los involucrados quieren estudiar.**

Esta tercera fase se refiere a un análisis crítico de los problemas. Se divide en:

- La constitución de "círculos de estudio".
- Determinación de las características deseables del animador de los círculos de estudio.
- Análisis crítico de los problemas.

### **IV Fase. Programación y ejecución de un plan de acción (incluyendo actividades educativas) para contribuir a enfrentar los problemas planteados.**

El autor divide esta última fase en:

- Contenido del plan de acción
- Retroalimentación del plan de acción.

En el caso de esta investigación se adaptó y aplicó ese modelo propuesto por Le Boterf (1981), de la siguiente manera:

#### **I Fase.**

*Montaje institucional y metodología de la investigación participativa*

En esta fase se realizaron las siguientes tareas:

**1) Información y discusión del proyecto de investigación participativa con otros profesionales.**

Como un paso inicial de la I Fase se preparó, planteó y discutió el proyecto de investigación con otros profesionales del área.

**2) Formulación de un marco conceptual para el investigador.**

Con el fin de determinar el área específica de investigación, se formuló un marco teórico precedente, con temas considerados prioritarios para adquirir mayor conocimiento y poder realizar así la comprobación del estudio.

**3) Delimitación de la zona por estudiar.**

Se buscó una muestra de mujeres divorciadas, que quisieran participar en una investigación de este tipo. Ellas deberían reunir algunas características comunes como estado civil, con hijos en su custodia, que fueran trabajadoras, con edades entre 30 y 40 años y que tuvieran un promedio de un año de estar separadas o divorciadas. (Estas dos últimas condiciones no se pudieron cumplir). Lo anterior se definió con el fin de atender criterios, tanto censales como socioeconómicos, que permitieran formar un grupo bastante homogéneo para que las necesidades sentidas y expresadas, tuvieran sus propias relaciones con respecto a la posición ocupada dentro del estrato social.

Por lo tanto, el grupo se formó de la siguiente manera:

Como universo: Todas las mujeres divorciadas interesadas.

Como muestra: El número de mujeres que pudieran participar en la investigación para un mayor crecimiento personal, delimitándolo a un máximo de quince y un mínimo de 10 personas. El autor del modelo propuesto señala que en esta etapa se trabaja en "el proceso de la expresión de las representaciones, con el objetivo de desarrollar un trabajo de análisis crítico del conocimiento de un fenómeno, problema o situación" (Le Boterf, 1981, p.115).

Para ello el investigador debe ayudar a los participantes a cuestionarse acerca del problema, por lo que, de preferencia, se requieren grupos pequeños. Entendiendo este proceso como Orientación Colectiva, Abarca (1983, p.17) explica que "el compartir experiencias comunes en un grupo de discusión, es una excelente oportunidad de dar y recibir apoyo así como de aprender de otros, que han pasado lo mismo que yo".

Una vez delimitada la muestra, se hizo la selección de las participantes.

**4) Elaboración del calendario de las principales etapas de la investigación participativa.**

El cuarto punto de la primera fase del modelo de Le Boterf (1981), corresponde a la elaboración del calendario de las principales etapas de la investigación, el cual quedó establecido con los siguientes puntos:

- Discusión del proyecto con otros profesionales del campo.
- Elaboración del programa con el grupo participante:  
Se realizaron siete sesiones.
- Preparación del informe escrito

**II Fase**

*Estudio preliminar y provisional de la zona y de la población en estudio.*

En esta etapa se diferenciaron las necesidades, los problemas y el estrato social de la población con que se trabajó, para lo cual se realizó lo siguiente:

El primer intento fue la publicación de un anuncio en el periódico *Universidad*.

La respuesta fue casi negativa, una sola persona respondió. Se hizo un segundo intento en el mismo periódico, tampoco hubo respuesta.

Se decidió ampliar más el campo para la selección de la muestra, eliminando los criterios de edad, y tiempo de ocurrida la separación. Se publica otro anuncio, esta vez en la Sección de SuperClasificados del periódico *La República*, responde una mujer.

Se publica otro anuncio. Esta vez en el periódico *La Nación*, del cual se obtuvieron los siguientes resultados: 29 llamadas recibidas del

sexo femenino; y 26 llamadas recibidas del sexo masculino.

Cabe aclarar que de las 29 llamadas recibidas de mujeres como respuesta a este anuncio, seis corresponden a personas que viven en lugares lejanos como: Acosta, Grecia, Carrizal de Alajuela, San Rafael de Oreamuno, Heredia; por lo que, a pesar del interés por asistir a las sesiones, manifestaron su imposibilidad por el lugar de procedencia.

Se estableció un contacto directo con el "Grupo de Trabajo" por medio de un cuestionario previo, con el que se recopilaban los datos personales y se confirmó el interés de las mujeres participantes, ya que como recomienda Le Boterf (1981, p.108), es necesario estudiar las necesidades sentidas y expresadas, las cuales no son independientes de la posición ocupada y de las relaciones de los individuos o grupos que las manifiestan.

Luego se definió con exactitud la zona y muestra con la que se realizó el estudio.

La inscripción se hizo únicamente a aquellas mujeres que manifestaron interés brindando su nombre y número telefónico, resultando un total de diecinueve mujeres inscritas.

El grupo quedó conformado por diez mujeres, quienes solicitaron confidencialidad con sus nombres. Por lo tanto, la investigadora dio un ordenamiento numérico a cada caso. Y es así como se inicia el trabajo definitivo con diez mujeres.

### III Fase.

*Análisis crítico de los problemas considerados como prioritarios y que los participantes quieren tratar.*

En esta fase Le Boterf (1981) constituye los "círculos de estudio", formados por grupos de individuos para la discusión; Yopo (1984) también los llama "núcleos de actividad científica", donde se intenta un primer análisis crítico de los problemas prioritarios. Una de las adaptaciones más importantes que se le hicieron al método planteado por Le Boterf (1981) fue que en este caso no se constituyeron los "círculos de estudio", porque el número total de participantes era bajo, y se contó sólo con una investigadora; por lo tanto, sólo se formó un grupo, que para el caso e identificación se denominó "Orientación Grupal".

El trabajo del proceso de orientación a la mujer divorciada se desarrolló durante siete sesiones, con un promedio de cinco horas, treinta y cinco minutos cada una, realizadas una vez por semana.

Dichas sesiones fueron grabadas, aunque no en su totalidad, debido a que la investigadora, en algunos casos, no previó la prolongación de éstas; se utilizaron de tres a cuatro casetes por sesión.

De éstos se obtuvo la mayor parte de la información transcrita, ya que no se tomaron apuntes, en vista de que la relación de orientación debe ser totalmente empática, de respeto, confianza y apertura. Tomar apuntes en una sesión de orientación, produce el efecto contrario.

Por la misma razón, la orientadora procedió más bien a transcribir la sesión inmediatamente después de realizada, utilizando, en primer lugar, su capacidad de atención, luego la memoria y, por último, las grabaciones para confirmar, mejorar o ampliar los aspectos señalados por las participantes.

Con el fin de llegar a un conocimiento más objetivo de los problemas y de la realidad de este grupo social, se profundizó por medio de la participación activa. Le Boterf (1981, p. 113), menciona que "no se trata solamente de entender la realidad, sino de transformarla". El objetivo es, enseñar a las mujeres participantes a aceptarse a sí mismas, aceptar la realidad e intentar cambiarla, o sea que se pueden conducir a un crecimiento personal que mejore sus vidas, desde el punto de vista emocional, principalmente.

De acuerdo con el modelo propuesto, en esta III Fase corresponde analizar los problemas prioritarios que presenta el grupo para su discusión, para luego pasar a la IV Fase, en donde corresponde programar y ejecutar un plan de acción.

Como parte de la exploración y análisis de los problemas de este grupo de mujeres divorciadas, se identificaron las siguientes características como prioritarias: la soledad, la falta de apoyo y la experiencia de pérdida.

Para el caso, en orientación grupal no se puede delimitar tan estrictamente cada fase del modelo, sino más bien deben integrarse como un solo proceso, ya que no se puede separar el análisis de los problemas, del plan de acción por realizar.

### Programación y ejecución de un plan de acción

Ciertamente la investigación participativa pretende compartir entre los miembros de la población interesada, los diferentes niveles de decisión y actividades previas por medio de un proceso de retroalimentación para generar transformaciones. Esto combina idóneamente con el proceso orientador planteado por Rogers (1978); por lo tanto, en el presente caso, el proceso de crecimiento y cambio de estas mujeres, para que intenten superar sus dificultades como divorciadas, fue entendido bajo los marcos teóricos de los enfoques racional-emotivo (RET) de Ellis (1981) y la terapia centrada en la persona de Rogers (1978).

La teoría de Ellis (1981) hace ver al hombre como responsable de su propio destino, ya que lo controla de acuerdo con sus valores y creencias. Lo ve como un individuo notablemente diferente, pero que se parece a los demás en la forma en que se perturba emocionalmente.

Rogers (1978), por otro lado, considera al hombre como un ser libre, positivo y de confianza, capaz de lograr su propia autorrealización.

Ambos autores coinciden en la importancia de la responsabilidad y capacidad del ser hombre para autorrealizarse, aunque Ellis (1981) considera que el hombre vive perturbado por las ideas irracionales que mantiene; y en cambio Rogers lo ve como un ser positivo, que para crecer necesita afecto y respeto.

Para el caso de la orientación a este grupo de mujeres divorciadas se consideró una buena combinación, porque permitió profundizar en el aspecto emocional-conductual. Esto se trató de acuerdo con Ellis, (1981), con la RET que tiene como finalidad "inducir a la persona a que reconozca lo absurdo de sus creencias, a que las abandone y a que adopte otras nuevas y más apropiadas", para luego tratar de transformar la realidad individual y grupal. El enfoque centrado en la persona percibe el proceso de orientación como "experiencia facilitadora del crecimiento personal social, hasta alcanzar un mejor autoconocimiento, una apertura a la experiencia presente, y un funcionamiento personal-social óptimo" (Rogers 1978, p.10).

Tanto esta investigación, como los enfoques teóricos que la sustentan, así como también el proceso metodológico de la investigación participativa, tienen como objetivo común a la persona, considerada como responsable y creadora de sus propias decisiones, con capacidad de lograr un cambio, que conduzca a un mejor funcionamiento personal-social. Este cambio se puede lograr por medio de diferentes métodos. Sin embargo, para esta investigación se utilizó la orientación grupal, cuyo facilitador fue la orientadora.

Rogers (1978, p.12) llama a esto Grupo de Encuentro y lo define como el que "tiende a hacer hincapié en el desarrollo personal y en el aumento y mejoramiento de la comunicación y las relaciones interpersonales, merced a un proceso basado en la experiencia".

Dicho grupo carece de estructura y se le da una dirección personal elegida por sus miembros de acuerdo con sus propias metas en donde "la principal responsabilidad del coordinador es facilitar a los miembros del grupo la expresión de sus sentimientos y pensamientos" (Rogers 1978, p.14).

Para esta investigación se utilizó el término "Orientación grupal" para evitar confusiones, pues también en la investigación participativa se forman grupos de este tipo y son conocidos como "Círculos de Estudio".

Considerando que la mujer divorciada se enfrenta a una presión social, contra la que debe luchar, aunque no necesariamente presente problemas emocionales, o de desajuste en su personalidad, es aconsejable en algunas ocasiones que participe en algún tipo de relación de orientación grupal, para que adquiera mayor confianza en sí misma al aceptarse como es, sin obligarse a actuar para satisfacción del medio. De ahí la importancia de utilizar el enfoque conocido como RET, cuyo objetivo principal consiste en enseñar al individuo cómo aceptar la realidad y cómo luchar para intentar cambiarla por medio de un trabajo racional. Este pensamiento es reafirmado por el mismo Rogers (1984, p.57), de la siguiente manera: "Durante mucho tiempo, en gran parte debido a la clásica tradición freudiana, hemos considerado el conflicto como algo interno y psíquico, negándonos a reconocer que siempre existe un componente cultural amplio que en muchos casos se origina por

alguna demanda cultural nueva que está en oposición a una necesidad individual".

Con esta base conceptual rogeriana, así como la de Ellis (1981), se desarrolló el trabajo de orientación, y además, siguiendo las premisas de la investigación-acción en el aspecto metodológico-educativo del proceso investigador.

#### V Fase:

##### *Análisis de la Experiencia*

Para nuestro interés, se agregó una etapa denominada "Análisis y sistematización de la experiencia", ya que el proceso de investigación participativa, de acuerdo con los diferentes autores, no termina con la cuarta fase antes descrita, sino que el análisis crítico de la realidad conduce al descubrimiento de otros problemas, de otras necesidades, lo que conduce a nuevos procesos de atención. En esta fase se presentaron datos con su análisis y la interpretación de toda la experiencia de investigación-acción, en que la acción fue de orientación, como fuente de conocimientos y de posibles nuevas hipótesis.

Es así como se realizó el presente trabajo en el cual se han combinado adecuadamente dos metodologías, sin que se hayan delimitado estrictamente: el proceso de investigación participativa, y la aplicación del proceso orientador grupal.

En la investigación participativa se debe "...convivir con la colectividad en estudio, compartir su vida cotidiana, su utilización del tiempo y del espacio. Escuchar más que grabar o tomar notas... sentir más que estudiar" (Le Boterf 1981, p.110).

En la orientación grupal se comparten algunas necesidades y experiencias comunes en un clima de confianza y respeto; esto hace que baje la tensión y el nivel de ansiedad de las participantes, con lo cual se le enseña al individuo a encarar sus problemas con menos tensión emocional que como los enfrenta con su situación real. Se trata de vivir con la ayuda del orientador, de manera realista y espontánea, sin ningún tipo de amenaza.

Por lo tanto, se concluye que ambas metodologías empatan idóneamente; por un lado se

realiza una investigación que genera datos reales de un problema dado y paralelamente el profesional de orientación por medio de un proceso orientador, atiende a los sujetos de investigación. En ellos se produce una transformación de su estima personal. Por medio de un mayor autoconocimiento aprenden a aceptar su realidad existencial de manera positiva, favoreciendo así su salud mental y la de los miembros que conforman su entorno.

#### Bibliografía

- Abarca M., Angelina. "La experiencia de pérdida en niños y adolescentes: una oportunidad para el aprendizaje y el crecimiento". *Educación* (UCR) Vol. V., No.1, Julio, 1981.
- Cohen, Ernesto. *Investigación Participativa y praxis rural*. Lima: Mosca Azul Editores, 1981.
- De Schutter, Anton. *Investigación Participativa: Una opción metodológica para la educación de adultos*. México: CREFAL, 1983.
- Ellis, Albert. *Manual de Terapia Racional-Emotiva*. Editorial Desclee de Brouwer, 1981.
- Le Boterf, Guy. "La Investigación participativa". En Cohen Ernesto (comp.) *Investigación Participativa y praxis rural*. Lima: Mosca Azul Editores, 1981.
- Rogers, Carl. *Orientación Psicológica y Psicoterapia*. Madrid: Narcea, 1984.
- \_\_\_\_\_ *Grupos de Encuentro*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, 1978.
- Yopo, Boris. *El taller de trabajo como método de capacitación. Educación e Investigación Participativa*. México: Talleres Gráficos del CREFAL, 1984.