

Modelo de intervención Educativa Andragógica mediante la observación, Aceptación, Experiencia, Emociones y Desarrollo (TREC-AS-ACT-AE-TRE-CE)

Vicente Román Acosta¹

vicente@integrandoequipos.com

<https://orcid.org/0000-0002-7870-2198>

Brain Training Institute
México

Alberto Arturo Cerón Martínez

alberto@integrandoequipos.com

<https://orcid.org/0009-0004-5377-2423>

Brain Training Institute
México

RESUMEN

En psicología existen diversos modelos y enfoques para abordar problemas psicológicos. Este análisis identifica aspectos clave de cinco modelos terapéuticos: TREC, AS, ACT, AE y TRE, junto con el modelo CE de competencias socioemocionales. Cada enfoque busca el cambio terapéutico y habilidades emocionales y sociales. Estos resultados ayudan a profesionales de la salud y educadores a seleccionar enfoques adecuados y diseñar programas educativos. Todos promueven flexibilidad, adaptación y bienestar emocional y social. La metodología utilizada fue cualitativa, recopilando y analizando datos primarios a través de documentos. Se empleó análisis de contenido para identificar temas y categorías. Se buscaron artículos y libros en bases de datos como Google Académico, WoS, Science Direct, Scielo, Redalyc y Latindex (2019-2023). Se describen limitaciones y la necesidad de nuevos estudios. Los documentos incluyen teoría y estudios empíricos, de diferentes regiones.

Palabras clave: *modificación conductual; aprendizaje social; aprendizaje experiencial; experiencia emocional; competencias emocionales.*

¹ Autor Principal

Andragogic educational intervention model through observation, Acceptance, Experience, Emotions and Development (TREC-AS-ACT-AE-TRE-CE)

ABSTRACT

In psychology there are various models and approaches to address psychological problems. This analysis identifies key aspects of five therapeutic models: REBT, AS, ACT, AE, and TRE, along with the CE model of socioemotional competencies. Each approach seeks therapeutic change and emotional and social skills. These results help health professionals and educators to select appropriate approaches and design educational programs. All promote flexibility, adaptation, and emotional and social well-being. The methodology used was qualitative, collecting and analyzing primary data through documents. Content analysis was used to identify themes and categories. Articles and books were searched in databases such as Google Scholar, WoS, Science Direct, Scielo, Redalyc and Latindex (2019-2023). Limitations and the need for new studies are described. The documents include theory and empirical studies, from different regions.

Keywords: *behavior modification; social learning; experiential learning; emotional experience; emotional competencies.*

Artículo recibido 21 abril 2023

Aceptado para publicación: 21 Mayo 2023

INTRODUCCIÓN

En el campo de la psicología, existen diferentes modelos y enfoques que buscan entender y abordar los problemas psicológicos de las personas. Entre ellos se encuentran el modelo psicológico racional emotivo (REBT) de Ellis (1962), el aprendizaje experiencial de Kolb (1984), la teoría del aprendizaje social de Bandura (1977), la terapia de aceptación y compromiso (ACT) de Hayes (2011), la terapia relacional emotiva (TRE) de Greenberg (2002) y el modelo de competencias de Bisquerra y Bédard (2015). Cada uno de estos modelos y enfoques presenta diferentes factores relevantes que pueden ser útiles para comprender y abordar las dificultades emocionales y psicológicas de las personas. En este sentido, un objetivo específico de la investigación, fué la de conocer los principales aspectos de estos modelos y cómo pueden ser aplicados en la práctica clínica y educativa. Estos modelos comparten el enfoque de la importancia del pensamiento, la emoción y la conducta en la salud emocional, así como la importancia de la experiencia directa, la reflexión y el aprendizaje para el desarrollo de habilidades y competencias.

Aunque estos modelos tienen diferentes enfoques y objetivos específicos, comparten la idea de que el individuo puede aprender y cambiar para lograr una mayor adaptación y bienestar. El modelo REBT (Ellis, 1962) y la ACT (Hayes, Strosahl & Wilson 2011) se enfocan en la identificación y modificación de los pensamientos disfuncionales para lograr una mayor adaptación y bienestar. El aprendizaje experiencial Kolb, (1984), la teoría del aprendizaje social (Bandura, 1977) y el modelo de competencias (Bisquerra, R., & Bédard, J., 2015) enfatizan la importancia del aprendizaje continuo y la interacción con el entorno para desarrollar habilidades y competencias emocionales y sociales. La TER (Greenberg, L. S., 2002), terapia emotiva relacional se centra en la identificación y regulación de las emociones para mejorar la comunicación emocional. En general, estos modelos buscan fomentar la flexibilidad psicológica, la adaptación y el bienestar emocional y social del individuo.

Un estudio con enfoque integrador que analice los diferentes modelos y enfoques de la psicología en relación a la comprensión y abordaje de las dificultades emocionales psicológicas de las personas, resulta relevante debido a la importancia que tiene la salud emocional en la calidad de vida de las personas. Este tipo de investigación permite una mayor comprensión de los principales aspectos de cada

modelo, cómo pueden ser aplicados en la práctica clínica y educativa, y cómo pueden contribuir al desarrollo de habilidades y competencias emocionales y sociales. Además, conocer estos modelos y enfoques puede ser útil para los profesionales de la salud mental al momento de elegir el enfoque terapéutico más adecuado para cada paciente, así como para los educadores al momento de diseñar programas educativos que fomenten el desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales. En resumen, un estudio de este tipo puede tener importantes implicaciones para el bienestar emocional y social de las personas y su aplicación en diferentes ámbitos de la sociedad.

Las teorías y enfoques terapéuticos pueden ser rastreados a lo largo de la historia de la psicología. La terapia racional emotiva conductual (TREC) fue desarrollada en la década de 1950 como una forma de terapia breve y enfocada en los pensamientos irracionales. (Ellis, 1962). Fue influenciada por la filosofía estoica y la psicoterapia psicoanalítica, y se considera uno de los precursores de la terapia cognitivo-conductual. La teoría del aprendizaje social se desarrolló en la década de 1960 y se basa en la idea de que el aprendizaje humano es el resultado de la interacción entre factores ambientales, cognitivos y de comportamiento (Bandura, 1977). La teoría ha sido influenciada por los trabajos de otros psicólogos, como Pavlov (Pablov, 1927), Skinner (Skinner, 1957) y Piaget (Piaget, 1976) , quienes proponen una base teórica sobre el aprendizaje y el desarrollo cognitivo que le permitió a Ellis comprender mejor cómo los pensamientos, emociones y conductas están interrelacionados y cómo pueden ser modificados a través de la terapia.

El aprendizaje experiencial se desarrolló en la década de 1970 y se basa en la idea de que el aprendizaje se produce a través de un ciclo de cuatro etapas: experiencia concreta, observación reflexiva, conceptualización abstracta y experimentación activa (Kolb, 1984). Este enfoque ha sido influenciado por el trabajo de otros psicólogos, como Dewey quien enfatizó la importancia de la experiencia en el aprendizaje, argumentando que el aprendizaje es un proceso activo y constructivo (Dewey, 1938), Lewin propuso un enfoque basado en la teoría de campo, que destaca la importancia del ambiente y las relaciones interpersonales en el aprendizaje (Lewin, 1936) y Piaget se enfocó en el desarrollo cognitivo, y su teoría del constructivismo propone que el aprendizaje ocurre cuando los individuos construyen nuevos conocimientos a partir de la interacción entre sus experiencias y sus estructuras cognitivas existentes (Piaget, 1952).

La terapia emotiva relacional (TRE) fue desarrollada en la década de 1980 por Leslie Greenberg, y se centra en la relevancia de las emociones en el contexto terapéutico. Esta técnica terapéutica se fundamenta en la idea de que las emociones son esenciales para el bienestar emocional y que la interacción interpersonal es un aspecto fundamental para conseguir un cambio terapéutico significativo. La TRE ha sido influenciada por el trabajo de reconocidos psicólogos, entre los que se incluyen Watson, Rogers, Perls y Moreno. Watson es conocido por su teoría del condicionamiento clásico, que sienta las bases del enfoque de la TRE en cuanto a la identificación y expresión de las emociones (Watson, 1913). Por su parte, Rogers es famoso por su enfoque centrado en el cliente, que se enfoca en la relación terapéutica y la autenticidad emocional (Rogers, 1951). Perls (Perls, 1969) y Moreno (Moreno, 1953), en cambio, son reconocidos por sus respectivos enfoques de terapia gestalt y psicodrama, que se centran en la exploración experiencial de las emociones y la comunicación interpersonal. En resumen, todos estos enfoques comparten un énfasis en la relación terapéutica y la importancia de la autenticidad emocional y la exploración experiencial en el contexto terapéutico y educativo andragógico.

La terapia de aceptación y compromiso (ACT) fue desarrollada por Steven Hayes en la década de 1990 y se enfoca en la idea de que la lucha contra las emociones y pensamientos dolorosos es en sí misma la fuente del sufrimiento humano (Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G., 2012). La ACT se basa en la aceptación de las emociones y pensamientos dolorosos y en la búsqueda de un compromiso con valores personales importantes. Ha sido influenciada por el trabajo de otros psicólogos, como los que a continuación se describen. Rogers contribuyó con su enfoque centrado en la persona y la importancia de la relación terapéutica (Rogers, 1951). Skinner proporcionó la base teórica del análisis conductual y la idea de que el lenguaje y el pensamiento son formas de comportamiento (Skinner, 1957). La filosofía zen enfatiza la aceptación de la experiencia presente y la eliminación del sufrimiento a través de la aceptación. En la ACT, se busca la aceptación de las emociones y pensamientos dolorosos, mientras se trabaja en la identificación de los valores personales importantes y la búsqueda de compromisos en la vida cotidiana. La ACT ha integrado las aportaciones teóricas de estos psicólogos para abordar los problemas de salud mental desde una perspectiva integradora y holística. (Ruiz, 2010).

Finalmente, el modelo de competencias emocionales de Bisquerra y Bébard se desarrolló en la década de 2000 y se enfoca en la importancia de las competencias emocionales para el bienestar y la adaptación

en la vida. Este enfoque se basa en la idea de que las competencias emocionales son habilidades que se pueden desarrollar y mejorar a lo largo de la vida y que son importantes para el éxito en diversas áreas de la vida. Algunos autores y aportaciones previas al modelo de competencias emocionales descritas fueron Salovey y Mayer quienes propusieron la teoría de la inteligencia emocional, la cual describe la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones propias y ajenas (Salovey, P., & Mayer, J. D., 1990), así también Gardner (Gardner, 1983) y Sternberg (Sternberg, 1985) habían propuesto previamente la idea de la existencia de múltiples inteligencias y la importancia de la inteligencia emocional en la vida cotidiana.

METODOLOGÍA

Tipo de estudio

El enfoque de investigación que se utilizó para llevar a cabo el análisis documental cualitativo, mismo que sirve para recopilar y analizar datos primarios a través de métodos como entrevistas, grupos focales o análisis de documentos para abordar de manera más completa la investigación planteada.

Según López (2018), el análisis documental es una técnica de investigación que se utiliza para examinar documentos escritos y extraer información relevante de ellos. Este método es muy útil para estudios históricos, antropológicos y de ciencias sociales. Para Martínez y Gómez (2019) describen el análisis documental como un proceso de investigación que implica la selección, clasificación, ordenación y evaluación crítica de documentos para obtener información útil y relevante. Castillo, Moreno y Ramos (2020) ratifican, que el análisis documental es un método sistemático y riguroso que se utiliza para examinar y comprender el contenido de documentos escritos, como libros, artículos, informes y archivos. Este método permite identificar patrones, tendencias y relaciones que no son evidentes a simple vista, lo que lo hace útil para investigaciones en áreas como la sociología, la política y la educación.

Técnica de análisis

Dentro de este orden de ideas, se describe mediante el análisis de contenido, mismo que implica la identificación, codificación y categorización de los temas, conceptos y patrones presentes en el texto del documento. (Krippendorff, K, 2013).

Criterios de selección de los documentos

1. Se buscaron artículos y libros mediante las siguientes bases de datos: Google Académico, WoS, Science Direct, Scielo, Redalyc y Latindex, APA.
2. Se emplearon las siguientes palabras esenciales “Modelos psicológicos” junto con una o varias de las siguientes palabras complementarias: “Modelo psicológico racional emotivo (REBT) de Albert Ellis,” “La teoría del aprendizaje social de Bandura”, “La terapia de aceptación y compromiso (ACT) Steven Hayes”, “El aprendizaje experiencial David A. Kolb”, “La terapia relacional emotiva (TRE) de Leslie Greenberg” y “Modelo de competencias de Bisquerra y Bébard”.
3. Se seleccionaron solamente artículos de revistas indexadas y los libros debían ser de editoriales reconocidas, centros de investigación o universidades.
4. Los documentos debían estar dentro del periodo 2019-2023, excepto por aquellos que por su importancia, hayan sido tomado como estructura base o antecedente histórico de algún factor descrito.
5. Se explican, aquellos casos donde se encontraron vacíos de información, para ayudar en la comprensión y abordaje del concepto.
 - Falta de estudios que evalúen la efectividad de la combinación de estos modelos en la práctica clínica y educativa. Aunque cada modelo ha demostrado ser efectivo en su propio campo, no hay suficientes estudios que evalúen la efectividad de combinarlos.
 - La falta de enfoque en los aspectos biológicos y fisiológicos de la salud mental. Aunque estos modelos se centran en los aspectos psicológicos y emocionales, hay otros factores importantes que pueden influir en la salud mental, como la biología y la fisiología, que no están siendo abordados en esta investigación.
 - Limitaciones en la generalización de los hallazgos. Dado que la investigación documental se basa en la revisión de la literatura existente, es posible que los hallazgos no sean generalizables a otras poblaciones o contextos.
 - La evaluación de cómo estos modelos pueden aplicarse en situaciones de crisis y emergencia, como en casos de desastres naturales, conflictos armados o pandemias. Esto requiere de nuevos estudios para ser validada.

Documentos analizados

Mediante una síntesis cuantitativa de los documentos seleccionados para el estudio a través de las bases de datos, se describen los documentos que cumplieron con los criterios establecidos. Se seleccionaron una serie de documentos de apoyo para complementar el análisis y darle contexto, los cuales se describen en la misma

Tabla 1. *Documentos Analizados en el Estudio*

Documentos	Sobre el tema	De contextualización o complemento	Latinoamericanos	De otras regiones
Artículos teóricos	31	16	05	10
Artículos empíricos	15	10	4	1
Libros	3	2	1	1

Fuente: Elaboración propia.

RESULTADOS

El análisis documental permitió identificar los principales aspectos de cada modelo, terapia o teoría, cómo pueden ser aplicados en la práctica clínica y educativa mediante la interacción, y cómo pueden contribuir al desarrollo de habilidades y competencias emocionales y sociales.

La terapia racional emotiva conductual (TREC) es una forma de terapia breve que se enfoca en los pensamientos irracionales y fue influenciada por la filosofía estoica y la psicoterapia psicoanalítica. La TREC se considera uno de los precursores de la terapia cognitivo-conductual y se basa en la idea de que los pensamientos, emociones y conductas están interrelacionados y pueden ser modificados a través de la terapia y la educación andragógica.

El modelo psicológico racional emotivo de Albert Ellis, también conocido como TREC, sostiene que nuestras emociones y conductas son influenciadas por nuestros pensamientos y creencias. Este enfoque se centra en el desarrollo de creencias más racionales y adaptativas, fomentando la responsabilidad personal, la autoaceptación, la tolerancia y la autodeterminación. TREC es utilizado en diversos contextos, como en el ámbito educativo y empresarial, para mejorar el rendimiento y la adaptación de los individuos. En estas áreas, se busca ayudar a las personas a identificar y cuestionar sus pensamientos irracionales, reemplazándolos por pensamientos más adaptativos, lo que puede mejorar su desempeño y su calidad de vida en general.

Albert Bandura, el principal exponente de la teoría del aprendizaje social, destacó la importancia de la observación, la imitación y el reforzamiento en el proceso de aprendizaje. Según Bandura, los individuos aprenden no solo a través de su propia experiencia directa, sino también mediante la observación de los demás. La imitación de los comportamientos de los modelos es un elemento clave en este proceso. Además, Bandura destacó la importancia del reforzamiento, que se refiere a las consecuencias que siguen a un comportamiento, ya sea positivas o negativas, y que influyen en la probabilidad de que ese comportamiento se repita en el futuro. Finalmente, Bandura enfatizó la importancia de la autoeficacia, que se refiere a la creencia de una persona en su capacidad para realizar con éxito una tarea o alcanzar un objetivo. Esta teoría ha sido ampliamente aplicada en contextos educativos y empresariales para mejorar el rendimiento y la adaptación de las personas.

La terapia de aceptación y compromiso (ACT) de Steven Hayes se enfoca en la aceptación de las experiencias internas, incluyendo pensamientos, emociones y sensaciones, como un proceso natural y necesario del ser humano. La ACT utiliza el mindfulness para ayudar a los pacientes a conectarse con el momento presente y centrarse en sus valores personales en lugar de intentar controlar o eliminar los pensamientos y emociones dolorosos. La defusión es otro aspecto importante de la ACT, que implica aprender a separar la experiencia de la interpretación del paciente y ver sus pensamientos y emociones como eventos mentales, en lugar de verdades absolutas. La aceptación, en lugar de la lucha contra la experiencia interna, es crucial en la ACT y ayuda a los pacientes a reducir el sufrimiento emocional y aumentar su flexibilidad psicológica. Por último, la ACT se enfoca en comprometer a los pacientes en acciones significativas y coherentes con sus valores personales para lograr un cambio sostenible en su vida.

El modelo del aprendizaje experiencial de David A. Kolb se centra en la idea de que el aprendizaje es un proceso activo y participativo que implica una continua adaptación y ajuste en respuesta a la experiencia. Según este enfoque, cada individuo tiene un estilo de aprendizaje único que se basa en su propia experiencia y en cómo percibe, procesa y utiliza la información. El proceso de aprendizaje consiste en experimentar situaciones concretas, reflexionar sobre esas experiencias, conceptualizar las ideas y teorías que emergen de esas reflexiones y experimentar de nuevo para aplicar y poner en práctica esas ideas en contextos específicos. El enfoque del aprendizaje experiencial se utiliza en contextos

educativos y organizacionales para fomentar un enfoque práctico y participativo en el aprendizaje y el desarrollo de habilidades y conocimientos.

En la TRE, el terapeuta y el paciente establecen una relación de colaboración y trabajo conjunto, centrada en el momento presente y enfocada en la identificación y gestión de emociones. Para ello, se utilizan diversas técnicas de gestión emocional, como la atención plena y la exploración experiencial de las emociones, con el objetivo de integrar emociones y pensamientos. La TRE se centra en la integración emocional y en la resolución de problemas emocionales interpersonales para mejorar el bienestar emocional del paciente.

El modelo de competencias de Bisquerra y Bébard destaca la relevancia de la competencia emocional para el desarrollo personal y social. El enfoque en la regulación emocional, la autonomía emocional y la competencia social, así como en la habilidad para la vida, permite a los individuos manejar sus emociones de manera efectiva, ser conscientes de sus propias necesidades y emociones, comprender y relacionarse con los demás y tomar decisiones basadas en valores personales. Además, estas habilidades también son útiles para enfrentar los desafíos y las oportunidades de la vida, como la resolución de problemas, la creatividad, el liderazgo y la adaptación al cambio.

Los resultados de este análisis podrían ser útiles para los profesionales de la salud mental al momento de elegir el enfoque terapéutico más adecuado para cada paciente, así como para los educadores al momento de diseñar programas educativos que fomenten el desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales. Además, un estudio de este tipo podría tener importantes implicaciones para el bienestar emocional y social de las personas y su aplicación en diferentes ámbitos de la sociedad.

En concreto, los resultados del análisis documental destacaron las similitudes y diferencias entre los modelos y enfoques presentados en la introducción, así como sus fortalezas y debilidades en la comprensión y abordaje de las dificultades emocionales y psicológicas. También podrían haber surgido nuevas ideas o enfoques que aún no habían sido explorados en profundidad, lo que podría motivar investigaciones futuras en este campo. En general, un análisis documental bien elaborado pudo haber sido una herramienta valiosa para profundizar en el conocimiento de los diferentes modelos y enfoques de la psicología y su aplicación en la práctica clínica y educativa.

Tabla 2. Componentes primarios de modelos, terapias o teorías observadas

Modelo / teoría / terapia	Componente primario	Interacción / Resultado
(TREC)	Racionalización	La racionalización y la observación permiten al estudiante analizar y aplicar conocimientos a situaciones reales. La aceptación de limitaciones y errores fomenta el aprendizaje. La experiencia práctica es fundamental. Las emociones influyen en el procesamiento de la información. El desarrollo continuo implica crecimiento y mejora constante.
(AS)	Observación	
(ACT)	Aceptación	
(AE)	Experiencia	
(TRE)	Emociones	
(CE)	Desarrollo	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 3. Principales factores individuales de los modelos, terapias o teorías observadas

TREC Ellis (1962)	AS Bandura (1977)	ACT Hayes (2011)	AE Kolb (1984)	TRE Geenberg (2002)	CE Bisqueera y Bébard (2015)
Las emociones y conductas son influenciadas por pensamientos y creencias, y que al adoptar creencias más racionales y adaptativas se fomenta la responsabilidad personal, la autoaceptación, la tolerancia y la autodeterminación. Este modelo es utilizado en contextos educativos y empresariales para mejorar el desempeño laboral y académico mediante la mejora del rendimiento y la adaptación.	El aprendizaje humano es el resultado de la interacción entre factores ambientales, cognitivos y de comportamiento . Esta teoría enfatiza la importancia de la observación, la imitación y el reforzamiento para el aprendizaje. También destaca el papel de las consecuencias y la autoeficacia en la formación y mantenimiento del comportamiento .	La práctica del mindfulness, la identificación de valores personales y la aplicación de técnicas de defusión para aceptar pensamientos y emociones dolorosas. El objetivo de la terapia es comprometers e en acciones que se alineen con los valores personales y aumenten el bienestar emocional y psicológico.	Implica experimentar con situaciones concretas, reflexionar sobre la experiencia, generalizar conceptos y aplicar lo aprendido en situaciones nuevas y diferentes. La adaptación y el ajuste son esenciales para el aprendizaje continuo y la mejora constante.	se enfoca en las emociones y en la relación entre el paciente y el terapeuta en el momento presente, utilizando técnicas de gestión emocional y promoviendo la integración emocional.	La conciencia, regulación y autonomía emocional, así como la competencia social, son fundamentales para establecer relaciones interpersonales efectivas y tomar decisiones basadas en valores personales. Estas habilidades pueden ser aplicadas en la resolución de problemas, la creatividad, el liderazgo y la adaptación al cambio, lo que las convierte en habilidades para la vida esenciales.

Fuente: Elaboración propia

Los modelos, teorías y terapias presentan componentes primarios que se relacionan simbióticamente para lograr un resultado efectivo. En el caso del modelo TREC, la racionalización es el componente primario, que junto con la observación, permite al estudiante analizar y aplicar conocimientos a situaciones reales. La aceptación de limitaciones y errores fomenta el aprendizaje, mientras que la experiencia práctica es fundamental para un aprendizaje significativo. Las emociones influyen en el procesamiento de la información y la terapia emocional relacional (TRE) puede ayudar a gestionarlas. Además, el desarrollo continuo es esencial para el crecimiento y mejora constante, lo que se relaciona con el componente primario del modelo de competencias emocionales (CE). La observación en el modelo AS, la aceptación en el modelo ACT, la experiencia en el modelo AE, y la competencia social en el modelo CE, son otros componentes primarios que, combinados de manera simbiótica, pueden lograr resultados positivos en diferentes contextos de la vida.

Se ha logrado distinguir los factores determinantes de seis modelos y enfoques psicológicos relevantes para la práctica clínica y educativa descrita, misma que se ha analizado y comparado la aplicabilidad de estos modelos, identificando sus similitudes y diferencias en términos de sus factores relevantes y su aplicación práctica. Este conocimiento puede ser útil para mejorar la práctica clínica y educativa, y explorar cómo la integración de estos modelos y enfoques podría abordar problemas emocionales y psicológicos de manera más completa y efectiva. En resumen, este estudio documental ha contribuido al conocimiento y la aplicación práctica de estos modelos y enfoques en el campo de la psicología y la educación andragógica.

Los datos presentados describen los pasos necesarios para diseñar un programa educativo eficaz en psicología y educación andragógica. El programa se describe a través de seis ejes que incluyen la identificación de los objetivos específicos del programa, la organización de los contenidos, la selección de estrategias de enseñanza y aprendizaje, la selección y aplicación de recursos y materiales, el diseño de actividades de evaluación y la evaluación y ajuste del programa. Todos estos ejes son importantes para lograr un programa educativo efectivo y deben ser considerados cuidadosamente para garantizar que se logren los objetivos del programa. En resumen, los datos presentados destacan la importancia de un enfoque sistemático y cuidadoso para diseñar y evaluar un programa educativo en psicología y educación andragógica.

Durante el análisis documental realizado sobre la combinación de los modelos, terapias y teorías, se identificaron varias limitaciones que deben ser abordadas en futuras investigaciones. Una de las principales limitaciones es la dificultad para integrar de manera efectiva todas las teorías y modelos, debido a que cada uno de ellos tiene sus propios conceptos, enfoques y metodologías que no son fácilmente combinables entre sí. Esto puede requerir un análisis detallado de cómo se relacionan entre sí para lograr una integración efectiva.

Con relación a estudios previos que relacionan los modelos, teorías y terapias en función a las similitudes y diferencias entre ellos se han encontrado los siguientes:

El modelo psicológico racional emotivo (REBT) de Albert Ellis se enfoca en la identificación y corrección de pensamientos irracionales y emociones negativas. La terapia se centra en la disputa cognitiva y la modificación de creencias disfuncionales. En un estudio de 2018, se encontró que la terapia REBT era efectiva para reducir la ansiedad y mejorar el bienestar emocional en pacientes con trastornos de ansiedad (David, D., Cotet, C., Matu, S., Mogoase, C., & Stefan, S., 2018).

La teoría del aprendizaje social de Bandura se enfoca en el papel del aprendizaje y la observación en la adquisición de habilidades y comportamientos. En un estudio de 2019, se encontró que el aprendizaje vicario y el modelado podían ser efectivos para mejorar las habilidades sociales en adolescentes (De Sousa, D. A., Pereira, E. R., & Gonçalves, M. M., 2019).

La terapia de aceptación y compromiso (ACT) de Steven Hayes se centra en la aceptación de experiencias internas y la toma de acciones comprometidas con valores personales. En un estudio de 2020, se encontró que la terapia ACT era efectiva para reducir la sintomatología depresiva y mejorar la calidad de vida en pacientes con depresión (Pistorello, J., Fruzzetti, A. E., MacLane, C., Gallop, R., Iverson, K. M., & Hollenbaugh, K. M., 2020).

El aprendizaje experiencial de David A. Kolb se enfoca en el aprendizaje a través de la experiencia y la reflexión. En un estudio de 2017, se encontró que la educación basada en el aprendizaje experiencial podía mejorar la comprensión y aplicación de los conceptos en estudiantes de enfermería (Brown, C., & Larson, M., 2017).

La terapia relacional emotiva (TRE) de Leslie Greenberg se centra en la identificación y regulación de emociones en la terapia. En un estudio de 2019, se encontró que la terapia TRE era efectiva para mejorar la calidad de las relaciones interpersonales y la regulación emocional en pacientes con trastornos de ansiedad (Lobbestael, J., Arntz, A., & Sieswerda, S., 2019).

El modelo de competencias de Bisquerra y Bébard se enfoca en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales a través de la educación. En un estudio de 2018, se encontró que la implementación de un programa basado en el modelo de competencias podía mejorar la autoeficacia emocional en adolescentes (Afonso, J., Gomes, A. R., & Mónico, L., 2018).

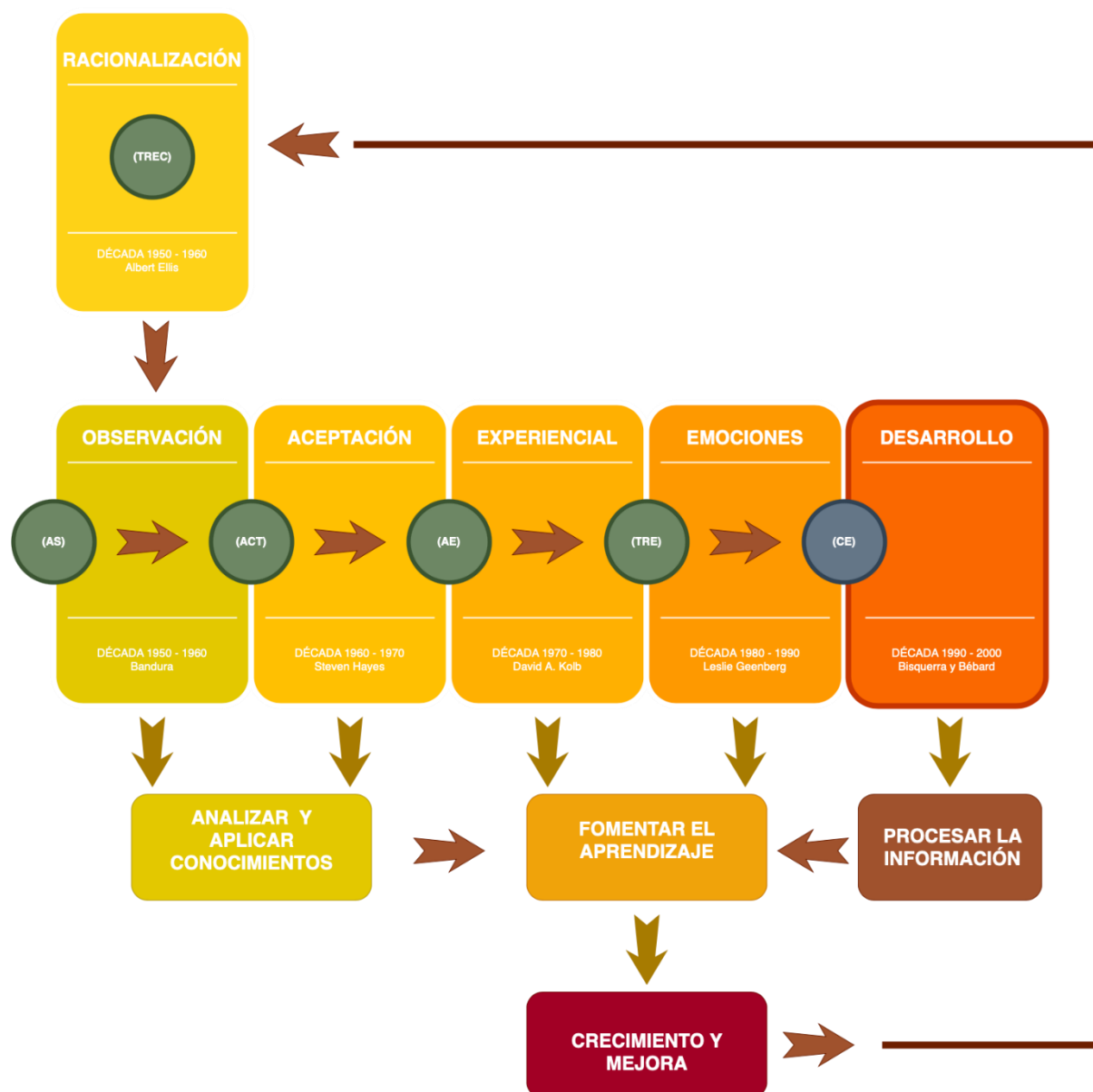
En términos de similitudes, varios de estos modelos y terapias se enfocan en la identificación y regulación de emociones, así como en el aprendizaje y la adquisición de habilidades. En cuanto a diferencias, algunos se centran en la modificación cognitiva y de creencias disfuncionales, mientras que otros se centran en la aceptación y la toma de acciones comprometidas con valores personales. También hay diferencias en cuanto a la aplicación práctica, algunos de estos modelos y terapias se enfocan en la práctica clínica mientras que otros se enfocan en la educación y el desarrollo personal.

Por último, se identificó la dificultad para aplicar los resultados a situaciones individuales, ya que aunque el análisis documental proporciona información valiosa sobre los modelos y teorías revisados, puede ser difícil aplicar estos resultados de manera efectiva a situaciones individuales. La aplicación de estos modelos y teorías en la práctica clínica y educativa puede requerir un enfoque más personalizado y adaptado a las necesidades de cada individuo o situación. En consecuencia, es necesario abordar estas limitaciones en futuras investigaciones para mejorar la efectividad y aplicabilidad de la combinación de estos modelos, terapias y teorías en la práctica clínica y educativa.

ILUSTRACIONES Y FIGURAS.

Figura 1.

Modelo de intervención educativa andragógica mediante la observación, aceptación, experiencia, emociones y desarrollo (TREC-AS-ACT-AE-TRE-CE)



Fuente: Elaboración propia

CONCLUSIONES

A partir del análisis documental de los modelos, terapias y teorías mencionados, se observa que existen diversas formas de abordar el bienestar emocional y el desarrollo personal. El modelo psicológico racional emotivo de Albert Ellis se enfoca en la identificación y cambio de pensamientos irracionales, la teoría del aprendizaje social de Bandura destaca la importancia de los factores ambientales y sociales en el aprendizaje humano, la terapia de aceptación y compromiso de Steven Hayes promueve la aceptación de las emociones y pensamientos dolorosos y el compromiso con los valores personales. El enfoque del aprendizaje experiencial de David A. Kolb resalta la importancia de la experiencia y la reflexión en el proceso de aprendizaje, la terapia relacional emotiva de Leslie Greenberg enfatiza la importancia de la autenticidad emocional y la interacción interpersonal en el cambio terapéutico, y el modelo de competencias de Bisquerra y Bébard destaca la importancia de las habilidades emocionales y sociales en el éxito en la vida. Estas diferentes perspectivas y enfoques pueden complementarse y utilizarse de manera integrada para abordar de manera más efectiva los desafíos emocionales y de desarrollo personal.

A partir del análisis documental realizado sobre el modelo psicológico racional emotivo (REBT) de Albert Ellis, el aprendizaje experiencial de David A. Kolb, la teoría del aprendizaje social de Bandura, la terapia de aceptación y compromiso (ACT) de Stephen Hayes, la terapia relacional emotiva (TRE) de Leslie Greenberg y el modelo de competencias de Bisquerra y Bébard, podemos concluir lo siguiente:

1. Cada modelo y enfoque tiene factores determinantes que son importantes para su aplicación en la práctica clínica, personal y profesional. Estos factores interactúan y confluyen en la comprensión de los procesos psicológicos y emocionales, el aprendizaje y el desarrollo de habilidades y competencias en la vida.
2. Los modelos y enfoques presentados en este análisis documental contribuyen al conocimiento y la aplicación práctica en el campo de la psicología y la educación andragógica, lo que puede permitir un abordaje más completo y efectivo de los problemas emocionales y psicológicos de las personas.
3. Al comparar y analizar los diferentes modelos y enfoques, podemos identificar similitudes y diferencias en términos de sus factores relevantes y su aplicabilidad en la práctica clínica y

educativa. Por ejemplo, la TRE y la ACT comparten un énfasis en la relación terapéutica y la aceptación de la experiencia presente, mientras que el modelo de competencias de Bisquerra y Bédard se enfoca en el desarrollo de habilidades y competencias emocionales y sociales.

La integración de los modelos y enfoques descritos puede ser una herramienta útil para abordar problemas emocionales y psicológicos de manera más completa y efectiva. Cada modelo tiene sus propios factores determinantes y enfoques específicos, pero se pueden combinar y aplicar en conjunto para mejorar la práctica clínica y educativa.

REFERENCIAS

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bisquerra, R., & Bédard, J. (2015). Modelos de enseñanza y aprendizaje de las competencias emocionales. *Revista de Educación*, 366, 70-94.
- Castillo, M., Moreno, P., & Ramos, J. (2020). El análisis documental como método de investigación en ciencias sociales. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 125-143.
- David, D., Cotet, C., Matu, S., Mogoase, C., & Stefan, S. (2018). 10-year follow-up of a REBT and a supportive therapy for anxiety disorders: A naturalistic long-term study. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 36(1), 27-40. doi: 10.1007/s10942-017-0270-5.
- De Sousa, D. A., Pereira, E. R., & Gonçalves, M. M. (2019). Social skills training for children and adolescents with autism spectrum disorder: A systematic review of literature. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 41(3), 270-278. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2018-0056>
- Dewey, J. (1938). *Experience and education*. Kappa Delta Pi.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. New York: Guilford Press.

- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2012). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford Press.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Krippendorff, K. (2013). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Sage publications.
- Lewin, K. (1936). *Principles of Topological Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- López, G. (2018). El análisis documental como técnica de investigación en ciencias sociales. *Revista Científica de Ciencias Sociales*, 5(1), 52-63.
- Martínez, A. & Gómez, M. (2019). El análisis documental como herramienta de investigación: definición, características y etapas. *Revista Internacional de Gestión del Conocimiento y la Tecnología*, 4(2), 43-58.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive*. Beacon House
- Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex*. Oxford University Press.
- Perls, F. (1969). *Gestalt therapy verbatim*. Lafayette, CA: Real People Press.
- Piaget, J. (1976). *The grasp of consciousness: Action and concept in the young child*. Harvard University Press.
- Piaget, J. (1983). Piaget's theory. In P. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol. 1, 4th ed., pp. 103-128). Wiley.