

Artículos Científicos

## El arte como promotor del autoconocimiento: percepciones del estudiantado de bachillerato

Art as a Promoter of -knowledge: of High School Students



Raquel Uribe García

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, México

María del Socorro Rodríguez Guardado

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, México

**Resumen** El objetivo de este estudio es identificar las percepciones de estudiantes de bachillerato sobre la influencia que tiene el arte y, específicamente el teatro, en su autoconocimiento. Se siguió un diseño cualitativo que obedece a una perspectiva teórico-interpretativa de alcance transversal. Participaron 31 estudiantes (65% mujeres y 35% hombres) del nivel bachillerato de entre 14 y 16 años ( $DE=.384$ ), matriculados en una institución educativa del Estado de Puebla, quienes voluntariamente respondieron una entrevista semiestructurada integrada por una guía de seis preguntas abiertas sometida a revisión. Se consideraron tres categorías: autoconcepto, autoconfianza y autoestima. Los resultados evidencian que las percepciones de las y los participantes se orientaron, en mayor medida, al autoconcepto y la autoestima; esta última menos identificada, se pudo asociar con la expresión emocional y la aceptación personal; también se evidenciaron dificultades como inseguridad y ansiedad. El arte, particularmente el teatro, brindó un espacio seguro para la autoexploración porque permitió a las y los adolescentes experimentar distintas facetas de su identidad. Se concluye que el arte puede tener un impacto positivo en el desarrollo del autoconocimiento en estudiantes de bachillerato. El estudio enfatiza la importancia de fortalecer en este nivel educativo la educación artística para promover una formación integral.

**Palabras clave:** Educación artística, Teatro, Identidad personal, Estudiantes.

**Abstract** The aim of this study is to identify high school students' perceptions of the influence of art, and specifically theater, on their self-knowledge. A qualitative design was employed, grounded in a theoretical-interpretative perspective with a cross-sectional scope. The participants were 31 High School students (65% female and 35% male), aged between 14 and 16 years ( $SD = .384$ ), enrolled in an educational institution in the state of Puebla, who voluntarily responded to a semi-structured interview consisting of a six-question open-ended guide previously reviewed. Three categories were considered: self-concept, self-confidence, and self-esteem. The findings reveal that participants' perceptions were mainly oriented toward self-concept, while self-esteem, though less frequently identified, was associated with emotional expression and personal acceptance; difficulties such as insecurity and anxiety also emerged. Art, particularly theater, provided a safe space for self-exploration, as it allowed adolescents

DOI: <https://doi.org/10.71770/rieipd.v4i1.3657>

**Recepción:** 10 septiembre 2025

**Aprobación:** 22 diciembre 2025

**Publicación:** 31 diciembre 2025



*Revista Investigación Educativa, Intervención Pedagógica y Docencia*

vol. 4, núm. 1, p. 191 - 206, 2026

Universidad Autónoma de Zacatecas,  
México

**ISSN-E:** 2992-751X

[ie\\_docencia@uaz.edu.mx](mailto:ie_docencia@uaz.edu.mx)

Raquel Uribe García

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, México

María del Socorro Rodríguez Guardado

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, México

Periodicidad: Semestral URL: [https://](https://portal.amelica.org/ame-li/journal/935/9355554009/)

[portal.amelica.org/ame-li/journal/](https://portal.amelica.org/ame-li/journal/)

935/9355554009/

to experience different facets of their identity. In this regard, it is concluded that art can have a positive impact on the development of self-knowledge in high school students. The study underscores the importance of promoting arts education at this level to foster holistic development.

**Keywords:** Artistic education, Theater, Personal identity, Students.

## 1. Introducción

Al hablar del ser humano y su riqueza interior es adentrarse a esa parte intrínseca que se da cada día al explorar y vivir diversas situaciones llenas de vitalidad, tranquilidad, tensión y contrastes; en ellas se manifiestan inevitablemente las emociones, reflexiones, sensaciones, pensamientos y todo aquello que lleva a su configuración y transformación. Por ende, el estudio de la riqueza interior permite pensar en las vertientes particulares que tiene la construcción y deconstrucción personal, en virtud de que ésta se retroalimenta de las interacciones del sujeto con el entorno. Una de estas vertientes es el arte y el desarrollo personal debido a que suelen considerarse parte de un mismo camino.

Para Lorente (2015), “las prácticas artísticas funcionan como discursos, al asumir que el discurso no es algo dado, cerrado; en cuyo interior alberga un sentido dispuesto para ser recibido” (p. 102). Por ende, trabajar con el arte en la formación de la personalidad tiene un potencial, el cual puede ser ínfimo o mayúsculo, según el deseo de cada individuo. Así cada práctica artística se encamina y orienta con una perspectiva personal.

Por otra parte, el arte ha dejado de ser solamente un elemento de compañía en la vida social, ahora se considera como un componente adherido a la vida humana. El arte viene fundamentado con sus saberes y técnicas desde las diversas miradas que lo cultivan; además, es empleado como un instrumento de placidez y holgura cada vez más asequible, pero también puede ser un motor en la búsqueda de respuestas interiores. La pedagogía teatral tiene este propósito y cuenta maneras variadas de inserción y con posibilidades de conexión con uno mismo y con los demás desde varias dimensiones; en ello, la autoestima participa en un proceso de autoconocimiento (Burmeister, 2021).

Aunado a lo anterior, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025.) muestra la pertinencia de comprender el papel de las artes en procesos sociales, emocionales y contextuales, vinculados al bienestar. De acuerdo con esta perspectiva, las artes y las actividades recreativas contribuyen al fortalecimiento de la salud a partir de diversos procesos interrelacionados entre los que destacan la socialización, la gestión de emociones y sentimientos, así como su función como estrategia de apoyo terapéutico y ocupacional. En este sentido, el informe no se limita a señalar efectos positivos, sino que también formula recomendaciones orientadas al mejoramiento de las condiciones de salud de los individuos, subrayando la necesidad de generar entornos accesibles, inclusivos y sostenibles para la participación artística.

Asimismo, la OMS reconoce que el acceso a las artes no es equitativo, ya que existen barreras de carácter económico, social y cultural que limitan la participación de amplios sectores de la población. Esta dimensión estructural resulta central, pues sitúa a las prácticas artísticas no sólo como experiencias individuales de bienestar, sino

como un asunto de política pública y justicia social (OMS, 2025). En este tenor, Guardiola y Baños (2020), toman el informe de regional europeo de la OMS de 2019 para estudiar los beneficios de las actividades artísticas en los procesos terapéuticos a partir de cinco categorías: artes escénicas, artes visuales, literarias, culturales y en línea. Los atributos de estas actividades son los siguientes:

1) Artes escénicas: las cuales combinan expresión corporal, voz, movimiento y música. Tales artes escénicas se practican en equipo o en pareja, lo cual permite una ventana social y de esparcimiento.

2) Artes visuales: diseño, pintura, fotografía, collage y escultura.

3) Literatura: actividades como escribir, leer o participar en encuentros literarios, favorece el desarrollo integral de las personas, ya que actúa sobre el lenguaje interno, la imaginación, la identidad o también en la empatía al escribir y pensar en lo que se siente al encontrarse en determinada situación; así como tomar distancia emocional y resignificar experiencias.

4) Cultura: en esta categoría, puede verse nutrido el bienestar emocional ya que estimula la emoción estética y el asombro; también refuerza la identidad y el sentido de pertenencia. Se consideran actividades tales como: visitar museos, galerías, exposiciones de arte, conciertos, teatro o festivales culturales.

5) Arte en línea: (en formatos digitales y electrónicos), por ejemplo: animaciones, realización de películas y diseños por ordenador. Esta categoría favorece el pensamiento creativo, expresivo y crítico. Existen herramientas digitales que a las y los adolescentes les permite externar su identidad incluso de forma lúdica, visual y donde se sientan libres.

### 1.1 El potencial socioeducativo de las artes

Las artes han permitido la expresión de sentimientos y emociones de las diferentes culturas, así como las que se propician por los contextos cambiantes en los que se gestan vivencias que las personas consideran dejar plasmadas. Las actividades artísticas contribuyen de forma positiva al desarrollo integral de los individuos porque en el ámbito cognitivo permiten el despliegue de destrezas y capacidades intelectuales; en el ámbito afectivo, fomentan la sensibilidad, actitudes, valores, disciplina y sentido crítico y, en el ámbito psicomotor, fortalecen la coordinación motriz, manual y ocular necesarias para interactuar con el entorno (Vanegas *et al.*, 2022).

Así, las artes potencian el pensamiento creativo, además propician en las y los adolescentes un desenvolvimiento más seguro en su contexto. Aunado a ello, Vázquez-González (2023) refiere a la oportunidad que da el arte para la construcción de la persona, la autodefinición y la apertura a la comunicación a través de su trabajo. La exploración y experimentación con diferentes técnicas, estilos, temáticas y narrativas, permiten llevar a cabo un proceso de auto-descubrimiento y de reflexión sobre la propia visión del mundo, sus emociones y sus valores.

De acuerdo con lo mencionado, Mundet Bolós *et al.* (2015), dan evidencia del potencial que el arte tiene como herramienta de acción socioeducativa al considerar diferentes expresiones artísticas que involucran la expresión corporal, para ello, llevaron a cabo una intervención educativa en jóvenes en situación de riesgo social; el objetivo fue dar cuenta de los beneficios educativos que las estrategias artísticas y corporales tienen para la construcción positiva de la identidad. Los resultados mostraron el potencial de la danza para desarrollar el nivel físico, mental, comunicativo y social de las y los jóvenes; además, recomiendan trabajar procesos creativos que permitan la expresión, integración y socialización para fortalecer la autoestima y la autonomía.

Rodríguez *et al.* (2020), a partir de investigaciones empíricas, destacan la importancia del autoconocimiento durante la adolescencia, etapa caracterizada por un alto potencial para el desarrollo de competencias cognitivas, la autonomía, la autoestima, la intimidad y las competencias sociales. No obstante, los autores advierten que este periodo también puede constituir un punto de quiebre para muchos adolescentes, debido a los riesgos y situaciones de vulnerabilidad asociados al proceso de construcción de la identidad. En este contexto, emergen inquietudes relacionadas con el concepto de sí mismos, la autoestima, las metas establecidas y las expectativas para alcanzarlas.

De esta manera, tal como refieren Pabón y Botero (2024): “la expresión artística se revela como una red compleja que puede ser explorada desde diversas perspectivas, mostrando así las múltiples dimensiones de la experiencia humana” (p. 20). Si bien en este artículo se aborda específicamente la edad adolescente, se puede apreciar la bondad de respuestas que ofrece el arte, con lo cual se vislumbra los beneficios a cualquier edad.

En esta línea, el reconocimiento de la educación artística para promover un desarrollo integral desde edades tempranas ha sido ampliamente evidenciado porque la creatividad, la imaginación, las habilidades de comunicación y socioemocionales, así como las cognitivas se fortalecen y desarrollan. En este sentido, Pérez y Monsalve (2025), exponen diferentes estudios que evidencian los beneficios que el teatro aporta al desarrollo de las niñas y los niños, a saber, mejoran en la autoestima y en las habilidades socioemocionales. Aunado a ello, “la pedagogía teatral contribuye al pensamiento abstracto y a la capacidad de resolución de problemas” (p.32).

### 1.1.1 Expresión, educación artística y autodefinición en la adolescencia

Al referir un enfoque más definido sobre la forma en que exponen algunos autores el arte en el ámbito educativo en ciclos escolares iniciales, Solórzano y Zambrano (2023), analizaron la incidencia del arte dramático en el desarrollo de la identidad y la autonomía, recomendando promoverlo desde edades tempranas a través de las expresiones

artísticas corporales porque aporta al desarrollo de la estimulación, la creatividad, la imaginación y a las diferentes formas de comunicación.

Para el caso de la adolescencia, Vázquez (2023) reitera que el arte adquiere una relevancia mayor, ya que las y los jóvenes desarrollan su identidad a través de la imitación y la creatividad. Aunado a ello, la definición de la identidad cobra un papel sustancial y el autoconocimiento constituye un pilar para lograrlo; así la toma de conciencia de los propios pensamientos, emociones y conductas permiten el desarrollo armónico de cada persona en la etapa de la adolescencia.

La creatividad constituye un proceso enriquecedor que impulsa un crecimiento mental, imaginativo y cognitivo, orientado hacia la metacognición y, al mismo tiempo, hacia la interioridad y la reflexión. En este ámbito surgen múltiples posibilidades, entre ellas las vinculadas con la vida confrontativa. Un ejemplo de ello es el juego con títeres, del cual Astell (2001 como se citó en Oltra Albiach, 2013) destaca su relevancia al señalar que el títere funciona como un puente entre la vida interior de la persona y la realidad. Esta mediación abre diversas posibilidades terapéuticas y genera un espacio intermedio que contribuye a hacer la vida más soportable, al ofrecer un entorno seguro donde es posible explorar el potencial de nuevas situaciones.

En efecto, la autoobservación “permite una conciencia ecuánime de sentimientos apasionados o turbulentos” (Goleman, 2019 p. 68), de ahí que se pueda decir que, al involucrar al adolescente en el arte, todos esos pensamientos, creaciones, enfoques atencionales, así como todo aquello que vaya encaminado en dirección pura hacia auto observarse permitirá encauzar esa conciencia en cada experiencia, llevada a conocerse más. La adolescencia ciertamente trae consigo la toma de conciencia en pensamientos, comportamientos, emociones y decisiones.

En la transición de esta etapa la presencia de cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales puede causar una sensación de incertidumbre y dificultades para la definición que buscan las y los jóvenes de sí mismos, lo que puede llevar al estrés, ansiedad y depresión. Si bien, hay cambios visibles como el vello, el crecimiento de los senos y órganos genitales, las zonas del cerebro (no visibles) tienen cambios sustanciales. En esta etapa, las personas intentan buscar su identidad, fortalecen su YO, resuelven sus propias crisis para convertirse en adultos. Sus destrezas se elevan, pero también es un tiempo de vulnerabilidad y de sentimientos de confusión.

Aunado a ello, Papalia *et al.* (2010) explican que el cerebro del adolescente no está completamente formado, es decir, tienen menor probabilidad de emplear los lóbulos frontales que manejan acciones como la planificación, razonamiento, juicio lógico, regulación emocional y control de impulsos, de aquí que es probable que en ocasiones los sentimientos e impulsos superen a la razón. El auto-

concepto se desarrolla paulatinamente con las interacciones del entorno (personas y ambiente) así, cuando los adolescentes logran una mayor autoconciencia, autoaceptación y comprensión de las metas a lograr, clarifican sus valores, se puede decir que superan la incertidumbre. No obstante, este alcance requiere de ayuda de las personas que los rodean (amigos, familia), así como de las oportunidades personales y de formación que se les presenten. Todas estas acciones van encaminadas a desarrollar el autoconocimiento en las y los jóvenes.

Es así, que algunos autores se refieren al autoconocimiento de diferentes maneras, en el caso de Goleman (2019) emplea la expresión consciencia de uno mismo, (*self-awareness*), para hacer referencia a esa atención progresiva de los propios estados internos y alude a cómo la mente va observando e investigando la experiencia misma, donde incluye las emociones. Este autor, propone, cómo al hacerse uno consciente de las propias emociones se es posible, por ejemplo, tener la capacidad de superar el mal humor.

Mientras que Bolinches (2019) desde su visión denota la importancia que queden diferenciadas las distintas vías mediante las cuales ganamos o perdemos esta seguridad, sin abarcar todo en el sólo concepto de autoestima y, por ende, mejorar nuestra capacidad de autoconocimiento. Estas distintas vías que permiten que la gente reciba refuerzos tanto positivos como negativos, se conjugan en la autoestima, (lo que una persona se quiere a sí misma), la autoimagen (lo que una persona se gusta a sí misma), el autoconcepto (lo que una persona se valora a sí misma), y la competencia sexual (lo que una persona confía en su funcionamiento sexual). Por lo anterior, el autor revela que la autoestima es la base de la seguridad infantil y que no tiene una relevancia determinante, ni como inductora ni como predictora de la seguridad adulta.

Por su parte, Bisquerra (2014) explica el autoconocimiento con tres bloques que fundamenta así: autoconcepto (*self-concept*), percepción que tiene uno de sí mismo; autoestima (*self-esteem*), lo explica como una evaluación contenida en el autoconcepto, donde el individuo se puede valorar positiva o negativamente, y autoconfianza (*self-confidence*), es la confianza que uno tiene de las propias potencialidades.

### 1.1.2 autoconocimiento y arte en bachillerato

La búsqueda de la identidad se presenta a lo largo de la vida, en la etapa de la adolescencia esto se hace más evidente porque la aprobación social y el sentido de pertenencia a un grupo se presenta como una necesidad. Al respecto, la investigación de Vázquez-González (2023) brinda una aportación cuyo objetivo se orientó en analizar el efecto de una intervención educativa centrada en el autoconocimiento al desarrollar la identidad personal con el apoyo de las artes en el estudiantado de bachillerato.

La propuesta de intervención buscó abrir un espacio en el que las y los jóvenes expresaran temas que los impactan directamente, así canalizar sus pensamientos y sentimientos. El autor expresa que el proceso de creación artística abre al estudiantado la oportunidad de descubrir y comunicar quiénes son en realidad y qué es lo que les importa, lo cual desarrolla su autoconocimiento. Además, hacer referencia al compromiso que las instituciones educativas tienen en la promoción de actividades que ayuden a la construcción de la identidad en las y los adolescentes.

Por consiguiente, Cobarrubias, (2006, como se citó en García et al. 2023), menciona que existen estudios relacionados con el autoconocimiento y la vinculación con la arteterapia, la cual es reconocida por la *British Association Of Art Therapists*, así como por la *American Art Therapy Association* y que ya es considerada como una especialización profesional con fines educativos para promover el desarrollo integral de la persona. En consecuencia, puede ser cuestionable el hecho de que el manejo de arteterapia, lleve consigo cierto sesgo subjetivo, sin embargo, la investigación demuestra los abordajes que décadas atrás han presentado resultados objetivables que fundamentan tanto la parte histórica de la misma, como esa transformación de la persona, ello va en implicación de ser un mejor ser. En esta línea, García et al. (2023) al trabajar con arteterapia aluden que hay cierta confrontación mediante la cual se puede vislumbrar reconocimientos o sentimientos para generar mayor conciencia de sí mismo, permitirse apertura, así como recuperar valores que parecían olvidados.

Ante lo expuesto, en este trabajo se planteó la pregunta de investigación: ¿Cuáles son las percepciones del estudiantado de bachillerato sobre la influencia que tiene el arte, específicamente el teatro, en el desarrollo de su autoconocimiento? El objetivo general fue identificar las percepciones de estudiantes de bachillerato sobre la influencia que tiene el arte y, específicamente el teatro, en su autoconocimiento, para ello se consideró el siguiente supuesto: el arte tiene una influencia positiva que beneficia el autoconocimiento en los estudiantes de bachillerato.

## 2. Metodología

Para cumplir el objetivo general de esta investigación, identificar las percepciones de las y los estudiantes de bachillerato sobre la influencia que tiene el arte, específicamente el teatro, en su autoconocimiento; se siguió un paradigma cualitativo de alcance transversal. Se consideró estar frente a una perspectiva interpretativa por la finalidad de entender similitudes y diferencias de significados, así como interpretar de manera detallada las aportaciones de las y los participantes (Bautista, 2011).

### 2.1 Participantes

La población se conformó por 31 estudiantes de bachillerato, matriculados en una institución educativa particular del Estado de Puebla, México; mediante un muestreo intencional, no probabilístico. El 65% fueron mujeres (n=20) y 35% hombres (n=11) con edades entre 14 y 16 años (DE = 0.384), quienes voluntariamente accedieron a responder la entrevista semiestructurada. Para ello, se contó con el consentimiento informado y con la autorización de la institución educativa.

## 2.2 Instrumento

Como técnica de indagación se utilizó una entrevista semiestructurada mediante una guía de seis preguntas abiertas sometida a revisión, con el propósito de conocer las percepciones que las y los estudiantes tienen del arte en relación con su autoconocimiento. Estas preguntas son las siguientes:

- 1) ¿Crees que te conoces a ti mismo? 2) ¿Por qué?
- 3) ¿Qué actividades o prácticas artísticas te ayudan a conocerte mejor?
- 4) ¿El teatro o alguna forma de arte ha influido en cómo te percibes a ti mismo?
- 5) ¿Qué desafíos a través del arte o las prácticas artísticas has enfrentado al intentar comprenderte mejor a ti mismo?
- 6) ¿Puedes compartir un logro personal en el arte, específicamente en el teatro, relacionado con el autoconocimiento que te haya hecho sentir especialmente orgulloso/a?

## 2.3 Definición de categorías

En este trabajo se estableció la categorización (Tabla 1) con base a la propuesta de Bisquerra (2014).

Tabla 1 *Categorías analíticas y su definición*

<b>Categoría</b>	<b>Definición</b>
Autoconcepto (Self-concept)	Percepción que uno tiene de sí mismo.
Autoconfianza (Self-confidence)	Confianza que el individuo posee de sus propias potencialidades.
Autoestima (Self-esteem)	Parte emocional del autoconocimiento. Evaluación de la información del propio autoconcepto, donde uno se puede valorar positiva o negativamente.

elaboración propia con base en Bisquerra, 2014.

## 2.4 Procedimiento

Se solicitó el permiso correspondiente a la institución educativa. A las y los estudiantes que voluntariamente aceptaron participar, se les dio a conocer el objetivo de la investigación y se les solicitó su consentimiento informado. Las respuestas recabadas se ordenaron en un archivo Excel con la finalidad de identificar patrones comunes a partir de categorías previamente establecidas, es decir, se optó por la forma deductiva (Rodríguez Sabiote *et al.*, 2005) con base a categorías establecidas de acuerdo con Bisquerra (2014).

Para establecer los códigos y las categorías, se llevaron a cabo dos fases. En la primera fase del análisis las investigadoras leyeron de manera independiente la primera entrevista para obtener una codificación preliminar y hacer la comparación para establecer un común acuerdo con la categorización. En la segunda fase, se analizó otra entrevista para corroborar el acuerdo en los códigos y las cate-

gorías. Una vez dialogado los términos para el análisis de las respuestas de las y los participantes se procedió a la organización de la información, asimismo, se seleccionaron los extractos de los testimonios más significativos.

### 3. Resultados y discusión

En función del objetivo de estudio: identificar las percepciones de estudiantes de bachillerato sobre la influencia que tiene el arte, específicamente el teatro, en su autoconocimiento, las aportaciones que las y los participantes proporcionaron en cada una de las preguntas dejan ver que, de los aspectos que integran el autoconocimiento, el autoconcepto es el que tiene más evocaciones relacionadas a esta categoría y la autoestima es la menos ejemplificada (Tabla 2).

Tabla 2 Número de evidencias de cada categoría con respecto a las preguntas establecidas

Categoría	Pregunta 1	Pregunta 2	Pregunta 3	Pregunta 4	Pregunta 5	Total
Autoconcepto	21	18	17	11	11	78
Autoconfianza	4	21	17	0	16	58
Autoestima	6	0	0	17	5	28

elaboración propia.

A continuación, se presentan los testimonios de las y los estudiantes respecto a cada una de las categorías. Para ello, se utilizó la letra P seguida del número de participante, se indica el sexo (H o M) y por último la edad.

#### 3.1 Categoría autoconcepto

En lo que concierne al autoconcepto, cuya definición aborda la significativa observación que cada uno llega a tener sobre la percepción de sí mismo, y en este aspecto, el abastecedor recurso para identificar un mayor encuentro personal, los estudiantes respondieron desde una visión particular, aspectos hacia cómo se perciben e identifican una imagen más definida de sí mismos, despertando cierto interés en su nuevo andar como adolescentes; algunas de esas evidencias son: “Sé identificar mis emociones, sé qué me hace bien y que no, sé cómo cuidarme y escucharme entre otras cosas” (P1, M, 15). “Sé lo que me gusta y en lo que soy buena y lo que no me gusta” (P2, M, 15). Además:

He conocido mis errores y mis triunfos que sólo yo reconozco. Me falta conocerme en muchos aspectos, pero considero que nadie me conoce mejor que yo, mis secretos, lo que hago, mis actitudes y características e incluso las peculiaridades de mi cuerpo. (P5, M, 15)

Entre otras aportaciones de autoconcepto, se puede apreciar un panorama con enfoque hacia lo intrínseco: “A veces siento que me pasa algo, pero no sé identificar qué es, también creo que me falta conocerme a mí misma porque a veces no sé identificar en qué soy buena o en qué puedo mejorar” (P13, M, 15). “Creo que estoy en proceso de autoconocerme ya que día tras día descubro nuevas cosas que me gustan y no me gustan por lo que creo que estoy en

evolución” (P22, H, 15). “Hay cosas que me faltan explorar de mí que otras personas ven y yo no puedo percibir” (P29, M, 15).

### 3.2 Categoría autoconfianza

Como se ha visto en las respuestas antes mencionadas sobre el autoconcepto, en ellas se refleja la autoconfianza y la autoestima; es claro que no son lo mismo, como bien menciona Bisquerra (2014), de hecho, esta última es la que menos tiene mención en la entrevista aplicada. Bolinches (2019) afirma que esta omisión es una característica en las y los adolescentes debido al estadio psicosocial que es la adolescencia. Algunas evidencias generadas a partir del cuestionamiento sobre la manera en que el teatro o alguna forma de arte ha influido en la forma en que se perciben a sí mismos se presentan a continuación: “Sé que me gusta, qué hago y cuáles son mis cualidades, características, fortalezas y debilidades” (P31, H 14). “Si por que siempre trato de escuchar a mi cuerpo, mente y alma” (P32, M, 15). “El teatro me hizo más abierto a todo y a probar cosas nuevas y que si alguien se ríe de ti es porque está nervioso de lo bueno que eres” (P3, H, 14). Por ello:

He conocido mis errores y mis triunfos que solo yo reconozco. Me falta conocerme en muchos aspectos, pero considero que nadie me conoce mejor que yo, mis secretos, lo que hago, mis actitudes y características e incluso las peculiaridades de mi cuerpo. (P5, M, 15)

“Desde niña he hecho teatro y creo que me ha ayudado a ser un poco más abierta con la gente nueva” (P7, M, 15). “El teatro te hace decir “qué personaje difícil, es porque YO NO SOY ASÍ”. Logras darte una idea de tu forma de ser” (P11, H, 15). “Hay papeles en los que tienes que ser tú mismo entonces tienes que saber cómo eres para poder hacerlo” (P13 M 15). Como lo menciona (Johnson y Emunah, 2020, citado en Fernández, 2025), “con el uso del teatro, se posibilita esa exploración e incluso la expresión de emociones, pensamientos y conflictos internos, lo cual se consigue por medio de juegos de rol, improvisaciones o creación de escenas, comprendiendo situaciones complejas” (p.12).

### 3.3 Categoría autoestima

En cuanto a la autoestima, considerada como el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamientos dirigidos hacia uno mismo, las y los estudiantes dieron evidencia que uno de los mayores retos que han tenido es precisamente su fortalecimiento y en el marco de las actividades del teatro comparten que, “uno de los desafíos es mi autoestima porque no siempre es la mejor” (P 7, M, 15). “Me cuesta trabajo el no aceptar ni querer el como soy, solo querer pertenecer y ser como los demás” (P15, M, 15). “Cuando hablo frente a otras personas me pongo muy ansiosa” (P10, M, 15). Estas aportaciones concuerdan con la investigación de Vázquez-González (2023), quien propone practicar

el teatro para propiciar espacios en los que las y los jóvenes puedan expresar sus sentimientos para desarrollar su identidad personal.

La autoestima también se relaciona con pensamientos positivos y con la aceptación que encamina a la confianza, así lo demuestran los siguientes testimonios: “al practicar teatro me ha ayudado a expresar más mis sentimientos porque a veces no sé cómo me siento” (P25, M, 15). “Algo que me hizo sentir orgullosa es el poder definir gustos propios ya que muy a menudo adoptaba las personalidades de los demás y la cambiaba dependiendo de la persona, y de igual manera saber que valgo y sí importo” (P15, M, 15). “Creo que sí me conozco a mí mismo porque sé que me gusta qué hago y cuáles son mis cualidades, características, fortalezas y debilidades” (P31, H, 14). Estos resultados concuerdan con lo expuesto en el trabajo de arteterapia de Hernández et al. (2023) en el que la confrontación puede propiciar el reconocimiento de sentimientos para generar mayor conciencia de sí mismo.

Por el contrario, si existen pensamientos negativos, la autoestima puede no favorecer la confianza, en la adolescencia esto puede presentarse con frecuencia, algunas evidencias al respecto son: “pues que a veces pienso en cómo me gustaría ser y no como soy realmente y eso es difícil de identificar” (P11, H, 15). “A veces me desconozco o no puedo tener control en lo que puedo llegar a decir o pensar” (P17, M, 15). “A veces siento que me pasa algo, pero no se identificar que es también creo que me falta conocerme a mí misma porque a veces no se identificar en qué soy buena o en qué puedo mejorar” (P13, M, 15).

De acuerdo con los estudios de Goleman (2019), al auto observar, y adentrarse a concientizar varias sensaciones, sentimientos y emociones; uno se permite la acción de percatarse de una manera más enriquecedora hacia su persona, situación que se proyectó entre los estudiantes dentro de la práctica artística. Este panorama coincide con lo observado en el aula, donde las y los estudiantes, al involucrarse en actividades artísticas, mostraron señales de mayor percepción de sí mismos y de su mundo emocional. Tal proceso se vio favorecido por la naturaleza de las actividades realizadas, las cuales integraron tanto la expresión corporal, la dimensión lúdica, la danza y la teoría teatral.

En este sentido, las prácticas que incluyeron juego expresivo, expresión corporal, historia del teatro y lenguaje escénico, activaron una experiencia sensible y corpórea que dialoga directamente con lo planteado por Hernández et al. (2023) al decir que el juego y el cuerpo son el medio y el centro del teatro, ya que la riqueza del juego tanto metodológicamente como en lo transversal, facilitan tanto la expresión como la lectura del cuerpo como territorio de sentido. Así, mientras Goleman (2019) aporta el fundamento sobre el autoconocimiento emocional como proceso interno, Hernández et al., (2023) permiten comprender cómo el juego corporal opera como

mecanismo externo para vehiculizar dicha conciencia dentro de la práctica artística.

En resumen, esta convergencia entre conciencia emocional y exploración creativa abre un espacio formativo, donde el estudiantado transita entre lo sensible y lo cognitivo, entre lo vivido y lo pensado; configurando una práctica que educa tanto la percepción interna como la relación con el otro, y a su vez, si se quiere, la relación consigo mismo; donde el juego, el cuerpo y la expresión se convierten en mediadores para la lectura del mundo interno.

En ese marco, lo observado sugiere un punto de inflexión: un umbral hacia una mirada más atenta y situada donde el arte habilita un terreno para explorar, nombrar y significar la experiencia personal. Tal perspectiva dialoga con lo planteado con Paredes *et al.*, (2025) quienes sostienen que, al desarrollar habilidades artísticas en niños y jóvenes, se les conducirá a recorrer un mundo cargado de emociones, lo cual despertará curiosidad e interés por abrir ventanas ocultas hacia la luz; lo que implica una apertura hacia posibilidades internas de cada estudiante que iluminan nuevas formas de estar y de entenderse en lo individual.

#### 4. Conclusiones

El objetivo de esta investigación consistió en identificar las percepciones de estudiantes de bachillerato sobre la influencia que tiene el arte, específicamente el teatro, en su autoconocimiento, con los hallazgos obtenidos se observa que, aunque bifurcan diversos conceptos por parte de las y los estudiantes, los llevan a abrir un panorama individual desde diferentes percepciones que, a su vez, al mirar su interior se acercan de manera más consciente a ellos mismos. Es revelador ver la manera en que las actividades teatrales, fluyen en su pensamiento creativo de las y los adolescentes, pero aún más importante en su despertar e inquietante cuestionamiento para saber más sobre ellas mismos y ellos mismos, se presenta a la hora de actuar de manera consciente, como bien lo ha mencionado Vázquez-González (2023).

No obstante, lo anterior, permite dejar ver que las y los estudiantes participantes en la intervención educativa y la investigación tienen gusto por el teatro. En las clases de teatro se veía que llegaban con cierto gusto, es decir, entusiasmo y disposición, lo cual permitía adentrarse más en los ensayos y las clases en general. Como se ha visto, las y los adolescentes se muestran en su mayoría con cierta reserva para actuar, sin embargo, los cuestionamientos planteados y las actividades teatrales que iban realizando en sus sesiones contribuyeron paulatinamente al desarrollo de una personalidad con más

confianza y mayor autoobservación de sus emociones, sentimientos y maneras de verse a sí mismos. Con las evidencias mostradas por las y los participantes se puede confirmar el supuesto planteado al inicio de la intervención y en las entrevistas: el arte tiene una influencia positiva que beneficia el autoconocimiento en las y los estudiantes de bachillerato.

El teatro en particular, brinda a las y los adolescentes, la oportunidad de crear espacios seguros y estimulantes para lograr conectarse entre otros y desarrollar la empatía, la conciencia emocional y explorar aspectos de sí mismos que pueden no haber sido conscientes previamente. En última instancia, el teatro y otras artes, pueden generar un papel transformador en el proceso de desarrollo y de crecimiento personal de las y los adolescentes.

En el bachillerato, cuando el estudiantado se encuentra en la etapa de la adolescencia, las artes pueden ser una herramienta poderosa para ayudar a buscar la identidad y el sentido de pertenencia, pero sobre todo para fortalecer el autoconocimiento. En específico, el teatro es un espacio en donde las y los jóvenes no solo interpretan personajes, sino que pueden explorar diferentes facetas de sí mismos. El presentarse en un escenario implica mirarse y darse cuenta que puede cuestionarse sobre sí mismo. Esta experiencia despierta una conciencia emocional.

El teatro permite equivocarse sin juicio, ensayar respuestas, construir y deconstruir narrativas personales. Al interpretar distintos papeles, las y los estudiantes amplían su comprensión del mundo, empatizan con otras realidades, y, al hacerlo, se miran con nuevos ojos. El teatro es una forma de educación emocional porque no se trata sólo de saber nombrar los sentimientos, sino de vivirlos, expresarlos y comprenderlos desde una dimensión estética y colectiva (Pérez y Monsalve, 2025) En suma, promover el teatro en la adolescencia no es solo fomentar el arte por el arte. Es abrir una puerta al autodescubrimiento, al reconocimiento de la propia identidad en construcción y al desarrollo de la confianza. En tiempos en que muchos jóvenes se sienten desconectados de sí mismos y del mundo, el teatro puede ser una puerta, un lenguaje que los conecta y los transforma.

Las artes, en su dimensión formativa, constituyen un medio para promover una formación integral, al propiciar experiencias emocionales, cognitivas y sociales. En este sentido, el teatro se destaca por promover la exploración de emociones, pensamientos, valores y creatividad, encontrándose con la reflexión sobre la propia vida; se configura como un recurso educativo que contribuye al desarrollo personal y social, impactando en la construcción de identidad y autonomía del estudiantado de bachillerato.

## Referencias

- Bautista, C.P. (2011). *Procesos de la investigación cualitativa. Epistemología, metodología e implicaciones*. Manual Moderno.
- Bisquerra, R. (2014). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Editorial Síntesis.
- Bolínches, A. (2019). *El secreto de la autoestima*. Penguin Random House.
- Burmeister, S. (2021). Pedagogía teatral y derechos humanos: una puerta para el autoconocimiento. *Revista Latinoamericana De Derechos Humanos*, 32(2), 195-209. <https://doi.org/10.15359/https://doi.org/10.15359/rldh.32-2.8>
- Fernández, A. (2025). *Fragmentos que hablan: Principios de metodología socioeducativa para la intervención en salud mental a través de la arteterapia* (Bachelor's thesis). <https://hdl.handle.net/10651/79416>
- García, A. (2019). Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia. *Sociológica* 34(96), 39-71. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0187-01732019000100039](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-01732019000100039)
- García, L. Martínez, J. & Vázquez, J. (2023). *Nuevos Abordajes en la Educación y Transdisciplina*. Universidad autónoma de Baja california. <https://acortar.link/pzV8i>
- Goleman, D. (2019). *Inteligencia emocional*. (4ta. Ed.). Ediciones Penguin Random House
- Guardiola, E. & Baños, J. (2020). ¿Y si prescribimos arte? El papel del arte en la mejora de la salud y el bienestar. *Revista de Medicina y Cine*, 16(3), 149-153. <https://dx.doi.org/10.14201/rmc2020163149153>
- Hernández, M., Urrea, D. & Vaca, N. (2023, junio 05). Teatro-pedagogía, una experiencia de construcción de paz en Antioquia, Colombia. Sus aportes a la salud mental. *Interface Comunicação, Saúde, Educação*, (27), 1-16. <https://doi.org/10.1590/interface.220463>
- Lorente, J. (2015). Investigación-acción y aprendizaje basado en proyectos en las enseñanzas de postgrado en artes escénicas. *Revista d'Innovació Docent Universitària* 7, 97-115. <http://revistes.ub.edu/index.php/RIDU>
- Mundet Bolós A., Beltrán Hernández A. M. & Moreno González A. (2015). Arte como herramienta social y educativa. *Revista Complutense de Educación*, 26(2), 315-329. [https://doi.org/10.5209/rev\\_RCED.2015.v26.n2.43060](https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.n2.43060)
- Oltra, M. (2013). “Los títeres: un recurso educativo”. *Educación social. Revista de Intervención Socioeducativa*, 54, 164-179. [https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/97065/edsoc\\_54\\_164.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/97065/edsoc_54_164.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Organización Mundial de la Salud (2025). *Arts and health*. <https://www.who.int/initiatives/arts-and-health>
- Pabón, A. & Botero, D. (2024). Expresión Artística y Emociones en el Aula: La pintura como medio para la convivencia escolar. *Perspectivas*, 8(1), 17-28, <https://doi.org/10.22463/25909215.4463>
- Papalia, D. E., Duskin Feldman, R. Wendkos Olds, S. (2010). *Desarrollo humano* (11a. ed.). McGraw-Hill.
- Paredes, G., Figueroa, A. & Nina, J. (2025). La Neurociencia aplicada a la creatividad literaria. *Maestro Y Sociedad*, 22(2), 1169-1180. Recuperado a partir de <https://maestrosociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/6913>
- Pérez, R. T. y Monsalve, C. A. (2025). Posibilidades del teatro en la educación infantil. Una revisión sistemática 2018-2024. *Pulso. Revista de Educación*, 48, 15-38. <https://doi.org/10.58265/pulso.7497>
- Rodríguez, E., Chernicoff, L., Jiménez, A., Labra, D. & Barkovich, M. (2020). *Educar desde el bienestar. Competencias socioemocionales para el aula y la vida*. McGraw Hill.
- Rodríguez Sabiote, C., Lorenzo Quiles, O., & Herrera Torres, L. (2005). Teoría y práctica del análisis de datos cualitativos. Proceso general y criterios de calidad. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM*, XV(2),133-154. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65415209>
- Solórzano, M. K., & Zambrano, T. M. (2023). Aplicación del arte dramático en el desarrollo de la identidad y autonomía en niños de educación inicial. *Revista Cognosis*, 8(1), 27-38. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v8i1.3792>
- Vanegas, M., Solarte, S., Saboyá D., García, M., & Paz, M. (2022). *Desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes del grado sexto a través de las expresiones artísticas*. Fundación Universitaria Los Libertadores. <http://hdl.handle.net/11371/4777>
- Vázquez-González, J. (2023). Y el arte se hizo verbo. La construcción identitaria del alumnado de bachillerato a través del activismo, *Communiars. Revista de Imagen, Artes y Educación Crítica y Social*, 10, 61-74. <https://dx.doi.org/10.12795/Communiars.2023.i10.05>

# AmeliCA

## Disponible en:

<https://portal.amelica.org/ameli/ameli/journal/935/9355554009/9355554009.pdf>

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en [portal.amelica.org](http://portal.amelica.org)

AmeliCA

Ciencia Abierta para el Bien Común

Raquel Uribe García, María del Socorro Rodríguez Guardado

**El arte como promotor del autoconocimiento:  
percepciones del estudiantado de bachillerato**

**Art as a Promoter of -knowledge: of High School Students**

*Revista Investigación Educativa, Intervención Pedagógica y  
Docencia*

vol. 4, núm. 1, p. 191 - 206, 2026

Universidad Autónoma de Zacatecas, México

[iie\\_docencia@uaz.edu.mx](mailto:iie_docencia@uaz.edu.mx)

**ISSN-E:** 2992-751X

**DOI:** <https://doi.org/10.71770/rieipd.v4i1.3657>

**04-2023-051110330600-102**



**CC BY-NC-SA 4.0 LEGAL CODE**

**Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-  
CompartirIgual 4.0 Internacional.**