

Sinergia: Intervención psicoeducativa “Identifica los límites”

Raquel Yassira Armero Garcia
Pontificia Universidad Católica del Perú

Manuel Renato López Jurado
Pontificia Universidad Católica del Perú

Valeria Belén Villalobos Burgos
Pontificia Universidad Católica del Perú

Valery Alexandra Huaura Martínez
Pontificia Universidad Católica del Perú

Aproximación a la problemática abordada

En el contexto de la pandemia por la COVID-19, uno de los grupos más afectados a nivel académico, psicológico y socioemocional han sido las¹adolescentes, lo cual se refleja en las elevadas tasas de problemas de salud mental y violencia escolar en esa población (Diario Correo, 2022; Infobae, 2022; Ministerio de Salud, 2021; Pease et al., 2020; Rusca et al., 2020). Estos datos son relevantes, ya que reflejan una inadecuada interacción con la red de pares, la cual junto a la escuela, son de vital importancia para el desarrollo integral y el bienestar psicológico de las adolescentes (Papalia, 2009). El bienestar psicológico se define como el estado en el que la persona siente satisfacción con su vida y reporta frecuentemente un buen ánimo y ocasionalmente emociones displacenteras (Castro, 2009). En el ámbito escolar peruano, Pease y colaboradores (2021) encontraron que el bienestar se asocia con una relación cercana con las docentes; así como con concebir a la escuela como un espacio de soporte. Mientras que el bullying, conflicto con pares, el maltrato docente y un bajo rendimiento se relacionan negativamente (Pease et al., 2021).

En el caso del aula en el que se intervino, se realizó un diagnóstico integral, en el que se encontró lo siguiente. En primer lugar, las estudiantes hacían bromas sobre el cuerpo y la orientación sexual de sus compañeras. Estas parecen estar basadas en el rechazo de las diferencias y el desconocimiento de la diversidad sexual. Además, posiblemente se mantenían por la aprobación social de las compañeras y el escaso llamado de atención de las docentes. En segundo lugar, se identificaron patrones de relacionamiento inadecuados entre hombres y mujeres, producto del poco énfasis en la educación sexual integral y probablemente se mantenían por la inacción de las autoridades. Por último, se halló un bajo nivel de reporte del malestar generado por las burlas entre compañeras para evitar ser etiquetadas como un salón “problemático” y de esta manera, mantener la imagen de ser “un salón bueno y muy unido”.

Objetivos de la intervención

- Objetivo general: Promover el autocuidado y el cuidado colectivo en el aula de primer año de secundaria de la escuela intervenida
- Objetivos específicos:
 - Objetivo específico 1: Promover el autocuidado en las estudiantes
 - Objetivo específico 2: Fomentar patrones de relacionamiento saludables

Método

Se realizó una intervención en una escuela privada de Educación Básica Regular en un distrito de Lima Este muy afectado por la inseguridad ciudadana. Las beneficiarias directas fueron las estudiantes de primero de secundaria. Mientras que, las beneficiarias indirectas fueron las docentes, directoras, familias de las estudiantes de primero de secundaria y las estudiantes de otros grados.

¹ A lo largo del presente trabajo se usará “las” para referir a todas, todes y todos, salvo se especifique lo contrario.

En concordancia a los resultados encontrados en el diagnóstico, se propuso una intervención con enfoque comunitario, psicoeducativo, preventivo y de género, la cual consistió en un taller de 6 sesiones, llamado "Identifica los límites", bajo una lógica de co-construcción, aproximaciones sucesivas y de andamiaje. Primero se presentaron los diversos tipos de discriminación que se producen en el aula y en la realidad peruana con el propósito de que. Esto con el objetivo de que las estudiantes puedan sensibilizarse respecto a la existencia de actos de violencia y exclusión hacia grupos diferentes que no se ajustan a los estándares normativos; y cómo ello puede impactar en el bienestar individual y las relaciones saludables interpersonales. Luego, se trabajó en la identificación de las diversas manifestaciones de bullying y violencia para que las estudiantes puedan identificar, cuestionar y transformar los distintos patrones de interacción en el salón que podrían desembocar en bullying. Partiendo de este conocimiento, se promovió que las estudiantes generen una campaña comunicacional para que el resto de la comunidad educativa también pueda reflexionar al respecto.

Posterior a ello, se empezó a potenciar sus recursos individuales y colectivos. Así, se brindaron estrategias para el fortalecimiento de la autoestima, autocuidado, y el establecimiento de límites en sus relaciones con la finalidad de que las estudiantes tomen un rol activo en el cuidado de su salud mental y sean capaces de expresar claramente su sentir ante situaciones que les incomoda. Finalmente, también se les informó sobre las rutas a las que pueden acudir para reportar un caso de bullying y/o violencia, puesto que resultaba necesario fomentar acciones concretas desde las estudiantes ante esta problemática tal como defender a sus compañeras, no reírse de las burlas de docentes y estudiantes, hablar con sus madres o denunciar el caso con las autoridades del colegio (por ejemplo, tutora, directora académica, entre otras).

Consideraciones éticas

Antes de la intervención, se realizó un proceso de familiarización con las diversas integrantes de la comunidad educativa. En este proceso se dieron a conocer los recursos del equipo y la importancia de abordar los temas socioemocionales en la escuela. Posterior a ello, se presentó un consentimiento informado a cada apoderada, donde se explicitó el objetivo del proyecto, el carácter voluntario de la participación, la posibilidad de retirarse en cualquier momento sin ningún perjuicio, la confidencialidad de la información y la posibilidad de que la experiencia sea presentada en algún espacio académico. En esa línea, para la participación en el diagnóstico también se contó con un asentimiento informado a las menores y se prestó especial atención a que los espacios de entrevistas sean lugares privados y seguros. Asimismo, se contó con un protocolo de contención y una lista de centros para derivación a servicios de atención psicológica. Finalmente, se amplió el equipo para atender las necesidades de la población, hubo un proceso de devolución de resultados, y en todo momento se contó con el acompañamiento de una docente de Psicología.

Principales resultados

La presente intervención planteó como indicadores de éxito que al menos el 30% de las estudiantes incrementen tanto su capacidad de identificar prácticas de autocuidado como de cuidado

mutuo. Para ello, se aplicó una prueba pre y post de tipo cualitativo, la cual estuvo compuesta por dos preguntas enfocadas en explorar las estrategias de autocuidado y cuidado mutuo que conocían las estudiantes. Las respuestas obtenidas en ambos momentos fueron comparadas y evaluadas de forma individual por cada integrante del equipo para posteriormente llegar a una categorización grupal final. Respecto al primer indicador, se obtuvo una mejora en el 39.01% de las estudiantes, mientras que para el segundo, el incremento se produjo en el 43.48% de las estudiantes. A lo largo de las sesiones, las estudiantes lograron identificar y nombrar los diferentes tipos de discriminación, violencia y bullying. Manifestaron preocupación por la persistencia de estas problemáticas y motivación para contribuir a reducir su prevalencia. Además, mostraron una alta comprensión de las consecuencias de estas acciones en el bienestar y el aprendizaje. Finalmente, fueron capaces de sugerir diversas prácticas para cuidar de sí mismas y de las demás. En cuanto al nivel de satisfacción con las sesiones, las estudiantes colocaron un puntaje promedio de 4.58 sobre 5.

Alcances, dificultades y recomendaciones

A través de la presente intervención se logró contribuir a la priorización de la salud mental en la escuela. Esto se puede apreciar en el alto compromiso de las estudiantes, quienes mostraron su interés mediante una gran cantidad de preguntas y la exigencia del abordaje de temas de cuidado sobre salud mental. Asimismo, se pudo observar un mayor compromiso institucional mediante la disposición a brindar más espacios para la intervención y la creación de charlas que abordarán temas identificados en el diagnóstico por parte del área de Psicología del colegio. Además, este mayor interés también pudo identificarse en las apoderadas, quienes solicitaron espacios de capacitación para abordar los temas planteados con las menores.

También se logró reforzar el pensamiento crítico mediante la promoción de la agencia, así como validación y absolución de dudas y propuestas. En esa línea, se logró fortalecer sus prácticas de autocuidado, trato respetuoso, empático y solidaridad entre ellas para prevenir y/o afrontar situaciones que afecten su bienestar. Además, es preciso destacar dos herramientas que contribuyeron a empoderar a las adolescentes: la aproximación desde un trato horizontal y realizar una observación de los perfiles de las estudiantes para crear grupos de trabajo de forma estratégica, lo cual promovió la integración y participación activa.

En cuanto a las dificultades, hubo algunas resistencias para el abordaje de temas como la comunidad LGBTIQ+. Por ello, se generó un temario detallado de los contenidos que se desarrollarían en las sesiones y se hizo énfasis en la obligación de los espacios educativos para promover una convivencia sin discriminación. Asimismo, el tiempo para la realización de las sesiones limitó la complejidad del contenido que se deseaba abordar. Además, se tuvo que reconfigurar la percepción que se tenía de la Psicología en el aula, ya que el área de salud mental era una dimensión marcada por muchos prejuicios. Finalmente, otra limitación fue que solo se pudo intervenir con estudiantes.

Se recomendó fortalecer el abordaje de relaciones saludables con una misma y con las demás, reconocer señales de alerta y estrategias de afrontamiento. También, se instó a la generación de iniciativas

autogestionadas en temas de interés. De la misma manera, se recomendó capacitar a las docentes y personal administrativo en un enfoque de igualdad de género; y en herramientas para brindar apoyo socioemocional a las estudiantes y actuar ante la violencia en la escuela (ej. comunicando rutas claras de acción ante casos de violencia). Por último, se sugirió fortalecer el posicionamiento del área de Psicología desde un enfoque preventivo, promocional y basado en la evidencia.

Referencias

- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 43-72. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066004.pdf>
- Diario Correo. (11 de junio de 2022). Bullying y violencia escolar: Las escandalosas peleas desde que retornó la presencialidad en los colegios del Perú. *Diario Correo*. <https://diariocorreo.pe/peru/bullying-bullying-y-violencia-escolar-las-escandalosas-peleas-desde-que-retorno-la-presencialidad-en-los-colegios-lima-minedu-rmmn-noticia/>
- Infobae (31 de mayo de 2022). Bullying en Perú: casos reportados en 2022 superan a los del 2020 y 2021. *Infobae*. <https://www.infobae.com/america/peru/2022/05/31/bullying-en-peru-casos-reportados-en-2022-superan-a-los-del-2020-y-2021/>
- Ministerio de Salud [MINSA]. (2021). *La salud mental en niñas, niños y adolescentes. Estudio en línea. Perú 2020*. Ministerio de Salud.
- Papalia, D. (2009). *Desarrollo Humano*. McGraw-Hill.
- Pease, M., De La Torre, S., Guillén, H., Urbano, E., Aranibar, C., & Rengifo, F. (2020). *Acompañar adolescentes en medio de una pandemia. Visibilizando los retos y necesidades de las y los adolescentes en el contexto del COVID-19 en el Perú*. UNICEF. <https://www.unicef.org/peru/media/7901/file/Acompa%C3%B1ar%20adolescentes>
- Pease, M., Guillén, H., De La Torre, S., Urbano, E., Aranibar, C. & Rengifo, F. (2021). *El Mundo Interno Adolescente Identidad, Bienestar, Sexualidad y Proyecto de Vida*. Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://search-ebshost-com.ezproxybib.pucp.edu.pe/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=3190647&lang=es&site=ehost-live>
- Rusca, F., Cortez, C., Tirado, B. & Strobbe, M. (2020). Una aproximación a la salud mental de los niños, adolescentes y cuidadores en el contexto de la COVID-19 en el Perú. *Acta Médica Peruana*, 37(4), 556-558.