

Experiencia y resultados preliminares de Intervención Comunitaria en el área Infanto -juvenil. Campamento Psicosocial UCAB. Mérida, población Santo Domingo; febrero 2024

Marzia Dal Mas

Psicólogo especialista en desarrollo infantil y sus desviaciones, Profesora de psicología UCAB

Resumen

Es evidente que la violencia en sus diversas formas tiene un impacto devastador en la salud mental y emocional de los más jóvenes. La falta de espacios para hablar sobre emociones y experiencias difíciles, así como la normalización del sufrimiento, son factores que contribuyen a esta crisis. En este artículo se resume la actividad realizada en el primer Campamento Psicosocial UCAB, donde los talleres se han implementado para ayudar a los niños y adolescentes a manejar sus emociones y fomentar la asertividad, como un paso positivo hacia la creación de un entorno más saludable y comprensivo. Es fundamental que los adultos, especialmente los padres, se sientan capacitados para hablar sobre estos temas y brindar el apoyo emocional que los niños necesitan. La educación y la sensibilización son claves para romper el ciclo de violencia y promover un desarrollo emocional saludable.

Palabras clave: Niñez, violencia, emociones, intervención comunitaria

Experience and preliminary results of Community Intervention in the Child and Youth area. UCAB Psychosocial Camp. Mérida, Santo Domingo town; february 2024

Abstract

It is evident that violence in its various forms has a devastating impact on the mental and emotional health of young people. The lack of spaces to talk about emotions and difficult experiences, as well as the normalization of suffering, are factors that contribute to this crisis. This article summarizes the activity carried out at the first UCAB Psychosocial Camp, where workshops have been implemented to help children and adolescents manage their emotions and foster assertiveness, as a positive step towards creating a healthier and more supportive environment. It is critical that adults, especially parents, feel empowered to talk about these issues and provide the emotional support that children need. Education and awareness are key to breaking the cycle of violence and promoting healthy emotional development.

Key words: Childhood, violence, emotions, community intervention.

El Observatorio Venezolano de la Violencia (octubre de 2022) publicó en una nota de prensa que los casos de violencia contra Niños, Niñas y Adolescentes (NNA) en nuestro país siguen siendo numerosos, esta violencia abarca el abuso y maltrato físico y mental, el abandono o el tratamiento negligente, la explotación y el abuso sexual. Esta violencia puede ocurrir en el hogar, las escuelas, los orfanatos, los centros residenciales de atención, en las calles, entre otros, y:

Puede afectar la salud física y mental de los niños, perjudicar su habilidad para aprender y socializar, y, más adelante, socavar su desarrollo como adultos funcionales y buenos progenitores. En los casos más graves, la violencia contra los niños conduce a la muerte (OVV, 2022).

Siguiendo con esta línea de trabajo, el OVV Mérida contabilizó para julio de 2023, 256 suicidios en todo el país entre los cuales se encuentran casos de niños, niñas y adolescentes. Mérida puntea la lista con 13,7% y le siguen: Aragua, 9.8%; Zulia, 8.2; Barinas.7.0%; Portuguesa, 7.0%; Trujillo, 7.0% y el estado Falcón, 6.3%.

Ante la ausencia de cifras oficiales, los datos del OVV Mérida brindan información sobre este grave problema de salud pública para crear conciencia sobre ello. El coordinador de OVV Mérida, G. Páez (en OVV, 2023) señala que en los últimos diez años se ha incrementado la curva de casos de violencia autoinfligida en niños, niñas y adolescentes. Enfatizó que además de la crisis humanitaria compleja están los efectos de la pandemia y la ineficaz respuesta del Estado.

Glenn y colegas citado por Brent (2020) examinaron las tasas de suicidio de adolescentes en 45 países y exploraron el papel del sexo, la edad, la ruralidad y la disponibilidad de armas y ferrocarriles en las tasas de suicidio. En este artículo se señala que la desigualdad de ingresos estaba correlacionada con la proporción de suicidios de adolescentes entre hombres y mujeres en todos los países, pero se informó una tendencia opuesta en Estados Unidos. Sin embargo, como se señala en este artículo, los efectos de la pobreza son importantes. El estudio Move To Opportunity encontró que cuando los jóvenes menores de 13 años eran trasladados de un vecindario de alta pobreza a uno de baja pobreza, se producían efectos duraderos, incluidos niveles más bajos de depresión y ansiedad. Si bien el suicidio de adolescentes es una preocupación mundial, la reducción de la tasa de suicidio puede tener soluciones locales, incluidas aquellas que aborden los efectos perniciosos de la pobreza y los barrios pobres en los jóvenes.

Ansar, Nissen Lie, Zahl-Olsen, Berthelsen, Elliott y Reidar Stiegler (2022), plantean que, dado que los padres desempeñan un papel crucial en el desarrollo mental salud del niño en desarrollo, también son un buen objetivo para prevención e intervención temprana (Morris et al., 2017). Además, la evidencia emergente apoya que la educación basada en la familia, las intervenciones tienen éxito en mejorar la crianza de los hijos, y, a su vez, en una serie de resultados positivos a largo plazo para niños (Buchanan-Pascall, Gray, Gordon y Melvin, 2018). Se supone que el sistema afectivo de los niños se desarrolla y madura en interacción con otras personas importantes (Mackler et al., 2015). Cuando los padres se vuelven emocionalmente desregulados (sobreregulados o insuficientemente regulados), pierden su capacidad para responder adecuadamente a las necesidades de su hijo (Ford, Lam, John y Mauss, 2018). Así, trabajar con la desregulación de la emoción y evitación de emociones intensas puede contribuir a un mejor resultado de salud mental en los niños (Schore, 1999).

Andrade (2018) señala que cuando los niños pierden a un hermano, buscan el apoyo emocional de sus padres. Sin embargo, debido a que sus padres también sienten la pérdida de uno de sus hijos, no pueden brindar el apoyo emocional adecuado a los que están vivos. En consecuencia, los niños tienen dificultad para llorar esa pérdida. Los entornos familiares frágiles, impulsan a los participantes a reprimir sus sentimientos y desarrollar síntomas como problemas de aprendizaje, miedo a la muerte, síntomas psicosomáticos, dependencia y dificultad en el proceso de simbolización. Para expresar su dolor, los niños necesitan usar su creatividad, con la ayuda de un

entorno externo que ofrezca sujeción. Tal entorno les permite expresar angustia y ansiedad, y retomar su desarrollo emocional a pesar de las dificultades.

En las investigaciones del equipo del OVV Mérida llevadas a cabo entre 2021 y 2022 sobre el tema del suicidio o su intento en niños, niñas y adolescentes en Venezuela, se destaca que los factores de riesgo se relacionan con el manejo inadecuado de emociones asociadas a la impulsividad, irritabilidad, tristeza, incertidumbre, minusvalía, sensación de inutilidad, aislamiento aspectos que llevan a la depresión. Otros detonantes son la disfuncionalidad familiar con ausencia o poca comunicación entre padres e hijos.

Compas y colaboradores (2017) citados por Ansar et al. (2022) señalaban que las dificultades en la regulación emocional se reconocen comúnmente como un componente transdiagnóstico en el desarrollo y mantenimiento de una amplia gama de problemas internalizantes y externalizantes. Así, un núcleo componente para el desarrollo de la psicopatología puede tener su origen en estrategias de regulación emocional desadaptativas, y un enfoque más amplio en la desregulación de las emociones podría ser beneficioso para una amplia gama de problemas de salud mental (Ehrenreich-May, Kennedy, Sherman, Bilek, Buzzella, Bennett y Barlow, 2018).

Partiendo de las siguientes premisas:

- 1) Padres y otros adultos significativos no hablan sobre eventos traumáticos con sus hijos para no "confundirlos" o hacerlos sentir molestos. Cuanto menos se habla, mejor. En otros casos, se naturaliza el hecho del suicidio como otra forma de solucionar sus problemas.
- 2) Padres y otros adultos alrededor de los niños también ocultan sus propios sentimientos para no perturbarlos. Por tanto, no hay espacios para hablar de emociones desagradables o difíciles.
- 3) Los adultos se sorprenden y no saben qué hacer cuando los niños se comportan de manera diferente, o actúan sus emociones (tristes o enojados), o participan en comportamientos arriesgados después de experimentar un evento traumático o un cambio en la vida. Muchas veces incurren en el castigo de la expresión de las emociones.
- 4) El manejo de las situaciones de conflicto a nivel intrafamiliar en el contexto andino suelen ser a través de violencia física y verbal. No hay espacio para disentir o no concordar de forma asertiva.
- 5) Al considerar que el duelo y la pérdida no ocurren solo como resultado del fin de algo, sino también como resultado de un cambio o interrupción en la vida de la persona. Los niños y adolescentes experimentan una amplia variedad de pérdidas a lo largo de sus vidas, como la muerte, el divorcio, mudanzas, la pérdida del empleo de los padres, rupturas, cambios en las amistades, transiciones escolares, el nacimiento de un hermano e incluso desastres naturales.
- 6) La pérdida es única para cada persona y el duelo puede expresarse de infinitas formas. El duelo y la pérdida en niños y adolescentes a menudo se manifiestan emocionalmente; independientemente del tipo de pérdida, el niño puede experimentar sentimientos de vacío, ira, confusión, abandono e inseguridad, entre otros.
- 7) Ver el duelo como una reacción normal y natural a la pérdida, no como una condición patológica. Es más realista ver el duelo como un proceso que se expresa en pensamientos, emociones, comportamientos y sensaciones físicas.

Se diseñaron dos **talleres sobre el manejo de las emociones**. Uno dirigido a niños en edades comprendidas entre 6 y 10 años; un segundo taller para adolescentes. Estos talleres se realizaron los días 19 y 20 de febrero con una duración de 2 horas cada uno; para un total de 4 talleres en esos dos días.

Los talleres para niños entre 6-10 años tenían como objetivos trabajar las emociones desde una perspectiva general, para que lograran identificar las emociones en tarjetas y láminas, lo relacionaran con pensamientos, comportamientos y situaciones que las provocan. Adicionalmente, se exploraba el vocabulario emocional en el grupo, y se introducía en ellos un lenguaje común para poder identificar las emociones dentro de un continuo

(desde las más agradables hasta las menos agradables). Se quería alentar a los niños a expresar sus diversas emociones sin temor a ser reprimido y se modelaron estrategias de autorregulación (pensar que siento, cuando lo siento y qué hacer con lo que siento).

A través de diversas actividades como conversaciones interesantes sobre las emociones, explicaciones de cada una de ellas, lectura de cuentos, dinámicas rompe hielo, juegos cooperativos y juegos de roles; se logró la expresión personal de cada niño con palabras, dibujos e incluso mímicas.

En este grupo etario la participación fue masiva ambos días, llegando a estar conformado cada taller por 40 niños, lo que no permitió explorar en detalle el impacto del aprendizaje de estos objetivos en todos los participantes.

Si se pudo observar, que al dibujar los niños podían representar correctamente las emociones que se hablaron y ver las diferentes emociones que podían surgir ante una misma situación, permitiendo introducir la noción de las diferencias individuales tanto en cómo me siento y que tan intenso puede ser ese sentimiento en un momento o situación dada y que eso no significa que sea bueno o malo.

También se pudo observar que es difícil para muchos poner en palabras las sensaciones corporales asociadas a las diferentes emociones, así como los rasgos faciales que diferencian una emoción de otra. Esto también permitió incorporar que a veces no sirve solo ver las caras y situaciones que ocurren, es importante también escuchar los argumentos que tiene esa persona para poder terminar de conocer realmente que está sintiendo y como ese sentimiento impacta en ellos.

Hubo una importante discusión y necesidad de hablar acerca de los fantasmas, la llorona, los muertos que tienen su alma en pena, y resultó significativo el impacto que tienen las creencias populares en cuanto a poder manejar las emociones desagradables que producen estas creencias y poder diferenciar lo que es realidad y fantasía. Pese a reconocer que no habían visto un fantasma, insistían en los ruidos, cambio de cosas de lugar, etc. Los momentos de juego cooperativo resultaron ser un motivador importante para mantenerlos activos dentro del taller y disfrutar de los mismos.

En el grupo de los adolescentes (11-16) se buscaba trabajar el autoconocimiento a través de la identificación de las emociones en sí mismo, la relevancia de las mismas y su impacto en las situaciones de la vida cotidiana. Se exploró la comprensión de los sentimientos que prevalecen en ellos en estos tiempos, las diferencias individuales en cuanto a lo que sienten y cómo lo expresan, así como evitar establecer juicios de valor acerca de los sentimientos propios o de los demás, es importante aceptarlos y ver cómo estos influyen en la cotidianidad. La participación de jóvenes en estas actividades fue entre 15 y 18 personas.

La participación de los jóvenes fue progresiva a medida que iba fluyendo la sesión. Se pudo recabar diferentes situaciones que generaban emociones intensas como acoso en el contexto escolar, violencia física y verbal por parte de los padres. Desconfianza y poco espacio para hablar de sus emociones, sentimientos de soledad e incompreensión en algunos de los jóvenes participantes.

La interpretación y análisis de las diversas situaciones propuestas permitió explorar en ellos un pensamiento crítico, la reflexión acerca de sus propios temores y emociones intensas. Se hizo hincapié en la importancia de expresar lo que sienten con alguien que tengan confianza, entender que no siempre el expresar la emoción traerá resultados agradables o que solucionen el malestar sentido, no obstante, les permitirá ir comprendiendo mejor su proceso personal.

Por otro lado, se realizaron 2 talleres de asertividad dirigidos a dos grandes grupos etarios en sesiones de dos horas, para los días jueves 22 y viernes 23 de febrero, para un total de 4 talleres en esos dos días:

El objetivo general de estos talleres era fomentar la asertividad en los niños y adolescentes, brindándoles nociones sobre comportamientos y estilos de comunicación asertivos-pasivo-agresivo, con actividades que permitan poner en práctica la asertividad entre sus pares y con adultos de su entorno.

Niños entre 7-11 años

En este grupo se buscaba explorar estilos de comunicación presentes en los niños. Identificar los tipos de comportamiento asertivo, pasivo y agresivo, sus consecuencias. Nociones generales sobre solución de problemas. La participación en este taller fue numerosa. La dinámica de la sesión incluyó la lectura de un cuento, a través del cual se fue indagando en ellos la identificación de las diferentes conductas mostradas por los personajes. El término desconocido para todos fue **Asertividad**, siendo necesario incluir juegos de roles para poder comprenderlo en situaciones dramatizadas. El comportamiento pasivo lo comprendieron con mayor naturalidad a través de los ejemplos vistos en el cuento leído, el término fácilmente identificable para ellos y mejor comprendido fue el del comportamiento agresivo.

Luego en una actividad grupal se les entregaron diferentes situaciones que ocurren en los contextos diarios de casa y escuela, para que leyeran, discutieran entre sí y luego expresaran al grupo completo qué comportamientos se daban en esas situaciones. El juego de roles ayudó a aclarar los términos asertivo y pasivo.

Se propuso también la reflexión en relación a porqué se pueden adoptar esos diferentes comportamientos y cuáles comportamientos pueden ser una alternativa mejor. Varios niños fueron ingeniosos en sus respuestas.

Este grupo etario, necesitaba varias actividades físicas intercaladas con el trabajo cognitivo. Había mayores interrupciones de las explicaciones, mayor ruido e inquietud. Impresionó que este tipo de actividades de demanda cognitiva y de reflexión son poco estimulados en ellos.

Disfrutaban mucho si de los juegos de correr, atraparse, esconder, reproducir canciones o movimientos del guía de la actividad.

Adolescentes

El objetivo general fue sensibilizarlos en relación a los diferentes estilos de comunicación que existen (asertivo, pasivo y agresivo), identificar cuáles estilos utilizan en diferentes contextos y personas, y resolver conflictos.

En estos talleres luego de explorar los conocimientos básicos que tenía el grupo en relación a los estilos de comportamiento, se procedió a leer la historia de Pablito el flaquito y Juanote el fuertote y se fueron realizando reflexiones acerca de varios pasajes del cuento. Posteriormente se les pidió que narraran vivencias personales donde identificaran los distintos estilos de comportamiento y qué emociones producían en ellos al momento de narrarlos. Se pedía a cada uno que ofreciera alternativas de respuesta distinta a ese mismo problema.

La narrativa de una joven en particular fue muy detallada en cómo su madre la golpeaba con una tabla de madera en la parte trasera de los muslos y como le dejaba marcada la piel con ella. La muchacha identificaba el comportamiento agresivo de su madre, pero no lograba ofrecer comportamientos alternativos para evitar los abusos de la madre, parecía resignada, aunque esto la molestaba profundamente. Se ofrecieron respuestas asertivas, como forma de modelar comportamientos alternativos en ella.

El nivel de participación del grupo de adolescentes permitió hablar de la empatía, los límites en las relaciones con los otros e incluso trabajar la relajación como una alternativa para bajar el nivel de estrés en ellos y poder autorregularse para poder enfrentar situaciones complejas.

MARZIA DAL MAS

El viernes 23 se realizó un taller especial para los adolescentes de cuarto año del Liceo Máximo Toro. Originalmente estaba diseñado para trabajar temas de salud mental, características del desarrollo socioemocional de estas edades y señales de alerta. No obstante, la dirección del plantel sugirió que los había reunido era por mal comportamiento e irrespeto a las autoridades.

Inicialmente el grupo de jóvenes se mostró irrespetuoso, poco interesados en expresarse ante un adulto extraño al contexto escolar. Se identificaron los líderes del grupo, quienes dirigían lo que se expresaba y lo que era objeto de burla.

Posteriormente se logra establecer alianzas con los líderes y un par de adolescentes más y se trabajó con ellos la sensibilización de su participación en pro de buenas o malos comportamientos, lograr hacerse cargo de lo que ellos en realidad si pueden controlar que son sus pensamientos y acciones, que siendo respetuosos y asertivos pueden autogestionar mejor sus deberes y derechos dentro de la institución. Y al final se pudo hablar sobre la emocionalidad del adolescente, el impacto del grupo sobre la percepción de sí mismo, el interés por transgredir algunas normas como formas de reafirmarse como individuos.

Señalaron tener problemas con las autoridades escolares porque no escuchan sus propuestas, porque las negativas acerca de lo que dicen no tienen fundamento, porque a pesar de no estar dentro del plantel, les reclaman por sus comportamientos en otros contextos de la zona donde viven. Reportaron beber alcohol, fumar vape, montar en moto sin necesariamente tener protección, ir al hotel con el uniforme escolar escapando del colegio o ir al bar del lugar en horarios tarde noche.

En sus encuestas señalan querer tener más encuentros de este tipo, que les hablen más sobre salud mental, que existan líneas de apoyo al adolescente.

Referencias bibliográficas

- Ansar, N., Nissen Lie, H., Zahl-Olsen, R., Berthelsen, T.B., Elliott, R. y Reidar Stiegler, J. (2022). Efficacy of emotion-focused parenting programs for children's internalizing and externalizing symptoms: A randomized clinical study. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 51(6), 923–939. <https://doi.org/10.1080/15374416.2022.2079130>
- Brent, David (2020). Commentary: Reducing adolescent suicide: a global imperative – a reflection on Glenn et al. (2020) *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 61:3 (2020), pp 309–311. doi:10.1111/jcpp.13174
- Buchanan-Pascall, S., Gray, K.M., Gordon, M., Melvin, G.A.(Abril, 2018) Systematic Review and Meta-analysis of Parent Group Interventions for Primary School Children Aged 4-12 Years with Externalizing and/or Internalizing Problems. *Child Psychiatry Hum Dev*;49(2):244-267. doi: 10.1007/s10578-017-0745-9.
- Cincinnati Children's Hospital Medical Center. (s/f). Depresión y suicidio. Cincinnati Children's. <https://www.cincinnatichildrens.org/espanol/temas-de-salud/alpha/d/depression-suicide>
- De Andrade, M. L., Tavares Mishima-Gomes, F. K., & Barbieri, V.. (2018). Children's Grief and Creativity: The Experience of Losing a Sibling. *Psico-usf*, 23(1), 25–36. <https://doi.org/10.1590/1413-82712018230103>
- Ehrenreich-May, J., Kennedy, S. M., Sherman, J. A., Bilek, E. L., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., & Barlow, D. H. (2018). *Unified protocols for transdiagnostic treatment of emotional disorders in children and adolescents: Therapist guide*. Oxford University Press.
- Fernandez Angulo, A. , Quintanilla L, Gimenez-Dasi, M. (2016) dialogando sobre emociones con niños en riesgo de Exclusión social: un estudio preliminar (traducción: TALKING ABOUT EMOTIONS WITH CHILDREN AT RISK OF SOCIAL EXCLUSION: A PRELIMINARY STUDY). *Acción psicológica*, junio 2016, vol. 13, n°.1, 191-206. ISSN: 1578-908X <http://dx.doi.org/10.5944/ap.13.1.15787>
- Ford, B.Q., Lam, P., John, O.P., Mauss, I.B. (Diciembre, 2018) The psychological health benefits of accepting negative emotions and thoughts: Laboratory, diary, and longitudinal evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 115(6):1075-1092. doi: 10.1037/pspp0000157.
- Mackler, J. S., Kelleher, R.T., Shanahan, L., Calkins, S.D., Keane, S.P., y O'Brien, M.(Abril, 2015) Parenting Stress, Parental Reactions, and Externalizing Behavior From Ages 4 to 10. *Journal of Marriage and Family*. 77(2): 388–406. doi:10.1111/jomf.12163.
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houlberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4), 233–238. <https://doi.org/10.1111/cdep.12238>
- Observatorio Venezolano de Violencia. (octubre, 2022). Niños, niñas y adolescentes continúan como protagonistas de la violencia intrafamiliar. Observatorio venezolano de Violencia. <https://observatoriodeviolencia.org.ve/news/ninos-ninas-y-adolescentes-continuan-como-protagonistas-de-la-violencia-intrafamiliar/>
- Observatorio Venezolano de Violencia (agosto, 2023). Preocupa el índice de suicidios de niñas, niños y

adolescentes en Lara. Observatorio Venezolano de Violencia.

<https://observatoriodeviolencia.org.ve/news/preocupa-el-indice-de-suicidios-de-ninas-ninos-y-adolescentes-en-lara/>

Ordoñez Gallego, A., & Lacasta Reverte, M. (s.f.). Duelo en oncología: El duelo en los niños (la pérdida del padre/madre). Servicio de Oncología Médica, Psicóloga Clínica, Hospital Universitario La Paz, Madrid.

Regulación de conflictos interpersonales.(junio,2008). Actividades para desarrollar la asertividad.

<http://www.educarueca.org/spip.php?article691>