

RONDAS DE DIÁLOGOS: Relato de Experiencias

1.- Título: Adolescentes y adultos significativos: un frente común

2.- Primera autora: MCs. María Esther Ortiz Quesada

3.- Otros autores:

Lic. Tania Arencibia Sierra

Lic. Addis Mosqueda Enríquez

Alumnos de la licenciatura en Psicología:

Diana de la Caridad López Eguiguren

Lorena Ávila Interián

Lázaro Blanco Limés

Claudia Mayo

4.- Presentadora: María Esther Ortiz Quesada.

mariest@infomed.sld.cu

5.- Institución: Centro de Orientación y Ayuda Psicológica a la Población.
Facultad de Psicología, La Habana, Cuba

7.- Presentación Completa

Experiencia, Actividades y desarrollo de la respuesta interventiva:

El consumo de sustancias psicoactivas muestra un creciente auge en la población mundial general y especialmente en la población adolescente, consumo que para muchos es transitorio y para otros es la entrada al mundo de las adicciones.

En Cuba, país que sin lugar a dudas, el consumo y la adicción a sustancias psicoactivas podría considerarse muy inferior a gran parte del resto del mundo, ofrece indicadores indiscutibles de un incremento de la población consumidora, al igual que de una serie de factores asociados a ello, entre los que destacan las creencias favorecedoras al consumo, la fuerza o contagio grupal, la deficiente percepción de riesgos asociados al consumo, la tolerancia al consumo de sustancias psicoactivas lícitas, la influencia de entes foráneos, la flexibilización en algunos países de políticas normativas al consumo y tenencia, la indolencia de una parte de instituciones y población individual, el escaso conocimiento para actuar por parte de los adultos encargados de la educación de los adolescentes, todo ello a pesar de los esfuerzos informativos del estado y las estrategias de prevención universal y específica.

El consumo de sustancias psicoactivas, legales o ilegales, se asocia a múltiples riesgos que en sí mismos se entronizan en las agendas preventivas e interventivas de cualquier país, entre los que se encuentran, de forma significativa, los riesgos al normal desarrollo de la sexualidad.

La experiencia que se pretende compartir, devenida proyecto, responde a necesidades reales, así mismo puede favorecer la permanencia de los adolescentes en un estilo de vida que les facilite alcanzar los objetivos que cada uno se proponga en su tránsito hacia la adultez, puede favorecer el ajuste social de los mismos, así como un mejor funcionamiento en el ámbito escolar y familiar. La experiencia a compartir, surge de la siguiente manera:

Hace 8 meses, se presenta una familia a consulta. No pasaron por el servicio de clasificación, se negaron a relacionarse con especialistas que no fueran los que los atenderían definitivamente. Insistían con empeño que no querían conversar con ninguna otra persona y ante el riesgo de que, alguien necesitado de ayuda, se marchara sin recibir apoyo, aún sin saber cuál era la problemática que los aquejaba y por la cual asistían al servicio, aún sin saber si sería yo la especialista que los atendería “definitivamente”, decidí acogerlos y escucharlos. No me arrepiento.

Se trata de un matrimonio que ronda los 48-50 años, ambos de baja estatura, él con manos rudas y mirada directa. Ella, delgada, limpia, correctamente vestida, sin embargo, a primera vista daba impresión de desaliño; la expresión de su rostro era una mezcla de dolor, vergüenza y rabia, a veces pasaba la mirada por la mía y bajaba la vista. Con ellos una adolescente, de 15 años, también de baja estatura, bonita, con una expresión seria y expectante, la mirada también directa. Los tres con expresión corporal tensa, sobre contenida, a veces daba la impresión que, por la forma de retorcerse los dedos y las manos, tenían que sentir dolor.

El padre fue el primero en hablar. Refiere que vienen en busca de ayuda para la hija y narra un hecho en el cual participó la hija mayor, es decir la que viene a consulta con ellos; de dicho acontecimiento, se desprendieron una serie de situaciones tan o más traumáticas que el hecho original. El padre sólo narra, trata de ser explícito, no evalúa a la hija, de vez en cuando hace algún comentario positivo acerca de alguna virtud o actitud de ella.

En resumen, se trata de una decisión tomada por la madre y la adolescente, a quien llamaremos María, que ha puesto a María y a su familia en un estado de estrés continuo.

María y otra adolescente compañera de aula, durante algunos turnos libres de clase, o en salidas más temprano contempladas en el programa docente, en lugar de ir a la biblioteca o a casa, iban a una casa próxima a la escuela, cuyo dueño es un hombre que tiene entre 30 y 35 años. En ese momento era una casa bastante visitada por adolescentes de la zona porque había desarrollado un negocio con varias computadoras y libre navegación de internet y juegos en red. Por supuesto que los adolescentes debían abonar una determinada cantidad de dinero para hacer uso de esos “beneficios”.

Poco a poco, el hombre, al que llamaré Pedro, comenzó a mostrar simpatía por las dos jovencitas, a veces no les cobraba, las invitaba a la cocina y les ofrecía limonada. “La confianza” mutua iba en aumento. Un día las invitó a su dormitorio mientras esperaban turno para hacer uso de las redes, con la justificación de que era la habitación más fresca de la casa.

Un día, Pedro les dijo que, para aliviar el calor, lo mejor era tomar un mojito; les ofreció, a ellas les gustó y les enseñó a prepararlos. Aquí, prefiero no continuar, ya sabemos qué ocurre cuando el alcohol entra a la vida de los adolescentes, también para María y su amiga ocurrió que el alcohol se convirtió en el portero de otras sustancias, así que cuando Pedro ofreció marihuana, no encontró resistencia abierta, solamente tímidas dudas que no sobrevivieron a la tercera invitación.

Una tarde, María decidió regresar a casa porque se hacía tarde y los padres preguntarían dónde estuvo, para no levantar sospechas, María se fue, pero su amiga dijo que su mamá siempre regresaba tarde del trabajo y nunca le preguntaba nada, confiaba en ella.

A la mañana siguiente, durante el receso escolar, la amiga dijo a María que ella creía que la habían violado porque no recordaba que ocurrió, pero su cuerpo estaba diferente y recordaba vagamente, al menos dos rostros sobre su cara, cuerpos sobre su cuerpo y sensación de no poder hacer nada.

María la llevó a su casa y le contaron a la mamá (de María) y entre todas decidieron decirlo a la madre de la amiga y hacer una denuncia oficial en la policía.

A partir de este momento, en que María y su mamá deciden exponerse públicamente, a cambio de que Pedro reciba su merecido, se desata toda una tormenta para María y su familia. La madre de la amiga la culpa de lo que le ha ocurrido a su hija, los compañeros de escuela la tildan de “chivata” y los maestros asumen una actitud culpabilizadora y la sancionan. En tanto, el proceso judicial contra Pedro comienza con todo el rigor que la ley penal cubana estipula.

Hasta este punto, considero suficiente información que permite tener una idea de lo ocurrido y también facilita la comprensión de las estrategias trazadas para el abordaje psicológico, no solamente de María, sino, de comprender por qué hacer extensiva la intervención a otras personas.

Volviendo al caso María, el análisis muestra que la adolescente María, supo burlar el control de los padres; la escuela se parapeta en posición defensiva, temiendo que la responsabilidad les vaya a caer encima; los compañeros dan muestras de lealtad hacia los victimarios y de paso, consideran que la compañera violada es víctima de María por ponerla en evidencia; por su parte, los padres, especialmente la madre, perfeccionista, ambos centrados en el desarrollo de los hijos, sienten que la familia está sumida en la incomprensión general y se debaten entre si hicieron bien en denunciar el hecho, dado que

ahora, el blanco de devaluaciones es María. Sin embargo, queda un protagonista implicado en el hecho, que se mantiene invisible: la comunidad donde ocurren los hechos, en tanto, un hombre que vive solo, recibe frecuentemente la visita de adolescentes que entran y salen y, por otra parte, a las autoridades que desconocen la existencia de un centro ilegal de juegos de computación.

Debo aclarar que nunca conocí a la amiga violada de María, con ella nunca trabajé, pero a María, la tenía frente a mí, así que, finalmente, establecemos el contrato terapéutico para comenzar lo que inicialmente programamos para seis sesiones de trabajo.

Sin embargo, no me sentía satisfecha, porque, a mi modo de ver, se trata de un caso bien complejo, un caso con varios implicados desde lo social, lo psicológico, y lo legal; implicados que juegan el rol de facilitadores y dos juegan el rol de víctimas victimizadas. Y continuaba preguntándome, ¿me conformo con la relación terapéutica con María?, ¿es que María va a vivir ajena al entorno estudiantil?, ¿es que los adultos van a evolucionar espontáneamente a otros esquemas mentales menos cerrados?

No puedo, por razones ajenas a mi voluntad, trabajar con la comunidad, cierto, pero, sí puedo trabajar con lo que en mi servicio llamamos “adultos significativos”, es decir, padres y maestros.

De modo que, paralelo a las sesiones individuales con María, se empezó a gestar una estrategia para hacer intervención con los compañeros de estudio, con los padres de esos compañeros y con los maestros. La intervención no podía esperar, tampoco podía hacer intervenciones impensadas, aunque, como no se trataba de una investigación científica, podía obviar algunos pasos burocráticos que enlentecen el proceso, sin olvidar que debía dejar memoria escrita de todo e implicar a otros ejecutores. En este punto, entran dos colegas jóvenes y cuatro estudiantes de Psicología que en ese momento cursaban el penúltimo año de la carrera, todos llenos de energía y ganas de hacer.

El equipo, ya conformado, nos hicimos la siguiente pregunta: ¿cómo diseñar y conducir un proyecto que combine la prevención universal y la específica, que favorezca la asunción de conductas responsables en la población adolescente identificada como vulnerable, a partir de la situación antes descrita y cómo implicar a padres y maestros sin que se sientan cuestionados?

Para ello, debíamos tener claro cuál sería el objetivo general

Sin lugar a dudas, este fue el momento en que más diálogos y discusiones productivas vivió el equipo. Definir el objetivo general del proyecto llevó por los caminos del debate: ¿Calidad de Vida?, ¿Estilos Saludables de Vida?, ¿Bienestar Psicológico? Finalmente llegamos al consenso de que una de las grandes fortalezas del ser humano, es asumir las responsabilidades que la vida va demandando de acuerdo al ciclo vital por el que se transite, algo que percibimos como defectuoso en una parte de los adolescentes y jóvenes.

Partimos también del criterio que asumir responsabilidades personales, familiares, sociales, docentes o laborales y conducirse de forma coherente con ello, aunque no exento de dificultades, seguramente tendría una incidencia en el estilo saludable de vida, en la calidad de vida y en el bienestar psicológico.

Definitivamente, el objetivo central de la experiencia/proyecto, es contribuir al desarrollo de Estilos Responsables de Vida, asumiendo el siguiente concepto:

Estilos responsables de vida: Conjunto de actitudes y comportamientos hacia uno mismo, hacia los otros y hacia el medio ambiente, ajustados a lo que demande el ciclo vital por el que se transita, de modo tal que pueda preservar sus derechos y deberes sin ser desplazado de su disfrute y cumplimiento.

Entre **los resultados esperados y deseados por el equipo de trabajo se encuentran los siguientes:**

- Potenciar el desarrollo del autocuidado.
- Contribuir al desarrollo consciente de la responsabilidad.
- Favorecer la adquisición de información contrastante con la información promotora del consumo y a comportamientos sexuales irresponsables.
- Ampliar el horizonte cognoscitivo relacionado con las adicciones y la sexualidad en los adolescentes, padres y maestros.
- Desarrollo de actitudes responsables del bienestar propio y el ajeno.
- Potenciar el desarrollo habilidades emocionales.
- Potenciar actitudes facilitadoras del autoconocimiento, autocuidado y autorregulación.
- Ampliar el horizonte acerca de cómo acompañar a los alumnos en el logro de sus metas.
- Ampliar el horizonte acerca de cómo acompañar a los hijos en su tránsito a la adultez y el logro de sus metas.
- Favorecer la toma de decisión de rechazo ante la alternativa real de consumo de sustancias y de comportamientos sexuales de riesgo.

Así que, comenzamos por un proceso de análisis de las necesidades de la población objeto de estudio e intervención, es decir, de los adolescentes, del cuerpo docente y de los adultos responsables del cuidado de los adolescentes en cuestión.

Se impuso una revisión bibliográfica rápida y la búsqueda de otros especialistas que fungieran como expertos para valorar el programa de intervención, para luego pasar a una fase de entrenamiento del equipo de trabajo.

Los aspectos éticos esenciales a tener en consideración están relacionados con: velar por el cumplimiento de la confidencialidad profesional; entregar el documento de consentimiento informado e informar verbal y por escrito a los participantes en el proyecto las características del mismo.

Diseño del Programa:

La duración de la aplicación del programa para cada ciclo será de 2 a 3 meses.

El programa de intervención estaría compuesto por sesiones de **una intervención semanal** los temas serían seleccionados teniendo en cuenta los resultados más significativos del análisis de contenido realizado en la fase 1 y según lo referido en la bibliografía consultada.

Las sesiones tendrían **duración** entre una hora treinta minutos a dos horas y las técnicas a emplear serían, técnicas psicodramáticas, el visionaje y debate de materiales audiovisuales para cada tema, la técnica “La Línea de la Vida”, y otros recursos auxiliares seleccionados según el estado de ánimo de los participantes y las problemáticas que emerjan. Cada mes habría una sesión de cierre, enriquecido por la producción literaria, plástica o de otra naturaleza, referidos al material trabajado y producido por los propios participantes.

Al finalizar cada sesión, el equipo de trabajo hará un análisis de la relatoría de la sesión.

Descripción de los instrumentos y recursos psicológicos a emplear

- **Dinámica grupal:** Conjunto de interacciones, actitudes y aptitudes de un grupo de personas ante diferentes situaciones que determinan la evolución del mismo; en este caso, el grupo tiene la estructura de un grupo de orientación.
- **Técnicas de autocontrol:** parten del principio de que las personas pueden usar diversas conductas controladoras del comportamiento sobre el que se quiere ejercer influencia; entre las técnicas de autocontrol más usadas están las seleccionadas para el proyecto: control de estímulos, auto observación y entrenamiento de respuestas alternativas.
- **Técnicas de relajación:** cualquier método, procedimiento o actividad que ayuda a una persona a relajarse, es decir, reducir su tensión física y/o mental. Generalmente permiten que el individuo alcance un mayor nivel de calma reduciendo sus niveles de estrés, ansiedad o la ira. La relajación de la tensión muscular, el descenso de la presión arterial y una disminución del ritmo cardiaco y de la frecuencia respiratoria son algunos de sus beneficios en la salud.
- **Modelado:** Técnica derivada de los trabajos de Bandura sobre el aprendizaje vicario o por modelos. Parte del hecho que se puede aprender determinados comportamientos sin necesidad de que sean realizados por el mismo sujeto, sólo por la simple observación de los comportamientos de otras personas.
- **Tareas inter sesiones:** Recurso psicoterapéutico que consiste en asignar tareas para ser realizadas en el espacio de tiempo inter encuentro, con el objetivo de reforzar y/o facilitar el logro de los objetivos propuestos.

- Experimentos, Juegos y Reglas: procedimientos usados por la Terapia de la Gestalt para lograr que los participantes logren una toma de conciencia que les permita darse cuenta de lo que ocurre en el presente, dentro y fuera de sí mismos para que las personas logren una forma mejor de contactarse con el ambiente y satisfacer de manera más ajustadas, sus necesidades.
- *Psicodrama*: Modalidad de grupo psicoterapéutico desarrollado por J. L. Moreno, en la cual los participantes exteriorizan conflictos íntimos a través de la dramatización. A través del empleo del psicodrama, se persigue, además de la exploración de conflictos, entrenar a los sujetos en el perfeccionamiento o adquisición de nuevos roles y una mayor espontaneidad y creatividad en la expresión de la vida cotidiana. La sesión se desarrolla en tres fases: la preparación o caldeamiento, la dramatización y el debate
- *Play back*: Es una forma de improvisación teatral basada en lo que cuenta el público durante la presentación (sensaciones, pensamientos, historias, fantasías, sueños...). Está inspirado en el Movimiento de Teatro Experimental, en el Psicodrama y en la tradición oral de las culturas antiguas.
- *Cuestionarios*: El cuestionario es un documento formado por un conjunto de preguntas que deben estar redactadas de forma coherente, organizada, secuenciada y estructurada de acuerdo con una determinada planificación, con el fin de que sus respuestas puedan ofrecer toda la información que se precisa.

Procedimiento:

Una vez seleccionados los estudiantes y convocados, también se convoca a los padres o responsables de su cuidado para participar en las sesiones de talleres que funcionarán paralelamente a los talleres con los estudiantes; se procede de forma similar con los profesores.

El contenido temático y los objetivos son similares para los tres grupos de trabajo, se asume que, durante el desarrollo de las sesiones, pueden ocurrir variaciones estratégicas.

Sesión 1:

Objetivos de la sesión: facilitar el conocimiento de los participantes y del equipo de trabajo para estimular la cohesión grupal y el trabajo interactivo; identificar las expectativas de los participantes para armonizar mejor los intereses entre ellos y el equipo de trabajo; hacer emerger las áreas focalizadas por los talleristas como factores positivos de desarrollo; identificar conceptos de bienestar y responsabilidad asumidos por los participantes; facilitar la percepción de los roles asumidos que contribuyen al bienestar y estimular la contrastación con la realidad; adentrar en la percepción de riesgo y protección desde el ámbito familiar y social.

Guía temática:

- Presentación del equipo de trabajo y levantamiento de las expectativas. (30 minutos)
- ¿Qué es bueno para mi, hijo/alumno? (20-30 minutos)
- ¿Qué “pinto” yo en el bienestar actual y futuro de mi hijo/alumno y cómo lo hago? (30 minutos)
- ¿Qué cosas, personas o situaciones interfieren con el bienestar (mío, de mi hijo/alumno)? (30 minutos)
- Cierre

Se seguirán las pautas de teatro debate.

Sesión 2:

Objetivos de la sesión: estimular la concepción de la vida del hijo como un continuo, en el cual, el presente puede definir importantes aspectos del futuro, razón por la cual, es preciso cultivar el presente; facilitar la percepción de la importancia de lo cotidiano en la vida de los hijos y el rol de los padres en ello.

Guía temática:

- Asociación de colores y formas con la idea de la calidad de vida de los hijos en el pasado en el presente y en el futuro, utilizando el recurso gráfico “el Escudo de la Vida”.
- Debate
- Cierre

Sesión 3:

Objetivos de la sesión: facilitar la auto percepción de funciones paternas y estimular cognitiva y emocionalmente el análisis de los temas de interés identificados. Identificar la percepción de responsabilidad del adolescente en su bienestar general. Contribuir a la ventilación de situaciones específicas relacionadas con los temas tratados y estimular la elaboración colectiva de posibles soluciones.

Guía temática: habilidades emocionales.

- En dependencia del análisis de la sesión anterior y la identificación de los factores de protección y riesgo, así como de los roles asumidos por los talleristas, se procederá, después del saludo y la introducción, a la presentación de una canción de Buena Fe o de un documental, de un corto de ficción o poema relacionado con el tema emergente de mayor contenido cualitativo y cuantitativo.
- Debate
- Cierre

Sesión 4 (opcional)

Objetivos de la sesión: identificar el papel del grupo en la etapa adolescente; rol paterno/profesoral versus rol grupal

Guía temática:

Recordar la etapa adolescente y las pertenencias grupales, similitudes y diferencias con la de los hijos, éxitos en el manejo

Se diseñará como resultado de los temas emergentes de las sesiones anteriores.

Sesión 5 ¿Qué te dice la palabra drogas?

Objetivos de la sesión: Indagar los factores facilitadores al consumo desde la familia; estimular la percepción de riesgo; abordaje del tema de las adicciones en general; información acerca de las diferentes sustancias adictivas y las consecuencias; favorecer la importancia de la prevención de sustancias lícitas e ilícitas.

Guía temática:

- Delimitación de las diferentes adicciones (a sustancias, actividades, personas o situaciones).
- Información acerca de los diferentes tipos de drogas
- Información acerca de los efectos de las diferentes sustancias
- Debate
- Cierre

(Valorar solicitud de colaboración al CENATOX)

Sesión 6:

Objetivos de la sesión: ventilar las preocupaciones relacionadas con el sexo; identificar los recursos de protección específicos y reforzarlos; identificar los factores de riesgo.

Guía temática:

- Presentación de material fílmico
- Debate
- Cierre

Sesión 7:

Objetivos de la sesión: facilitar la libre expresión de los participantes, relacionadas con los riesgos en general y en especial con el tema del consumo de sustancias psicoactivas y las conductas sexuales.

Guía temática:

- A través de técnicas psicodramáticas, identificar las “tropas aliadas” que protegen y apoyan e identificar las “tropas enemigas” que engañan y agreden. En estas tropas están incluidas, tanto personas, situaciones como cosas.
- Debate
- Cierre

Sesión 8:

Objetivo de la sesión: Cerrar el ciclo de talleres y evaluación.

Guía temática:

- Indagar la relación entre satisfacción y expectativas iniciales utilizando escala del 1 al 10
- ¿Qué me aportó?
- ¿Qué me queda pendiente?
- Resultaron suficientes las sesiones realizadas

- ¿Qué otros temas añadirías?
- ¿Cómo evaluaría el procedimiento y las técnicas empleadas?
- P-N-I
- Cierre con Teatro Espontáneo

a) Resultados

El grupo acepta a María y respeta su realidad (no ocurrió con alumnos de otros grupos).

Se evidencia un ambiente de mayor camaradería y respeto en el alumnado de ese grupo.

Se observa a los padres más implicados en la organización escolar, más atentos a las actividades extra curriculares y con una actitud de apertura al diálogo.

Maestros más implicados en el desarrollo integral de sus alumnos, más allá de la responsabilidad de transmitir conocimientos teóricos.

b) Evaluación (de la experiencia y del impacto de la misma)

No creo que estemos en condiciones de evaluar resultados de la experiencia, porque no hubo un diagnóstico exhaustivo previo que nos permitiera hacer un análisis comparativo riguroso, solamente podemos referir la satisfacción por la labor realizada, teniendo en cuenta lo que han reportado a los estudiantes de pre grado que participaron como coordinadores de las sesiones de trabajo, la sensibilidad que fueron capaces de aportar a la tarea, poder alistarse para realizar otras tareas de intervención preventiva o terapéutica y, en base a los resultados descritos arriba, podemos evaluar la experiencia de satisfactoria.

Por otro lado, la aceptación y disfrute demostrada por los adolescentes que participaron en los talleres, asociada a la forma indirecta de abordar temas álgidos que hasta el momento les resultaban repetitivos y tediosos.

Creemos que otro impacto está asociado a que los profesores y padres se descolocan del lugar del saber y la perfección para de forma lúdica arribar a temas difíciles y dirigir una mirada más empática a los adolescentes con los que se trabaja.

c) Conclusiones

El equipo considera la experiencia compartida, como un pilotaje que permite enmendar errores del programa, también permite evaluarnos como coordinadores y dejarnos atravesar por las vivencias ajenas y mirar las propias con otro lente. Aun así, arriesgamos algunas conclusiones.

Se observa una apertura de los padres a volver la mirada hacia sí mismos, no solamente hacia los hijos, cuando algún evento familiar se torna conflictivo.

Los alumnos mostraron una actitud más respetuosa y empática hacia María.

Los maestros comenzaron la búsqueda de soluciones a realidades, no solamente relacionadas con la docencia.

La conclusión fundamental, emanada del análisis de la experiencia, es convertirlo en un proyecto que pueda generalizarse y buscar financiamiento para su desarrollo.

La sensibilización y capacitación a estudiantes de las carreras pedagógicas, de psicología y de derecho, es una de las tareas más importantes para la implementación del proyecto.