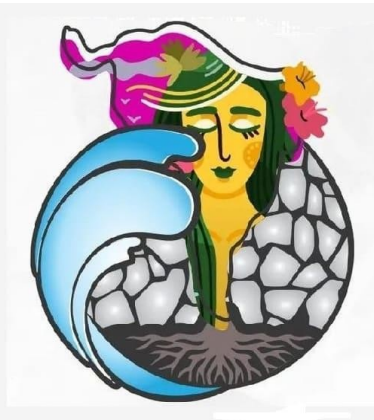




IX CONGRESO
Marplatense
INTERNACIONAL
de Psicología

Titulo

¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento? Promoción de la salud con perspectiva de género

Autorxs:

Juan M. Cingolani; Jimena Salas Battesti; Claudia Castañeiras & Adela Crovara

Mails de contacto

juan_cingolani@hotmail.com - jimesb@gmail.com - claudiamdq@gmail.com
adee.crovara@gmail.com

Institución y/o lugar de referencia:

Proyecto de extensión: *¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento?* Facultad de Psicología. UNMDP

Resumen:

Este trabajo se enmarca en el proyecto de extensión, *¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento?* Se trata de una propuesta orientada al desarrollo saludable en adolescentes, que surgió inicialmente como proyecto de investigación. Derivado de ese trabajo publicamos el PIPs-A, un programa de intervención en formato grupal diseñado y validado para estimular recursos y habilidades psicosociales en adolescentes de 15 a 18 años (Cingolani & Castañeiras, 2018). El PIPs-A está organizado en cuatro módulos orientados al afrontamiento de situaciones novedosas;

la identificación y manejo de las emociones; el desarrollo de habilidades comunicacionales; y el afianzamiento de una autonomía responsable.

Como extensionistas, desde el 2016 venimos consolidando un equipo de trabajo interdisciplinario, sensible a las necesidades y vicisitudes del mundo adolescente.

En este sentido, nuestro proyecto se radica en el Centro de Extensión Universitaria Puerto, y articulamos con la Dirección de Protección de Derechos de la Niñez Juventud, la ONG Jóvenes Solidarios, la ONG Asociación Mundo Igualitario, y escuelas públicas municipales y provinciales.

A partir del trabajo conjunto y en base a las necesidades y características de cada espacio trabajamos en diferentes ejes:

- Ofrecemos los talleres PIPs-A para adolescentes en instituciones y organizaciones territoriales, en modalidad grupal.
- Brindamos Ciclos de Charlas abiertos a la comunidad con el propósito de acompañar y visibilizar los intereses e inquietudes que forman parte de las adolescencias, como suicidio, diversidad sexual, consumo, alimentación y cuerpos.
- Organizamos espacios académicos de Prácticas Socio Comunitarias, orientados a la formación integral de les estudiantes.

Durante el último año, y a partir de una demanda identificada por el Centro de Extensión Puerto de la UNMDP, nos propusieron generar una propuesta de intervención en AMI (Asociación por un Mundo Igualitario), una ONG de Mar del Plata que milita la garantía y cumplimiento de los derechos de la comunidad LGBTTTIQA´+. Les adolescentes que participan frecuentemente en el espacio se identifican como identidades de género disidentes o no hegemónicas: transgénero, no binarie, agenero, género fluido. Los derechos sexuales o el derecho a la sexualidad hacen referencia al derecho humano a expresar la propia sexualidad sin discriminación por motivos de orientación sexual. En este sentido, AMI crea y sostiene espacios de acompañamiento desde una mirada popular de género y diversidad.

En base a esta demanda incorporamos la perspectiva de género como marco que nos permitiera revisar críticamente el PIPs-A, y reflexionar sobre los efectos de la cisheteronorma, las diferencias asignadas de forma cultural a los géneros varón y mujer, para poder diseñar talleres que puedan dar respuesta a esta demanda.

Desde nuestra función extensionista, y con el objetivo de promover una mayor articulación entre la comunidad universitaria y les adolescentes vinculades a AMI, trabajamos identificando, conceptualizando y analizando críticamente diferentes nociones orientadas a la salud adolescente, y diseñamos e implementamos talleres grupales dirigidos a la población adolescente trans y no binarie que participan habitualmente de las propuestas de la organización.

En este sentido, nos propusimos construir -en conjunto con AMI- un espacio de reflexión que priorice las necesidades subjetivas de esta comunidad, que aloje sus voces y que intente comprender, analizar y acompañar las experiencias y temas con los que se identifican.

En base a este recorrido organizamos este trabajo, que se propone dar cuenta de lo realizado en esta etapa inicial por el equipo extensionista, identificando los principales aspectos que han fortalecido la propuesta, y también los obstáculos con los que nos encontramos, dinámica que guiará la consolidación de acciones futuras con el fin de lograr un compromiso y sinergia entre docencia, investigación y extensión crítica.

Eje Temático:

Abordaje de la salud mental

Subtema:

Promoción de la salud

Palabras claves:

PIPs-A – Adolescencia – Promoción de la salud – Perspectiva de género –
Extensión crítica

Trabajo (máximo 8 paginas- incluida bibliografía y gráficos)

Introducción

Este trabajo se enmarca en el proyecto de extensión, *¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento?* Se trata de una propuesta orientada al desarrollo saludable en adolescentes, que surgió inicialmente como proyecto de

investigación. Derivado de ese trabajo publicamos el PIPs-A, un programa de intervención en formato grupal diseñado y validado para estimular recursos y habilidades psicosociales en adolescentes de 15 a 18 años (Cingolani & Castañeiras, 2018). El PIPs-A está organizado en cuatro módulos orientados al afrontamiento de situaciones novedosas; la identificación y manejo de las emociones; el desarrollo de habilidades comunicacionales; y el afianzamiento de una autonomía responsable.

Como extensionistas, desde el 2016 venimos consolidando un equipo de trabajo interdisciplinario, sensible a las necesidades y vicisitudes del mundo adolescente.

En este sentido, nuestro proyecto se radica en el Centro de Extensión Universitaria Puerto, y articulamos con la Dirección de Protección de Derechos de la Niñez Juventud, la ONG Jóvenes Solidarios, la ONG Asociación Mundo Igualitario, y escuelas públicas municipales y provinciales.

A partir del trabajo conjunto y en base a las necesidades y características de cada espacio trabajamos en diferentes ejes:

- Ofrecemos los talleres PIPs-A para adolescentes en instituciones y organizaciones territoriales, en modalidad grupal.
- Brindamos Ciclos de Charlas abiertos a la comunidad con el propósito de acompañar y visibilizar los intereses e inquietudes que forman parte de las adolescencias, como suicidio, diversidad sexual, consumo, alimentación y cuerpos.
- Organizamos espacios académicos de Prácticas Socio Comunitarias, orientados a la formación integral de les estudiantes.

Durante el último año, y a partir de una demanda identificada por el Centro de Extensión Puerto de la UNMDP, fuimos convocados a generar una propuesta de intervención en AMI (Asociación por un Mundo Igualitario), una ONG de Mar del Plata que milita la garantía y cumplimiento de los derechos de la comunidad LGBTTTIQA´+. Les adolescentes que participan frecuentemente en el espacio se identifican como identidades de género disidentes o no hegemónicas: transgénero, no binarie, agenero, género fluido. Los derechos sexuales o el derecho a la sexualidad hacen referencia al derecho humano a expresar la propia sexualidad sin discriminación por motivos de orientación sexual. En este sentido, AMI crea y sostiene espacios de acompañamiento desde una mirada popular de género y diversidad.

En base a esta demanda incorporamos la perspectiva de género como marco que nos permitiera revisar críticamente el PIPs-A, y reflexionar sobre los efectos de la cisheteronorma, las diferencias culturales asignadas a los géneros, y de esa forma diseñar talleres para trabajar colaborativamente en este sentido (FALGBT, 2011).

Desde nuestra función extensionista, y con el objetivo de promover una mayor articulación entre la comunidad universitaria y les adolescentes vinculades a AMI, trabajamos identificando, conceptualizando y analizando críticamente diferentes nociones orientadas a la salud adolescente, y diseñamos e implementamos talleres grupales dirigidos a la población adolescente trans y no binarie que participan habitualmente de las propuestas de la organización (Ghiso, 2000).

Es así que nos propusimos construir -en conjunto con AMI- un espacio de reflexión que priorice las necesidades subjetivas de esta comunidad, que aloje sus voces y que intente comprender, analizar y acompañar las experiencias y temas con los que se identifican.

Si bien desde el equipo veníamos capacitándonos e incorporando la perspectiva de género para abordar cada uno de los módulos del PIPs-A, implementar los talleres en el espacio AMI nos obligó a revisar cada una de las actividades, incluso el modo de difundir la propuesta entre les adolescentes.

¿En qué consistió la propuesta del PIPs-A en AMI?

En la primera instancia de esta intervención, y al tratarse de una propuesta novedosa en el marco de esta ONG, diseñamos una encuesta de Google Forms con el propósito de conocer a les adolescentes, saber sus edades, compartirles los módulos que organizan el PIPs-A (afrontamiento, emociones, comunicación y autonomía responsable), y explorar sus motivaciones para poder abordar luego aquellas otras temáticas que fuesen de sus intereses.

Participaron 20 adolescentes cuyas edades variaron en un rango de 12 a 23 años. Respecto a la elección de ejes de su interés predominó, en primer lugar, la motivación por abordar estilos y modos de comunicación, en segundo lugar, afrontamiento de situaciones de tensión, en tercer lugar, construcción de la identidad y autonomía y, finalmente, el módulo orientado a la identificación y regulación de las emociones.

A partir de este relevamiento el equipo del PIPs-A desarrolló un plan de trabajo teniendo en cuenta los intereses de les adolescentes. Se adaptaron los 10 talleres originales convirtiéndolos en una propuesta de cinco encuentros, con el objetivo de que les adolescentes pudieran contar con un espacio que estimule el desarrollo de recursos que los ayuden a tomar decisiones, que puedan comunicarse de manera efectiva y asertiva, que desarrollen estrategias de afrontamiento para solucionar conflictos y habilidades interpersonales que les permitan construir una autonomía responsable progresivamente, todas estas

temáticas abordadas desde una perspectiva de género, abordando así las necesidades e intereses identificadas en este grupo de adolescentes.

En una segunda instancia, habilitamos un período de inscripción a los talleres y logramos organizar 2 grupos, conformados por 15 y 20 adolescentes cada uno. Teniendo en cuenta las actividades ya previstas en la sede de la ONG, la disponibilidad del equipo de coordinadoras, y las diferencias evolutivas de quienes conformarían cada grupo, establecimos horarios para trabajar en 2 franjas etarias: a la mañana el grupo de 12 a 17 años, y a la tarde el grupo de 18 a 23 años. Cada grupo estaría coordinado por dos miembros del equipo extensionista, y también participaría uno de los referentes de la ONG. Para estar en contacto con los participantes organizamos 2 grupos de WhatsApp, recurso que facilitó la comunicación interencuentros, para confirmar asistencia, compartir materiales psicoeducativos y sostener un canal de contacto durante la semana.

Descripción de los encuentros

ENCUENTRO 1: Comunicación

Los objetivos del primer encuentro fueron:

- Conocer la importancia de la comunicación humana.
- Establecer relaciones y diferencias entre lenguaje verbal y no verbal.
- Caracterizar y diferenciar tres estilos básicos de comunicación: agresivo, pasivo y asertivo.
- Conocer distintas habilidades que favorecen situaciones de encuentro e intercambio con otros.
- Identificar y reconocer el propio estilo de comunicación y las habilidades sociales necesarias para lograr una buena comunicación con los demás

Tanto en el turno de la mañana como en el de la tarde, iniciamos con una actividad de presentación en la que todos debíamos decir cómo quisiéramos que nos llamen, nuestros pronombres y alguna característica con la que nos identifiquemos.

Luego, dimos inicio a la etapa de caldeoamiento a través de un juego llamado “*Las 4 esquinas*”, que consistió en leer en voz alta afirmaciones referidas a los 4 módulos que trabajaríamos a lo largo de los talleres. Respecto a sus sentimientos con la frase y a su identificación con ella, les adolescentes debían caminar hasta una de las esquinas y posicionarse frente a los carteles con las palabras “*nunca*”, “*a veces*”, “*casi siempre*” y “*siempre*”.

Las coordinadoras también participamos del juego para fomentar la seguridad de los adolescentes y dar ejemplos al momento de reflexionar sobre las frases. En ambos grupos, con esta actividad se logró generar confianza y plantear una forma de trabajo desestructurada que giraba en torno a la conversación e intercambio de experiencias de forma respetuosa.

En el grupo de la mañana con la frase “*Cuando tengo un problema me cuesta pedir ayuda*” todos los adolescentes, sin excepción, eligieron la esquina “*Siempre*”. Indagamos al respecto y las respuestas fueron conmovedoras. Un adolescente aseguró que nadie en su familia estaría dispuesto a ayudarlo y que, cuando había buscado su apoyo, se encontró con una rotunda negativa. Otro comentó que cuando pidió ayuda se encontró con respuestas violentas y despectivas, sobre todo al tratarse de sus antiguas amistades. Ambos chicos admitieron con tristeza sentirse solos y haber recibido abusos y maltrato de las personas que supuestamente, deberían garantizarles seguridad y protección.

Utilizando la actividad como situación estímulo, abordamos psicoeducativamente algunos contenidos del módulo comunicación: qué es, cómo y para qué la utilizamos, y algunas posibles relaciones entre comunicación

y lenguaje . Esto se realizó a través de materiales audiovisuales previamente seleccionados, utilizando el humor como recurso a través de videos. También utilizamos algunos comentarios de la red social Tik Tok ofensivos, con la finalidad de introducir temas complejos y profundos de un modo posible por fuera de juicios y prejuicios instalados.

Al finalizar el encuentro, les dimos una actividad inter-encuentro con la siguiente consigna: *“Les vamos a pedir que, hasta que nos volvamos a encontrar, hagan un registro con la intención de identificar los distintos estilos de comunicación en la vida cotidiana y que reflexionen si necesitarían modificarlos y por qué”*.

Como cierre del encuentro, enviamos a cada grupo por WhatsApp una infografía con un resumen de lo visto.

ENCUENTRO 2: Afrontamiento

Los objetivos de este encuentro fueron:

- Identificar fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana.
- Explorar características personales que pueden actuar como recursos para afrontar situaciones de tensión.
- Aprender sobre diferentes modos de afrontamiento.
- Reconocer el modo personal de afrontamiento.
- Favorecer la flexibilidad y capacidad adaptativa del afrontamiento.

Dimos inicio al encuentro repasando los conceptos vistos en el taller anterior sobre la comunicación, consultándoles a los adolescentes cómo les había resultado y en qué medida habían podido incorporar los contenidos abordados en la vida cotidiana.

Luego habilitamos un momento psicoeducativo orientado a revisar los modos de afrontamiento. Como actividad disparadora, compartimos tres audiovisuales y describimos, en conjunto, distintos modos de afrontamiento para indagar con qué formas se identificaban mayormente, siempre haciendo hincapié en que no hay formas “*buenas*” o “*malas*” de afrontar.

Invitamos a les adolescentes a que nos comenten alguna situación, personal o ficticia, en donde sus protagonistas hayan tenido que afrontar alguna situación de tensión para, de esa manera ir co-construyendo desde las propias experiencias en qué consiste afrontar y cómo es posible hacerlo. En relación a estos disparadores, pensamos conjuntamente sus características: si genera estrés, si produce entusiasmo, si provoca temor, etc. Relacionamos estas experiencias con los tipos de evaluación primaria y secundaria, y los modos de afrontamiento.

Una de las jóvenes comentaba que sus formas directamente se alineaban con la aproximación conductual, en el sentido de que todo lo encaraba de forma “*feroz*” y sin miedo. La mayoría, entre risas, recordaba actitudes evitativas, pero entre todos fuimos construyendo ejemplos de los distintos modos, para dar cuenta de que son estrategias que utilizamos todo el tiempo (muchas veces sin saberlo), de acuerdo a las circunstancias y los estilos propios.

La última actividad consistió en separar a les adolescentes en 4 grupos. Utilizamos una caja con 4 herramientas (literalmente), cada una de ellas tenía un cartel que explicitaba un modo de afrontamiento. A partir de material audiovisual previamente seleccionado que mostraba situaciones de tensión, cada grupo debía pensar de qué manera afrontar la situación con la herramienta que le tocó.

Finalmente, les dimos la tarea inter-encuentro. Consistía en que, durante la semana, intenten reconocer modos de afrontamiento en sus actividades

cotidianas y analizar en qué medida les resultan eficaces, sin juzgar si están bien o mal.

ENCUENTRO 3: Emociones

En este encuentro nos propusimos los siguientes objetivos:

- Identificar las emociones básicas y sus principales características.
- Comprender la función adaptativa de los estados emocionales.
- Conocer las relaciones entre los pensamientos, las emociones y las conductas que organizan la experiencia y el funcionamiento personal.
- Promover el desarrollo de habilidades para regular las emociones.
- Facilitar la expresión emocional.

Al comienzo del encuentro retomamos lo visto en los encuentros anteriores. Una de las adolescentes nos comentó que compartió los archivos del taller con amigas y debatieron los contenidos. El taller de la tarde fue mucho más descontracturado que los demás, se centró fundamentalmente en la reflexión y en los relatos de situaciones que angustiaban a las adolescentes.

Relacionamos los modos de afrontamiento y la comunicación con las emociones para dar inicio al tema del encuentro. Se abordaron temas como las inseguridades de cada adolescente en relación a sus cuerpos, sus parejas, sus vínculos afectivos, miedos, etc.

Surgieron relatos de situaciones traumáticas. Una adolescente comentó una situación de abuso psicológico vivida con su pareja, seguida de un intento de suicidio, sumado a transitar problemas de salud. A nivel grupal se notó cierta incomodidad e intentos por cambiar el foco del problema. Ante esto, una de las coordinadoras retomó su relato para darle lugar a la experiencia compartida, habilitando un momento de reflexión y analizando posibles modos de tramitar

lo sucedido, resaltando la importancia de poder poner en palabras lo vivido, y buscando en el grupo herramientas para abordar la situación, generando así cierto alivio en le adolescente y en grupo todo.

A lo largo del encuentro, seguimos reflexionando grupalmente sobre las experiencias que angustian a les adolescentes, sobre el respeto, la comunicación, qué hacer con las emociones que sentimos, qué hacemos cuando nos sentimos mal, cómo explorar estrategias que nos permitan transitarlas, etc.

ENCUENTRO 4: Autonomía y construcción de la Identidad.

En este caso, los objetivos del encuentro fueron:

- Identificar las características de la adolescencia como etapa de cambio y transformaciones físicas, psicológicas y sociales.
- Caracterizar la construcción de la autonomía, su relación con el autoconcepto y autoestima.
- Favorecer el proceso de desarrollo personal autónomo y adaptativo a través del autoconocimiento.
- Incorporar la noción de autoeficacia.

Al comenzar el taller, retomamos los temas vistos anteriormente estableciendo relaciones entre ellos. Luego, construimos grupalmente los contenidos referidos al desarrollo de una autonomía responsable: caracterizamos los cambios de la adolescencia para poder pensarse en el proceso de crecimiento y desarrollo, abordando conceptos como autoestima, autonomía y autoeficacia.

Se habilitó un espacio de reflexión grupal a partir de los temas tratados. Surgieron relatos sensibles por parte de algunos adolescentes, con la muerte como tópico principal. Varies contaron situaciones en las que había fallecido

gente muy joven o muy cercana. A partir de esto, las coordinadoras logramos reencuadrar y comenzar a hablar de las emociones y del trabajo del duelo, junto a la importancia de transitar la tristeza y comprender su función.

Al finalizar este momento del taller, dimos inicio a la actividad llamada “*Cajita de la maldad*”. Con el fin de indagar qué ideas tenían sobre sí mismos, cada adolescente y las coordinadoras escribimos en un papel, de forma anónima, dos o tres valoraciones negativas que alguna vez nos hayan dicho o pensemos de nosotros mismos y las pusimos en una cajita ubicada en el medio del salón.

Una vez que todos les adolescentes escribieron las valoraciones negativas, nos sentamos en ronda leyéndolas en voz alta, al azar y respetando el anonimato ya que el objetivo era reflexionar qué podemos pensar para contrarrestar esos mensajes o quizás respuestas que podríamos darle a la persona que los hace, a modo de ejercicio para trabajar las valoraciones positivas propias.

Luego de una muy rica reflexión grupal, en la que circuló la palabra y se intercambiaron ideas, pasamos a la última actividad “*Cajita para combatir la cajita de la maldad*”, similar a la anterior, pero opuesta en relación al contenido. Cada adolescente debía escribir en un papel, de forma anónima, dos o tres valoraciones positivas que alguna vez les hayan dicho o que ellos piensen de sí mismos. Al finalizar, leímos en voz alta las afirmaciones y reflexionamos.

Finalmente, el cierre de los encuentros se realizará el sábado 3 de diciembre, por lo que es una experiencia que estamos transitando en el marco de este Congreso. Para el encuentro final, nos propusimos reunir a todos les adolescentes que participaron en los dos talleres en un mismo horario para compartir un picnic, conversar sobre lo aprendido y construir entre todos una producción original que de cuenta de sus pensamientos y sentimientos durante los talleres. De acuerdo a los intereses de los adolescentes, se realizará una bandera

que represente al grupo, y que quedará en la sede de AMI. Un collage donde todos puedan dejar una frase o dibujo representando lo que experimentaron en los encuentros.

Conclusiones

Con más de 10 años de trabajo con grupos de adolescentes, desde el equipo extensionista nos propusimos adecuar nuestros talleres PIPs-A a partir de las demandas e intereses identificados a partir del trabajo junto a integrantes de AMI. Trabajamos así identificando, conceptualizando y analizando críticamente diferentes nociones orientadas a la salud adolescente, y diseñamos e implementamos talleres grupales dirigidos a la población adolescente trans y no binarie que participan regularmente de las propuestas de la organización. Como profesionales y estudiantes de la salud, nos propusimos construir -en conjunto con la organización- un espacio de reflexión que priorice las necesidades subjetivas de esta comunidad, que aloje sus voces y que intente dar respuesta y analizar las problemáticas con las que se identifican.

Frente a los cambios que se vienen sucediendo a nivel social y cultural, y que han dado lugar a nuevas formas de vinculación y de autopercepción, nos pareció fundamental llevar adelante este dispositivo orientado a la promoción de la salud mental, desde un enfoque preventivo con perspectiva de género. En base a este desafío nos propusimos también sistematizar la experiencia junto a quienes participan del espacio y referentes comunitarios, generando así material de lectura sobre niñeces y adolescencias trans que dé cuenta de lo trabajado durante la actividad, invitando a repensar nuestras prácticas y avanzar en la construcción colectiva de herramientas para acompañar a les adolescentes, como protagonistas de sus propias vidas.

Bibliografía

Cingolani, J. M., & Castañeiras, C. (2018). *¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento? PIPs-A: Programa de intervención Psicosocial para Adolescentes*. Buenos Aires: Paidós.

Federación Argentina LGBT (FALGBT) (2011). *Ley de Identidad de género*.

Recuperado Septiembre 2022 desde <https://falgbt.org/identidad-de-genero/>

Ghiso, A. (2000). *Potenciando la diversidad. Dialogo de saberes, una práctica hermenéutica colectiva*. Revista Aportes, 53, 57-70

Subsecretaría de Políticas de Diversidad Sexual del Gobierno de Santa Fe (2019).

Infancias y Adolescencias trans, de género variable. Orientaciones para su acompañamiento. Recuperado Septiembre 2022 de

<https://www.unicef.org/argentina/informes/infancias-y-adolescencias-trans-genero-variable>