

Acción psicosocial para fortalecer la salud mental de los estudiantes de la Institución Educativa Rural Puerto Arango

Psychosocial action to strengthen the mental health of Puerto Arango Rural Educational Institution students.

● **Nelly Campos Ramírez**

Perfil e institución: Investigadora del grupo “Pasos de libertad”, psicóloga especialista en Psicología clínica y Magíster en Psicología comunitaria, líder del semillero “Huellas universitarias”, dinamizadora del Sistema de Servicio Social Unadista y del Observatorio Intersistémico Regional en la zona Sur
Correo electrónico: nelly.campos@unad.edu.co
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9203-3453>
Nacionalidad: colombiana

● **Astrid Carolina Ospina Marín**

Perfil e institución: Investigadora del grupo “Desarrollo Sociocultural, Afecto y Cognición”, psicóloga especialista en Pedagogía para el aprendizaje autónomo y candidata a Máster en Neuropsicología y educación, dinamizadora del Escenario Práctico SISSU-OIR en Psicología
Correo electrónico: astrid.ospina@unad.edu.co
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4704-0301>
Nacionalidad: colombiana

● **Orlando Montenegro Romero**

Perfil e Institución: Director del curso de Psicología social, psicólogo especialista en Educación, cultura y política, Magíster en Intervención psicosocial. Investigador del grupo “Subjetividades y sujetos colectivos”
Correo electrónico: orlando.montenegro@unad.edu.co
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6151-6500>
Nacionalidad: colombiana

Resumen

El proyecto identificó diversas problemáticas en los estudiantes, como la falta de comunicación con sus padres, la necesidad de abordar temas como la prevención del suicidio, la sexualidad responsable, el uso adecuado de la tecnología y la autoestima. El objetivo fue implementar un acompañamiento psicosocial en la escuela para fortalecer la salud mental de los adolescentes. Incluyó el diseño de talleres psicoeducativos sobre salud mental, la formación de padres y docentes en estrategias de apoyo emocional, y el seguimiento del estado de salud mental de los estudiantes. La metodología utilizada fue el modelo de investigación-acción participativa IAP; además, se implementó el trabajo grupal e individual con estudiantes, padres y docentes, con actividades como charlas, foros y talleres. Se utilizó el “Mapa de sueños”, que ayudó a los estudiantes a visualizar sus metas y las dificultades que enfrentan. Se realizaron foros sobre temas como la prevención del suicidio y el liderazgo, y se estableció una escuela de padres para fortalecer la comunicación y las relaciones familiares. Asimismo, se abordaron problemas emocionales, como la baja autoestima y la falta de vínculos familiares sólidos, a través de estrategias preventivas que buscan mejorar el bienestar emocional de los estudiantes. Durante las prácticas, se implementaron acciones psicosociales con 165 personas, fortaleciendo a las familias y promoviendo una crianza consciente. Se sensibilizó a los padres sobre el manejo adecuado de las emociones y métodos de disciplina. En los estudiantes, se fomentó el desarrollo de líderes resilientes y competentes, creando espacios seguros para la expresión emocional.

Palabras clave: acciones psicosociales, acompañamiento psicosocial, bienestar psicológico, problemas, salud mental.

Abstract

The project identified several problems in the students, such as lack of communication with their parents, the need to address issues such as suicide prevention, responsible sexuality, appropriate use of technology, and self-esteem. The objective was to implement a psychosocial accompaniment in the school to strengthen the mental health of adolescents. It included the design of psychoeducational workshops on mental health, the training of parents and teachers in emotional support strategies, and the monitoring of the mental health status of the students. The methodology used was the participatory action research model IAP; in addition, group and individual work was implemented with stu-

dents, parents and teachers, through activities such as talks, forums and workshops. The “Dream Map” was used to help students visualize their goals and the difficulties they face. In addition, forums were held on topics such as suicide prevention and leadership, and a parents’ school was established to strengthen communication and family relationships. In addition, emotional problems such as low self-esteem and lack of strong family ties were addressed through preventive strategies aimed at improving the social and emotional well-being of students. During the internship, psychosocial actions were implemented with 165 people, strengthening families and promoting conscious parenting. Parents were sensitized on the proper management of emotions and methods of discipline. In the students, the development of resilient and competent leaders was fostered, creating safe spaces for emotional expression.

Keywords: psychosocial actions, psychosocial accompaniment, psychological well-being, Problems, mental health.

Introducción

El Observatorio Intersistémico Regional (OIR) propicia múltiples relaciones entre la universidad y las comunidades en sus territorios y microterritorios, y busca reconocer, analizar y comprender las distintas dimensiones territoriales con el objetivo de propiciar y afianzar el liderazgo transformador mediante la construcción colectiva de proyectos de transformación social con líderes y lideresas. El OIR define cuatro líneas de acción, como son la económica-productiva, la sociocultural, la ambiental y la tecnológica, que trabajan de la mano con los planes de desarrollo y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) 2030. Con esa finalidad, se lleva a cabo el ejercicio de la acción del conocimiento en el municipio de Florencia, capital del departamento del Caquetá, conocida como “la Puerta de Oro” de la Amazonía colombiana. El territorio que enmarca esta joven ciudad fue poblado a mediados del siglo XIX por colonos seducidos por la abundante producción de la quina, materia prima del caucho.

El municipio de Florencia, capital del Caquetá, está ubicada en la región centro-sur, a unos 252 km de la ciudad de Neiva y a 519 km de la ciudad de Bogotá. Este municipio cuenta con 176.706 habitantes (Ministerio de Hacienda y Crédito Público [Minhacienda], 2021, p. 3). Por otra parte, la organización administrativa del municipio está constituida por cuatro comunas en su zona urbana y siete corregimientos en el área rural. La ganadería es la principal fuente de la economía en el sector primario, teniendo en

cuenta la alta producción de carne y leche, esto es, el doble propósito del sector bovino. Así mismo, la pesca, la agricultura y la minería forman parte de este sector primario de la economía de la ciudad capital del departamento del Caquetá. La industria y la construcción son las principales actividades del sector secundario de la economía. Por último, en el sector terciario encontramos el comercio y los servicios, especialmente el sistema financiero bancario y cooperativo. Es así como, desde la red sociocultural de la Cátedra Miguel Ramón Martínez (CMRM), junto con la comunidad, se ha venido realizando un proyecto de transformación social, denominado “Acompañamiento psicosocial en la Institución Educativa Rural Puerto Arango”. El proyecto, en síntesis, consiste en proponer, desarrollar y ejecutar acciones solidarias que contribuyan a impulsar el reconocimiento de una salud mental adecuada y el fortalecimiento de las relaciones y comunicación entre padres e hijos.

El trabajo se realiza en la Institución Educativa Rural Puerto Arango, corregimiento de Venecia, municipio de Florencia, con la comunidad de padres de familia, estudiantes y vecinos. Se aborda desde la Cátedra Miguel Ramón Martínez y se utiliza como metodología la investigación acción participativa (IAP). La IAP permite el trabajo directo con las comunidades desde la formación y capacitación de líderes según sus necesidades, identificadas mediante seis etapas secuenciales: *Acogida OIR, Diagnóstico, Diseño y elaboración, Gestión de proyectos de transformación social (PTS), Implementación y Evaluación e impacto*.

Se han ido obteniendo frutos del proceso. El primero, el poder validar y analizar los hallazgos, resultados e impactos del proceso práctico de acuerdo con las acciones psicosociales implementadas, a través de la sistematización y socialización de la experiencia; de este modo, se resignifica el rol del psicólogo unadista en los diferentes contextos que van alimentando la construcción de proyectos de transformación social. Así mismo, se ha logrado conformar un equipo integral que cuenta con amplia experiencia y conocimiento en aportar colectivamente al desarrollo de las regiones, al reconocimiento territorial, a la delimitación de las problemáticas latentes de la comunidad. Por último, la formulación de la propuesta cuenta con la aprobación de la comunidad y da solución a varios inconvenientes como elaboración, comercialización, reconocimiento, sostenibilidad y empleo, entre otros.

Problemáticas de la comunidad

En la Institución Educativa Rural Puerto Arango, se observaron algunas particularidades que llamaron la atención. Por ejemplo, los estudiantes que forman parte de la institución provienen de contextos socioeconómicos diversos: algunos de ellos perte-

necen a la zona rural y otros pertenecen a la zona urbana, lo que hace que el ambiente y la forma de afrontar las problemáticas presentadas se asuman de distintas maneras. Conforme a estas percepciones y observaciones, se identificaron las problemáticas que se detallan más adelante.

En el proceso de diagnóstico, se tuvo la posibilidad de entrar en contacto con algunos de los estudiantes jóvenes de la institución, quienes manifestaron que no sentían que sus padres les comprendieran y que tampoco tenían la suficiente confianza y facilidad para expresarles sus sentimientos.

En el proceso, se propuso la necesidad de abordar temáticas como la prevención del suicidio, educación para una sexualidad sana, noviazgo responsable, equidad de género, sustancias psicoactivas, el manejo adecuado de la tecnología, autoestima y competencias socioemocionales ya que “Aquellos estudiantes que se han identificados en riesgo de padecer un trastorno mental, o quienes tengan una deficiencia cognitiva, requerirán de abordajes interdisciplinarios dentro y fuera de la institución” (-Buschiazzi, 2023, p. 26). Estas temáticas fueron elegidas observando las situaciones, expresiones y comportamientos de los estudiantes de la Institución Educativa Rural Puerto Arango.

Objetivos

Se implementó un acompañamiento psicosocial en la Institución Educativa Rural Puerto Arango con el fin de fortalecer la salud mental en los adolescentes, diseñando talleres psicoeducativos sobre la salud mental a partir de las necesidades identificadas en los actores de la institución educativa, con el fin de proporcionar herramientas prácticas y recursos informativos. Además, se estableció un programa de formación para padres y docentes que incluyera estrategias de acompañamiento y apoyo emocional promoviendo la comunicación, crianza positiva y fortalecimiento del vínculo entre padres e hijos. También se realizó un seguimiento al acompañamiento psicosocial donde se indagó sobre la salud mental en los estudiantes, utilizando herramientas de diagnóstico que permitieron identificar las problemáticas emocionales y conductuales.

Enfoque o modelo teórico

La etapa de la niñez, adolescencia y juventud suelen ser complejas, ya sea por la presión social, por los cambios biológicos e incluso de residencia, quizás por la toma de algunas decisiones y, lo más complejo, por la necesidad del manejo de la parte emo-

cional. Los fundamentos de la salud mental brindan lo necesario para lograr aportar a dichas problemáticas con intervenciones o actividades puntuales. Es fundamental tener presente que, como indica Sarmiento (2017), “La salud mental en la infancia y la adolescencia es crucial para el éxito en la escuela y en la vida”(p. 03). Es oportuno en el aprendizaje contar con el bienestar mental para que los individuos tengan mayor habilidad y destreza en la adquisición de nuevos conocimientos, pero, incluso más allá de esto, el bienestar mental beneficia a todas las esferas de la vida de cada estudiante, consiguiendo que lleve una vida plena y segura. En este sentido, afirma Buschiazzo:

[Cuando] los niños y los adolescentes presentan problemas emocionales, comportamentales y de aprendizaje, suelen tener bajos rendimientos académicos que pueden ocasionar fracaso o deserción escolar, con los consecuentes desenlaces negativos en términos de salud mental, educación, trabajo y oportunidades en la vida. Por tanto, la intervención que se realice desde la escuela en estos casos puede ser determinante para el futuro de los niños y los adolescentes.(Buschiazzo, 2023, p. 26).

Con respecto a los problemas emocionales, es básico reconocer cuáles son esos factores de riesgos que hacen que el estudiante tenga esas problemáticas. Cada situación permite o conduce a resaltar cada emoción, y a la edad de los estudiantes es desafiante el manejo adecuado de las emociones. Por ello es común encontrar adolescentes que quieran llamar la atención con arrogancia, con palabras agresivas, con conductas negativas.

En escenarios de trabajo en equipo, se pueden implementar juegos que puedan ayudar al desarrollo de las capacidades afectivas y otras acciones que hacen que el aprendizaje sea adecuado. Como indica Buschiazzo (2023), muchas de las dificultades que tienen los estudiantes “se derivan de distintas problemáticas a nivel del contexto familiar y sociocultural en que viven, por lo que pueden ser contrarrestadas con estrategias que promuevan el desarrollo social y emocional, y con intervenciones preventivas a nivel psicosocial”(p. 26). Entre esas problemáticas se puede resaltar la falta de vínculos sólidos dentro del hogar, la ausencia de confianza de hablarle a un hijo, de demostrarle que puede sentirse seguro en el hogar. Por eso se creó la escuela de padres, vinculada al modelo sistémico, es decir, haciendo el reconocimiento apropiado de cada individuo y la influencia que cada uno tiene en el hogar. De este modo, se logra comprender que la base fundamental de la sociedad es la familia, en la que se enseñan los valores, que, luego, se desenvuelven en los distintos escenarios de lo social.

Por otro lado, uno de los derechos principales de cada ser es el derecho a la salud. En consecuencia, la salud mental debe o debería ser uno de los primeros niveles de la je-

rarquía de las necesidades para que el ser humano logre alcanzar la autorrealización, pretendiendo con esto que cada individuo logre destacar en cada lugar reconociendo sus fortalezas, sus debilidades e incluso sus oportunidades.

Ahora bien, quienes deben acompañar este proceso de salud mental en la institución son los docentes. Como indica Buschiazzi (2023), es indispensable que los docentes conozcan, identifiquen y adquieran estrategias para abordar este tipo de problemas de salud mental, de tal manera que se pueda intervenir oportuna y adecuadamente. Los docentes tienen la responsabilidad de acompañar a cada estudiante, trazando las estrategias de la ruta de su aprendizaje. Son el apoyo y los que apadrinan este proceso de cada adolescente. El docente puede, incluso convertirse, en mentor: aquel que los escucha, aquel que los aconseja, aquel que les brindan una voz de aliento y motivación para educarse y para lidiar con cualquier dificultad que se les presente en la vida.

La educación no solo consiste en conceptos teóricos: también son principios y valores, son enseñanzas y anécdotas basadas en las experiencias de otros. Los padres suelen brindar ese acompañamiento ético, moral y pragmático, pero los docentes también corrigen esas conductas sociales no apropiadas que se presentan en el aula e incluso en el patio de recreo. Este último es el espacio donde, de manera puntual, se da la creación de lazos de amistad, conociendo personalidades diferentes, pensamientos distintos, actitudes y rasgos que pueden lograr ganar la confianza de los demás, vinculándolos al círculo de los más cercanos, lo que se conoce como amistades.

Metodología

Población objetivo: Los temas de estas prácticas fueron diseñados para la escuela de padres, para todos los acudientes de la institución educativa. De igual, forma también se trabajó con los niños de Primaria de grados Tercero a Quinto y con todos los adolescentes y jóvenes de grados Sexto a Undécimo, con un aproximado de 116 estudiantes cuyas edades oscilan entre los diez (10) y los diecinueve (19) años. Todos los estudiantes se encuentran matriculados en la Institución Educativa Rural Puerto Arango.

Procedimiento: Las prácticas se realizaron de forma grupal e individual. Se llevaron a cabo foros educativos con los estudiantes de forma dinámica y grupal. Antes del trabajo individual, se inició por cada uno de los grados brindando charlas sobre los temas elegidos. Se contó con la asistencia de todos los niños de cada grado y con el acompañamiento del docente titular y los practicantes psicólogos en formación, quienes desarrollaban las charlas.

Las escuelas de padres se desarrollaron de forma grupal citando a los padres de familia o acudientes por grados. Fueron agrupados, en Primaria, de la siguiente manera: padres de los grados Preescolar, Primero y Segundo, un grupo; Tercero, Cuarto y Quinto, otro grupo. Fueron agrupados de este modo debido a que son pocos los estudiantes en estos cursos. Para Educación Secundaria y Media (bachillerato), se organizó a los padres de la siguiente forma: padres de los alumnos de Sexto y Séptimo, un grupo; de Octavo y Noveno, otro grupo; y de Décimo y Undécimo, un último grupo. Así, con diferentes espacios, logramos que los padres asistieran a la escuela y escucharan los temas a tratar. Los practicantes de psicología brindaron la información, explicando a los padres de qué se trata esta dinámica y los temas elegidos. También se manejaron de forma individual los casos que requerían realizar orientaciones más específicas y particulares. En el transcurso de estas prácticas, se desarrollaron varias actividades con los estudiantes como “el Mapa de sueños”, “El manejo de las emociones” y “El valor de lo que me rodea”. Todas estas actividades fueron acogidas por la institución educativa, tanto estudiantes, como docentes y padres de familia.

Duración: Las prácticas se estructuraron en 4 fases adecuadas a cada curso, las cuales se fueron llevando a cabo de acuerdo con los plazos establecidos para cada una. En primera instancia, se realizó una identificación de necesidades o problemáticas, seguida por la elaboración de un plan de acción que se implementaría durante el primer periodo de práctica (escenario 1 del 2023). Posteriormente, se procedió a culminar cada fase de manera progresiva hasta llegar a la presentación del informe ejecutivo y la realización completa de la práctica, dando continuidad el escenario 2 durante el segundo periodo del 2023.

Recopilación de datos: La información obtenida fue recolectada mediante la utilización del instrumento denominado “Observación a los estudiantes”. Para llevar a cabo este ejercicio, se tuvo en cuenta su comportamiento y expresión verbal, además de las conversaciones que se entablaron con los jóvenes y docentes de la institución para poder comprender las problemáticas que existían en esta comunidad educativa. También se entrevistó al rector de la institución, que expresó varios temas que debían tratarse para que brindáramos un apoyo adecuado y pertinente.

Qué se hizo: Los estudiantes de prácticas de Psicología realizaron el acercamiento a las comunidades, mediante las siguientes fases de la Cátedra Miguel Ramón Martínez:

- **Acogida OIR:** Se realizó una interacción comunitaria. Se hizo un proceso de reconocimiento de los actores sociales. Se socializaron los objetivos y propósitos del OIR y sus alcances con las comunidades. Así mismo, se presentó

la valoración actual de su territorio y el establecimiento de la misión y visión comunitaria orientada al mejoramiento de la calidad de vida de las personas.

- **Diagnóstico:** Se dio a conocer la situación de la comunidad y de sus pobladores identificando sus necesidades, así como sus satisfactores, los recursos con que cuentan y las potencialidades de solución en términos de calidad de vida. Se aplicaron herramientas como el “Mapa de sueños comunitarios”, la cartografía social y charlas de sensibilización.
- **Diseño:** Los talleres de acompañamiento psicosocial permitieron diseñar espacios educativos para que los padres de familia pudieran tener una ayuda frente a las pautas de crianza, adquiriendo lineamientos funcionales que le brindaran estructuras sociales y prioritarias para el hogar. De esta manera, en el Escenario de Prácticas en Psicología se trabajaron diferentes temas de salud mental y se aplicaron métodos relacionados con los modelos humanista y sistémico. Este proceso constituye el punto de encuentro entre el futuro profesional y el contexto ocupacional, que le facilita al estudiante la preparación para el trabajo a través del acercamiento a escenarios laborales.

A continuación, se relacionan los talleres y actividades ejecutadas.

La primera actividad, titulada “Mapa de sueños”, se llevó a cabo con la participación de todos los grados de la institución. Con esta actividad, se pudieron identificar los sueños de los jóvenes y, a la vez, las dificultades que enfrentaban para lograrlos. La aplicación de esta herramienta se realizó de forma didáctica y visual, fomentando la creatividad a través de recortes o dibujos, según la preferencia de cada participante, para plasmar sus sueños. Se crearon carteles que reflejaban sus sueños, los cuales fueron colocados en cada una de las aulas escolares de la institución.

La segunda actividad realizada consistió en los foros educativos dirigidos a los estudiantes donde se abordaron varios temas de importancia para los jóvenes, como liderazgo y sustancias psicoactivas, sana convivencia, el valor de lo que me rodea, prevención del suicidio y competencias socioemocionales. Antes de iniciar cada charla, se realizaba una dinámica de romper hielo para entrar en confianza con los estudiantes y, así, lograr que prestaran atención a las charlas que se les brindaba. En este mismo marco se inició la escuela de padres, que se nombró “Creciendo en familia”. En la escuela, se ofrecieron temas para el fortalecimiento de la comunicación y relación con los hijos, sobre todo para los que tienen hijos que están entrando a la adolescencia. Se abordaron temas como “Pautas de crianza”, “El rol del padre de familia en casa”, “Cómo ayudar a mi hijo en su adolescencia”, “La tecnología me puede

alejarse de mi hijo”, “El castigo que trauma” y “Cómo generar confianza en mi hijo”, Con los padres de familia se realizaron actividades de interacción entre todos y dinámicas para que perdieran un poco la pena y participaran. Con estas capacitaciones, se logró que los padres interactuaran con sus hijos y afianzaran sus lazos familiares.

En la tercera y última actividad o etapa se dio continuidad a la escuela de padres de manera más amplia o profunda. Esta herramienta fue muy bien recibida por parte de la institución educativa y de los padres de familia, debido a que, a través de su implementación, se generó el fortalecimiento de los vínculos familiares para que aumentara la confianza, comunicación y buenas relaciones entre padres e hijos. Se identificaron varios temas adicionales o puntuales a tratar con los padres de familia a través de la escucha activa. Los estudiantes, que en su momento manifestaron la poca comunicación y vínculo que tenían con sus padres, cambiaron su parecer luego de las charlas y capacitaciones, pues los padres tomaron conciencia de la importancia de la comunicación activa en sus hogares. Los talleres adicionales abordaron temas diversos por medio de actividades lúdicas, para que pudieran aprender con facilidad y aplicar todo lo aprendido en casa. Así mismo, en la escuela de padres se pudo evidenciar que se debían abordar los temas y sensibilizar a los padres sobre la forma adecuada de castigar a sus hijos. Se reconoció que existen padres enojados que no reflexionan en momentos de tensión y descargan en sus hijos esa energía negativa. Debido a esto, se debilitan los lazos de confianza y unión, comunicación y armonía en los hogares.

Por último, cabe mencionar que se llevó a cabo una jornada de salud mental en toda la institución, logrando resultados altamente satisfactorios. Los estudiantes participaron activamente y sacaron el máximo provecho de esta semana dedicada a la salud mental. La presencia de un mayor número de psicólogos en formación permitió brindar una atención más personalizada y enriquecedora, dando como resultado una jornada de mucho aprendizaje y crecimiento en la que se abordaron temas fundamentales para el bienestar emocional y psicológico de la comunidad educativa.

Cuando se hizo: Las intervenciones realizadas corresponden al Escenario de Prácticas en Psicología que se llevaron a cabo desde el 10 de marzo hasta el 28 de abril del 2023. Cada actividad se realizó en horarios de clases, y las escuelas de padres “Creciendo en familia” se llevaron a cabo en horario de contra jornada, esto es, iniciando a las 3:00 p. m. y terminando a las 4:15 p. m. para que, según el caso, los padres pudieran estar en compañía de sus hijos y compartir juntos las actividades.

Cómo se hizo: Antes de iniciar las actividades, los estudiantes de prácticas se presentaron ante los docentes, estudiantes y padres de familia. Con esto, se generó confianza

para que los practicantes dieran a conocer lo que querían lograr en el transcurso de sus prácticas.

Dónde se hizo: Todas las intervenciones durante la práctica se ejecutaron en las instalaciones de la Institución Educativa Rural Puerto Arango. Esta institución se encuentra ubicada al norte del municipio de Florencia, a una distancia de 12,7 km en el corregimiento de Venecia, sobre las riberas del río Ortegua.

Resultados

Durante las prácticas profesionales en psicología, se implementaron acciones psicosociales a través de la escuela de padres, generando una profunda sensibilización acerca de las pautas de crianza. Esta iniciativa se llevó a cabo con 165 personas (padres, acudientes y estudiantes) que no solo fortaleció los vínculos entre padres e hijos, sino que también sentó nuevas bases en el entendimiento de la salud mental. Los padres adquirieron una mayor conciencia sobre la ineficacia de métodos de castigo tradicionales y aprendieron a reconocer sus propias emociones descontroladas, lo que llevó a la creación de entornos más serenos y razonables para la disciplina.

En el plano individual de los estudiantes, se trazó un camino hacia el desarrollo de líderes resilientes y competentes. Estos jóvenes están ahora equipados con las habilidades necesarias para alcanzar cualquier meta que se propongan, mientras colaboran activamente en su comunidad mediante el trabajo en equipo. Además, se crearon espacios seguros donde los estudiantes pueden expresar sus pensamientos y emociones, tanto positivas como negativas, permitiéndoles transformar sus experiencias en impulsores para alcanzar sus objetivos.

Uno de los logros más relevantes fue la intervención directa con ciertos estudiantes, destacando la importancia crucial de contar con un orientador en cada institución educativa. Estos profesionales desempeñaron un papel fundamental al abordar problemáticas que afectaban el aprendizaje y el bienestar emocional de los estudiantes. A través de estas intervenciones, se proporcionó un espacio donde los estudiantes pudieron desahogarse, aprender a manejar sus emociones y mejorar sus interacciones sociales y emocionales.

Además, se implementó la cartografía social y el “Mapa de sueños” para identificar los proyectos de vida individuales de cada estudiante, estado actual de la comunidad y factores psicosociales que inciden. Este enfoque holístico se ha integrado en el curso

de práctica actual, permitiendo una continuidad en el proceso de empoderamiento y autoexploración de los estudiantes.

En resumen, estas prácticas profesionales no solo se enfocaron en mejorar las relaciones familiares y la crianza, sino que también han sentado las bases para un futuro más prometedor para los estudiantes, proporcionándoles las herramientas emocionales y sociales necesarias para enfrentar los desafíos de la vida con confianza y determinación.

Discusión y conclusiones

Puerto Arango es una vereda tienen la que habitan familias que han experimentado el desplazamiento forzoso por distintos grupos armados que sembraron el miedo, la inseguridad, y el desenfoco de ciertos individuos. Al momento de llegar a la institución, la población es observada y se evidencia su estado vulnerable en este sentido de terror y poca proyección a futuro. Se destaca el compromiso de cada miembro del equipo al momento de plantear el plan de acción. Se obtuvo una gran asistencia en la primera sección de la escuela de padres, permitiendo momentos de distracción/ entretenimiento, aprendizaje, fortalecimiento del trabajo en equipo y mejoría en la relación de padres e hijos.

Nunca se había logrado que la Institución Educativa Rural Puerto Arango contara con una jornada de salud mental, incluyendo profesionales que atendieran a niños, adolescentes y jóvenes. Se contó con una fructífera jornada que se enfocó en brindar apoyo psicosocial, acompañamiento por parte de orientadores, momentos lúdicos, y actividades de trabajo en equipo. Se finalizó con la actividad del día de los niños donde, en *stands*, ellos describían temáticas relacionadas con los derechos y deberes.

En la institución ya se habían realizado escuela de padres, pero no con psicólogos en formación. El impacto que esto generó en ellos fue muy potente y positivo debido que los temas que se trataron fueron de gran ayuda, pues el abordaje de 165 beneficiarios, entre padres de familia, acudientes y estudiantes, que participaron activa y consecutivamente en las actividades, condujo a una transformación social.

Hubo un día en que se trabajó sobre el proyecto de vida de los estudiantes. Aquí es donde se implementó el “Mapa de sueños”, una herramienta pedagógica que, a través del arte, nos permite reconocer ciertas metas que son importantes a la hora de planificar los objetivos. Esta actividad se enriqueció muchísimo por el gran aporte que le dieron los estudiantes del SSSU, pues, al compartir sus propias experiencias significativas, ayudaron a que la obtención de información fuera más fructífera. Esta actividad

fue muy significativa por la participación masiva de los estudiantes de la institución. Además, el impacto que generó en los cada uno fue plasmado y socializado frente a sus compañeros: el cartel de mapa de sueños quedó en cada salón. De esta forma, los estudiantes, tanto a nivel individual como grupal, se motivan a cumplir sus sueños.

El manejo de las emociones y la claridad de distintos conceptos como el estrés, la depresión y la ansiedad, sintomatologías, patologías y trastornos psicológicos, fueron los principales conocimientos que abrieron la puertas de la institución a los primeros practicantes de psicología y, aún más satisfactorio, que este primer acercamiento a la psicología fue con estudiantes de la UNAD. Estos talleres, donde los practicantes mostraron que tenían una comprensión muy amplia de esos temas, otorgaron la confianza de los padres a la hora de poner en marcha el plan de acción. Esto facilitó el trabajo con dicha población.

La adolescencia es una etapa muy compleja, llena de situaciones diversas y confusas, que crean en el individuo inseguridad, desconfianza y dificultades en la salud mental; ello, a menudo, lleva a los adolescentes a encerrarse en sus problemáticas. La empatía, la ética profesional y el carisma son esenciales para abordar esta etapa. Por ello, una de las estrategias que se aplicó fue el recurso a las pausas activas con temas que ofrecían momentos de tranquilidad, facilitaba el trabajo en equipo y despertaba el interés en los planes de acción. Estos planes ofrecen apoyo psicosocial y herramientas para enfrentar las problemáticas que se pueden presentar en la etapa de la adolescencia.

Mencionado todo esto, se tuvo como objetivo un cierre en cada grado, logrando contribuir a la intervención de dicha problemática identificada. El “Festival de la Salud Mental” se basó, principalmente, en abordar lo socioemocional a toda la comunidad educativa. La comunidad no lograba identificar la diferencia entre sintomatología, sentimientos y emociones, pero se pretendió tener un tiempo de preparación que contara con distintos escenarios donde se implementaron talleres que promueven el bienestar de cada individuo, direccionado por los psicólogos de apoyo (psicólogos en práctica) y acompañado por los docentes, profesional de inclusión social de la institución, padres de familia y otras instituciones de la salud mental, logrando que fuera un día productivo, lúdico, y recreativo.

Se propone que este tipo de talleres y festivales se continúen realizando en la institución educativa y, también, que este proyecto pueda elevarse a otros planteles y universidades en pro del bienestar mental de nuestro país.

Referencias

Buschiazzo, Y. (2023). La percepción del adolescente sobre las dificultades en su trayectoria académica y el acompañamiento socioemocional escolar y familiar [Trabajo final de licenciatura, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio Institucional UCA <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/16058/1/percepci%C3%B3n-adolescente-dificultades.pdf>

Ministerio de Hacienda y Crédito Público. (2021). *Municipio de Florencia*. Obtenido de <https://www.minhacienda.gov.co/>

Sarmiento, M. J. (2017). Salud mental y escuela. *Boletín Nuestro Diario Vivir*. <https://www.javeriana.edu.co/mentalpuntodeapoyo/wp-content/uploads/2017/12/Boletin-3-web-2017.pdf>