ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA GESTIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

STRATEGIES TO PROMOTE EMOTIONAL MANAGEMENT IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

<https://doi.org/10.53972/RAD.eifd.2020.3.21>

María Patiño Coral

Estudiante, Grupo de
investigación Innova,
Universidad de Nariño.
mafecoral97@gmail.com

Andrés Carlosama

Termal

Estudiante, Grupo de
investigación Innova,
Universidad de Nariño.
andrescarlosama97@
gmail.com

Palabras clave

Diseño social, lúdica,
desarrollo infantil, juego
de rol, comunidad.

394

Resumen

El presente proyecto busca abordar posibles soluciones a la gestión de las emociones de niños y niñas en entornos de violencia. Para ello, este se dividió en tres fases denominadas:

Oruga, crisálida y metamorfosis.

La metodología consistió en investigar, crear y prototipar las posibles soluciones que permiten la transformación del entorno, para así adoptar características que ayuden a los menores a gestionar sus emociones en diversas circunstancias. Como resultado se obtuvo una estrategia que fomenta el fortalecimiento de la gestión emocional de niños y de adolescentes con el fin de reducir conductas de riesgo que presenta la población de

estudio, ya que si se transforman las conductas de riesgo por conductas de protección se logra que los menores puedan desarrollarse adecuadamente.

Keywords

Social design, Playful,
Child development, Role
play, Community

Abstract

This project seeks to address possible solutions to the management of the emotions of boys and girls in violent environments. To do this, it was divided into three phases called: Caterpillar, chrysalis and metamorphosis. The methodology consisted of investigating, creating and prototyping the possible solutions that allow the transformation of the environment, in order to adopt characteristics that help minors to manage their emotions in various circumstances. As a result, a strategy was obtained that promotes the strengthening of the emotional management of children and adolescents in order to reduce risk behaviors that the study population presents, since if

risk behaviors are transformed into protective behaviors, it is achieved that minors can develop properly.

Hoy en día la violencia se presenta en casi todos los grupos sociales en mayor o menor medida, grupos de amigos, compañeros de trabajo, parejas, etc. Sin embargo, el más preocupante de todos es el grupo familiar, debido a que es el núcleo en el que niños, niñas y adolescentes aprenden a construirse, a valorarse como personas y sobre todo a construir su identidad social. El problema radica en que esto no sucede en muchos casos. En efecto, la familia se suele convertir en un ámbito en el que los niños, niñas y adolescentes se tornan víctimas de múltiples tipos de vulneraciones que influyen negativamente en su desarrollo personal y, consecuentemente, en el desarrollo social. Hay diferentes causas por las cuales un niño o adolescente no gestiona bien sus emociones, y muchas de estas son debido a situaciones agravantes que en algún momento afronta un menor. La mayoría de ellas están asociadas con la manera en cómo el niño interactúa con el entorno familiar que le rodea.

Es así como los entornos familiares seguros inciden en el desarrollo del niño, ya que le brindan seguridad y le ayudan a desenvolverse adecuadamente ante diferentes dificultades que se le presentan en su día a día. Por otro lado, cuando los menores crecen en entornos inseguros es más probable que sus necesidades no sean cubiertas y, por consiguiente, sean más propensos a ser vulnerados; esto desvelaría desventajas personales al momento de desarrollarse como personas en contextos a futuro (Cyrulnik, 2018).

Estas vulneraciones se presentan en mayor medida en los hogares unipersonales, de los cuales un 36,4% son dirigidos por madres (Min. Salud, 2015). Dichos hogares son más propensos a

tener problemas económicos, educativos, afectivos y comunicativos entre el cuidador y el niño. Situación que dificulta el bienestar de los miembros que conforman dicha familia. Los conflictos conyugales representan un factor de vulnerabilidad para los niños y adolescentes, lo que afecta directamente su psicología. En consecuencia: "(...) los menores expuestos al conflicto pueden sufrir retrasos en el desarrollo del cerebro, problemas de sueño, ansiedad, depresión y problemas de comportamiento" (Harold y Sellers, 2018, p. 3-4).

En ese orden de ideas, los autores hacen hincapié en el divorcio y las conductas de agresión mutua entre las figuras paterna y materna y la forma en que afecta esto a los niños y adolescentes. Ellos aseguran que los propios padres estarían enseñando a los hijos, de manera involuntaria, la forma de resolver los conflictos sin una buena gestión emocional. Por el contrario, les terminan por enseñar a hacer uso de la agresión verbal e incluso física para manejar y resolver una determinada situación. De igual manera, sostiene Álava (2018), especialista en psicología educativa y familiar: "Lo primero es el modelo que el niño está aprendiendo: en lugar de resolver los conflictos de forma afectiva y explicar las cosas con educación, aprende uno agresivo donde priman las discusiones e incluso las faltas de respeto" (p. 2).

En circunstancias similares, la violencia también es considerada una forma de vulneración contra un menor, puesto que afecta en un mayor o menor grado al desarrollo normal del niño. Esto ocurre independientemente de la tipología de la violencia, ya sea negligencia, abandono físico maltrato verbal o físico e incluso explotación sexual. En Colombia según el informe sobre Lesiones fatales y no fatales de causa externa según clasificación del contexto de violencia y desaparición publicado por Medicina Legal y Ciencias Forenses (2017), concluyen que 10.385 casos de violencia fueron en contra de niños, niñas y adolescentes en ese año; en consecuencia, el tipo de violencia por el cual el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) ingresa a la mayor cantidad de menores al Proceso Administrativo de Restablecimiento de Derechos está relacionado con el abuso sexual, seguido del maltrato físico, psicológico y negligencia (ICBF, 2018).

En este sentido, Alarcón, Araújo, Godoy y Vera (2010) resaltan las consecuencias del maltrato en los niños, las cuales se hacen más evidentes a partir de diversos comportamientos en la

escuela, el hogar y en la comunidad. Como consecuencia de estas, identifican problemas como la baja autoestima, problemas de atención, dificultades de aprendizaje y de conducta representados con comportamientos agresivos; también se evidenció retraso en habilidades académicas en diferentes áreas como matemáticas y el lenguaje; por último, se reveló que los niños expuestos a maltrato se les dificultaba desarrollar habilidades sociales en el momento de mantener relaciones interpersonales importantes. Este estudio da una perspectiva de la realidad a la que están expuestos los niños, niñas y adolescentes y cómo sus derechos son vulnerados reiteradamente. Esto termina por dejar a dicha población maltratada en desventaja en relación con los demás niños de su misma edad y repercutir severamente en su vida adulta a nivel personal y profesional.

De manera similar, otros informes evidencian los riesgos existentes consecuencia del maltrato en la infancia y en la adolescencia y cómo podrían incidir en un menor rendimiento académico y una baja capacidad de razonamiento. En adición a lo anterior, se debe tener en cuenta que generalmente estos niños hacen parte de familias con escasos recursos, lo que facilita la propagación de la pobreza, ya que tendrán las mismas dificultades para con sus hijos (Centro de Desarrollo Infantil de Harvard, 2016). Los individuos que han sido víctimas de cualquier tipo de violencia interpersonal durante la infancia o adolescencia tienen dos veces más riesgo de realizar intentos de suicidio cuando son jóvenes o adultos jóvenes. Tal riesgo casi se cuadruplica cuando el abuso ha sido sexual (Alonso, 2017).

El grupo social en el que se estudia el fenómeno se encuentra en la comuna 10, más específicamente en el Centro de Desarrollo Juvenil Santa Matilde en la ciudad de San Juan de Pasto. El centro, por lineamiento, tiene la facultad de recibir a niños desde los cero años hasta los dieciocho años de edad. Por ello, está dividido en dos zonas, una de ellas esta designada a la atención de la primera infancia y la otra, a la infancia y adolescencia. Debido a esto el foco investigativo se centra en la infancia y adolescencia, las edades de ingreso oscilan alrededor de los siete y los diecisiete años. Sin embargo, ha habido pocos casos de ingreso de jóvenes de dieciocho años, en su mayoría son niños entre los diez y quince años de edad.

Estos niños presentan factores en común de vulnerabilidad en diferentes niveles como el familiar, el cognitivo, el personal y el físico. Entre los casos más relevantes, se ha encontrado problemas de consumo de drogas, discapacidades psicomotoras, problemas de violencia intrafamiliar, niños que presentan algún tipo de abuso, niños en situación de trabajo infantil, niños con indicios de negligencia parental, incluso han llegado casos de niños no escolarizados, esta también es una causa por la cual el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) genera el ingreso a este centro de desarrollo.

Metodología

Para el desarrollo teórico del proyecto se abordaron conceptos propios de las ciencias psicológicas y del diseño. A partir de ellas se establecieron temáticas importantes en cada uno de estos campos de estudio. Desde el área de la psicología, la investigación toma la teoría de inteligencias múltiples de Howard Gardner y se enfoca exactamente en la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal. Esta primera responde a la capacidad de comprender a los demás y de poder entablar relaciones sociales. En cuanto a la segunda, se relaciona a la capacidad de conocerse a sí mismo, también tiene relación con el conocimiento y la gestión de las emociones propias y la forma en que recurre a ellas con el fin de afrontar una situación determinada (Gardner, 1993).

Adicionalmente a esto, la investigación también se enfocó en el constructo de inteligencia emocional planteado por Goleman. El autor explica que a partir de una adecuada gestión emocional se puede mejorar la relación que tienen las personas con los que los rodean como consigo mismos. Lo anterior es posible si se entienden las emociones propias y ajenas (Goleman, 2018).

Respecto al campo del diseño, se consultaron conceptos de diseño social. Sobre el tema se encontró información que era necesaria comprender alrededor de la motivación del diseño y su capacidad para proponer acciones y generar una transformación en un ámbito social a partir de la innovación de procesos y producto (Cabrera, 2011). De manera similar, se abordaron conceptos como diseño inclusivo y diseño universal, los cuales más adelante se acoplan a la metodología de diseño para lograr mejores resultados. De igual manera, se revisó el diseño en correspondencia a la creación

de espacios y a generación de juegos. Gracias a ello, se pudo conocer a profundidad conceptos relevantes de funcionalidad, habitabilidad y experiencia en función del espacio. Por último, se inspeccionó alrededor de los juegos de mesa hasta llegar a la gamificación. Todo este nuevo conocimiento resultó de vital importancia al momento de generar una estrategia para la población de estudio y el contexto en el que estos se encontraban.

En relación con el diseño metodológico que aplicó el proyecto, este se llevó a cabo en tres etapas que pretenden concluir en un resultado que minimice el problema planteado. La etapa uno se denominó oruga que trata especialmente sobre la investigación; la segunda etapa se llamó crisálida que se asocia con el acto creativo; por último, la tercera etapa se denominó mariposa que hace referencia a la transformación de la problemática.

Para la primera etapa, se recolectaron y analizaron datos recabados de los autores relacionados con la problemática a investigar como también del contexto. Dicha recolección se hizo mediante el uso de herramientas como entrevistas, grupos focales, observación participativa y revisión documental. El análisis de datos se compuso de dos partes. La primera de ellas la dirigió una psicóloga de la institución, por medio de la interpretación de algunos elementos gráficos realizados por los menores durante los talleres (observación participativa). Respecto a la segunda parte, se hizo un análisis comparativo de los datos generados por medio de las entrevistas y la observación participativa antes mencionadas. Dicho análisis ayudó a conocer y comprender el contexto y la población de estudio y cómo estos dos aspectos se relacionaban en el desarrollo de la problemática. Tras la fase de análisis se terminó por definir la problemática a abordar y, de esta manera, se procedió a la gestión de la estrategia que ayudará a mitigar la problemática en cuestión.

Para el desarrollo de la segunda etapa se consultó referentes tanto gráficos como proyectuales. Estos sirvieron de puntos de referencia al generar la estructura en los diferentes aspectos que la estrategia comprendería. Seguidamente a esto, se hicieron talleres con la comunidad en los que se evaluaron constantemente las actividades que conformarían el juego. Dichos talleres también tuvieron como propósito probar los diferentes elementos gráficos que generaba la propuesta. Paralelamente a lo anterior,

se efectuaron reuniones (brainstorming) con funcionarios de la institución con múltiples cualidades académicas en áreas como psicología, pedagogía y sociología. Esto era necesario para conocer cuáles podrían ser los posibles impactos tanto favorables como desfavorables a partir del desarrollo de las diferentes actividades para la población de estudio. De esta forma, se pudieron modificar o remover del juego.

Por último, el aspecto gráfico de la estrategia se hizo durante toda esta etapa y parte de la siguiente, pues al ser testeada con frecuencia con la población de estudio como con los funcionarios de la institución era necesario realizarle cambios hasta lograr que fuese adecuada para el proyecto. En esta fase del desarrollo gráfico se generaron piezas como identidad visual, escenarios, tablero de juego, personajes, cartas, empaques (maleta), dados y manuales de juego. Tras esta fase en el desarrollo de la estrategia, ya se tenía definido conceptualmente la estructura, la estética y la funcionalidad del juego y se había delimitado al mínimo los errores posibles al momento de la aplicación.

Para la última etapa, se consolidó los diferentes prototipos que se construyeron para las evaluaciones hechas durante los talleres. En el proceso de consolidación se tomaron los elementos, mecanismos y gráficas que mejor habían funcionado. Gracias a ello, se construyó un prototipo que cumplió a cabalidad con el funcionamiento y las necesidades que se buscaba mitigar. Posteriormente, se hizo un grupo focal con los funcionarios para que fueran ellos quienes probaran de primera mano el funcionamiento del juego y compartieran su experiencia al respecto. Esto con el fin de poder pulir aspectos que pudieran ser necesarios en ese momento, tras recibir algunas recomendaciones por los funcionarios y hacer los cambios al respecto, se modificó el prototipo generando así un prototipo final.

Resultados

Emotopía es el resultado de un proyecto de carácter social que se centra en la gestión emocional a partir de la modificación de conductas sociales y personales. Adicional a esto, sirve también como un apoyo para profesionales en la identificación de comportamientos en múltiples contextos que propone el juego durante su desarrollo. El juego plantea el fortalecimiento de cuatro habilidades en niños, niñas

y adolescentes, esto es: La autoestima, la empatía, el cooperativismo y la resolución de conflictos. A partir de actividades lúdicas y de la aplicación frecuente, pretende modificar conductas a la vez que se concluye el juego satisfactoriamente, pues la repetición continua de dichas actividades ayudará al menor a interiorizar conductas alrededor de la autoestima, empatía, resolución de conflictos y cooperativismo.

Para una adecuada jugabilidad de los participantes, es obligatorio la utilización del manual de juego enfocado para los menores. En este se encontrarán los personajes, los escenarios, elementos de juego y los pasos necesarios para el adecuado desarrollo y comprensión del juego de los menores. Adicionalmente a lo anterior, estará el manual de docentes y psicólogos, en el que se encontrará la información más detallada sobre el juego. En él se han dispuesto las dinámicas y una herramienta de observación para profesionales quienes podrían incluir notas respecto a las conductas de los menores presentes al momento de afrontar diferentes situaciones que plantea el juego.

Por último, se generó una maleta a modo de empaque con el propósito de transportar los elementos que componen el juego, lo que facilitó la utilización del mismo en diferentes lugares para los profesionales de la Fundación Proinco. Esta se divide en tres compartimientos de los cuales dos de estos se han determinado para los elementos del juego y un último para el material didáctico. Estos, se han predispuesto de esta manera, porque los elementos de juego se utilizarán en un primer momento durante la preparación del mismo, mientras que el material didáctico se usa a medida que el juego se va desarrollando.

Conclusiones

La implementación de la lúdica como herramienta de aprendizaje es una de las grandes fortalezas del juego producto de la presente investigación. Esta hace que los menores logren transformar conductas de riesgo en conductas de protección. La importancia del resultado final, está en el trabajo interdisciplinar que brindó a la investigación la posibilidad de entender la problemática desde diferentes puntos de vista. Solo así se pudo llegar a generar una propuesta coherente y que mitigara parcialmente la problemática. El

diseño y la participación de la población de estudio en el desarrollo del producto, crea una apropiación de los participantes con la propuesta elaborada y promueve de una manera más factible el propósito del proyecto.

Referencias bibliográficas

- Alarcón, L. C., Araújo, A. P., Godoy, A. P., & Vera, M. E. (2010). Maltrato infantil y sus consecuencias a largo plazo. *MedUNAB*, 13(2), 103-115.
- Alonso, J. (19 de febrero de 2017). Violencia infantil dobla el riesgo de intentos de suicidio en jóvenes. *El Espectador*. Recuperado de: <https://www.elespectador.com/noticias/salud/violencia-infantil-dobla-el-riesgo-de-intentos-de-suicidio-en-jovenes-articulo-680723>
- Álava, S. (3 de octubre de 2018). Así afectan las peleas de los padres a los hijos. *El País*. Recuperado de: https://elpais.com/elpais/2018/10/01/mamas_papas/1538378143_188451.html
- Cabrera, R. (Ed.). (2011). *Diseñar la inclusión, incluir al Diseño*. Buenos Aires: Ediciones Azzurras.
- Centro de Desarrollo Infantil de Harvard. (1 de julio de 2016). Erradicar la pobreza infantil para evitar un futuro problema social. *Dinero*. Recuperado de: <https://www.dinero.com/economia/articulo/pobreza-infantil-en-colombia-y-el-mundo-y-sus-problemas-/217851>
- Cyrułnik, B. (10 de diciembre de 2018). Resiliencia: el dolor es inevitable, el sufrimiento es opcional. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=_lugzPwpsyY&t=412s
- Gardner, H. (1993). *Inteligencias múltiples la teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (5 de noviembre de 2018). Los beneficios de la inteligencia emocional para nuestros hijos. Aprendemos Juntos. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=k6Op1gHtdoo&t=186s>
- Harold, G. & Sellers, R. (2 de abril de 2018). Qué efectos tienen sobre los hijos las peleas de sus padres frente a ellos. *BBC Mundo*. Recuperado de: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-43618412>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (25 de abril de 2018). *El Tiempo*. Recuperado de: <https://www.eltiempo.com/vida/educacion/icbf-denuncia-aumento-de-casos-de-violencia-contra-ninos-en-colombia-209826>

Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2017). Comportamiento de las lesiones fatales y no fatales de causa externa según clasificación del contexto de violencia y desaparecidos, Colombia. Recuperado de: <http://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/262611informaci%C3%B3n+de+lesiones+de+causa+externa+y+desaparecidos.+Colombia%2C+2017.xlsx/7b64bac4-6250-214a-0b27-e5db48a8ffaa>

Ministerio de Salud. (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental. Recuperado de: https://www.javerianacali.edu.co/sites/ujc/files/node/field-documents/field_document_file/saludmental_final_tomoi_color.pdf