

ARTÍCULOS

La Salud Mental en el aula. Abordaje psicosocial de problemas conductuales

29/nov/2004

M. del Mar Badia. Profesora de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación. Facultad de Psicología. Universitat Autònoma de Barcelona.

El objetivo de este artículo es por un lado compartir la experiencia adquirida en este terreno y por otro reflexionar sobre lo realizado y sensibilizar a los profesores del papel fundamental que desempeñan como generadores y modificadores de la conducta social de sus alumnos, y plantearles como alternativa preventiva la enseñanza de las habilidades sociales. La salud mental de la sociedad está en juego, por ello es importante preguntarnos: ¿De qué hablamos cuando hablamos de violencia? ¿Cuáles son las dinámicas interpersonales y sociales que conducen a establecer relaciones violentas?... Para ello se describirá una pequeña experiencia hecha con profesores de primaria y los beneficios que conllevó su implementación.

La mayoría de los problemas de conducta que presentan los alumnos en el aula posiblemente pueden ser debidos a desajustes con el medio escolar, social e incluso familiar. Estos alumnos a la larga pueden llegar a ser etiquetados como alumnos con problemas conductuales y sociales durante toda su escolaridad en el ámbito educativo.

La violencia, que se detecta en la sociedad en general y en las escuelas en particular, constituye uno de los problemas globales de nuestro sistema sociocultural que tiene sus raíces en hechos tales como las disparidades económicas y sociales, el desigual reparto de poder, la diferente socialización de género, la tensión étnica, la fragmentación de la comunidad, y un largo etcétera.

Sin embargo, las escuelas no tienen en su poder la resolución de todos estos problemas. La Comisión de Violencia y Juventud de la American Psychological Association (APA) (1993) dice: "Concluimos rotundamente, sobre la base de la investigación psicológica de la violencia, que no es un acontecimiento aleatorio, incontrolable e inevitable (...). Hay una arrolladora evidencia de que podemos intervenir efectivamente en la vida de los jóvenes para reducir y prevenir su implicación en la violencia (...). La educación en Resolución de Conflictos es fundamental para prevenir la violencia entre los jóvenes".

Algunas de las recomendaciones de la APA para afrontar el tema de la violencia juvenil son:

- Intervenciones en la primera infancia dirigidas hacia los padres.
- Intervenciones basadas en la escuela para ayudarle a ofrecer un entorno sano, y programas efectivos para prevenir la violencia.
- Incrementar la conciencia de la diversidad cultural y compromiso de los miembros de la comunidad en la planificación.
- Implementación y evaluación de las intervenciones.
- Programas educativos para reducir el prejuicio y la hostilidad, que son factores que llevan a comportamientos de odio y a la violencia contra grupos sociales.

Ante todo esto, no nos alejamos demasiado si consideramos que actualmente muchos de los niños y adolescentes pueden llegar a tener, sino los tienen ya, problemas de salud mental. No cabe duda de que la prevención es el tópico prioritario por lo que respecta a la salud en general. Pero en salud mental, resulta un tanto complicado. A diferencia de otros aspectos sanitarios, aquí no existen vacunas efectivas y fáciles de aplicar. Si bien existe el factor biológico dentro del abanico de causas determinantes de una enfermedad mental, no hay que menospreciar los aspectos familiares y sociales en los que está inmerso el sujeto. Es necesario evitar que los niños sigan enfermando. Para ello hay que proteger a las madres desde el momento en que se encuentran embarazadas, trabajar de forma temprana en el vínculo madre-hijo, combatir la desocupación y evitar aquellas conductas que llevan a las personas a ser violentas. Lo que más preocupa hoy son patologías como la violencia, el alcoholismo, la drogadicción, la anorexia, la bulimia y la depresión. Todas ellas llevan al absentismo laboral y acarrear problemas familiares.

La protección social del niño, del adolescente, del adulto y de los ancianos, mediante la mejora de las condiciones de vida de cada uno de estos grupos sería la manera de erradicar la vulnerabilidad a padecer enfermedades psiquiátricas. Pero, por supuesto, para alcanzar esos objetivos hacen falta políticas que contemplan las carencias sociales. Aunque debemos decir que este tipo de problemas siempre tiene no sólo una causa económica, sino política; existe un trasfondo político, pues así como en educación y en salud no se invierte, mucho menos se invierte en prevención.

PORTADA

SUMARIO

REDACCIÓN

PRESENTACIÓN

ARTÍCULOS

EXPERIENCIAS

RECURSOS

PRÓXIMO NÚMERO

EDITADOS

- VI Congreso Estatal de Educación Social
- Rescatando la historia y las historias de la educación social
- La Educación Social y la Escuela
- Justicia Juvenil y Educación Social
- Las personas en situación de exclusión social y la Educación Social
- La Formación en la Educación Social
- Antoni Julià, educador
- Educación Social y Tecnologías de la Información y la Comunicación
- Ética y Educación Social
- Educación Social y Animación Sociocultural
- Educación Social y Personas Mayores
- Educación Social y Trabajo con la Comunidad
- Educación Social y Políticas Sociales
- Educación Social y Personas con Discapacidades
- Infancia y Educación Social
- Salud Mental y Educación Social
- Mediación
- Los Colegios Profesionales de Educadoras y

Los fondos invertidos en prevención no tienen rédito político. Así pues, la desnutrición, el abandono familiar de niños y ancianos, la pobreza, la delincuencia juvenil, el abuso de drogas, la inestabilidad laboral y el desempleo, con su carga psicológica de inutilidad, la marginación social, la falta de educación y de igualdad de oportunidades... son una asignatura pendiente de los gobiernos.

Sería interesante contemplar que en aula se dieran las siguientes condiciones:

- **Cooperación:** aprender a trabajar juntos, a confiar, a ayudar y a compartir con los demás.
- **Comunicación:** aprender a observar cuidadosamente, a comunicarse con precisión y a escuchar sensiblemente.
- **Aprecio por la diversidad:** aprender a respetar y apreciar las diferencias entre las personas y entender el prejuicio y como éste funciona.
- **Expresión positiva de las emociones:** aprender a expresar los propios sentimientos, especialmente la ira-enfado y la frustración, encauzándolos en formas no agresivas ni destructivas. De este modo aprenden autocontrol.
- **Resolución de conflictos:** aprender las habilidades de responder creativamente a los conflictos en un contexto.

El problema radica en que una parte de la sociedad considera que su educación debe ser inculcada en el seno familiar. Esto es cierto desde un punto de vista ideológico, sin embargo, la realidad se muestra muy diferente, sobre todo si se acepta la existencia de diversas formas de familia (hoy en día ya no podemos hablar de una familia estándar).

La función educativa que deberían haber hecho las familias no se ha llevado a cabo, cosa que implica que se delegue este duro trabajo a la escuela y que cada vez se incremente el número de alumnos que presentan problemas conductuales que interfieren en su desarrollo integral afectando también a los maestros y compañeros.

No podemos esperar que sean sólo los profesionales de la educación los encargados de esta labor educativa, ya que en primera instancia la responsabilidad debería ser familiar. Debemos ser conscientes que bastantes profesionales de la educación carecen de elementos teórico-metodológicos que les ayuden a enfrentarse y a dar solución a los problemas de conducta que presentan sus alumnos (Frías, Ríos, Martínez y Palacios, 1991), ya que su principal labor es enseñar unos contenidos conceptuales, procedimentales...

En algunos estudios se ha relacionado a los alumnos con problemas de conducta con el bajo nivel económico (Dodge, Pettit y Bates, 1994), así como con la estructura y el ambiente familiar, la educación de los padres, o con el nivel o grado en que se involucran los padres en la educación de sus hijos.

Además, debemos comentar que la carencia de habilidades sociales también se puede relacionar en ciertos casos a problemas de salud mental y de pobre auto concepto de esta población.

Las habilidades sociales las podríamos ver como un elemento preventivo de problemas conductuales. El comportamiento social se adquiere a través del aprendizaje en un proceso permanente de interacción con el medio social. Con ello, sería interesante que las personas lograran un nivel de autonomía personal que les permitiera su propia autoafirmación, así como actuar y comprender la interdependencia entre las personas y su grupo social.

Aspectos teórico-metodológicos

La mayoría de las aproximaciones sobre el tema han propuesto definiciones, evaluaciones y tratamientos (para una revisión más profunda consultar Caballo, 1987; Arón y Milicic, 1993). Nosotros pondremos énfasis en el hecho de que las habilidades sociales son un concepto que hace referencia a repertorios específicos, que al ser aprendidos por el niño, el adolescente o el adulto, probabilizan interacciones socialmente adecuadas y aceptadas por sus grupos de pertenencia.

La conducta socialmente habilidosa es "ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos y opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas" (citado en Caballo, 1987, pág. 14).

Es importante recordar que las normas sociales varían y están determinadas por factores situacionales y culturales.

Evaluación de las habilidades sociales

Es importante señalar que el tema de la evaluación de las habilidades sociales es complejo dado que se han propuesto muchos instrumentos de evaluación.

Se han utilizado escalas, inventarios o cuestionarios, y estrategias para observar ciertos comportamientos.

Así pues, la evaluación puede desarrollarse a dos niveles:

- Se puede evaluar la habilidad en general en términos de "la posee o no la posee".
- Hacer énfasis en los componentes tanto verbales como no verbales.
La mayoría de las técnicas que se han propuesto en general son las observaciones directas, el juego de roles, el informe de personas significativas y el auto informe.

Roth (1986) en Matson, J.; Fee, V.; Coe, D. Y Smith, D. (1991), propuso el Test Analógico de Simulación, en donde se evalúan los componentes verbales y no verbales de la habilidad en evaluación.

También las personas significativas (padres, profesores, amigos...), pueden realizar por medio de entrevistas, resolución de inventarios o escalas una cercana evaluación. En las entrevistas se les puede pedir información sobre su comportamiento social en general. Cuando se emplean los inventarios se les muestra un listado de habilidades y ellos deben decir si las poseen o no, en el caso de las escalas también se les presenta un listado de las habilidades sociales que se están evaluando pero aquí tienen que elegir entre un abanico de respuestas como por ejemplo: siempre, frecuentemente, algunas veces, raras veces y nunca.

Mejora de las habilidades sociales

El aprendizaje estructurado (Goldstein, 1981, McGinnis y Goldstein, 1984), ha resultado ser de mejora en las habilidades sociales. Este tipo de aprendizaje está basado en cuatro técnicas específicas que son:

- **el modelamiento**: se presentan modelos que representan una habilidad que se requiere que aprendan,
- **el juego de roles**: los sujetos tienen la posibilidad de practicar lo que aprendieron del modelo que les presentaron,
- **la retroalimentación**: se administra durante el juego de roles. La finalidad de esta técnica es proporcionar información al sujeto sobre su ejecución y a la vez ir corrigiendo la conducta de la persona que está recibiendo el entrenamiento. Por medio de ella se pueden hacer comentarios, críticas, sugerencias que van encaminadas hacia la adquisición, incremento y mantenimiento de la conducta, es decir, está orientada a mejorar la ejecución de la habilidad, y
- **el entrenamiento para la transferencia**: se pretende facilitar la emisión de la conducta aprendida en el medio social en el que se desarrolla la persona.

Estudios realizados

Diversos profesores de primaria en estudios anteriores comentaban su escaso entrenamiento en la evaluación de habilidades sociales. Requerían de capacitación para afrontar los problemas de comportamiento inadecuado de sus alumnos.

Teniendo en cuenta esto, se propuso a unos cuantos profesores de un colegio público de una población rural de Catalunya un primer acercamiento al manejo adecuado de sus alumnos. El curso se basó en la propuesta de McGinnis y Goldstein (1984), un paquete que considera la evaluación de las habilidades sociales como un proceso donde las evaluaciones se realizan antes, durante y después del entrenamiento, además de que conjunta la evaluación del propio sujeto, así como de las personas significativas de su entorno, en este caso el profesor. Los instrumentos enseñados fueron dos inventarios: uno dirigido al profesor y otro al alumno. El objetivo de la capacitación se cumplió en el sentido de que los profesores lograron adquirir las destrezas para aplicar el paquete.

Conclusiones

Es preciso, llegado este apartado, señalar en primer lugar el hecho de que la carencia de repertorios pro-sociales son determinantes de la presencia o ausencia de conductas problemáticas tanto para el alumno como para los profesores. En el ámbito de los profesores se ha detectado que se acentúa la necesidad de capacitación para llegar a un adecuado uso del comportamiento de sus alumnos. A veces los prejuicios de ciertos profesores sobre sus alumnos, no facilita el trabajo. Además los profesores estarían dispuestos a trabajar dichas habilidades pero requieren de tiempo para ello, pidiendo que se les destinen horas de trabajo, así como el reconocimiento oficial por el desarrollo de estas actividades, puesto que considera que el profesor sólo debe dedicarse a lo estrictamente académico y que todo lo que implique otro tipo de roles o funciones son destinadas a los padres.

Los programas de resolución del conflicto en la escuela son más eficaces cuando se involucra la

comunidad educativa entera. No conlleva sólo adoptar una nueva metodología o una técnica, sino que implica aceptar un cambio en la cultura escolar. La ayuda por parte de los profesionales, en el terreno de las habilidades sociales, puede mejorar y prevenir ciertos casos de conductas antisociales o disruptivas en el aula y lo que es mejor, puede ayudar a prevenir ciertos estados de salud mental en la población.

Bibliografía

- ARÓN, A.; MILICIC, N. Vivir con otros: Programa de Desarrollo de Habilidades Sociales. Santiago de Chile: Editorial Universitaria, 1993.
- BRANDONI, F. Mediación escolar. Propuestas, reflexiones y experiencias. Buenos Aires: Paidós, 1999.
- BODINE, R. J.; CRAWFORD, D.K. The Handbook of conflict resolution education. San Francisco: Jossey-Bass, 1998.
- CABALLO, V. Teoría, evaluación y Entrenamiento en Habilidades Sociales. Valencia: Promolibro, 1987.
- CASCÓN, P. "La mediación", Cuadernos de pedagogía. Núm. 287 (Enero 2000), pp. 72-76.
- COHEN, R. Student resolving conflict. Peer mediation in schools. Glenview (II): GooYearBooks, 1995.
- DANIELS, A. "Social skills training for primary age children", Educational Psychology in practice. Núm. 6 (1990), pp.159-162.
- DOGGE, K.; PETTIT, G.; BATES, J. "Socialization mediators of the relation between socioeconomic status and child conduct problems". Child Development. Núm. 65 (1994), pp. 649-665.
- FRANKEL, F.; MYATT, R.; CANTWELL, D.; FEINBERG, D. "Parents-assisted transfer of children's social skills training: Effects on children with and without attention-deficit hyperactivity disorder". Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. Núm. 36 (8) (1997), pp. 1056-1064.
- KAMPS, D.; LEONARD, B.; VERNON, S.; DUGAN; DELQUADRI, J.; GERSHOM, B.; WADE, L.; FOLK, L. "Teaching social skill to students with autism to increase peer interactions in an integrated first-grade classroom". Journal of Applied Behavior Analysis. Núm. 25 (2) (1992), pp. 281-288.
- KELLY, J. Entrenamiento de Habilidades Sociales: Guía práctica para intervenciones. Bilbao: Descleé de Brouwer, 1987.
- KOEGEL, K.; KOEGEL, R.; HURLEY, C.; FREA, W. "Improving social skills and disruptive behavior in children with autism through self-management". Journal of Applied Behavior Analysis. Núm. 25 (2) (1992), pp. 341-353.
- KREIDLER, W.J. Elementary perspectives I: Teaching concepts of peace and conflict. Cambridge (Mass): Educator for Social Responsibility, 1990.
- MATSON, J.; FEE, V.; COE, D.; SMITH, D. "A social skills program for developmentally delayed preschoolers". Journal of clinical child psychology. Núm. 20 (4) (1991), pp. 428-433.
- MCGINNIS, E.; GOLDSTAIN, A; SPRAFKIN, R.; GERSHAW, N. Skill streaming the elementary school child guide for teaching prosocial skills. Illinois, USA: Research Press Company, pp. 246, 1984.
- VIZCARRO, C. "Evaluación de las habilidades sociales" en Fernández Ballesteros, R. Evaluación Conductual Hoy. Un enfoque para el cambio en psicología clínica y de la salud. Madrid: Ediciones Pirámide, 1994.

