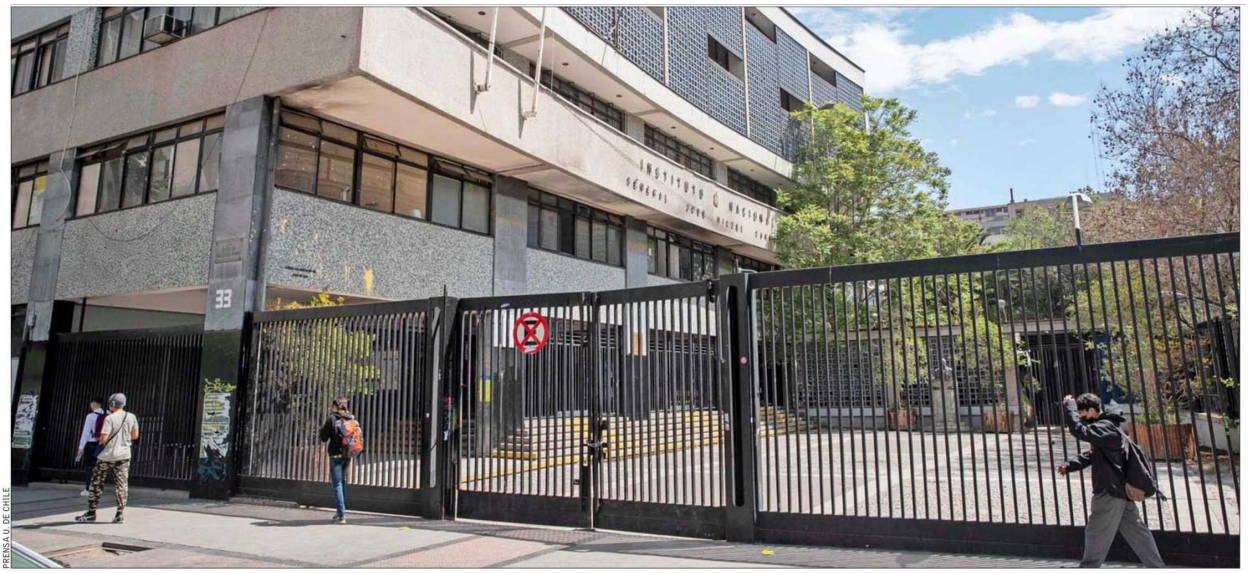
LITORALPRESS

Fecha: 14-11-2022
Medio: El Mercurio
Supl. : El Mercurio - Cuerpo A
Tipo: Educación
Título: Alumnos del Instituto Nacional se capacitan en salud mental para ayudar a sus compañeros

Pág. : 9
Cm2: 891,7
VPE: $ 11.713.989

Tiraje: 126.654
Lectoría: 320.543
Favorabilidad: No Definida



PRENSA U. DE CHILE

"Hay que confiar en los escolares y entregarles tareas y desafíos que sean constructivos, porque si no los desafías con este tipo de iniciativas, finalmente su energía la empiezan a focalizar y concentrar en otras acciones que no son del todo positivas", asegura Manuel Ogalde, rector del Instituto Nacional.

Con el objetivo de favorecer el bienestar de los escolares:

Alumnos del Instituto Nacional se capacitan en salud mental para ayudar a sus compañeros

■ Estudiantes de 8° básico participaron de un taller a cargo de la U. de Chile donde aprendieron, entre otros, a identificar a sus pares con indicios de algún problema socioemocional. La idea es replicar la instancia en más cursos.

CONSTANZA MENARES

Herzebette Valenzuela, quien cursa 8° básico en el Instituto Nacional (IN), dice que como no le gusta "ver a la gente solita o triste en clases" pensó que sería una buena idea inscribirse en un taller —nacido de una colaboración entre este establecimiento con la U. de Chile y la Municipalidad de Santiago— donde le ofrecían potenciar sus habilidades de liderazgo en temáticas de salud mental.

"Me llamó la atención porque siempre quise ayudar en estos temas y ahora sé cómo. Yo quiero ser psicóloga cuando salga del colegio, entonces también voy a entrar a la carrera sabiendo algo", cuenta la escolar.

Valenzuela, junto a otros 26 alumnos del IN (todos de 8° básico), fue parte de esta actividad extraprogramática, que contó con tres sesiones y que fue liderada por Vania Martínez, directora del Núcleo Milenio para Mejorar la Salud Mental de Adolescentes y Jóvenes y académica de la U. de Chile, donde aprendió sobre mitos y estigmas en torno a la salud mental, cómo identificar a un compañero que presenta algún problema socioemocional y cuándo se hace necesario consultar a un especialista.

Oliver Mariscal, otra participante del taller, explica que en su caso, "abrí mis conocimientos acerca de la salud mental. Aprendí cómo saber cuándo alguien necesita ayuda y cómo ayudar. Por ejemplo, si veo que existe algún cambio en su personalidad puedo acercarme y ver si está bien. Normalmente no hay mucha confianza de los compañeros hacia los adultos, entonces es más fácil que una persona de su misma edad, que probablemente también sea más cercana, le pregunte qué le pasa".

PRENSA U. DE CHILE

Los 27 alumnos participantes del taller se certificaron en una ceremonia realizada en la U. de Chile. A ella asistieron también autoridades de esa casa de estudio, del colegio, apoderados y docentes.

Y precisa que ya aplicó estos conocimientos con amigos en clases: "De repente los notaba decaídos, entonces me acerqué y pregunté si podía ayudar en algo. No siempre me contaron qué les pasaba, pero sí me decían cosas como 'no quiero hablar de esto ahora, pero sí te puedes quedar aquí conmigo' o me pedían un abrazo que los calmara".

Martínez puntualiza que quienes se certificaron en la materia, "por una parte, tienen más herramientas para darse cuenta cuando alguien necesita ayuda profesional en salud mental; y por otra, si un compañero o compañera necesita ayuda en salud mental y se acerca a ellos, tienen herramientas para favorecer que pidan ayuda experta sin estigmatizar. No es el fin que se acerquen a ellos más que a otros estudiantes, sino que es algo que se puede dar y que, de hecho, se da en la cotidianidad".

"El trabajo con el IN se inicia en 2019 y en octubre de 2020 la universidad y la Municipalidad de Santiago firmaron un convenio de colaboración, con el fin de contribuir al fortalecimiento integral de instituto. Es importante porque permite entregar información y herramientas a los y las estudiantes, potenciando sus habilidades de liderazgo en salud mental que contribuirán a un mejor bienestar de la comunidad educativa en su conjunto. Sabemos que son tiempos complejos, pero tenemos las ganas y la confianza en que el perseverar en esta colaboración va a permitir un aprendizaje mutuo y el desarrollo de ambas instituciones", afirma Alejandra Mizala, prorrectora de la U. de Chile.

Identidad de género y equidad

En el Instituto Nacional, un grupo de estudiantes también se capacitó con expertos de la U. de Chile en identidad de género y equidad, materias que después ellos mismos enseñaron a sus profesores en una instancia que se llevó a cabo la semana pasada.

"Hablamos en torno a la circular 812 (la que garantiza el derecho a la identidad de género de niñas, niños y adolescentes en el ámbito educacional), una normativa de la Superintendencia de Educación. Con mi dupla, una psicóloga de la U. de Chile, nos basamos en el trabajo práctico y vimos casos hipotéticos con los docentes, por ejemplo si un estudiante trans decide comentarle al profesor jefe", explica Benjamín (Kook, nombre social con el que se identifica) Gonzáles.

Florencia Quiroz, otra de las alumnas participantes, precisa que "enseñar a adultos no ha sido complejo, pero sí muy interesante. Es importante educarlos (en estas temáticas), porque así también mejoran la convivencia y conexión entre estudiantes y docentes".

Manuel Ogalde, rector del IN, añade: "Nosotros como institución pública tenemos falencias, sin embargo, una falencia que no existe es el capital humano y eso estamos explotando: la capacidad y el talento de nuestros escolares. Estamos expandiendo sus capacidades más allá del aula y les damos protagonismo para que, por ejemplo, ellos mismos puedan capacitar a sus profesores en temas que para nosotros son nuevos".

Aporte a la comunidad

Martínez agrega: "Ya habíamos realizado actividades dirigidas a apoderados y apoderadas, al cuerpo docente y a la comunidad educativa en su conjunto. Nos faltaba el contacto directo con los estudiantes y lo quisimos plasmar en un taller de liderazgo en salud mental para alumnos y alumnas de 8° básico. Varios de ellos el año pasado habían tenido la oportunidad de participar de otro taller de liderazgo en general, entonces se nos ocurrió la idea de fortalecer esas habilidades, pero con el foco específico de salud mental".

Sobre los hechos de violencia dentro y fuera del IN, la experta dice que estos son un "fenómeno complejo que se explica por varios factores. En ellos no es el principal la salud mental, más bien, esas situaciones violentas podrían estar afectando a jóvenes y a toda la comunidad educativa en general en su salud mental al vivir momentos violentos y de incertidumbre. Por lo tanto, este taller no pretende abarcar eso. Sí está enmarcado dentro de los lineamientos de la unidad de convivencia escolar con la finalidad de favorecer un mejor bienestar de los estudiantes, pero no apunta específicamente a la violencia escolar ni a situaciones violentas".

Respecto a la capacitación, el rector del IN, Manuel Ogalde, comenta que participaron uno o dos estudiantes de cada 8° básico, de manera tal que cada uno de estos cursos tenga al menos un par de compañeros certificados en la materia.

"La salud mental es un tema que para nosotros ha sido sumamente relevante y es necesario entregar herramientas no solo a los estudiantes, sino que también a los profesores. Pero en este caso particular, se capacitó específicamente a los alumnos, porque entendemos que ellos son los primeros que están en la sala, los primeros que ven a un compañero que se siente mal; entonces, que tengan herramientas en salud mental quizás no va a resolver el problema de esos chicos, pero sí ayudarán en darles contención u orientarlos sobre a quién recurrir".

Y añade: "Esto no concluye acá, queremos darle continuidad. Si bien partió como una experiencia piloto, esperamos que para el próximo año tengamos muchos más participantes de otros cursos. De todas formas, nos sorprendimos del alcance (de esta versión), los escolares lo hicieron porque querían ayudar, les interesa el tema y quieren ser un aporte a la comunidad y eso para nosotros es muy valorable. Hay que confiar en ellos y entregarles tareas y desafíos que sean constructivos, porque si no los desafías con este tipo de iniciativas, finalmente su energía la empiezan a focalizar y concentrar en otras acciones que no son del todo positivas. Por eso, yo recomiendo absolutamente a los establecimientos educacionales que imiten este proyecto y que les den más protagonismo a los chicos en su propio proceso educativo".