

Desarrollo de inteligencia emocional en adolescencia temprana como prevención del bullying y uso de drogas

Diana Cecilia *Tapia Pancardo*, Jessica *Padilla Torres*, Paloma *Carapia Fierros*, Daniela *Ramírez Jiménez*, Marcela Patricia *Ibarra González*, Rafael *Villalobos Molina*
Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores (Iztacala, Tlalnepantla, México)

Correspondencia: dianacecitapia@hotmail.com (Diana Cecilia Tapia Pancardo)

Resumen

Introducción. La realidad de que el Bullying y el consumo de sustancias por parte de los adolescentes son problemas de salud pública ha provocado que cada vez existan más estudios sobre el tema. Por lo que el *objetivo* del trabajo fue Identificar el impacto del programa de inteligencia emocional (IE) en la adolescencia temprana con factores de riesgo para el uso de drogas y la vivencia del bullying. **Método:** Se realizó investigación cualitativa, prospectiva, con método fenomenológico. El escenario fue una primaria del Estado de México. Los informantes 15 estudiantes de 6°, entre 11 a 12 años. Se presentó carta de consentimiento informado a padres y estudiantes. Se aplicó un taller con 6 sesiones de 3 hrs. cada una, sobre desarrollo de inteligencia emocional para prevenir bullying y uso de drogas, se llevó a cabo ejecutando escenarios reales y vivenciales relacionados con la inteligencia emocional, como lo son la autoestima, el autoconocimiento, identidad, comunicación, resolución de problemas, regulación emocional, tipos de comportamiento (asertivo, pasivo y agresivo). Cada sesión se cerró con procesos reflexivos grupales. La recopilación de datos consistió en observación directa de los participantes en los diferentes momentos de las actividades dentro del taller y 2 entrevistas semiestructuradas sobre cómo vivieron dicho fenómeno. El análisis de los datos fue cualitativo consistió en la codificación y categorización de los datos con el método propuesto por de Souza Minayo (2010). **Resultados:** Emergieron 3 categorías con subcategorías 1. *Emociones presentes en los adolescentes ante su necesidad de pertenencia*, 1.1 Impacto en la autoestima, 1.2 Nivel de autoconocimiento y seguridad. Categoría 2. *Emociones presentes en sus relaciones interpersonales*, 2.1 Relación con la familia, 2.2 Relación con sus amigos y amigas. Categoría 3. *Identificación y manejo de emociones en la adolescencia*, 3.1 Emociones negativas y respuestas, 3.2 Emociones positivas y respuestas. **Conclusiones:** En la actualidad, el que los y las adolescentes ingresen al mundo de los adultos es cada vez más difícil, lo que puede deberse a los cambios demográficos, inestabilidad de las estructuras familiares, confusión de valores, entre otros, lo que hace que el joven muestre rebeldía llevando a cabo conductas de riesgo para su desarrollo, aunado a la baja autoestima y comunicación familiar que tienen, ante esta problemática el profesional de enfermería tiene un papel fundamental en materia de prevención mediante educación para la salud. El papel del equipo de salud es fundamental como facilitador de procesos de cambio que dependen de la motivación y expectativas del adolescente, la familia y la comunidad, parte de las metas a alcanzar es neutralizar los factores de riesgo y a la vez fortalecer los factores protectores, identificando no sólo aspectos individuales negativos, sino también sus emociones, lo que favorecerá la obtención de logros en los adolescentes, desarrollando una autoimagen positiva e integración social efectiva y afectiva.

Palabras clave: Adolescencia temprana. Prevención de bullying y drogas. Inteligencia emocional.

Introducción

La realidad de que el Bullying y el consumo de sustancias por parte de los jóvenes sea un asunto de primer interés en la sociedad ha provocado que cada vez existan más estudios sobre el tema, hasta el punto de existir actualmente una gran cantidad de datos epidemiológicos que muestran la gravedad que aqueja a millones de adolescente en el ámbito social y escolar (Tapia y cols., 2016; Tapia y cols., 2017; Guzmán y cols., 2016). Es urgente actuar con mayor firmeza, en contra del uso y abuso de drogas y el bullying, responsabilizando a la sociedad en conjunto (Tapia y cols., 2016; Tapia y cols., 2017). Por lo que en el presente trabajo se cuestionó ¿Cuál es

el impacto del programa de IE en la adolescencia temprana con factores de riesgo para la vivencia del bullying y/o uso de drogas? Y el *objetivo* fue identificar el impacto del programa de IE en la adolescencia temprana con factores de riesgo para la vivencia del bullying y/o uso de drogas.

Método

Se realizó una investigación cualitativa, prospectiva, con método fenomenológico, considerado dentro de las Ciencias Sociales, la Sociología de la Vida Cotidiana. El escenario fue una primaria del Estado de México. Los informantes fueron 15 estudiantes de 6°, entre 11 a 12 años. Los criterios de inclu-

sión fueron que cursarán 6° y contarán con vivencias de bullying de acuerdo a su profesora y orientadora, exclusión comunitaria de otros grados, eliminación estudiantes desinteresados en participar. Se presentó carta de consentimiento informado a padres y estudiantes. Se aplicó un taller con 6 sesiones de 3 hrs. cada una, sobre desarrollo de IE para prevenir bullying y uso de drogas, se llevó a cabo ejecutando escenarios reales y vivenciales relacionados con la inteligencia emocional, como lo son la autoestima, el autoconocimiento, identidad, comunicación, resolución de problemas, regulación emocional, tipos de comportamiento (asertivo, pasivo y agresivo). Cada sesión se cerró con procesos reflexivos grupales e individuales. La recopilación de datos consistió en observación directa de los participantes, por parte del equipo de trabajo preparado para ello, en los diferentes momentos de las actividades dentro del taller y 2 entrevistas semiestructuradas sobre cómo vivieron dicho fenómeno a lo largo del taller. El análisis de los datos fue cualitativo consistió en la codificación y categorización de los datos con el método propuesto por de Souza Minayo (2012) que plantea cinco pasos: Obtener datos verbales, leer y releer estos datos, agruparlos por semejanzas y diferencias, organizarlos y expresarlos desde una perspectiva disciplinaria, sintetizar y resumir para presentarlos ante un auditorio científico. Se sustentó bajo el principio teórico de IE de Goleman (2011), y la Teoría sociocultural de Vigotsky (2007, 2001).

Resultados y Discusión

Posterior al análisis de los discursos emergieron 3 categorías con subcategorías 1. Emociones presentes en los adolescentes ante su necesidad de pertenencia, 1.1 Impacto en la autoestima, 1.2 Nivel de autoconocimiento y seguridad. Categoría 2. Emociones presentes en sus relaciones interpersonales, 2.1 Relación con la familia, 2.2 Relación con sus amigos y amigas. Categoría 3. Identificación y manejo de emociones en la adolescencia, 3.1 Emociones negativas y respuestas, 3.2 Emociones positivas y respuestas. El punto de partida está en el término adolescencia que proviene del verbo latino “adolesceré”, que significa “crecer” esto conlleva una serie de cambios biológicos, psicológicos y sociales que se manifiestan con diferente intensidad en cada persona, estos impactan en su crecimiento físico, su sexualidad, su capacidad cognoscitiva, crítica y reflexiva, en sus responsabilidades sociales y en sus vínculos afectivos, desplazando el lugar prioritario de los padres por una cargada oposición a ellos, colocando a los amigos en primer lugar (Tapia y cols., 2016; Tapia y cols., 2017; Guzmán y cols., 2016). Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, en el desarrollo psicosocial enfrentan aspectos de crucial importancia: la lucha dependencia-independencia en el seno familiar, preocupación por el aspecto corporal, integración en el grupo de amigos y el desarrollo de la identidad (Guzmán y cols., 2016), como se aprecia en los siguientes discursos que dieron lugar a la primera categoría con subcategorías: 1. Emociones presentes en los adolescentes ante su necesidad de pertenencia, 1.1 Impacto en la autoestima, 1.2 Nivel de autoconocimiento y seguridad:

[...] el taller me hizo darme cuenta de cualidades que no sabía que tenía, me alegró mucho y me subió la autoestima (E8).

[...] A la hora de realizar la actividad me sentí emocionada y feliz al leer cosas buenas, me ayudó en mi autoestima y a valorar pequeñas cosas que quizás son grandes virtudes (E9).

[...] Las actividades me hicieron pensar en lo importante que es querernos a nosotros mismos y no dejar que los demás nos manejen como sus juguetes, me sentí contenta al darme cuenta de esto (E1).

Los cambios físicos y psicológicos que acompañan la aparición de la pubertad generan una gran preocupación en los adolescentes por su aspecto corporal, sobre todo en los primeros años, con extrañamiento y rechazo del propio cuerpo, inseguridad respecto a su atractivo, al mismo tiempo que crece el interés por la sexualidad, adosándose a los gustos, actitudes y conductas de los grupos a los que desean participar, con riesgo de anular sus deseos (Tapia y cols., 2016; Tapia y cols., 2017; Fuentes y Rivera, 2016), como se aprecia en los siguientes discursos:

[...] El taller me ayudó a darme cuenta como me siento sobre mi persona, no lo había pensado antes, hago muchas cosas que mis amigas dicen y pocas veces hago lo que yo quiero, casi siempre estoy esperando que ellas digan que sigue, me sentí muy triste al darme cuenta de eso... esto puede ayudarme a cambiar mi autoestima (E4).

[...] la verdad me dio miedo leer lo que creían de mí ya que no me conocen, pero cuando leí los comentarios algunos acertaron como soy, pero lo que más me gusta es que no pensaron cosas feas de mí, me dio mucho gusto (E11).

En la adolescencia temprana el desarrollo del cerebro, principalmente el lóbulo frontal que gobierna el razonamiento y la toma de decisiones, comienza más tarde y toma más tiempo en los varones, la tendencia de éstos a actuar impulsivamente y a pensar de una manera acrítica dura mucho más tiempo que en las niñas. Este fenómeno contribuye a la percepción generalizada de que las niñas maduran mucho antes que los varones. Es durante la adolescencia temprana que tanto las niñas como los varones cobran mayor conciencia de su género que cuando eran menores, y pueden ajustar su conducta o apariencia a las normas que se observan en sus contextos, por lo que pueden resultar víctimas de actos de intimidación o acoso, o participar en ellos, y también sentirse confundidos acerca de su propia identidad personal (Tapia y cols., 2016; Tapia y cols., 2017; Caltenco y García, 2018), como se aprecia en los siguientes discursos que dieron lugar a la Categoría 2. Emociones presentes en sus relaciones interpersonales, 2.1 Relación con la familia, 2.2 Relación con sus amigos y amigas.

[...] solo tengo una amiga y de los chicos uno me habla bien, las demás me molestan mucho, no me dejan jugar con ellas, no me dejan hacer equipo en deportes, no me quieren y me siento muy enojada con ellas por como son conmigo y en casa me dan ganas de llorar... en la escuela nunca les demuestro que me lastiman... (E11).

[...] mis amigas son muy importantes para mí las quiero mucho y me llevo bien con ellas, me duele cuando me dicen gorda o se burlan de mi peso, pero no les dejo ver mi tristeza, mejor hago que no me doy cuenta y sigo jugando con ellas (E15).

[...] mis amigas las tengo desde el kinder siempre hacemos todo juntas, a veces me siento mal de las cosas que pasan en el grupo, pero no quiero que se enojen conmigo, le platico a mi mamá algunas de esas cosas que pasan y ella me dice que están mal pero no puedo decir nada en la escuela se enojarían conmigo, siento feo por la compañera que las vive (E4).

[...] hemos estado juntas desde el inicio de la primaria hay dos grupitos, pero yo prefiero estar con el grupo más grande porque a las otras dos compañeras le hacen la vida pesada y yo no quiero que me pase eso a mí, sé que no es bueno pero es que ellas no se defienden (E14).

[...] me llevo bien y juego con todos, ellas no conocen mucho de mí, solo mi parte divertida y con los otros compañeros solo jugamos (E13).

La adolescencia temprana debería ser una etapa en la que niños y niñas cuenten con un espacio claro y seguro para llegar a conciliarse con esta transformación cognitiva, emocional, sexual y psicológica, libres de la carga que supone la realización de funciones propias de adultos y con el pleno apoyo de adultos responsables en el hogar, la escuela y la comunidad (Guzmán y cols., 2016; Fuentes y Rivera, 2016; Caltenco y García, 2018; Goleman, 2006; Velásquez, 2017).

[...] En el taller me di cuenta que aunque mis compañeras me molesten yo no debo hacerles caso, yo sé que hacen mal y que yo no merezco ser tratada así por ellas, me dio tristeza pensar que tal vez no las han tratado bien nunca en sus casas, por eso me molestan tanto, pero a mí me quieren mucho en mi casa y los maestros también y eso me hace sentir contenta... (E11).

Los padres han de ser colaboradores de los docentes, implicándose más de lo que lo hacen habitualmente, y si en las edades infantiles es necesario, lo es aún más entre 10 y 20 años. En el estudio Hijos y padres: comunicación y conflictos, realizado por la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción en 2002, entrevistando a 1.000 jóvenes y a sus padres, éstos manifiestan que en el 40% de los casos no saben cómo manejar los conflictos y creen, en el 59% de los casos, que les ayudaría a resolverlos si los profesores les educaran mejor. Es posible que la confusión de los padres provenga de moverse en un pasado familiar y escolar idílico, y la situación actual que no se parece a aquélla (Tapia y cols., 2016; Tapia y cols., 2017). La unión de padres y docentes facilitará una educación para la salud eficiente, en la que están incluidas la educación para la paz y la convivencia, educación para la igualdad de sexos, educación vial, educación ambiental y educación sanitaria. La ausencia de los padres y la falta de comunicación positiva con ellos da pauta a confusiones sobre su actuar en las relaciones con sus pares (Tapia y cols., 2015; Maturana, 2011), como se aprecia en los siguientes discursos:

[...] mis papas trabajan los dos y casi no nos vemos, me cuida mi abuelita, me entiende más mi abuelita que mi mamá y eso me da mucha tristeza porque peleamos mucho (E15).

[...] la comunicación con mi mamá es buena, pasamos mucho tiempo juntos y es la que más me apoya en la escuela igualmente a mis hermanas, con mi papá me llevo bien pero casi no lo veo y eso me hace sentir triste, pero no lo digo (E5).

[...] Mi comunicación con mi mamá es regular me regaña mucho y eso me hace enojar, con mis hermanos mi rela-

ción es mala porque los consienten mucho, yo soy la mayor y tengo que levantar sus cosas y eso me enoja más, con mi papá no hay mucha comunicación casi no nos hace caso y eso me da tristeza (E14).

Uno de los factores para conductas de riesgo que se repiten con mayor frecuencia en la adolescencia temprana es la debilidad en los lazos familiares y supervisión paterna inadecuada: los lazos y relaciones afectivas entre padres e hijos son una función importante para el desarrollo social, emotivo y cognitivo de los adolescentes, por lo que si los padres están poco involucrados con los hijos, tendrán menor autoridad ante ellos de guiarlos y detectar cambios emocionales importantes y de riesgo en su actitud y conducta, como se aprecia en los discursos que emergieron a la Categoría 3. Identificación y manejo de emociones en la adolescencia, 3.1 Emociones negativas y respuestas, 3.2 Emociones positivas y respuestas.

[...] me enoja mucho con mis amigas porque quiero a las personas para mí y me siento mal cuando no me hacen caso de los que les digo por estar con otras amigas, sé que está mal pero no puedo evitarlo y cuando me buscan no les quiero hablar, mi mamá me dice que terminarían alejándose de mí (E2).

[...] me siento muy enojada con mis compañeras me han hecho sentirme muy triste, mis maestros me ayudan mucho, lo mismo que mi mamá pero soy yo la que vive con ellas en la escuela, a veces cuando me hacen enojar mucho les digo cosas que se las lastimaran y me siento bien, pero va pasando el día y termino sintiéndome mal, lo bueno que ya pronto acabamos el año y no las volveré a ver (E11).

[...] me siento contento en el grupo pero cuando veo cosas feas por parte de mis compañeras hacia algunas de las chicas me enoja con ellas y trato de apoyar a mi compañera que molestan, mi mamá me ha dicho que no me meta y trato de obedecerla, pero a veces no lo puedo evitar (E13).

[...] mis amigas son especiales para mí, pero no me gusta cuando no quieren a alguien, se lo hacen saber sin que se den cuenta los maestros y eso me da tristeza, pero no puedo hacer nada porque se enojarían conmigo (E15).

[...] con mis amigas cuando hablan de chavos y de otras cosas como fumar a veces me siento incomoda con lo que dicen pero hago como que estoy de acuerdo con ellas porque no quiero que me saquen del grupo (E4).

[...] varias veces me he sentido muy triste porque por miedo a que mis compañeras me hagan cosas he dejado a mi amiga sola y me he tenido que unir con las otras niñas, y mi mamá me dice que no me meta en problemas porque me saca de la escuela (E1).

[...] estoy muy enojada porque cuando le platicue a mi mamá del taller me dijo que si yo era de las que molestaba a mis compañeras me castigaría, mejor ya no le dije nada (E14).

Los niños y los adolescentes precisan unas normas y unos límites en la convivencia diaria, que si se han establecido correctamente se aceptarán, con las oposiciones y discusiones pertinentes, pero al menos serán un freno y pondrán límites en el manejo emocional de los adolescentes, reduciendo el daño hacia otros y hacia sí mismos. Se debe educar con amor, con ejemplo y presencia, ejerciendo una autoridad afectiva, compartida, respetuosa y responsable. La familia no debe recargar

sus funciones a los maestros, como ocurre actualmente en un alto porcentaje de casos, ni dejara de decir la verdad por el temor a que el hijo se traume, ya que la vida es el desarrollo día a día de la tolerancia a la frustración y ese papel debe aprenderse y asumirse, no siempre se gana. Tampoco es válido compensar la escasez de tiempo dedicado a los hijos con regalos de todo tipo. Por otra parte, interesa más la calidad del tiempo dedicado que la cantidad y el aprender a escuchar y a leer entre líneas, porque los adolescentes viven sus emociones de una manera diferente a los adultos, un chico violento está dando gritos de dolor y pide ayuda (Tapia y cols., 2017; Guzmán y cols., 2016; Fuentes y Rivera, 2016; Goleman, 2006).

[...] en el taller entendí que cuando nos quedamos callados y no ayudamos a alguna compañera que molestan también somos parte de ese grupo que la daña, mi mamá me ha dicho que no me meta pero no quiero ser parte de las compañeras que molestan a otras, ahora sé que debo acusarlas con la maestra para que pare las cosas y no caiga en drogas o se quiera suicidar... (E1).

Bibliografía

- Caltenco, R. y García, J. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional mediante herramientas de inmersión para la prevención de adicciones y/o bullying en adolescentes. (Tesis profesional). Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, México. Recuperado de: <http://oreon.dgbiblio.unam.mx/>.
- Fuentes, C.A., Rivera, H.M. (2016) Impacto del programa de inteligencia emocional en adolescentes sobre factores de riesgo para vivir adicciones y bullying. (Tesis profesional). Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, México. Recuperado de: <http://oreon.dgbiblio.unam.mx>.
- Goleman, D. (2011). Inteligencia emocional. Barcelona: Editorial Kairós.
- Goleman D. (2006). Emotional intelligence. Bantam books, New York.
- Guzmán, O. Maldonado, A. Ortiz. D. (2016) Impacto de las emociones en adolescentes "bullied" como factor determinante para el cambio de rol en el bullying. (Tesis profesional). Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, México. Recuperado de: <http://oreon.dgbiblio.unam.mx/>.
- Maturana, H., Consumo de alcohol y drogas en adolescentes. Rev. Med. Clin. Condes, (2011). Recuperado de: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864011703972>.
- Souza Minayo. (2012). Pesquisa Social. Teoría, Método e criatividade. 9 Brasil. Ed. Petrópolis: Voces.
- Tapia, D.C., Villalobos, M.R., Ostiguín, R.M., Cadena, A.J., Ramírez, E.J. (2017). Inteligencia Emocional y Adolescencia. Estrategias de prevención de conductas de riesgo. (1° ed). Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. México.
- Tapia, D.C., Villalobos, M.R., Valera, M.M., Cadena, A. J., Ramírez, E.J. (2016). Adicciones en el adolescente. Prevención y atención desde un enfoque holístico. (2° ed). [En línea] Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala. México.
- Tapia, D.C., Ostiguín, R.M., Cadena, J.L. y Villalobos, R. (2015). Tipo de "Bullying" más frecuente y percepción de riesgo sobre drogas en estudiantes de primaria, Municipio de Nezahualcóyotl. Paraninfo Digital, IX(22), pp 1-10.
- Velásquez, H.G. (2017). La autoestima y la asertividad en adolescentes de educación secundaria de un colegio estatal y particular de un sector del distrito de Santa Anita. Avances en Psicología, 24(2), 193-203. Recuperado de: http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2016_2/193.pdf.
- Vigotsky, L. S. (2007). Pensamiento y lenguaje. Obras escogidas (Vol II). Madrid: Visor.
- Vigostky L. A (2001). Formação Social da Mente. São Paulo. Martins Fontes.

Conclusiones

En la actualidad, el que los y las adolescentes ingresen al mundo de los adultos es cada vez más difícil, lo que puede deberse a los cambios demográficos, inestabilidad de las estructuras familiares, confusión de valores, entre otros, lo que hace que el joven muestre rebeldía llevando a cabo conductas autodestructivas para su desarrollo, aunado a la baja autoestima y percepción de riesgo que se tienen, en esta problemática el profesional de enfermería tiene un papel fundamental en materia de prevención mediante la educación para la salud. El papel del equipo de salud es fundamental como facilitador de procesos de cambio que dependen de la motivación y expectativas del adolescente, la familia y la comunidad, parte de las metas a alcanzar es neutralizar los factores de riesgo y a la vez fortalecer los factores protectores, identificando no sólo aspectos individuales negativos, sino también los rasgos personales, lo que favorecerá la obtención de logros en los adolescentes, desarrollando una auto imagen positiva e integración social efectiva y afectiva.