



## **PROGRAMA RECONSTRUIR**

### **EXPERIENCIA DE TRABAJO GRUPAL CON ADOLESCENTES**



## **PROGRAMA RECONSTRUIR EXPERIENCIA DE TRABAJO GRUPAL CON ADOLESCENTES**

*Todos dicen que soy violento:  
el maestro, mi abuelito, los vecinos.*

*Todos lo dicen,  
pero tal vez no saben,  
o no quieren saberlo,  
que tengo herido el corazón  
y no sé cómo calmar este dolor tan grande.*

*¡Maldita sea!  
Me queréis ayudar.*

Relato inspirado en un testimonio real

### **PRESENTACIÓN**

A lo largo del mes de octubre y noviembre de 2017 se puso en marcha, dentro de las actividades previstas por la Fundación, el Programa *Reconstruir*. Concebido como un espacio y un tiempo para la palabra, este trabajo grupal es una buena ocasión para que los adolescentes hablen de sus “cosas”, de sus experiencias, deseos e ilusiones, de sus vivencias, incluidas, si es posible, las más traumáticas.

Pues bien, un total de 21 adolescentes, 9 chicos y 11 chicas, entre los 14 y 18 años, de dos instituciones educativas del departamento del Tolima, participaron en sendos grupos dirigidos, en esta ocasión, por la Dra. Inés Andreu Borràs, psiquiatra y cooperante barcelonesa. Liderados y supervisados por la Dra. Asunción Soriano, psiquiatra y psicoanalista, la experiencia contó, además, con la participación de las educadoras docentes y psicólogas de los respectivos centros educativos.

### **VALORACIÓN DE LOS PROFESIONALES**

“Cuesta trabajo reducir a unas pocas líneas todo lo aprendido y compartido a lo largo de los encuentros grupales en Ibagué, los meses de octubre y noviembre de 2017. Se trató de una sesión semanal, durante cuatro semanas seguidas, con dos grupos de adolescentes de dos instituciones educativas.

Por las mañanas, una escuela en el medio rural, totalmente alejada de la ciudad y con tan sólo tres horarios de autobús al día para ir y venir (una odisea de lo más entretenida). Por las tardes, la otra institución escolar en un barrio en medio de aquel caos urbano que tan a menudo caracteriza a las grandes urbes colombianas.

Formaban parte de cada grupo una media de diez chicos y chicas adolescentes con historias vitales ciertamente vulnerables, pero también con una clara predisposición a aprovechar todas las oportunidades que la experiencia podía ofrecerles. Además, el grupo contaba con uno de los elementos fundamentales del proyecto: profesionales de los respectivos centros escolares.

Como objetivo principal: crear un clima de proximidad y confianza, que permitiera generar un espacio común dónde, entre todos, poder expresarnos, evocar, compartir...Un espacio dónde nos ayudáramos mutuamente a *reconstruir*.

Desde el inicio se hizo evidente la necesidad que tenían todos los chicos y chicas de este espacio. Fue verdaderamente gratificante observar cómo, a medida que avanzaban las sesiones y aumentaban la cohesión y la confianza grupal, esto llevaba a una creciente sensación de seguridad para comunicar. Hubo, asimismo, momentos de incertidumbre y dificultad, gracias a los cuales pudimos también aprender. Comprendimos que un grupo necesita tiempo para crecer, fortalecerse y poder contener. Entendimos, por tanto, que el grupo que habíamos construido, tenía que mantenerse y, en este sentido, los profesionales correspondientes pudieron objetivar la importancia de continuar unidos.

A nivel personal, esta ha sido, sin duda alguna, una de las experiencias más enriquecedoras de toda mi vida. Y es que, ¡cuánta magia puede brotar cuando pasión y profesión se cogen de la mano!

Finalmente, y lo más importante para mí, necesito dar las gracias a todos los creadores de YumaKids, que juntos habéis logrado hacer de este sueño una realidad bien palpable. Porque desde el primer contacto con vosotros supisteis transmitirme el ingrediente que ya ha convertido a vuestro proyecto en un gran éxito: ¡el amor todo lo puede!

Gracias, porque con vuestro ejemplo conseguís que quiera esforzarme cada día por seguir haciendo de este mundo un lugar mejor.

No me despido, porque sigo totalmente vinculada a vosotros...”.

Inés Andreu Borràs  
Médico psiquiatra



“Nuestra institución educativa cuenta con niños y jóvenes de población vulnerable, con bajos recursos económicos y con un alto grado de población flotante debido a las pocas fuentes de empleo del municipio.

Debido a todo esto, una mañana soleada y maravillosa, nuestra institución recibió la visita de una gran persona, alguien que con sus palabras nos dio o me dio una luz de esperanza, una gran ayuda, con ideas y planes para contribuir en pro del bienestar de nuestros niños, niñas y adolescentes. Una ayuda que llegó en el momento, hora y lugar indicado. Así que por medio de este informe hoy quiero dar las gracias al señor Rubén Gualtero, quien fue la primera persona de la Fundación YumaKids que se acercó para darnos esa gran luz y brindarnos o brindarme herramientas, motivación y esa firme intención de trabajar con nosotros para desarrollar el proyecto. Esa mañana se contó un poco nuestra historia, nuestras falencias y nuestras alegrías. Allí empezó la historia y los planes para la ejecución del proyecto piloto de resiliencia en nuestra institución. Debo confesar que me emocioné y me emocionó bastante porque fue y es una oportunidad para aprender, para recargar baterías y seguir adelante. Resiliencia, lo mágico en cada uno de nosotros para convertir los obstáculos o circunstancias que nos generan dolor en el motor para seguir siempre adelante.

Posterior a esto también tuvimos la oportunidad de contar con el apoyo y enseñanza de la Dra. Soriano quién, al conocerla, de manera cálida, amable y abierta, me brindó orientación y una guía para continuar con este *mágico viaje*, como he llamado al desarrollo del proyecto y quien siempre a través de don Rubén y la Dra. Inés, nos brinda apoyo y recomendaciones para el manejo de las sesiones y para la labor como orientadora.

Nuestro mágico viaje sigue adelante por medio de llamadas, planes, proyecciones que generan muchas emociones e interés por ejecutar, aprender y multiplicar. Se acordó iniciar con un grupo de once jóvenes, todos con historias duras, diferentes, difíciles de vivir, tal vez más, para un niño o un adolescente. Sin embargo, todos tenían un mismo objetivo: ganas de salir adelante, de mejorar, de aprender a manejar sus emociones y de enfrentar sus pesadillas para seguir adelante.

Posterior a esto llegó el día esperado y un nuevo encuentro por realizar: la primera entrevista con una nueva especialista que nos ayudaría y se sumaría al proyecto. La Dra. Inés Andreu, persona realmente maravillosa, llena de vida y alegría que con su buena energía se veía totalmente dispuesta a dar lo mejor de sí y a irradiar comprensión hacia los chicos con quien realizaría la intervención.

Se desarrollaron cuatro sesiones que permitieron que cada uno de los participantes aprendiera a identificar un poco más sus emociones, a cómo manejarlas y a seguir adelante, mostrando siempre buena actitud y disposición.

Las sesiones fueron dirigidas por la Dra. Inés como terapeuta, guiándonos en el proceso de aprendizaje, y supervisada por la Dra. Soriano. La mayoría de los jóvenes participaron de forma activa durante cada encuentro, incluso los que tenían más dificultades para compartir sus emociones.

Después de la última sesión, los jóvenes se acercaron a pedir que continuara el proceso pues les había permitido conocerse y conectar un poco más. Días después de terminadas las sesiones, el joven más introvertido del grupo se acercó de forma espontánea para enseñarme sus últimos dibujos (cuenta con gran habilidad para dibujar) y mostrándose abierto al diálogo.

Realmente y de corazón mil gracias a cada uno de los integrantes de la Fundación YumaKids que han hecho posible la ejecución y desarrollo de este mágico viaje. Gracias por enseñarme y mostrarme este tipo de herramientas que confiando en Dios haré lo posible por seguir desarrollando y continuar viendo así sus positivos resultados.

Gracias por este viaje y por la labor tan bonita que desarrollan desde la Fundación. Bendiciones para cada uno de sus integrantes. Quedo atenta a sus indicaciones y recomendaciones.

Yisenia Navarro Roa.

Docente Orientadora de la institución educativa rural.



“El proceso con los adolescentes es muy favorable en la institución educativa. Por mi parte, creo que fue un valioso espacio y sobre todo me pareció muy oportuno para darle a la orientadora una idea sobre cómo cumplir un mejor papel ya que, en las instituciones educativas, lo indicado es hacer intervenciones colectivas.

Por parte de los chicos que participaron en el grupo se generó un vínculo que les permite ahora acercarse y ser más abiertos; cabe anotar que frecuentemente preguntan por ustedes y piden volver a repetir la experiencia. Hemos planeado para el próximo año retomar el grupo y quizás replicar el trabajo con otros adolescentes”.

Amparo Enciso.  
Psicóloga Social



“En Ibagué (Tolima), antes de la puesta en marcha del proyecto, compartí con Yisenia (centro educativo rural) y Amparo (centro educativo urbano) la idea de organizar grupos de conversación en los propios centros docentes con el fin de ayudar a los adolescentes en su proceso de crecimiento emocional. Posteriormente, desde Barcelona, con la Dra. Inés Andreu (médico psiquiatra) preparamos la metodología y dinámica del trabajo grupal.

En las reuniones preliminares, Yisenia y Amparo, explicaron las situaciones vitales de los chicos y chicas que acudirían al grupo. Un elemento en común de los futuros participantes eran las vivencias traumáticas que habían sufrido muchos de ellos. Por este motivo, nos pareció oportuno apoyarnos en la experiencia realizada por el Dr. Fernando Lacasa Saludas y que recoge en su libro *Tratamiento grupal de regulación emocional e interpersonal para niños y adolescentes* (Barcelona, 2015). Entre otros aspectos, el autor plantea la necesidad de abordar con mucha prudencia las vivencias dolorosas y, sobre todo, no retraumatizar. Para ello propone una serie de sesiones cuya finalidad es que el adolescente conozca y maneje mejor sus emociones y, de esta manera, tenga la oportunidad de potenciar sus recursos y fortalezas personales.

Una vez se iniciaron los grupos, la Dra. Inés transcribía las sesiones y a partir de este material, conjuntamente, repasábamos y repensábamos cada una de las situaciones y experiencias que habían ocurrido durante el encuentro, con tal de orientar y mejorar la siguiente sesión. Gracias a las nuevas tecnologías esta labor de supervisión se pudo llevar a cabo estando Inés en Ibagué y yo en Barcelona.

El trabajo grupal realizado en esta ocasión pone de manifiesto, una vez más, lo importante que es dar un espacio donde los adolescentes puedan hablar con confianza, sin aleccionarlos y demostrando un profundo respeto hacia su persona. Los profesionales que conducían los grupos, al tener muy presentes estos aspectos, crearon un clima cálido que permitió afrontar momentos de gran intensidad emotiva.

Considero, finalmente, que esta propuesta de trabajo grupal, dentro de su modestia, es una buena manera de ayudar a los adolescentes a mejorar su vida emocional, especialmente cuando se han padecido adversidades cuyas heridas, en muchos casos, son difíciles de sanar.

Dra. Asunción Soriano Sala

Médico, psiquiatra y psicoanalista, responsable asistencial de la *Consulta Jove* para adolescentes de Sant Pere Claver Fundació Sanitaria, Barcelona.

## VALORACIÓN DE LOS PARTICIPANTES

### *Lo que más te ha gustado del grupo:*

- “El compartir, tuve una nueva experiencia de poder compartir”. Chico, 16 años.
- “Que pude definir mis sentimientos y encontrar personas de confianza”. Chica, 15 años.
- “Que a pesar de tantas dificultades que tenemos debemos seguir adelante, tener en cuenta nuestras emociones nos ayuda mucho”. Chica, 13 años.
- “Descubrí algo curioso, dicen que nadie puede confiar en nadie, pero desde el inicio siendo desconocidos pudimos confiar”. Chico, 16 años.
- “Me ha gustado porque me pude expresar y me pude sorprender de muchas cosas lindas”. Chica, 14 años.
- “Que hemos tenido muy buena socialización de temas importantes para nosotros y que hemos compartido experiencias de cada uno”. Chico, 17 años.
- “Que hemos aprendido a conocernos entre nosotros y a conocernos a nosotros mismos”. Chica, 18 años.
- “Perder algo de la timidez y sacar algo que tenía oculto”. Chico, 17 años.
- “Que hemos aprendido a escucharnos unos a otros y respetar la opinión de los demás sin criticar la respuesta”. Chica, 16 años.

### *Lo que menos te ha gustado:*

- “Que se acabó muy pronto y que no nos volvamos a ver”. Seis respuestas
- “Muy poco tiempo, me hubiera gustado más dinámicas”. Dos respuestas
- “Que algún chico no volvió, cuando este encuentro es súper genial”. Una respuesta.
- En blanco, tres respuestas.

## COMENTARIO FINAL

Valorado muy positivamente por los participantes y los profesionales, nuestro interés es que el programa se amplié, progresivamente, a diferentes instituciones educativas, tanto urbanas como rurales. Se trata, en definitiva, de prevenir y promover la salud mental de los niños y los adolescentes desde el ámbito escolar, especialmente, de aquellos más vulnerables.



