

Martín, Sofía

**Promoción de salud en
jóvenes desde el Proyecto
de Consejería en una
escuela secundaria de
gestión estatal de Córdoba,
en contexto de Covid-19**

**Tesis para la obtención del título de
grado de Licenciada en Psicología**

Directora: Dubini, Patricia

Documento disponible para su consulta y descarga en Biblioteca Digital - Producción Académica, repositorio institucional de la Universidad Católica de Córdoba, gestionado por el Sistema de Bibliotecas de la UCC.



[Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial-Sin Obra Derivada 4.0 Internacional.](#)



UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE CÓRDOBA
Universidad Jesuita

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CÓRDOBA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Trabajo Integrador Final

Proyecto de Sistematización de Prácticas

“Promoción de salud en jóvenes desde el Proyecto de Consejería en una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, en contexto de Covid-19.”

Alumna: Sofía Martín

Clave de alumno: 1610277

Directora: Patricia Dubini

Córdoba, Argentina

2024

Agradecimientos

En primer lugar, agradezco a mis padres y mis hermanos, quienes me acompañaron en este largo recorrido, apoyándome y confiando en mí siempre.

*A mis amigas, por cada risa, por cada plan, por prestar el hombro cuando lo necesité.
Gracias por alentarme siempre a seguir.*

A mi Martín, que con solo una sonrisa hace "un paréntesis" en mis días agitados. Gracias por acompañarme con tanto amor.

A mi psicóloga, María Marta Carreras, por inspirarme a seguir esta carrera y por ser un gran ejemplo.

A mi directora de tesis, por su profesionalismo, dedicación y rapidez en sus correcciones a lo largo de este proceso.

A mí, por nunca dejar de confiar en mí misma y lograr todo lo que me propuse.

Índice

I. Introducción	8
II. Contexto de la Práctica	10
<i>II.1. Psicología Sanitaria</i>	11
II.1.a. Conceptos Principales	11
II.1.b. Marco Normativo	13
<i>II.2. Psicología Sanitaria y el Contexto de Pandemia de Covid-19</i>	14
III. Contexto Institucional	16
<i>III.1. Proyecto de Consejería para Adolescentes en Escuela Secundaria</i>	17
III.1.a. Organigrama Institucional	19
<i>III.2. IPEM Juan José Paso (JJP)</i>	20
IV. Eje de Sistematización de la Práctica	21
V. Objetivos	23
<i>V.1. Objetivo General</i>	24
<i>V.2. Objetivos Específicos</i>	24
VI. Perspectiva Teórica	25
<i>VI.1. Adolescencia</i>	26
<i>VI.2. Promoción de la Salud en Adolescentes de Escuelas Secundarias</i>	28
VI.2.a. Determinantes sociales de la salud	30
VI.2.a.I. Pandemia en la adolescencia	31
<i>VI.3. Intervención</i>	32
VI.3.a. Validación	33
VI.3.b. Encuadre	34
VI.3.c. Interrogar	34
VI.3.d. Informar	34
VI.3.e. Intervenciones Centradas en la Prevención de Riesgos	34

VI.3.f. Construcción de Espacios en la Virtualidad por el Contexto de Pandemia	36
VII. Modalidad de Trabajo	37
<i>VII.1. Sistematización de la Experiencia</i>	38
<i>VII.2. Técnicas</i>	38
<i>VII.3. Consideraciones Éticas</i>	39
VIII. Recuperación del Proceso Vivido	41
<i>VIII.1. Comienzo de la Materia Prácticas Profesionales Supervisadas</i>	42
<i>VIII.2. Capacitaciones</i>	44
<i>VIII.3. Organización de la Práctica</i>	47
<i>VIII.4. Consejería Virtual</i>	48
<i>VIII.5. Consejería Bimodal</i>	59
IX. Análisis de la experiencia	92
<i>IX.1. Temáticas Más Recurrentes que se Presentaron en el Dispositivo de Consejería</i>	93
IX.1.a. Confrontación Generacional	93
IX.1.b. Exploración de Sí Mismo y del Otro	94
IX.1.c. Identidad de Género/ Orientación Sexual	96
IX.1.d. Emociones	98
IX.1.e. Autolesiones e Intentos de Suicidio	101
IX.1.f. Proyecto a Futuro	104
<i>IX.2. Determinantes Culturales y Sociales del Proceso Salud-Enfermedad de los Jóvenes de una Escuela Secundaria Estatal de Córdoba</i>	107
IX.2.a. Desigualdad de Género	107
<i>IX.2.a.i. Violencia de Género</i>	109
<i>IX.2.a.ii. Estereotipos de Género</i>	112

IX.2.b. Estereotipos De Imagen Corporal.....	118
IX.2.c. La Mirada y Trato del Otro.....	121
<i>IX.2.c.i. Maltrato Psicológico.....</i>	<i>121</i>
<i>IX.2.c.ii. Bullying.....</i>	<i>125</i>
<i>IX.2.c.iii. Apoyo Social.....</i>	<i>129</i>
IX.2.d. Prejuicios Acerca de la Salud Mental.....	131
<i>IX.3. Intervenciones Que Promueven Salud Desde El Proyecto De Consejería En Una Escuela Secundaria Estatal De Córdoba, Teniendo En Cuenta La Modalidad Virtual Y Presencial, Grupal e Individual, Los Obstáculos Y Facilitadores De Trabajo</i>	<i>133</i>
IX.3.a. Encuadre.....	133
<i>IX.3.a.i. Definición del Rol del Consejero.....</i>	<i>134</i>
<i>IX.3.a.ii. Definición de la Relación y los Límites entre el Dispositivo de Consejería y la Escuela.....</i>	<i>136</i>
IX.3.b. Intervenciones que Promueven la Salud.....	140
<i>IX.3.b.i. Escucha.....</i>	<i>140</i>
<i>IX.3.b.ii. Disponibilidad.....</i>	<i>142</i>
<i>IX.3.b.iii. Validación.....</i>	<i>143</i>
<i>IX.3.b.iv. Psicoeducación.....</i>	<i>146</i>
<i>IX.3.b.v. Información.....</i>	<i>147</i>
<i>IX.3.b.vi. Identificación de Riesgos.....</i>	<i>151</i>
<i>IX.3.b.vii. Seguimiento.....</i>	<i>153</i>
<i>IX.3.b.viii. Construcción de Espacios en la Virtualidad.....</i>	<i>154</i>
<i>IX.3.b.ix. Construcción de Espacios en la Presencialidad.....</i>	<i>158</i>
IX.3.c. Apreciaciones Acerca de la Consejería.....	160
<i>IX.3.c.i. Apreciaciones de los Jóvenes.....</i>	<i>160</i>
<i>IX.3.c.ii. Apreciaciones de Referentes de Consejería y Adultos de la Escuela.....</i>	<i>163</i>
X. Conclusiones.....	165
XI. Bibliografía.....	169

XII. Anexo	181
<i>XI.1. Anexo 1</i>	182

Índice de abreviaturas

CPPC: Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba.

I.P.E.M.: Instituto Provincial de Enseñanza Media

OMS: Organización Mundial de la Salud

OPS: Organización Panamericana de la Salud

PPS: Practica Profesional Supervisada

RAP: Espacios de Reflexión y Análisis de Prácticas

UNICEF: son las siglas en inglés para el Fondo de las Naciones Unidad para la Infancia.

I. Introducción

El presente escrito conforma el Proyecto de Sistematización de Prácticas, de la carrera de Licenciatura de Psicología de la Universidad Católica de Córdoba. Este trabajo tiene como objetivo la sistematización de la práctica realizada en el marco del Proyecto de Consejería para Adolescentes en Escuela Secundaria, perteneciente a Políticas Públicas del Ministerio de Educación.

El mismo se llevará a cabo desde la perspectiva de la Psicología Sanitaria, por lo cual, se tomará como objeto de estudio el proceso salud-enfermedad, entendiéndolo como un proceso dinámico que está social e históricamente determinado y a partir del cual se piensa lo singular en relación dialéctica con lo colectivo. Asimismo, la práctica se orienta desde el enfoque de promoción de la salud, con el propósito de ayudar a los jóvenes a mejorar su salud y calidad de vida, y que puedan ejercer un mayor control sobre la misma.

La presente práctica se realiza en contexto de pandemia de Covid-19, el cual ha atravesado a toda la sociedad e instituciones y nos ha presentado el desafío de adaptar nuestras prácticas a los protocolos sanitarios establecidos en la presencialidad y a la virtualidad, cuando era necesario.

El eje a sistematizar es el siguiente: “Promoción de salud en jóvenes desde el Proyecto de Consejería en una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, en contexto de Covid-19”. Para abordarlo de forma abarcativa, los objetivos propuestos fueron: describir las temáticas más recurrentes que se presentaron en el dispositivo; analizar los determinantes culturales y sociales del proceso salud-enfermedad de los jóvenes de la escuela; y analizar las intervenciones que promueven la salud desde el proyecto de Consejería, teniendo en cuenta la modalidad virtual y presencial, grupal e individual, los obstáculos y facilitadores de trabajo.

En cuanto a la estructura del escrito, se organiza en apartados. Comienza con una presentación conceptual de la Psicología Sanitaria y del Proyecto de Consejería para Adolescentes en Escuela Secundaria. Luego, se contextualiza la escuela IPEM JJP. A continuación, se encuentra el eje de sistematización y los objetivos del trabajo mencionados. Posteriormente, se desarrolla la perspectiva teórica, se describe la modalidad de trabajo y se desglosa la recuperación del proceso vivido. Finalmente, se realiza un análisis de la experiencia y se llevan a cabo conclusiones, seguidos de las referencias bibliográficas y el anexo.

II. Contexto de la Práctica

II.1. Psicología Sanitaria

El contexto a partir del cual se desarrolla la práctica del presente proyecto, es el contexto de la Psicología Sanitaria. Morales Calatayud (1997) define a la psicología de la salud como “la rama aplicada de la psicología que se dedica al estudio de los componentes de comportamiento del proceso salud-enfermedad y de la atención de la salud” (p. 58); refiriéndose a proceso salud-enfermedad como “un proceso dinámico y variable de equilibrio y desequilibrio entre el organismo humano y su ambiente total, haciéndose resaltar entonces la influencia notable de las relaciones humanas, económicas y sociales” (p.5). Asimismo, Laurell (1987) define al proceso salud-enfermedad como un proceso social debido a que sus etiologías y el modo de conceptualizar la enfermedad, cambian con el tiempo.

Consecuentemente, la psicología de la salud se interesa por el estudio de los determinantes de la salud y la enfermedad. De acuerdo con Laurell (1987), el modelo multicausal presenta limitaciones las cuales residen en la reducción de la realidad compleja a “factores de riesgo” que actúan de igual manera y no se distinguen en calidad; por lo tanto, la autora propone reconocer la especificidad de cada uno y a la vez analizar la relación que guardan entre sí. Análogamente, Morales Calatayud (1997) plantea que la psicología de la salud, basada en la perspectiva social-expansiva, busca trascender los acontecimientos puramente biológicos para entrar en el análisis de procesos de carácter social lo cual implica describir “las características del fenómeno, su distribución en las sociedades humanas, sus tendencias en el espacio y en el tiempo; simultáneamente considera los mecanismos biológicos-ecológicos, los factores de riesgo asociados a la salud-enfermedad y los orígenes sociales del fenómeno” (Morales Calatayud, 1997, p.32).

Asimismo, el Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba (CPPC, 1989) define esta especialidad de la psicología como “la esfera de acción del psicólogo que abarca el campo de la salud colectiva (incluyendo dentro de esta a la Salud Mental), en instituciones estatales y/o gubernamentales o privadas” (párr. 20).

II.1.a. Conceptos Principales. Dentro del contexto de la Psicología Sanitaria, un lugar privilegiado es el de la Atención Primaria de la Salud, la cual es definida por la OMS (2021) como:

Un enfoque de la salud que incluye a toda la sociedad y que tiene por objeto garantizar el mayor nivel posible de salud y bienestar y su distribución equitativa mediante la atención centrada en las necesidades de la gente tan pronto como sea posible a lo largo

del proceso continuo que va desde la promoción de la salud y la prevención de enfermedades hasta el tratamiento, la rehabilitación y los cuidados paliativos, y tan próximo como sea posible del entorno cotidiano de las personas. (OMS, 2021, párr.2)

Como este proyecto se lleva a cabo en las escuelas, nos vamos a centrar en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades que son conceptos fundamentales a tener en cuenta desde esta perspectiva. Para ello, es preciso tomar la definición de promoción de la salud planteada en la Carta de Ottawa de 1986, la cual plantea que:

Consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. La salud se percibe pues, no como el objetivo, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. (OMS, 1986, párr.2)

Asimismo, Marchiori Buss (2008) menciona que el enfoque de la promoción de la salud es amplio y englobador, se orienta a identificar y enfrentar las macrodeterminantes del proceso salud-enfermedad, y tiene como objetivo modificar las condiciones de vida para alcanzar un óptimo nivel de vida y salud. Análogamente, Carvajal Rodríguez (2007) a partir de un análisis teórico, establece la relación entre la promoción de la salud con la educación, reconociéndola como:

Una estrategia para entrenar la participación social en la búsqueda de más salud, en la que se desarrollan conocimientos, capacidades y habilidades en la identificación de problemas y necesidades, se aprende a seleccionar las mejores alternativas para satisfacer esas necesidades, resolver los problemas, cambiar o adaptarse al medio ambiente, dar impulso a los factores protectores de la salud, ejercer mayor control sobre sus factores determinantes y lograr el bienestar integral. (Carvajal Rodríguez, 2007, párr.14)

Por otro lado, Marchiori Buss (2008) expone que la prevención de las enfermedades procura detectar, controlar y debilitar los factores de riesgo de las enfermedades, buscando que los individuos permanezcan exentos de las mismas.

Sin embargo, a pesar de sus diferencias, el autor plantea que tanto la promoción de la salud como la prevención de la enfermedad son orientaciones complementarias al proceso salud-enfermedad (Marchiori Buss, 2008).

Además, las acciones llevadas a cabo desde éste campo, deben ser de carácter interdisciplinario, el cual conforma otro pilar importante de la Psicología Sanitaria. Siguiendo a Stolkiner (2005), la interdisciplinariedad es “un posicionamiento, no una teoría unívoca. Ese posicionamiento obliga básicamente a reconocer la incompletud de las herramientas de cada disciplina” (p.5). Asimismo, este posicionamiento implica reconocer la historicidad y la relatividad de la construcción de los saberes disciplinarios, es decir, que no supone relaciones lineales de causalidad. Para realizar este trabajo se requiere de un trabajo grupal en la que se articule el imaginario social e imaginario grupal y la dimensión institucional en que se plantea la actividad (Stolkiner, 2005); Elichiry (1987) plantea que se necesita una actitud de “cooperación recurrente”.

De esta manera, la Psicología Sanitaria apunta a la Equidad en Salud, es decir, que todas las personas puedan “desarrollar su máximo potencial de salud independientemente de su posición social u otras circunstancias determinadas por factores sociales” (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2012, p.15).

II.1.b. Marco Normativo. La Psicología Sanitaria es reconocida por la Resolución N° 15 de la Ley 7106, la cual regula su ejercicio y plantea que las prácticas del psicólogo en este contexto consisten en:

Planificar, programar, evaluar, auditar, administrar y ejecutar políticas sanitarias; coordinar y supervisar programas de su campo específico; analizar el proceso salud-enfermedad y sus determinantes políticos, sociales, económicos y otros desde el área de su competencia; el asesoramiento en cuestiones relativas a la especialidad; prevención y promoción de la Salud; educación para la salud y la calidad de vida; y la investigación y la docencia en el área. (CPPC, 1989, párr.23)

Asimismo, la Psicología Sanitaria, como todas las áreas de la psicología, son regidas por la Ley de Salud Mental N° 26.657 la cual define a la salud mental como “un proceso determinado por componentes históricos, socio-económicos, culturales, biológicos y psicológicos, cuya preservación y mejoramiento implica una dinámica de construcción social vinculada a la concreción de los derechos humanos y sociales de toda persona” (Ley N° 26.657. Art.2, 2010). La presente ley apunta a la descomialización, es decir, a la sustitución de los

manicomios por centros de salud interdisciplinarios, con el propósito de “asegurar el derecho a la protección de la salud mental de todas las personas, y el pleno goce de los derechos humanos de aquellas con padecimiento mental que se encuentran en el territorio nacional” (Ley N° 26.657. Art.1, 2010).

II. 2. Psicología Sanitaria y el Contexto de Pandemia de Covid-19

El presente proyecto de prácticas se lleva a cabo en contexto de pandemia de Covid-19; hablar acerca del impacto que ésta está teniendo en la sociedad, desde la perspectiva de la Psicología Sanitaria, implica tener en cuenta múltiples factores. Es así como Alicia Stolkiner (s.f.) plantea que este trabajo

Requiere de la necesaria articulación entre economía, instituciones y dispositivos con la vida de los sujetos singulares. Y es justamente la vida cotidiana, sus rutinas, temporalidades, espacios y relaciones, la que se ve particularmente alterada. Otro factor fundamental es la pérdida de certeza con respecto a planeamientos de futuro, saber que nada volverá a ser cómo era. (párr.6)

Asimismo, es necesario tener en cuenta que las medidas de aislamiento social tomadas por el Gobierno Argentino tienen diferentes impactos en las distintas clases sociales, en esta línea, Sousa Santos (2020) plantea que “cualquier cuarentena es siempre discriminatoria” ya que la actual emergencia sanitaria se une a muchas otras emergencias. Además, Stolkiner (s.f.) señala que la desigualdad no solo refiere a los recursos materiales, sino también la desigualdad en el acceso a determinados bienes simbólicos,

por ejemplo, a recursos tecnológico-informáticos, carencia que no solo es atribuible a pobreza sino también a grupo etario. Obviamente el aislamiento agudizó los problemas de la violencia contra la mujer, los femicidios y el abuso o violencia con los niños y los frágiles; complejizó el apoyo necesario de las personas con discapacidad y le agregó elemento de tensión a las problemáticas de consumo. (Stolkiner, s.f., párr. 9)

Además, una encuesta del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), expresa la manera en la que la situación sanitaria afecta a los menores y plantea que al menos 357 mil niños, niñas y adolescentes del país abandonaron la escuela en el año 2020. El abandono tiene incidencia en todos los segmentos de la sociedad, aunque afecta en mayor medida a los sectores más vulnerables de la población (Chavez, 2021).

Consecuentemente, el constante miedo, preocupación y los factores de estrés en la población durante el brote de Covid-19 ha generado un impacto social en el cual “es fundamental la atención temprana y oportuna para la protección de la Salud Mental y la Reducción del Riesgo” (Dirección Nacional de Salud Mental, 2020, diapositiva 12). En este sentido, la Dirección Nacional de Salud Mental (2020) plantea que la mayoría de las reacciones deben entenderse como reacciones normales y esperables ante eventos inesperados y amenazadores; no se debe pensar en psicopatología.

Desde la perspectiva de la Psicología de la Salud, Morales Calatayud (1997) plantea que incluso en situaciones en las que las condiciones económicas y sociales son muy negativas, el psicólogo de la salud debe

Trabajar en la dirección de modificar el comportamiento individual en el sentido de hacerlo evolucionar hacia el desarrollo de conductas pertinentes para obtener el mejor nivel de salud de las personas en ese ambiente. Pero sus estrategias de trabajo deben ser las adecuadas para esa situación. Tendrá entonces que trazar programas conjuntos con otros profesionales de la salud y otros actores sociales para generar cambios sobre el ambiente y para de modo conjunto, contribuir a la generación de los cambios en el comportamiento (p. 29).

Por su parte, Stolkiner destaca que se debe prevenir la enfermedad a partir del fortalecimiento de la condición de salud de las personas, de los recursos que cada uno tiene y no solo la evitación de contagio (Carbajal, 2009).

III. Contexto Institucional

III.1. Proyecto de Consejería para Adolescentes en Escuela Secundaria

El proyecto de Consejería para adolescentes en Escuela Secundaria apunta a reforzar las trayectorias escolares, mejorando la confianza en las posibilidades de los estudiantes y contribuyendo al buen clima institucional (Del Bono et al., 2019).

El programa de escucha para acompañar a los jóvenes surge junto a las profesoras Nora Pellegrino, Zulema Capello y Gladis Gente en el año 2011, pero no tuvo los resultados esperados, los estudiantes no concurrían. La incorporación de estudiantes universitarios al rol de consejeros significó un giro importante ya que el dispositivo comenzó a ser utilizado. Con el tiempo, dicho programa ha ido cambiando debido a que surgió con un enfoque centrado en la salud bajo los lineamientos de la OPS, pensando al espacio de escucha separado de la dinámica escolar. Desde el año 2003, la Consejería está incluida y es considerada como un elemento dentro de la trama institucional de las escuelas (Del Bono et al., 2019).

El proyecto de la Consejería es un espacio dentro de las escuelas que tiene como objetivo: Generar espacios de acompañamiento y escucha para y entre jóvenes; promover el ejercicio de derechos facilitando el acceso a la información; propiciar en el espacio educativo, una mirada sobre los adolescentes que los reconozca en su singularidad, facilitando un vínculo de diálogo y respeto; y por último facilitar prácticas situadas en el ámbito escolar para futuros profesionales.

El mismo se enmarca en tres dimensiones que se articulan entre sí. Entre estas dimensiones se incluyen, las carreras de formación superior, las escuelas secundarias y las políticas públicas. Por un lado, la consejería se articula con instituciones de formación superior, en la que los estudiantes universitarios, en sus últimos años de diferentes carreras, capacitados y acompañados por el equipo técnico de Consejería, van a realizar su experiencia de práctica situada acompañando a los jóvenes desde el rol de consejeros. Por otro lado, las escuelas, en donde se debe atender a la complejidad de las situaciones que se viven a diario. Por último, dentro de las políticas públicas, el trabajo de la Consejería se basa en una perspectiva de los derechos del niño, niñas y adolescentes.

Asimismo, la Consejería como dispositivo, está compuesta por diversos elementos que se entrecruzan y se relacionan continuamente: los consejeros; el espacio de Reflexión y Análisis de las Prácticas de los consejeros, propiamente dicho, las RAP; el abordaje institucional, es decir, se piensa a los jóvenes como parte de un colectivo; las redes que se entablan con otros organismos (ya sea, La Casa del Joven, El Polo Integral de la Mujer, los

dispensarios, SENAF, u otros.) para dar respuestas a situaciones que exceden la posibilidad de abordaje de la escuela, de consejería, por ejemplo; y por último, el equipo técnico del programa.

Mayoritariamente, las políticas públicas de la Dirección General de Desarrollo Curricular, Capacitación y Acompañamiento Institucional están dirigidas a escuelas públicas, y en menor parte a escuelas privadas. Por lo que, los destinatarios de este dispositivo son los jóvenes de las escuelas. Las temáticas por las cuales los jóvenes se acercan a la Consejería son infinitas, pero las más frecuentes son las historias de vida, vínculos (familiares, entre pares, amorosos), convivencia escolar, sexualidad, consumos, violencias en diferentes ámbitos, proyecto de vida, etc.

Existen distintos modos de hacer Consejería: por un lado, la Consejería tradicional, presencial, que consiste en:

Un lugar físico en la escuela, donde los adolescentes pueden acercarse voluntariamente en grupos o solos, para plantear las situaciones que los inquietan, los convocan, los interpelan, para informarse, desahogarse, ser contenidos y pensar modos de atravesar y tramitar esas situaciones de manera lo más saludable y satisfactoria posible, siendo escuchados desde un marco de respeto y confidencialidad. Por otra parte, la consejería itinerante es un dispositivo que se despliega generalmente frente a demandas específicas de escuelas que identifican alguna situación que interfiere con modos de habitar la escuela que faciliten aprendizajes, o que produce algún tipo de malestar en la institución y sus alumxns, esta modalidad de consejería se concreta mediante la realización de talleres que, previo análisis y valoración de las situaciones, las abordan junto con los adolescentes. (Del Bono et al., 2019, p.1)

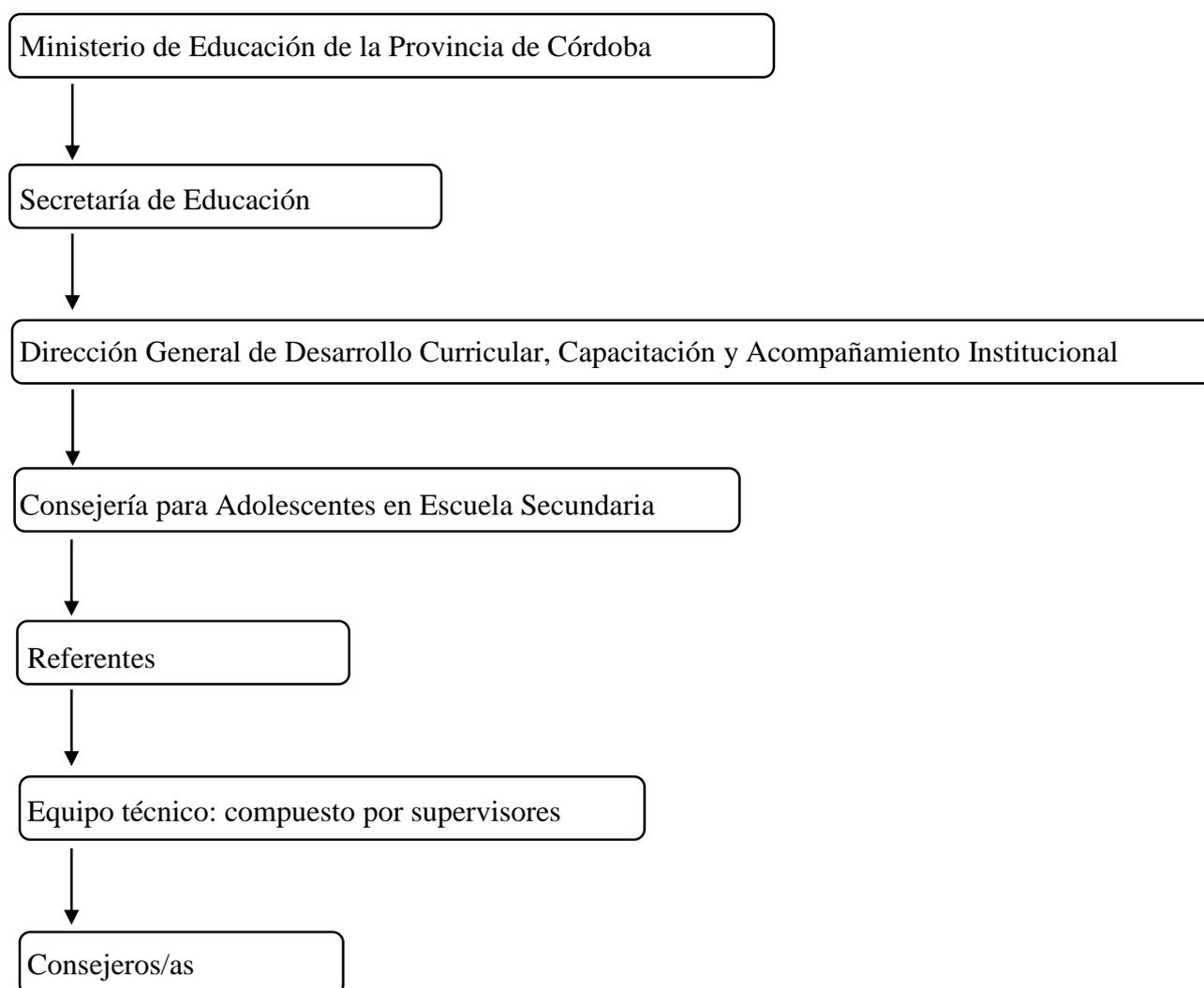
Este espacio estaba disponible en recreos, horas libres y contra turnos.

A partir de la pandemia, el dispositivo tradicional se reinventa y surge la Consejería virtual que funciona a través de la red social *Instagram*, ya que es la red en la que los adolescentes más participan. Esta modalidad consiste en la creación de una cuenta de Instagram por cada escuela convirtiéndose en el nuevo espacio de intervención, y las publicaciones en la misma, en nuevas formas de intervención. En general, la Consejería virtual ha funcionado más a nivel grupal que individual.

La modalidad que tomó el dispositivo al continuar en contexto de pandemia fue la modalidad mixta, es decir, se comenzó con modalidad virtual mediante Instagram y a medida que los adolescentes pudieron volver a la escuela, se realizaron encuentros presenciales.

III.1.a. Organigrama Institucional. El proyecto de Consejería para Adolescentes en Escuela Secundaria pertenece a la Dirección General de Desarrollo Curricular, Capacitación y Acompañamiento Institucional, el área de políticas socio-educativas que acompañan a la enseñanza. Esta Dirección a su vez, pertenece a la Secretaría de Educación que depende del Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba.

Dicho proyecto está conformado en primer lugar, por los referentes institucionales, quienes junto a otros profesionales conforman un equipo técnico que acompaña a los consejeros, estudiantes avanzados de diferentes carreras, quienes concurren a las escuelas para escuchar y acompañar a los jóvenes.



III.2. IPEM 155 Juan José Paso (JJP)

Dicho Proyecto de Consejería para Adolescentes en Escuela Secundaria se va instalar por primera vez en la escuela. Es un centro educativo del sector público estatal de ámbito urbano, ubicado en el Barrio Zumarán.

La institución cuenta con una directora, una vicedirectora, un gabinete conformado por psicólogas y un trabajador social, un centro de estudiantes inactivo y 556 alumnos de los cuales 447 pertenecen al turno mañana y 109 al turno tarde. Asimismo, es relevante destacar que el ciclo de especialización está orientado a Economía y Administración, Cs. Sociales y Cs. Naturales.

En cuanto al contexto de pandemia de Covid-19, la escuela se ha tenido que adaptar a la modalidad virtual creando una página web en donde se comparten actividades para acompañar la continuidad de la trayectoria de los estudiantes. En dicha página los alumnos tienen acceso a los diferentes cursos en donde pueden encontrar el material que sus docentes prepararon para ellos y además pueden acceder al espacio virtual del Ministerio de Educación a través del programa “Tu escuela en casa”.

IV. Eje de Sistematización de la Práctica

“Promoción de salud en jóvenes desde el Proyecto de Consejería en una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, en contexto de Covid-19.”

V. Objetivos

V.1. Objetivo General

Analizar modalidades de promoción de salud desde el Proyecto de Consejería con jóvenes de una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, en contexto de Covid-19.

V.2. Objetivos específicos:

Describir las temáticas más recurrentes que se presentaron en el dispositivo de Consejería en una escuela secundaria estatal de Córdoba.

Analizar los determinantes culturales y sociales del proceso salud-enfermedad de los jóvenes de una escuela secundaria estatal de Córdoba.

Analizar las intervenciones que promueven la salud desde el proyecto de Consejería en una escuela secundaria estatal de Córdoba, teniendo en cuenta la modalidad virtual y presencial, grupal e individual, los obstáculos y facilitadores de trabajo.

VI. Perspectiva Teórica

VI.1. Adolescencia

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano única y decisiva, caracterizada por un desarrollo cerebral y un crecimiento físico rápido, un aumento de la capacidad cognitiva, el inicio de la pubertad y de la conciencia sexual, y la aparición de nuevas habilidades, capacidades y aptitudes. (UNICEF, 2017. p. 3)

De acuerdo con Viñar (2009), la adolescencia es mucho más que una etapa cronológica de la vida y del desarrollo madurativo, es un trabajo de transformación, un proceso de expansión y crecimiento, de germinación y creatividad, que implica tanto logros como fracasos, progresos como retrocesos. En esta etapa, debido a la capacidad de los adolescentes para: aprender rápidamente, experimentar nuevas y diversas situaciones, acrecentar y utilizar el pensamiento crítico y ejercer más y nuevos espacios de libertad y autonomía, ser creativos y socializar, se facilitan cambios positivos (UNICEF, 2017).

Kancyper (2007), caracteriza a la adolescencia como el encuentro del objeto genital exogámico, la elección vocacional más allá de los mandatos parentales y la recomposición de los vínculos sociales y económicos. Asimismo, plantea que otra particularidad de este período, es la resignificación retroactiva; en este sentido, la adolescencia sería un punto de llegada y un punto de partida:

A partir de la adolescencia como punto de llegada, podemos colegir retroactivamente las inscripciones y traumas que en un tiempo anterior permanecieron acallados en forma caótica y latente y adquieren, recién en este período, significación y efectos patógenos. (...) Y como punto de partida, es el tiempo que posibilita la apertura hacia nuevas significaciones y logros a conquistar, dando origen a imprevisibles adquisiciones. (Kancyper, 2007. p. 17)

En esta etapa el adolescente debe atravesar lo que Fernández Moujan (1986) llama “proceso de duelo adolescente”, definiendo al duelo como uno de los fenómenos más comunes en la vida de todo individuo, que aparece ante cualquier pérdida. Este proceso implica poner en marcha tareas fundamentales de la adolescencia, entre ellas, la lucha por la reconstrucción de su realidad psíquica (mundo interno), la lucha por la reconstrucción de sus vínculos con el mundo externo y la lucha por la identidad. A partir de su elaboración, el adolescente adquiere nuevas identificaciones, recupera aspectos perdidos y desplaza sus intereses hacia nuevos objetos. Grassi (2010a), por su parte, denomina “lo puberal-adolescente” a los trabajos psíquicos que ante la incorporación de lo nuevo, de lo distinto, de lo hetero, ponen en des-orden

al statu quo promoviendo neoorganizaciones y trabajando para su incorporación y homogeneización.

Es por ese proceso que deben transitar los adolescentes, que en el presente trabajo se sigue a Viñar (2009), quien propone no hablar de adolescencia en singular, sino de adolescencias en plural ya que cada una es particular al tiempo histórico, al lugar geográfico y social en el cual vive el sujeto y, por otra parte, es particular al estilo personal que muestra la diversidad humana. La autora Chavez (2010), también intenta escapar de las homogeneizaciones al hablar de “juventudes”. Concibe a los jóvenes como “actores sociales, completos, inmersos en relaciones de clase, de edad, de género, étnicas, cuyo análisis corresponde ser encarado desde una triple complejidad” (p. 37): contextual, relacional y heterogénea. En esta misma línea, Duarte Quapper (s.f.), propone que es necesario la construcción de conceptos en torno al mundo juvenil, que no constituyan categorías totalizantes y universalizadoras sino conceptos dinámicos y flexibles para construir miradas más integradoras y potenciadoras de lo juvenil. Es por ello, que el autor plantea la necesidad de hablar de juventudes, en tanto portadoras de diferencias y singularidades que construyen su pluralidad y diversidad en los distintos espacios sociales. Para ello, considera que es requisito, por un lado, desplegar miradas caleidoscópicas hacia o desde el mundo juvenil, y por otro, la vinculación directa e íntima con el mundo juvenil, múltiple y plural, como condición de la generación de conocimiento comprensivo.

En Argentina, aproximadamente la mitad de adolescentes de entre 13 y 17 años vive en situación de pobreza (UNICEF, 2017). Asimismo, “medio millón de adolescentes están fuera de la escuela y solo la mitad de los que ingresan finalizan el nivel secundario” (UNICEF, 2017. p. 16). Los adolescentes que repiten y abandonan el nivel secundario son principalmente aquellos adolescentes provenientes de los sectores más desfavorecidos de la población. Las principales causas de abandono son el embarazo adolescente y la inserción temprana en el mercado de trabajo, así como con otros riesgos que pueden conllevar a situaciones de exclusión social (UNICEF, 2017). Existen grandes “brechas de inequidad vinculadas al acceso, la terminalidad y los aprendizajes entre sectores socioeconómicos, jurisdicciones, y ámbitos urbanos y rurales y tipo de oferta educativa propuesta” (UNICEF, 2017. p. 34).

En cuanto a la concepción del sujeto joven en Argentina, Chávez (2010) plantea que hay una construcción hegemónica que actúa como la norma y responde al estereotipo de un joven de sector medio o medio-alto. Asimismo, plantea que existe una visión adultocéntrica, la

cual hace referencia a que el sujeto adulto es el sujeto completo. En consecuencia, todo joven que no cumpla las características de este joven ideal “sale perdiendo” y de allí proviene la idea de que los jóvenes deben ser guiados, enseñados, preparados, corregidos, encaminados, enderezados. Por lo tanto, la autora plantea que:

resulta indispensable para la interpretación de la condición juvenil dar cuenta de cómo es descrita y analizada en diversos estudios, cómo es vivida y explicada por los que se consideran jóvenes, y cómo es interpelada desde otros grupos de edad, desde las industrias mediáticas y desde los productos que se le ofrecen (industria de la moda, música, audiovisual, entretenimientos, etc.). (Chavez, 2010. p. 36)

VI.2. Promoción de la Salud en Adolescentes de Escuelas Secundarias

UNICEF (2017), plantea que los adolescentes están expuestos a riesgos específicos y requieren de una atención especial, por lo tanto, recomienda fomentar políticas públicas de promoción de la salud y de prevención de riesgos específicos de esta etapa. La OPS (2018), por su parte, plantea que la noción de la promoción de la salud

Parte de un concepto positivo de la salud, que intenta conocer y promover sus causas y no solo reducir los riesgos de enfermar o morir. Apunta al empoderamiento de las comunidades y los sujetos, y a la construcción de capacidades y condiciones para que estos puedan elegir opciones saludables y disminuir factores que resulten riesgosos (p.13)

Teniendo en cuenta esta definición, se considera que la escuela es un lugar idóneo para la promoción de la salud ya que concurre una amplia y variada población infantil y adolescente, la cual pasa muchas horas diariamente a lo largo de varios años, en ella. Además, al estar en etapas cruciales del desarrollo, los adolescentes son más receptivos y permeables para el aprendizaje y asimilación de actitudes positivas hacia la salud y de hábitos saludables duraderos (García García, 1998).

La OMS y la OPS impulsaron una estrategia mundial conocida como Escuelas Promotoras de Salud (EPS), las cuales se definen como instituciones educativas que planifican e implementan de forma continua acciones para constituirse en un entorno físico y psicosocial saludable para todos sus miembros; generan oportunidades y propician la adquisición de competencias (cognitivas, emocionales y sociales) que facilitan la toma de decisiones de

manera crítica y consciente a favor de su salud y la de sus comunidades, y cumplen sus funciones pedagógicas con calidad (OPS, 2018).

Para su implementación, la estrategia está basada en cuatro ejes: el primero, apunta a fomentar estrategias de promoción de la salud de forma integrada para alumnos, profesores, administrativos, pares y comunidad. El segundo, apunta a la articulación entre la escuela y las organizaciones sanitarias y/o de la comunidad. El tercero, consiste en realizar un análisis crítico sobre los valores, condiciones sociales y estilos de vida, buscando aquellos que favorecen la salud y el desarrollo humano. Y el último, consiste en promover relaciones socialmente igualitarias, creando condiciones para la convivencia, la promoción de equidad entre los géneros y la resolución de conflictos a través del diálogo (de Lellis, Da Silva, Schittner, Duffy, 2010)

Por lo tanto, García García (1998) plantea que

Una escuela promotora de salud es aquella que proporciona unas condiciones óptimas para el desarrollo emocional, intelectual, físico y social de los alumnos. Se trata de promover, fomentar y permitir la adquisición de habilidades personales y sociales que conduzcan a crear valores y actitudes positivos hacia la salud, desde la propia capacidad de toma de decisiones personales, la participación y la igualdad, acorde siempre con el desarrollo intelectual, físico y mental del niño. (p. 286)

En esta línea, UNICEF (2017) propone que los adultos que interactúan con adolescentes deben: “incorporar dimensiones de cuidado y protección que incluyan la asistencia y conocimiento de los recursos disponibles para que los adolescentes puedan ejercer sus derechos con autonomía” (p.7); “fomentar espacios de participación adolescente en los cuales puedan manifestar sus opiniones y puntos de vista en relación a su cuidado y bienestar” (p.42) fomentando, así entornos protectores; Además, deben ser capaces de identificar posibles situaciones de vulnerabilidad, es decir, situación es de violencia, maltrato e intentos de suicidio, entre otras, e intervenir brindando el apoyo y la atención necesaria. Para ello, se requiere abordar las intervenciones con los adolescentes desde un enfoque basado en los derechos humanos que incluya:

el reconocimiento y el respeto de la dignidad y la capacidad de acción de los adolescentes; su empoderamiento, ciudadanía y participación activa en sus propias vidas; la promoción de la salud, el bienestar y el desarrollo óptimos; y un compromiso con la promoción, la protección y el ejercicio de sus derechos humanos, sin

discriminación. Así mismo debemos incluir un enfoque de género e interculturalidad. (UNICEF, 2017. p.10)

Asimismo, resulta relevante destacar el rol fundamental que cumple la escuela en situaciones de emergencia, como la que se vive en una pandemia. La Cruz Roja Argentina (2021) destaca que

La escuela es un espacio fundamental para el apoyo emocional, la continuidad educativa y el apoyo social y material a los alumnos y sus familias. Las respuestas del sistema educativo deben adaptarse a la diversidad de situaciones de cada familia y cada comunidad. Las escuelas, las familias y las comunidades deberían priorizar el desarrollo de habilidades vitales de adaptación y resiliencia emocional. Se trata de herramientas valiosas para mitigar los efectos nocivos que la crisis social y sanitaria tienen en la salud socioemocional de los adolescentes, y son una condición necesaria para el aprendizaje en el contexto actual. (Diapositiva 24)

Sin embargo, esto resulta difícil de implementar en las escuelas secundarias debido a la escasa carga horaria de los docentes y la organización escolar (De Lellis, Da Silva, Schittner, Duffy, 2010).

VI.2.a. Determinantes de la Salud. Se denominan determinantes de la salud al conjunto de factores tanto personales como sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o de las poblaciones. Comprenden los comportamientos y los estilos de vida saludables, los ingresos y la posición social, la educación, el trabajo y las condiciones laborales, el acceso a servicios sanitarios adecuados y los entornos físicos. Combinados todos ellos, crean distintas condiciones de vida que ejercen un claro impacto sobre la salud (Moiso, 2007, p. 172)

En el presente trabajo, nos detendremos en algunos determinantes culturales y psicosociales que influyen en la salud de los jóvenes. Entre ellas, la cultura, valores y normas de la sociedad y las redes sociales de apoyo.

En primer lugar, la cultura es producto de factores sociales, políticos, geográficos y económicos. Los valores culturales “dominantes” determinan el medio social y económico de las comunidades, lo que provoca que algunos grupos enfrenten mayores riesgos de salud debido a: marginación, pérdida de la cultura y el lenguaje y falta de acceso a servicios de salud culturalmente apropiados (Moiso, 2007).

Entre los valores culturales dominantes, se destacan aquellos relacionados con la categoría de “género”, la cual refiere “al orden de los roles socialmente determinados, rasgos de personalidad, actitudes, conductas, valores, poder e influencia relativos que la sociedad adscribe a ambos sexos sobre una base diferente, más que a sus diferencias biológicas” (Moiso, 2007, p.180). “En el área de la salud, el género ha posibilitado rastrear indicadores de salud, perfiles diferenciados de enfermedad por sexo y, mucho más claramente, en las estadísticas de salud las causas de muerte por sexo” (Alfonso Rodríguez, 2010, p.36).

Asimismo, cuando se habla acerca de una red social de apoyo, nos referimos a familia, amigos o escuela que estén disponibles en tiempos de necesidad y, además, creer que uno es valioso para apoyar cuando otros están con necesidad. El apoyo de familiares, amigos y comunidades está asociado con una mejor salud ya que constituye una relación de contención y cuidado. Puede afectar: la salud psicológica (emocional), la salud física, la percepción de salud y la manera en que individuos y familias manejan la enfermedad y la dolencia (Moiso, 2007).

Las personas con menos apoyo social y emocional experimentan menos bienestar, más depresión, un riesgo mayor de complicaciones en el embarazo, y de invalidez en las enfermedades crónicas. La cohesión social –definida como la calidad de las relaciones sociales y la existencia de confianza, obligaciones mutuas, y el respeto en las comunidades o en la sociedad– ayuda a proteger a las personas y su salud (Moiso, 2007, p. 178).

Moiso (2007) también destaca como determinante de la salud, los valores y normas en una sociedad. Plantea que estos pueden influir de varias maneras: la estabilidad social, el reconocimiento de la diversidad, la seguridad, y la cohesión comunitaria brindan la contención que reduce o elimina muchos riesgos potenciales para una buena salud. Se ha demostrado que una baja disponibilidad de apoyo emocional y una escasa participación social tienen un impacto negativo en la salud y el bienestar.

VI.2.a.I. Pandemia en Adolescentes. La pandemia, las medidas preventivas y sus secuelas “ponen en evidencia, magnifican y exacerbaban las desigualdades sociales, económicas, de género y étnicas preexistentes en las que radican las desigualdades sanitarias” (OMS, s.f.a. p.3). A partir de ellas se puede constatar la existencia de diversos determinantes del proceso salud-enfermedad-atención-cuidado que producen y/o profundizan el sufrimiento psíquico (UNICEF, 2021).

Las transformaciones de la cotidianidad, las restricciones de los encuentros, los impedimentos de actividades y duelos por ciclos y proyectos inconclusos de los adolescentes, impactaron sobre sus lazos sociales y su progresiva conquista de autonomía. El malestar resultante se manifiesta en altibajos emocionales, desgano, enojo, irritabilidad, angustia y resignación, como también en emociones de soledad, tristeza, ansiedad, miedo y presentar una mayor sensibilidad (UNICEF, 2021).

Asimismo, UNICEF (2021), plantea que la perspectiva de continuidad de la pandemia condiciona la construcción proyectos futuros de los adolescentes generando percepciones y representaciones subjetivas diversas. Por un lado, están quienes lo viven en un marco de resignación frente a la incertidumbre, que determina la postergación y el desinterés. Por otro lado, están quienes

No perdieron su capacidad de proyectarse en el futuro y adecúan sus planes a la actual situación, aprenden a moverse en el marco de incertezas y, a pesar de las frustraciones, expresan y se proponen nuevos objetivos y actividades para los próximos años. La vacuna aparece como un horizonte alentador y expresan optimismo y esperanza al respecto. Sin embargo, mientras algunos esperan que sea la resolución de la pandemia, otros temen que la efectividad sea baja y hasta pueda provocar daños y muertes. (UNICEF, 2021, p.18)

En cuanto a la convivencia familiar, ésta implicó una reorganización de las rutinas, provocando un aumento de conflictos intergeneracionales y la pérdida de intimidad. Por otra parte, durante la pandemia, aumentaron las preocupaciones por la economía familiar, “lo que se traduce en mayor tensión y conflictos, relacionado con determinantes socio-estructurales de la salud mental. Esto se manifiesta en insultos, malos tratos, agresiones físicas, acoso por redes sociales, entre otras representaciones, muchas veces naturalizadas” (UNICEF, 2021, p.19).

Es por todo esto, que la vuelta a las aulas “se convirtió en todos los casos en un acontecimiento de vital importancia para el desarrollo socioafectivo, en tanto permitiría recuperar y reconstruir las tramas vinculares, y posibilitar procesos de autonomía y construcción de ciudadanía” (UNICEF, 2021, p. 21).

VI.3. Intervención

Siguiendo a Melendro et al. (2013), intervenir hace referencia a la praxis, a una interacción constante entre acción y reflexión, a una práctica compleja, a una “disciplina de

acción que se ve empujada a gestionar la incertidumbre, a pactar con el riesgo, a asumir la aleatoriedad inherente a toda acción humana” (Meireiu, 2001, como se citó en Melendro et al., 2013, p. 107).

Asimismo, Carballeda (2010), plantea que la intervención social es una sumatoria de elementos, que “se hace presente en los distintos espacios, territorios y sujetos en que la intervención actúa, atravesándolos, cargándolos de sentido y generando desde allí nuevas representaciones y construcciones” (p. 55).

Tal como ya se ha mencionado, las intervenciones del psicólogo sanitario están centradas en “aquellos aspectos del comportamiento y la actividad de las personas que influyen en la promoción y mejora de su estado general de salud, siempre que dichas actuaciones no requieran una atención especializada por parte de otros profesionales sanitarios” (Echeburúa et al., 2012, p.427).

De esta manera, el psicólogo sanitario en el ámbito escolar, les ofrece orientación y apoyo psicológico a aquellos jóvenes en busca de ayuda para hacer frente a los problemas de la vida y resolver situaciones de infelicidad y malestar emocional porque se sienten desbordados en sus estrategias de afrontamiento (Echeburúa et al., 2012).

En esta línea, Egea et al. (2020) plantean que para ello es necesario un acompañamiento emocional, es decir, construir un “ambiente facilitador que posibilite la construcción de un vínculo de confianza basada en la comprensión empática, la aceptación incondicional y la congruencia” (p.108).

Algunas de las intervenciones que posibilitan dicho apoyo psicológico son:

VI.3.a.Validación. O’Hanlon y Bertolino (2001, como se citó en González Ramírez y Juárez Carrillo, 2016) plantean que los consultantes “deben, ante todo, sentirse entendidos y escuchados antes de que se pueda hablar de soluciones o se produzcan cambios en sus acciones, en el contexto, las percepciones, o los sentimientos (experiencia interna)” (p.1035). Para ello, plantean que es fundamental el reconocimiento y la validación de la experiencia interna y de los sentimientos de quienes consultan.

Un entorno validante, implica comunicarle al consultante “que sus creencias, expectativas y respuestas emocionales son comprensibles y tienen sentido en el contexto en el que hasta ahora se ha desarrollado su vida.” (Navarro y López Hernández, 2013, p.36)

VI.3.b. Encuadre. Rodríguez Ceberio (2020) expone que una de las variantes que propicia a que se configure una buena relación con el consultante es pactar una serie de normas, lo que se denomina un encuadre terapéutico. “Encuadrar permite contextualizar las acciones terapéuticas bajo reglas (...). Significa también poner límites, que son entendidos como protección y cuidado del vínculo.” (p.46).

VI.3.c. Interrogar. Se denomina interrogar al acto de consultar continuamente a la conciencia del paciente; es también “sondear las limitaciones y distorsiones de esa conciencia; transmitir asimismo un “estilo interrogativo”, un modo de colocarse frente a los fenómenos humanos con actitud investigadora” (Fiorini, 1999, p.142).

Además, el autor plantea que preguntar revela a un psicólogo no omnipotente; es decir, que en el preguntar al consultante y emplear los datos por él aportados, se construye un vínculo con roles cuyo desnivel es atenuado, aunque se trata de diferentes roles. Asimismo, transmite un respeto del psicólogo por el carácter estrictamente singular de la experiencia del consultante (Fiorini, 1999).

VI.3.d. Informar. Fiorini (1999) plantea que el psicólogo cumple un rol cultural, es decir que

es docente desde una perspectiva más profunda y abarcativa de ciertos hechos humanos. Esta perspectiva se nutre también con información, ya que el déficit de información es un componente tan importante a veces para la oscuridad y la falsa conciencia de una situación como los escotomas creados por mecanismos represivos individuales (Fiorini, 1999, p.145).

Es altamente pertinente aclarar al consultante elementos de higiene sexual, perspectivas de la cultura adolescente actual o problemática social de la mujer. Facilitar información general que enmarque la problemática del consultante crea una perspectiva desde la cual sus problemas, con toda su singularidad, dejan de ser vistos como algo estrictamente individual que “sólo a él” le pasan (Fiorini, 1999).

VI.3.e. Intervenciones Centradas en la Prevención de Riesgos. George et al. (2004) afirma que en las escuelas existen educandos en condiciones especialmente desventajosas para enfrentar no sólo la actividad educativa, sino también la vida a futuro. Además, plantea que

Pensar en proveer recursos adicionales para estas personas supone, al menos, identificar aquellos factores que describen la condición de desventaja (factores de riesgo) (...) Reconocer personas con ciertas características representa, aunque sea de modo preliminar, una suerte de diagnóstico (...) Mientras más temprano ocurra la identificación, mayor será la probabilidad de actuar sobre los factores de riesgo, o de

disminuir sus efectos sobre la persona. Al mismo tiempo, si un diagnóstico incorpora la noción de factores protectores, aumenta su fuerza predictiva y favorece el diseño de estrategias de intervención más integrales. (p.10)

De esta manera, Herrera Santi (1999) propone hacer un análisis de los factores psicosociales de riesgo en la adolescencia lo cual nos brindará una medida de la necesidad que ellos tienen de atención a la salud. Entre los principales factores de riesgo psicológicos destaca: insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas; patrones inadecuados de educación y crianza, como: sobreprotección, autoritarismo, agresión, permisividad y autoridad dividida; ambiente frustrante; y prejuicios en torno a la sexualidad. Asimismo, resalta como principales factores de riesgo social: el inadecuado ambiente familiar, la pertenencia a grupos antisociales, la promiscuidad, el abandono escolar y laboral y, el bajo nivel escolar, cultural y económico.

De manera general podemos decir que el manejo de estos factores de riesgo permite identificar a aquellos adolescentes que están más expuestos a sufrir los daños que los aquejan, como accidentes, embarazos precoces, abuso de sustancias psicoactivas, enfermedades de transmisión sexual y el suicidio; por lo que la sociedad y el sistema de salud deben propiciar el desarrollo de factores protectores que apoyen el crecimiento y la maduración sana del adolescente, como son el establecimiento y el logro de una adecuada autoestima, que le brinde posibilidades de enfrentar problemas con responsabilidad; además de oportunidades de autoafirmación positiva, y le proporcione espacios sociales adecuados para lograr un soporte familiar abierto y brindar oportunidad de superación educacional y cultural que le faciliten la solución a los problemas, pues la ausencia de vías para la solución puede llevar al adolescente a alcanzar altos niveles de desesperación y sentimientos de impotencia y por tanto a la autodestrucción y al suicidio. (Herrera Santi, 1999, p. 41)

Castañeda (2010), por su parte, expone que cuando se presenta una situación que pone en riesgo el bienestar de los menores, la escuela está en la obligación de identificar y remitir el suceso a una entidad reguladora que se encargue de garantizar el debido proceso y los respectivos derechos de las víctimas, cuando estos fueron vulnerados. Para llevar a cabo estos protocolos, es necesario conocer las rutas de atención y tener la experticia necesaria para manejar la situación y evitar así revictimización e impunidad de los hechos.

VI.3.f. Construcción de Espacios en la Virtualidad por el Contexto de Pandemia.

La pandemia cambió las condiciones de trabajo y de escucha como no se había visto antes, lo virtual nos atravesó desde el momento cero, desde la primera prueba piloto que hicimos por medio de la plataforma Meet, las capacitaciones y todo lo que

involucró a la consejería como práctica, lo cual le dio un valor de “único” a lo que logramos en este contexto tan particular a pesar de las adversidades. (Echenique Rojo, 2021, p.56)

La pandemia llevó a la escuela a reinventarse y la virtualidad fue una de las herramientas más importantes. Como Lion (2020) plantea, esto no implicó reducir lo presencial a lo virtual, si no que implicó una complejización: lo virtual nos demanda ser creativos, a dialogar y construir en colaboración de diferentes perspectivas, lineamientos, ideas, actividades y recursos múltiples, enriqueciendo aún más nuestra labor.

En el estudio exploratorio realizado por Chesta et al. (2021) se evidencian los esfuerzos que se realizan en las escuelas para construir espacios en los cuales interactuar y brindar apoyo emocional a los estudiantes:

Los docentes le ponen el cuerpo a la situación, graban videos y audios, implementan estrategias para que los estudiantes puedan verlos, escucharlos y compartir experiencias y emociones. Buscan alternativas y generan acciones novedosas para propiciar la interacción cara a cara, el vínculo afectivo y la contención emocional. (...) se observa un marcado interés de los docentes por sostener el vínculo afectivo con los estudiantes, no perder el contacto, las miradas y las palabras. (p.12)

VII. Modalidad de Trabajo

VII.1. Sistematización de la Experiencia

La modalidad de trabajo utilizada, es la sistematización de experiencias propuesta por Jara (2011). De acuerdo con este autor:

La sistematización es aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido (...). La Sistematización de Experiencias produce conocimientos y aprendizajes significativos que posibilitan apropiarse de los sentidos de las experiencias, comprenderlas teóricamente y orientarlas hacia el futuro con una perspectiva transformadora (Jara, 2011, p. 4).

Para la sistematización de la experiencia, Jara (2011) realizó una propuesta metodológica en cinco tiempos que incluye: un punto de partida, esto es, haber sido partícipe de la experiencia y tener registros de la misma. Un segundo tiempo, que implica definir el objetivo de la sistematización, delimitar el objeto que queremos sistematizar y precisar un eje para la sistematización, en otras palabras, explicitar qué aspectos centrales de esas experiencias nos interesa sistematizar. Este tiempo, también incluye definir qué fuentes de información vamos a utilizar y qué procedimientos vamos a seguir. En un tercer tiempo, se realiza una recuperación del proceso vivido, que implica reconstruir la historia, y ordenar y clasificar la información. En un cuarto tiempo, se realiza una interpretación crítica del proceso, que implica reflexionar acerca de por qué pasó lo que pasó. Por último, el quinto tiempo, consiste en formular conclusiones y comunicar los aprendizajes.

Por lo tanto, el presente trabajo llevará a cabo la sistematización de la experiencia de la práctica realizada en el marco del Proyecto de Consejería con jóvenes de una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, Argentina, en contexto de Covid-19. El objetivo de sistematización es analizar modalidades de promoción de salud en dicho contexto, que se realizará a partir de registros de encuentros, virtuales y presenciales, en talleres grupales y escuchas individuales con los jóvenes.

VII.2. Técnicas

La interpretación crítica de la experiencia, se realizará a partir de registros realizados en los encuentros de los talleres grupales y los espacios de escucha individuales que se darán dentro del contexto de la práctica. Según Rotondi (1990, como se citó en Rodrigou Nocetti, 2003), un registro es la producción de un texto ligado a la experiencia, que acompaña el proceso

como un todo y que “da cuenta del hilo de desarrollo, de hechos significativos, interrogantes o cuestionamientos, pequeñas evaluaciones, pequeñas conclusiones en proceso, etc.” (p. 83)

Asimismo, este trabajo sistematización implica lo que Ameigeiras (2006) llama reflexividad etnográfica, desde la cual se considera al sujeto como parte del mundo social, interactuando y participando con el contexto, en un tiempo y espacio determinado. Además, se considera al investigador como parte del mundo que estudia. El autor define la reflexividad etnográfica como:

Un replanteo de la forma y el modo de producir el conocimiento social, tomando distancia de posiciones positivistas como subjetivistas y asumiendo la capacidad reflexiva de los sujetos, que permite acceder a las interpretaciones acerca del mundo social en que se desenvuelve la existencia. Una reflexión que conduce a una revisión acerca del modo y la forma en que los sujetos producen el conocimiento social imprescindible para la coexistencia en sociedad (Ameigeiras, 2006, p. 115).

Por su parte, Guber (2011) plantea que la observación participante del investigador favorece al conocimiento social debido a que evita las mediaciones y ofrece a una observación crítica de lo real en toda su complejidad. Asimismo, plantea que:

Es inevitable que el investigador se contacte con el mundo empírico a través de los órganos de la percepción y de los sentimientos; que éstos se conviertan en obstáculos o vehículos del conocimiento, depende de su apertura. De todos modos, la subjetividad es parte de la conciencia del investigador y desempeña un papel activo en el conocimiento (Guber, 2011, p.56)

VII.3. Consideraciones Éticas

Para lograr un ejercicio adecuado del rol de consejera en las prácticas supervisadas, es necesario adoptar un posicionamiento ético. En esta línea, me basaré en el Código de Ética del Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba (2016) que tiene como propósito proveer principios generales y normas deontológicas para el ejercicio profesional de la psicología. Los cinco principios fundamentales son: En primer lugar, el principio del respeto por la dignidad de las personas y los pueblos, el cual “reconoce el valor inherente a todos los seres humanos, sin importar diferencias aparentes o reales en relación con el estatus social, origen étnico, género, capacidades, o cualquier otra característica” (p.5); En segundo lugar, el principio del cuidado competente, el cual requiere de nuestra “habilidad para establecer relaciones

interpersonales que promuevan efectos saludables evitando y/o reduciendo potenciales efectos adversos” (p.13); En tercer lugar, el principio de integridad está basado en “comunicaciones honestas, abiertas y precisas. Incluye reconocer, controlar y manejar sesgos potenciales, relaciones múltiples, y otros conflictos de interés que pudieran implicar un daño a otros o su explotación” (p.15); En cuarto lugar, el principio de responsabilidades profesionales y científicas, las cuales incluyen “contribuir al conocimiento acerca del comportamiento humano y a la comprensión que las personas poseen sobre sí mismas y sobre los demás, utilizando tal conocimiento para mejorar la calidad de vida de individuos, familias, grupos, comunidades, y de la sociedad” (p.19); y por último el principio de responsabilidad social, el cual se ejerce

A través del estudio y análisis crítico de los entornos implicados, promoviendo y facilitando el cumplimiento de políticas públicas con enfoque de derechos, que apunten, desde su especificidad profesional y el trabajo interdisciplinario, a crear condiciones que contribuyan al bienestar y desarrollo del individuo, de la comunidad y el medio ambiente. (p.26)

Para su cumplimiento, en la práctica se obtendrá el consentimiento informado de los jóvenes lo cual supone “libertad de decisión e información suficiente y significativa sobre la práctica de la que participa” (Código de Ética del Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba, 2016, p.7). Asimismo, se respetará el secreto profesional asegurando así la confidencialidad de toda información obtenida en el campo, preservando la identidad de los participantes de la práctica. Además, el ejercicio de los practicantes del Proyecto de Consejería, es supervisado en Espacios de Reflexión y Análisis de la Práctica (RAP), para no incurrir en mala praxis.

VIII. Recuperación del Proceso Vivido

VIII.1. Comienzo de la Materia Prácticas Profesionales Supervisadas

El día 23 de Marzo se realizó la entrevista de selección para las Prácticas Profesionales Supervisadas, en la que participamos tres referentes de Consejería y yo. Era mi primera entrevista de prácticas y Consejería era mi primera opción. Estaba muy nerviosa por la situación de entrevista pero al comenzar y conocer a las referentes, quienes se mostraban distendidas, fue muy agradable y fácil de transmitir todo lo que tenía para decir.

La entrevista consistió en una presentación de ambas partes, y se interesaron por conocer mis motivaciones por estar en la práctica, mis experiencias en prácticas a lo largo de mi formación, mi conocimiento acerca del proyecto de Consejería y mi formación académica.

Todos los jueves asistimos a las clases de la materia Prácticas Profesionales Supervisadas:

El día 15 de abril tuvimos una clase de ética en la que participaron las profesoras y alumnos de la cátedra. Considero que tratar las cuestiones éticas en esta instancia de las prácticas, es muy importante y necesario para nuestra preparación ya que éstas se verán implicadas a lo largo de toda nuestra práctica para que podamos ir desempeñando nuestro rol adecuadamente. A lo largo del encuentro se resaltó la importancia de tener una mirada reflexiva y crítica de nuestra propia subjetividad y se discutió acerca de qué hacer en cada caso, cómo, cuándo responder, desde qué lugar hacerlo, lo cual hizo que se manifestaran las ansiedades de los alumnos frente al comienzo de la práctica. En relación a esto encontramos en este espacio, apoyo y contención de parte de los profesores y compañeros.

El resto de las clases se hicieron por contexto de práctica, en las cuales participamos la tutora y 6 practicantes de sanitaria. A lo largo de dichas clases hemos ido trabajando inquietudes que teníamos los practicantes acerca de las prácticas, como, por ejemplo, cómo registrar, qué vamos a registrar, cómo actuar ante diferentes situaciones, pensamos los efectos que tiene nuestra presencia en la institución. Además, en varias instancias hablamos acerca de las expectativas que tenemos frente a las prácticas y del cuidado que debemos tener para no evaluar nuestra práctica a partir de éstas.

El día 5 de mayo presencié la conferencia acerca de “Discusiones actuales en torno a los conceptos de enfermedad y padecimiento. Implicancias en el marco de la ley nacional de salud mental. Relación con la noción “Dignidad del riesgo””. La conferencia fue dictada por Leonardo Gorbacz (psicólogo, autor de la Ley Nacional de Salud Mental, Director Nacional de

Protección de derechos de Grupos en Situación de Vulnerabilidad, Secretaría de DDHH de Nación), presenciada por alumnos de varias cátedras de la Universidad Católica de Córdoba y moderada por la profesora de la cátedra de Psicología Sanitaria.

La conferencia trató acerca de la historia de lucha e intentos por romper un viejo paradigma de la salud mental e instalar uno nuevo con la Ley de Salud Mental, lo cual implicaba reemplazar los manicomios por instituciones interdisciplinarias, quitarle poder de decisión a los jueces y corrernos del término “enfermedad”, el cual cronifica. La ley apunta a instalar el concepto de “proceso de salud-enfermedad” que hace referencia a un proceso dinámico en el que hay sufrimiento. Además, Gorbacz explicó la noción de “dignidad de riesgo” que implica dejar que las personas tomen los riesgos propios de la vida humana sin ubicarlas en posición de personas con discapacidad. En este sentido, la única reglamentación que priva la libertad de los pacientes es si hay un riesgo cierto e inminente, pero para ello tiene que haber reglamentaciones, control y ser breve.

Al final de la conferencia, la profesora de la cátedra de Psicología Sanitaria abrió un espacio a alumnas que conforman la asamblea de mujeres de la UCC, un grupo que también está en lucha y que se estaba visualizando en las pantallas de la videollamada ya que las alumnas tenían como foto de perfil una foto que decía “BASTA DE VIOLENTOS EN LA UCC”.

El día 27 de mayo, la profesora titular, la profesora adjunta, la tutora y los 6 practicantes del contexto nos reunimos nuevamente en la clase de la cátedra de Prácticas Profesionales Supervisadas. Como en cada encuentro, cada alumno contó sus nuevas experiencias/inquietudes relacionadas a las prácticas. Al llegar el turno de Consejería, me toma por sorpresa la noticia de que la capacitación ya había comenzado y que no había estado presente dado que ni yo, ni la tutora del contexto, ni la profesora titular de la cátedra ni un compañero, habíamos recibido una notificación acerca del comienzo de la capacitación. Al finalizar el encuentro la tutora del contexto se contactó con una referente de la institución, Bárbara, quien inmediatamente nos envió un mensaje para pedirnos disculpas, que había sido un traspapeleo de los mails que tuvo la institución, y nos envió la grabación y el material. En fin, recuperé los contenidos de la capacitación y al día siguiente comenzaba con la segunda capacitación.

En aquel encuentro de la cátedra junto con la tutora y mis compañeros descubrimos recurrencias en nuestros relatos que estaban relacionados a la poca posibilidad de planificación

dentro de este contexto de pandemia. Llegamos a la conclusión de que uno puede planificar actividades para hacer, entrevistas, etc., pero que también debe ser flexible en el momento en que las cosas no salen como uno planifica, buscar la forma de reinventarse, y sacarle el mejor provecho a la práctica.

VIII.2. Capacitaciones

El día 28 de mayo asistí a la segunda capacitación, mi primer encuentro. Los participantes fueron cuatro referentes de la institución: Susana, Bárbara, Lourdes y Verónica; 2 invitados (psicólogos, con mucha experiencia en escucha de jóvenes) y 40 consejeros aproximadamente. Modalidad virtual.

Debido a los imprevistos que implican el contexto de pandemia (restricciones, etc) y la organización y desorganización de las instituciones, las cuales nos exceden, comencé la práctica abierta a lo que viniera, mis expectativas están más relacionadas con el deseo de aprender de cada situación que se presente.

El encuentro comenzó con un video que mostraba a “Los pibxs en acción”, tal como lo dice el nombre del video. En este se mostraban varias militancias de los jóvenes de hoy en día. Entre ellos el movimiento feminista, a través de testimonios en el que se vulneraban los derechos de las mujeres, como femicidios, abusos, secuestros, estigmatizaciones machistas. También, se veían luchas por la legalización del aborto. Además, se mostraban movimientos defendiendo los derechos de la comunidad LGBT, a través de testimonios en el que se vulneraban los derechos de un chico trans y una activista afro y LGBT. Luchaban por “hacer imposible la normalidad”. En esta misma línea, los jóvenes militantes organizaban diferentes talleres para visibilizar/ de-construir estas cuestiones, entre ellos, talleres de ESI, talleres en los que se cuestionaban acerca del rol del varón y las nuevas masculinidades en la sociedad, organizaban intervenciones sobre violencia de género, donde se trataban distintas temáticas, violencia económica, temas de violación, secuestro, violencia en el noviazgo adolescente, violencia de género.

Ese video fue utilizado como disparador para, a través de la charla con los invitados, poder transmitir/compartir una manera de escuchar y acompañar a los jóvenes de hoy en día. En la capacitación se habló acerca de la diversidad de jóvenes, es decir, tanto de aquellos jóvenes militantes, como de aquellos jóvenes que están fuera de ello, o aquellos que no pueden/quieren hablar de la misma manera. Esto nos invitó a pensar cómo acompañamos esos procesos, y desde dónde estamos escuchando, qué representaciones, qué imaginario tenemos

sobre los jóvenes, cómo poder empezar a descentrarse y qué implica estar en una posición de escucha; a partir de esto surgieron múltiples respuestas que se relacionaban con los conceptos de “disponibilidad” e “incomodidad”. Además, surgió la pregunta que hacía referencia a qué movimientos hace que alguien se transforme en alguien a quien el otro le puede hablar; y una vez que se deposita eso en nosotros o en un profesor/preceptor qué hacer con eso que nunca se había dicho antes; a partir de esta pregunta se resaltó también la importancia de ayudar a los jóvenes a crear lazos con algunos miembros de la institución y acompañar a quienes acompañan también, para que no se corran tan rápido de ese lugar que a veces implica tolerar “incomodidad”.

Asimismo, se habló acerca del hecho de que los consejeros estén en la frontera, entre el adentro y afuera de la institución, tiene su potencia, porque no estamos en una posición disciplinaria como el profesor/preceptor sino como alguien quien puede reconocer los recursos del adolescente y que al encontrarse en la frontera, no queda tomado por las demandas institucionales. Además, otra virtud de los consejeros es que generacionalmente estamos bastante más cerca de los “pibes”, sin ser compañeros. A partir de todo lo dicho, surge la pregunta de ¿qué es acompañar?

Además, se habló acerca de qué hacer ante las situaciones de violencia, es decir, encontrar cuáles son las potencias sanadoras y los recursos del adolescente para salir de ese lazo que les hace mal, a veces uno como consejero puede ser uno de esos recursos. Asimismo, es importante ver qué situaciones de poder están jugando en ese vínculo.

El día 30 de mayo vi la primera capacitación que fue dictada el día 27 de mayo. Los participantes fueron: cuatro miembros de la institución: Lourdes, Bárbara, Verónica y Susana y ex y futuros consejeros. Para comenzar, se presentaron los cuatro miembros presentes de la institución y siguieron con la presentación acerca de qué es el proyecto de Consejería, cuáles son sus 3 grandes áreas (políticas públicas, escuelas secundarias y las carreras de formación superior); compartieron cuál es la concepción que tiene el proyecto acerca de la escuela, juventudes y la escucha; sus objetivos; los diferentes modos de hacer consejería (presencial, virtual, mixta e itinerante); los componentes del proyecto (los consejeros, el abordaje institucional, el equipo técnico, la RED con otros organismos y las RAP); y los marcos metodológicos, éticos y políticos.

A continuación invitaron a los ex-consejeros a contar acerca de sus prácticas. A partir de ellos surgieron varias temáticas, entre ellas, que no debemos solo esperar a que los jóvenes

lleguen a consejería, sino salir a buscarlos, mostrarse disponibles, salir a los pasillos o responderles las historias a los estudiantes preguntándoles cómo estaban; en cuanto a la virtualidad, entender que ahora el Instagram es un nuevo espacio de intervención. En esta línea, nos comentaron las diferentes vías que buscaron para estar presentes, para acercarse a los chicos, para humanizar la pantalla, para dar a entender que ese espacio también era de los jóvenes. Asimismo, ver cuáles eran los límites que debíamos poner en la práctica (horario de atención, no pasar datos personales, etc.). Además, agregaron que en la consejería virtual a veces se dan cosas que en la presencialidad no se podrían haber dado, cada modalidad tiene sus pros y sus contras. También resaltaron la importancia del trabajo en equipo con el resto de los consejeros y sus formas de organización con respecto a la cuenta de Instagram.

El día 31 de mayo se dictó la tercera capacitación en la que estuvieron presentes los referentes de la institución, un invitado y los consejeros. Modalidad virtual.

El invitado de la capacitación fue un Licenciado en Psicología y Doctor en Antropología, Universidad Nacional de Córdoba (UNC). Diplomado en Estudios sobre Jóvenes, Medios y Políticas en América Latina. Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la Universidad Nacional de La Plata. Especialista en Políticas Sociales. Abordaje Integral de Problemáticas Sociales en el Ámbito Comunitario. Universidad Nacional De Lanús (UNLA). Integrante del Núcleo de Estudios Psicosociales y Comunitarios (UNC). Docente del seminario electivo no permanente de la Facultad de Psicología (UNC) “Juventudes y conocimiento situado”. Integrante del Núcleo de Estudios Psicosociales y Comunitarios (UNC). Trabaja con jóvenes en conflicto con la ley.

Comenzó hablando acerca de cómo la crisis en contexto de pandemia que estamos atravesando, genera cambios en lo que veníamos pensando y hace rupturas que ponen de manifiesto la pobreza, entre otras cosas.

Asimismo, expuso la importancia de los vínculos y del encuentro; y que la imposibilidad del encuentro físico y la tendencia de virtualización de los vínculos, hace que se muestre lo inevitable de ellos y la necesidad del encuentro presencial. Además, que no es posible realizar un traspaso absoluto de nuestras prácticas a lo virtual.

Luego, aclaró las tensiones entre los conceptos de “juventud” y de “adolescencia”. Por un lado, el concepto de “adolescencia” viene de las teorías evolutivas las cuales patologizan y tiene una connotación negativa. Por otro lado, las teorías contextuales hablan de “juventudes” lo cual permite pensar al adolescente situado en su contexto, en su singularidad.

También, se habló acerca de la psiquiatrización en las instituciones de la salud.

Las notas de este encuentro no están completas debido a que me debía retirar a la mitad de la capacitación y contaba con que iba a tener la grabación. Luego de la reunión me encuentro con que ni la grabación de la referente, ni la que yo había hecho, tenían sonido.

VIII.3. Organización de la Práctica

El día 9 de junio tuvimos el primer encuentro en las “RAP”, un espacio de Reflexión y Análisis de las Prácticas. En esta reunión participaron dos referentes de la institución y 6 consejeras. Para comenzar, nos comentaron algunos detalles acerca de las escuelas entre las cuales debíamos elegir para hacer Consejería. A continuación, nos presentamos cada una y comentamos a qué colegio nos convenía ir de acuerdo a la cercanía. De esta manera, dividimos el grupo en dos: yo elegí el colegio “IPEM JJP” junto a dos alumnas de la cátedra de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Córdoba.

Una vez definidos los grupos, planteamos un plan de acción, definimos prioridades entre las cuales estaban: 1. Armar un subgrupo de Whatsapp con el grupo de consejeras de la escuela, con el fin de planificar nuestras intervenciones; 2. Armar la cuenta de Instagram, subir una presentación de las consejeras, y comenzar a subir contenido para que cuando los alumnos ingresen, quieran seguirnos; 3. Armar un flyer convocando a los chicos a que nos empiecen a seguir en la cuenta de Instagram. 4. Armar un video contando de qué se trata, para qué sirve, cómo es el encuadre de la Consejería.

Luego nos comentaron que la semana siguiente tendríamos una reunión con los referentes de la escuela a la que vamos a ir y planteamos preguntas que haríamos en aquel momento.

Al finalizar la reunión, mis compañeras de consejería ya habían hecho el grupo de WhatsApp con el nombre de la escuela, y comenzaron a enviar links con las cuentas de Instagram de consejería de otros colegios y otros años, para que podamos tomar ideas y comenzar a planificar nuestra propia cuenta. *Me generó satisfacción sentir que me hayan tocado compañeras que también son proactivas y que a primera vista, tienen predisposición para trabajar.*

VIII.4. Consejería Virtual

El día 13 de junio nos reunimos el grupo de consejeras del colegio “IPEM JJP”, vía Meet. Allí conversamos acerca de nosotras para conocernos; luego, propuse que nuestra consejería se podría llamar “Somos Todo Oídos JJP” y mis compañeras estuvieron de acuerdo; creamos la cuenta, diseñé una foto de perfil, escribimos una descripción de la biografía. Mis compañeras se mostraron muy colaborativas, lo cual es motivador.

El día 16 de junio realizamos un encuentro vía Meet con la directora, la vice directora, las dos referentes de Consejería y las tres consejeras del colegio. Comenzamos presentando el proyecto de Consejería, explicamos cómo funcionaba el dispositivo antes de la pandemia, cómo se adaptó al espacio virtual y comentamos que este año se apuntaba a hacer una modalidad bimodal. Asimismo, la directora y la vicedirectora hicieron algunas preguntas referidas a la frecuencia de las intervenciones, al espacio y los horarios en los que íbamos a estar disponibles.

Al buscar medios por los cuales difundir la información del espacio, nos encontramos por un lado, con que el centro de estudiantes está inactivo desde el 2019. Por otro lado, que la coordinadora de curso del turno mañana está muy ocupada ayudando a sostener las trayectorias escolares, el cual la directora plantea que “es un desafío difícil”. En esta línea, nos comentó que en la presencialidad había un 85/90% de asistencia de los estudiantes y con la virtualidad hay un 25% de asistencia. Hubo una gran cantidad de estudiantes que se han desvinculado el año pasado; este año hay algunos que se han vuelto a inscribir. En relación al modo de trabajo en la virtualidad, la directora comentó que estaban trabajando con clases sincrónicas o por WhatsApp.

Posteriormente, la directora comenzó a proponer alternativas para difundir la llegada de este espacio a la escuela, entre ellas, presentarnos en espacios curriculares; contactar a las estudiantes de quinto año que quedaron del centro de estudiantes; pasarnos la cuenta de Instagram de los profesores de educación física, de donde podíamos conseguir la cuenta de los jóvenes y así obtener más seguidores; además, se comprometió, a difundir los flyers, el video y la cuenta de Instagram por los grupos de WhatsApp. La directora parecía predispuesta ya que quería que los jóvenes tuvieran en cuenta este espacio.

Luego, la directora nos comentó que la población de la escuela es heterogénea, es barrial, que los jóvenes que van a la escuela son de la zona, y que comprende diversos sectores con diferentes inquietudes y necesidades. En relación al ciclo orientado, hay algunos alumnos con más posibilidades económicas y familiares que no necesitan trabajar, pero también están

aquellos alumnos que, si lo necesitan, que deben colaborar con el cuidado de hermanos, hay jóvenes con necesidades especiales, etc.

Más tarde, la directora mencionó que los conflictos que más se repiten en la escuela son que la escuela ha quedado desdibujada, es decir, que ha perdido el tiempo y el espacio; por lo que ella percibe que las problemáticas que más se presentan, están más relacionadas a la situación de pandemia, de aislamiento, de familiares enfermos, pérdidas, miedo, angustia, ansiedades, padres con dificultades. Además, comentó que los alumnos de primero y segundo año han pasado de 6to grado a 1er año de manera virtual, por lo que ella considera que sería bueno ayudar a los alumnos a buscarle el sentido al cursado.

El día 20 de junio realizamos una reunión con las consejeras del colegio con el propósito de planificar las publicaciones que haríamos. En ella pensamos 3 videos: el primero en el que se presenta el espacio; el segundo, en el que nos presentamos con nuestros nombres, diciendo que somos estudiantes de psicología, y explicando brevemente nuestro rol en la escuela; y el tercero estaba destinado a explicar de qué se trataba el proyecto de Consejería.

El día 23 de junio nos reunimos vía Meet con el equipo de las RAP como lo haríamos todos los miércoles a partir de aquel día. En esta reunión participaron Verónica y las 6 consejeras. En ella coordinamos la manera de difundir el flyer en la escuela, y las próximas publicaciones que haríamos para que cuando los jóvenes entraran al Instagram, quisieran seguirnos. Entre las ideas propuestas, estaba la de realizar una publicación acerca del día internacional del orgullo, a partir de la cual podríamos tratar la ESI a lo que Verónica planteó que la consejería es un espacio para charlar con una de posición, pero no se trata de inducir/promover nada.

El día 28 de junio, a pesar de no tener seguidores en la cuenta de Instagram, realizamos una publicación acerca del Día Internacional del Orgullo LGBTIQ+ en la que les compartimos frases que apoyan al colectivo y en la descripción explicamos la sigla LGBTIQ+.

El día 30 de junio nos reunimos, como todos los miércoles, con 2 de las referentes de consejería y las consejeras en las RAP. Aquella reunión partió del punto de que ninguno de los dos colegios tenía seguidores en la cuenta de Instagram aún, por lo que comenzamos a planificar diferentes propuestas para activarlo. En aquel momento, Verónica se comunicó con la referente de la escuela, quien se mostraba predispuesta y quien parecía mantener una relación cercana con los jóvenes, para pedirle nuevamente que difundiera el flyer y el video; y además, para coordinar un breve encuentro con los jóvenes para presentarnos en su clase de inglés.

Luego, comenzamos a pensar cómo nos presentaríamos en aquel encuentro y a buscar en qué otra oportunidad podríamos hacernos conocer y conocer a los jóvenes. A partir de ello, pensamos en hacer dos reuniones de Meet: una junto al ciclo básico y otra junto al ciclo orientado. Más tarde, comenzamos a proponer ideas para la dinámica de esos primeros encuentros con los jóvenes.

Para terminar la reunión, las referentes de consejería plantearon que ellas se podían retirar de la reunión y dejarnos a las consejeras del JJP para que organizáramos la presentación que íbamos a hacer al día siguiente en la clase de inglés, y la reunión de Meet.

Así fue cómo nos reunimos junto a mi compañera JB, ya que la otra consejera se había tenido que retirar de la reunión. En aquel encuentro, pensamos que el primer paso era conseguir seguidores, por lo que nos pusimos a investigar en las redes para ver si podíamos encontrar a algunos estudiantes del colegio. En esta búsqueda nos encontramos, en primer lugar, con una cuenta de Instagram de Confesiones del JJP, aquellas confesiones nos sirvieron para conocer a los jóvenes, sus modos, la forma de relacionarse, el rol de las redes sociales en los jóvenes y algunas costumbres que nos pueden servir a nosotras como disparadoras a pensar temáticas a tratar con ellos, como por ejemplo, el bullying, cyberbullying, grooming, no hablar del cuerpo del otro; también acerca del consumo de drogas, entre otras cosas. A partir de esta cuenta fuimos encontrando otras cuentas de Instagram creados por los estudiantes del colegio, como: quinto naturales, Sociales JJP, Promo Economía JJP y también encontramos la cuenta que crearon los profesores de educación física para dar sus clases. De esta manera, comenzamos a seguir a los jóvenes. Al ver que muchos comenzaban a seguirnos, publicamos una encuesta en la historia para saber quiénes eran estudiantes del colegio y quiénes no. El 80% nos contestó que si eran alumnos del colegio JJP y el 20% no. Eso sirvió como una guía para saber si estábamos siguiendo a las personas correctas, y dejamos de seguir a las personas que contestaron que no. A su vez, algunos de los jóvenes comenzaron a mostrarse entusiasmados con el espacio: le ponían me gusta a las publicaciones, llegamos a tener 15 me gustas y un adolescente, Q, nos comentó dos publicaciones.

Al rato nos contactó una adolescente llamada L, por mensaje privado para decirnos que le gustaba el espacio y el hecho que seamos estudiantes de psicología ya que le gustaría estudiar psicología cuando termine el secundario. Le dijimos que cuando quisiera podía preguntarnos sus dudas acerca de la carrera. Además, se interesó por cómo había surgido este espacio a lo que le respondimos que es un proyecto del Ministerio de Educación que crea estos espacios de

consejería para colegios secundarios, y convoca a estudiantes de varias carreras, entre ellas psicología, para que los adolescentes puedan tener en su colegio un espacio de acompañamiento. Asimismo, le pedimos que compartiera el espacio con sus compañeros a lo que respondió que la profesora de sociología había compartido por el grupo de WhatsApp. Más tarde, L comenzó a seguimos a las consejeras en nuestras cuentas personales de Instagram por lo que decidimos, rechazarle la invitación y dejar de seguir a la cuenta de consejería así no podían encontrarnos. Al rato, nos comentó un posteo que subimos esa noche que explicitaba algunos consejos para sobrellevar la situación de pandemia.

Posteriormente, recibimos un mensaje de una coordinadora de curso quien nos daba la bienvenida al colegio. Aprovechamos esta ocasión para preguntarle cuáles eran las principales problemáticas que atravesaban a los jóvenes, y con respecto a la virtualidad, qué era lo que más los motivaba a conectarse; a lo que respondió que habíamos hecho buenas elecciones al contactarnos con ellos a partir de Instagram y videos de TikTok. Con respecto a las principales problemáticas planteó que desde una mirada adulta podría decir que están atravesados por la falta de conectividad, pero que ellos responderían cuestiones como: el amor, la amistad, la vergüenza o miedo a sentirse distinto. Además, planteó que muchas familias están muy atravesadas por necesidades de sobrevivencia y el no poder con lo escolar.

El día primero de julio ingresamos a la clase de inglés de segundo año C, en la que participamos P (profesora de inglés y coordinadora de curso y referente que coordina el proyecto de consejería dentro de la institución), once jóvenes de segundo año C y las tres consejeras. Comenzamos presentándonos con nuestros nombres y el nombre de la consejería, comentamos el propósito de este espacio, sus diferentes modalidades, los invitamos a participar para que sea enriquecedor. Luego, les contamos cómo surgió este espacio, cómo era en la presencialidad y la manera en la que se adaptó a la virtualidad. De esta forma, los invitamos a seguimos y les preguntamos si alguien ya nos seguía a lo que 2 jóvenes dijeron que sí.

Al finalizar, recibimos un mensaje de una ex estudiante del colegio JJP que se había egresado el año 2019, quien se mostraba muy enojada y poco escuchada por el colegio, ya que hace mucho tiempo estaba solicitando la fecha, modalidad y el programa de exámenes de julio, y que no tenía respuesta por parte de la escuela. En primer lugar, nosotras validamos su preocupación y su angustia, pero le explicamos nuestro rol en la escuela y que no resolvíamos temas administrativos, pero que de todas maneras nos pasara un contacto para pasarle a la escuela y que ellos se contacten con ella. Frente a esto, nos preguntamos qué hacer frente a

situaciones que se nos pone como mediadores entre la escuela y los estudiantes. A partir de lo cual, planteamos que es importante marcar el encuadre, volver a explicar cuál es nuestro rol en la escuela.

Al rato, recibimos un mensaje de la profesora de antropología de 4to y sociología de 5to sociales, quien nos invitaba a presentarnos en la clase de cierre de ambos grupos la semana siguiente. Esta propuesta hizo preguntarnos nuevamente, qué debíamos hacer frente a las propuestas de los docentes ya que consejería está dirigido a los estudiantes, por lo que le preguntamos a Verónica si nosotras podíamos coordinar directamente con la profesora o si debía ser por otra vía; a lo que nos respondió que es mejor que los profesores se comuniquen con la referente del colegio, quien es quien coordina la Consejería allí y ella se contactaba con el equipo de Consejería. En esta línea, le respondimos a la profesora e inmediatamente organizó los encuentros junto a Verónica.

Ese mismo día realizamos una encuesta en las historias en la que les preguntábamos a qué curso pertenecían. A lo que de 53 personas que vieron las historias, nos respondieron 27 personas, de las cuales 7 eran de segundo año, 3 de tercer año, 6 de cuarto año, 5 de quinto año y 6 de sexto año. Parecía ser que no teníamos seguidores de primer año.

Más tarde, nos reunimos junto a la tutora y los 6 alumnos del contexto sanitario en la cátedra de Prácticas Profesionales Supervisadas. Allí descubrimos que la respuesta de los jóvenes en la que la consejería se estaba instalando por primera vez y en aquellos en la que la consejería se tuvo que adaptar a la virtualidad, era diferente. Por un lado, en aquellos colegios que la consejería se estaba instalado por primera vez, venía teniendo más participación, mientras que en la escuela que el dispositivo tuvo que adaptarse a la virtualidad, no tenía mucha participación. Pensamos que el entusiasmo de los jóvenes en los colegios en los que se estaba instalando el dispositivo podía deberse a la novedad, a las expectativas que tienen del espacio. Frente a esto se me ocurrió preguntarles a los jóvenes: ¿Qué esperan del espacio?, ¿Qué se imaginan que es la consejería?

Posteriormente, presenté una inquietud que me surgió a partir de la escritura de los registros que consistía en no saber cómo llamar a los sujetos de la práctica. Por un lado, Consejería los llamaba “pibes” o “chicos”, lo cual me resultaba informal; por otro lado, considero que llamarlos “estudiantes” o “alumnos”, marca una distancia con ellos, reproduciendo la relación docente-alumno que se intenta evitar en el Proyecto de Consejería; así mismo, la palabra “adolescentes” tiene una connotación negativa ya que proviene de la

palabra adolecer que refiere a un padecer o sufrir de alguna aflicción. Por lo que decidí que de ahora en más los iba a llamar “jóvenes” ya que no marca una diferencia con respecto al rol jerárquico al que vienen acostumbrados en la escuela, pero tampoco es tan informal como llamarlos “pibes”. Considero importante cuestionar la manera en la que nombramos al otro ya que implica pensar en cómo me paro con respecto al otro.

El día 2 de julio realizamos la presentación del espacio de consejería vía Meet, en la clase de inglés de tercer año, en la que participaron la profesora, siete jóvenes y dos conejeras, ya que una de ellas no pudo asistir. Nos presentamos de la misma manera en la que lo hicimos el día anterior, y los jóvenes habían sido muy poco participativos, pero al finalizar la reunión, nos siguieron 4 personas.

Al rato, recibimos un mensaje de Verónica que había reenviado un mensaje de la profesora de Antropología de cuarto año y Sociología de quinto año, en éste ella comentaba que, en cuarto año, sociales, había surgido una demanda por parte de los jóvenes que necesitan generar espacios de diálogo para ciertos temas ya que no se sienten escuchados. Con respecto a quinto sociales, la profesora planteó algunos temas que movilizan a los jóvenes, entre ellos: pérdidas puntuales de algunos estudiantes, la sexualidad, la orientación, la elección, la discriminación y muchos están revisando estereotipos. Además, planteó que quinto año es un curso muy activo en este sentido.

Ese mismo día, realicé una historia de Instagram en la que invitábamos a los jóvenes a presentarse con nosotras. Tuvimos dos respuestas en la que se presentaban con su nombre y su curso, los saludamos y la conversación finalizó rápido.

El día 3 de julio tuvimos una consulta por mensaje privado de Instagram, era R. El motivo por el cual nos escribía era que tenía sentimientos encontrados ya que su abuelo había fallecido en enero de ese mismo año y la abuela estaba de novia, y R no quería conocer a su nuevo novio. Para poder comprender su malestar, fue necesario que nos contara un poco de su historia. Nos comentó que los abuelos se habían separado hacía 5 años porque el abuelo había engañado a la abuela. Al poco tiempo de la separación, el abuelo se enfermó de depresión y tuvo muchos intentos de suicidio. Unos años después, tuvo un ACV el cual lo dejó con severas discapacidades, lo que implicó mucho dolor para él y su familia. Murió en enero del 2021; él quería morir, dijo R. Su abuelo era una persona muy importante para ella. A su vez, su abuela había tenido un novio después de separarse que también la había engañado, quien nunca le había caído bien a R por sus comentarios raros, y en la actualidad, se había puesto de novia con

otro hombre y lo quería presentar a la familia. Esto le generaba rechazo, molestia e incomodidad, ya que por un lado, decía que era raro y que no le gustaba que ella estuviera de novia; por otro lado, sentía que la familia quería reemplazar a su abuelo (le hacían chistes al respecto) y sentía que no la entendían ya que le decían que su posición era muy egoísta con la abuela. Ella explicaba que, en el caso de conocerlo, no iba a tratar mal a nadie ya que no quería hacer sentir mal a su abuela. Luego, nos comentó que desconfiaba de las personas con las que su abuela se juntaba, ya que, por un lado, le gustaba mostrar que tenía dinero y temía que se aprovecharan de ella; por otro lado, planteó que temía que controlaran a su abuela; y que, además, considera que es vulnerable si se junta con desconocidos de Tinder siendo mayor y estando sola. Más tarde, nos comentó una situación en la que la abuela mostraba tener recursos para defenderse y no parecía ser una persona tan sumisa como ella relataba. Por lo que le recomendamos que, si ella temía que se juntara con personas desconocidas de Tinder, le podía dar consejos de seguridad y con respecto a su temor a que sea controlada, le resaltamos que su abuela sí parecía tener recursos para manejar esas situaciones y que todos, en cierto modo, arriesgamos algo al entrar en una relación, pero si su abuela estaba allí era porque seguramente esta persona le hacía bien. La conversación finalizó cuando ella dijo que quizás debería ver cómo es el hombre, que no estaba totalmente negada y que quería ver a su abuela bien y feliz.

Además, R nos comentó que ella había comenzado a hablar de esto con su psicóloga, a la que iba hacía 2 años, y que en enero tuvo coronavirus y no volvió más ya que R se ofendió con ella porque no le preguntó cómo estaba en su período de aislamiento, ni una vez finalizado el mismo, sabiendo cómo es ella. R, considera que se supone que un psicólogo es alguien que te debería acompañar. Plantea que no le gustaría volver con ella, que no hay otras psicólogas a las cual recurrir en su obra social y que no quiere gastar tanto dinero en otra. De todas maneras, plantea que en este momento no necesita la ayuda de un profesional.

El día 3 de julio nos presentamos vía Meet en una clase de cierre de cuarto año. En ésta reunión participaron 3 profesoras de diferentes materias, 9 jóvenes y las tres consejeras. Nos presentamos como en las reuniones anteriores, y la profesora de antropología invitó de forma insistente a los jóvenes a presentarse; solo tres personas se presentaron y algunas se desconectaron de la reunión. Posteriormente, la profesora actuó colaborativamente haciéndonos preguntas para aclarar ciertas cuestiones, entre ellas, a quiénes estaba dirigida la consejería, por qué se llama consejería, quiénes leían lo que ellos escribían, qué temas los jóvenes podían llevar a la consejería. Al finalizar, los invitamos a participar de una reunión vía Meet que íbamos a hacer el jueves de esa semana

Luego de esta reunión, la profesora de antropología le envió un audio a Verónica agradeciéndole a ella y a nosotras por el espacio y que habíamos sido muy claras con los jóvenes. Asimismo, resaltó que los participantes habían sido poco participativos, pero que después de la reunión se habían mostrado interesados.

El día 7 de julio nos reunimos Verónica, Lourdes y las 6 consejeras en las RAP vía Meet. Aquel día Verónica nos comunicó que no se iba a poder publicar nuevamente la invitación al Meet de los jóvenes de ciclo básico en los grupos de WhatsApp ya que la escuela estaba de luto debido a que había fallecido la hija de una profesora. Ante esto, decidimos hacer el encuentro de todas maneras ese mismo día a las 20hs. Posteriormente, comentamos el caso de R que nos había hablado por Instagram, y Verónica planteó que en otras oportunidades, sería buena idea pautar un marco, una cita por Meet, para poder darle un espacio y un tiempo. Además, Verónica nos propuso que le volvámos a hablar a R para hacer un seguimiento. Asimismo, planteó que en las vacaciones podíamos hacer una guardia en Instagram, pero que no era necesario que esté muy activo.

Aquel día, las consejeras nos conectamos a las 20hs al Meet para esperar a los jóvenes pero nadie se conectó. Por lo tanto, nos quedamos haciendo guardia por si alguien se conectaba. Una hora más tarde, a las 21hs, una adolescente solicitó a unirse a la reunión, la saludamos, no respondió, y abandonó la reunión.

El día 8 de julio a la mañana, presentamos el espacio de consejería a 5to año sociales. En dicho encuentro participaron dos profesoras, las tres consejeras y 12 jóvenes. Allí invitamos a los jóvenes a participar de una reunión de Meet ese mismo día y les preguntamos acerca de qué temas les gustaría debatir, y un adolescente llamado Q propuso: problemas de salud mental, aceptación a la comunidad LGBT+ y relaciones en la adolescencia. Al finalizar, cinco jóvenes se mostraron muy interesados, resaltaron la importancia del espacio y plantearon que se unirían al encuentro de ese mismo día. Luego de la reunión, nos preguntamos si Q, era mujer u hombre ya que una de las consejeras había entendido que era mujer y yo había entendido que era varón.

Ese mismo día, en la clase de PPS, nos reunimos con la tutora y mis 5 compañeros del contexto sanitario, en donde en un primer momento se repasó la estructura que debía tener el trabajo práctico que se entregaría el 19 de agosto. En un segundo momento reflexionamos acerca de la construcción gradual de nuestro rol en la práctica.

Más tarde, llevamos a cabo la reunión de Meet que teníamos planificada junto al ciclo orientado. En este encuentro, participamos 2 consejeras y cuatro jóvenes de quinto sociales: Q,

L, S y J. Al comienzo, se conectó solo Q, y mi compañera consejera, le preguntó cómo era su nombre, debido a que el nombre con el que se presentaba era extraño. Q planteó que era un chico trans, y comentó su nombre original de mujer y el nombre que él había inventado. Luego, se fueron conectando los otros jóvenes y conversamos acerca de cómo les iba en la escuela. Allí comentaron la necesidad de la presencialidad en la escuela, la dificultad para concentrarse y la necesidad de estar con otros.

Posteriormente, indagamos acerca de los espacios de escucha que tenían en la escuela y si había habido algo parecido a la consejería, a lo que nos dijeron que no, pero que si había algunos referentes que se mostraban abiertos a hablar. L planteó que ella no había encontrado un espacio de confianza en el colegio, y es por eso que le interesaba tanto el espacio de consejería. Esto derivó a que ellos plantearan que estaban dispuestos a escucharse entre ellos cuando lo necesitaran. A partir de ello, preguntamos a quién recurrían cuando necesitaban hablar a lo que nos comentaron sus personas más cercanas.

Luego, hablamos acerca de lo que querían hacer en el futuro. Frente a esto, L expresó gran interés por la psicología, Q por diseño gráfico, profesorado de inglés, locución y doblaje o arte, S por derecho, como su familia, y J no estaba interesado en ninguna carrera.

Más tarde, surgió el tema de ir a terapia. Por un lado, L comenzaba terapia la semana siguiente. Y por otro lado, estaban Q y S quienes querían/necesitaban ir al psicólogo hace mucho tiempo pero no se animaban a pedirle a los padres y por lo contrario, decían cosas para que se dieran cuenta, pero no se lo decían explícitamente. S comentó que la necesidad de ir al psicólogo surgió a partir de una visita médica en la que la neuróloga le planteó que debía hacer un tratamiento psicológico ya que pensaba que sus dolores de cabeza podían deberse a una depresión. Luego de ese suceso, la madre no volvió a hablar del tema y ella planteó que en realidad le daba lo mismo ir o no. Q, por su parte, comentó que tenía una lista de malestares que llevarle al psicólogo, entre ellas: ataques de pánico, ansiedad, estrés, perfeccionismo e hiperactividad. Planteamos que no se autodiagnostique y pensamos maneras en las que ellos podían pedirles a los padres ir a terapia, considerando que la terapia sigue siendo un tema tabú para muchas personas en la sociedad.

El día 19 de julio publicamos una encuesta en una historia preguntando cómo la estaban pasando en sus vacaciones a lo que 13 jóvenes respondieron con pulgar para arriba y 3 jóvenes con pulgar para abajo. Luego, publicamos otra encuesta en la que les preguntábamos qué estaban haciendo, a lo que 14 jóvenes nos respondieron que estaban descansando y 2

estudiando. Luego, les recordamos que estamos de vacaciones, pero que la consejería está disponible para quien lo necesite.

El día 20 de julio publicamos un posteo del día del amigo, en el cual recibimos 12 me gustas.

El día 26 de julio realizamos una secuencia de fotos en las historias de Instagram en las que preguntábamos si habían disfrutado de sus vacaciones, a lo que 16 jóvenes pusieron sí y 5 jóvenes pusieron que no. Luego, preguntamos si preferían clases virtuales o clases presenciales a lo que 7 jóvenes votaron por virtuales y 17 por presenciales. Y, por último, notificamos que la consejería estaba de vuelta, y les dejamos un espacio en el que podían escribir si lo necesitaban. Allí una adolescente solicitó que vuelva el kiosco o el Paicor a lo que respondimos que nosotras no nos ocupábamos de esas cuestiones.

El día 28 de julio nos reunimos en las RAP junto a Lourdes, Verónica y las 6 consejeras. En aquel encuentro nos notificaron que ya podíamos ir a los colegios presencialmente, y que Verónica nos acompañaría en una primera instancia para conocer, pero que de todos modos, la consejería sostendría la virtualidad. Además, se habló acerca de lo tratado en el encuentro vía Meet que habíamos tenido junto al ciclo orientado antes de las vacaciones y acerca de que estábamos recibiendo varias consultas que no estaban relacionadas a la consejería. Esto último, nos llevó a pensar que debíamos recordar y dejar en claro nuestro rol en la escuela. Posteriormente, se discutió la posibilidad de hacer talleres de forma presencial y su modalidad.

El día 30 de julio realizamos una publicación que trataba acerca de la manera en la que nos hablamos a nosotros mismos e incentivaba a dirigirse a sí mismo de manera positiva.

El día 4 de agosto publicamos una historia que recordaba nuestra función en la escuela. Les dejamos un espacio para que hicieran preguntas, pero no tuvimos respuesta.

Aquel día nos reunimos en las RAP vía Meet. En dicho encuentro organizamos los horarios en los que cada consejera iría al colegio al espacio de consejería. Luego, pensamos en qué podríamos hacer para seguir presentes en la virtualidad mientras esperamos a que el colegio nos abriera las puertas y podamos tener una reunión con la directora del colegio.

El día 5 de agosto nos reunimos vía Meet junto a la tutora y compañeros del contexto sanitario, en el marco de la cátedra de las PPS. En primer lugar, allí repasamos los apartados que va a conformar el Trabajo Integrador Final y aclaramos dudas acerca del mismo. En segundo lugar, comentamos brevemente cómo estaba cada uno en sus prácticas.

El día 8 de agosto, publicamos un video del Gobierno de Córdoba que notificaba la posibilidad de anotarse en el “Programa Primer Paso” a partir del cual podían conseguir un empleo. Tuvimos un interesado, que fue Q.

El día 9 de agosto, publicamos una historia en la que les preguntábamos cómo habían empezado la semana a lo que dos personas respondieron que muy bien y cinco personas votaron que la comenzaron agotados.

Más tarde, compartimos en las historias un video que hablaba acerca de por qué tantas personas hacen dieta y les preguntamos por qué pensaban ellos que tantas personas hacían dieta. Esta pregunta llevó a muchas jóvenes a involucrarse en el debate y entre las respuestas se planteó que la razón por la cual tantas personas hacen dieta es por salud, enfermedad, complejos, presión social, bullying, estereotipos, entre otros.

El día 10 de agosto, a partir de los aportes del día anterior, preguntamos qué podría hacer cada uno para cambiar esa presión social, lo cual también tuvo gran repercusión. Las respuestas hacían referencia a: no opinar sobre los cuerpos ajenos, trabajar en la aceptación personal, ignorar los comentarios negativos de personas que nos quieren hacer daño, ayudar a quienes se sienten mal. Todos estos aportes se compartieron y respondieron en historias de Instagram.

VIII.5. Consejería Bimodal

El día 11 de agosto, junto a JB y Verónica, asistimos presencialmente a la escuela donde llevaremos a cabo la práctica. Allí nos recibieron la directora y una profesora, H. En aquella reunión nos comentaron los espacios en los que podríamos interactuar con los jóvenes. En primer lugar, nos comentaron los horarios de los recreos, y nos plantearon que podríamos aprovechar las horas libres y los espacios de tutoría para trabajar. En segundo lugar, nos designaron un aula pequeña en la que podemos realizar los encuentros individuales, y el patio o algún curso, si requerimos de un espacio más amplio para realizar talleres. Posteriormente, la directora nos solicitó que hiciéramos un cartel que explicite la función y las reglas del espacio para que les quedara toda la información en claro. La directora se retiró y H nos presentó la escuela y las preceptoras.

Al retirarnos de la escuela, nos reunimos junto a JB para diseñar el flyer que había solicitado la directora y un posteo que complementa lo que se había estado hablando en las historias. Tuvimos un debate con respecto desde dónde abordar el tema, si desde los trastornos

alimentarios o desde el proceso de aceptación corporal. Coincidimos que la segunda propuesta aportaba más herramientas que la primera. Además, desde la perspectiva sanitaria, considero que tratar el tema desde la reducción de la presión social, es atenuar uno de los determinantes sociales del proceso salud-enfermedad y por lo tanto, contribuiría a la promoción de la salud.

El día 13 de agosto, recibimos un mensaje directo de Q quien preguntaba si se iban a realizar futuros encuentros o si íbamos a ir presencialmente. A lo que le respondimos que estábamos planificando el espacio presencial, que ya le íbamos a informar cuando nos confirmaran la fecha. Ante esto, planteó que en algún encuentro grupal se hable acerca de problemas como el estrés, la ansiedad o dificultad para concentrarse, además, le gustaría que se realice un encuentro con el fin de normalizar colectivo LGBT+. Frente a esto, le preguntamos si le gustaría participar de un vivo con nosotras a lo que respondió que sí.

Ese mismo día recibimos otro mensaje privado de una cuenta anónima que nos comentaba toda su historia de bullying y que nunca había tenido amigos. A lo largo de estos años ella plantea haber desarrollado una “máscara” con la cual se mostraba indiferente frente a los otros para no mostrar su dolor/”debilidad”. Además, planteó que le cuesta hablar acerca de lo que siente. En el secundario, le dejaron de hacer bullying, lo cual le generó alivio pero le dolía que los otros sean indiferentes a ella. Había intentado hacer amigos en Internet, pero de todas formas, la ignoraban. Le gustaría ser como los demás y vivir la vida con amigos. Ella plantea que tiene mucho para dar en una amistad, que es buena persona y que sería buena confidente, pero que nadie lo sabe ya que fije indiferencia y aleja a los demás con la mirada. Asimismo, comentó que es muy querida por su familia y comparte muchas cosas con ellos, pero que le gustaría sentir qué se siente tener un amigo. Frente a esto, le resalté el hecho de que ella haya reconocido lo que aleja a los demás y todo lo bueno que hay en ella. Además, le planteé que quizás un buen ejercicio podría ser ir acercándose a compañeros que sean “buena onda” para conocerlos y dejarse conocer. Hablamos acerca de que es un trabajo de todos los días y que se hace de a poco; que una amistad es como una planta que uno riega todos los días. Posteriormente, le di algunos ejemplos del modo en el que se podía ir acercando a los otros. Ella consideró que este ejercicio de comenzar de a poco, era buena idea y que lo iba a intentar cuando fuera al cole, pero que sabía que le iba a dar ansiedad, porque es de ilusionarse por la necesidad de tener a alguien con quién contar. Hablamos acerca de que los primeros pasos le van a ser más difíciles, pero que poco a poco se va a ir acercando a más personas. Asimismo, le pregunté si le gustaría realizar alguna actividad fuera del colegio, en donde podría conocer a un grupo de personas con sus mismos intereses y me comentó que sí y que el mes siguiente

se iba a anotar en algún curso. Para finalizar, me dijo que me iba a ir contando cómo le iba con el ejercicio, me agradeció por el apoyo y le comenté que pronto íbamos a instalar la consejería presencial en la escuela, que si se animaba, se podía acercar y conocerme.

El día 18 de agosto nos reunimos en las RAP junto a las consejeras de dos colegios y las dos supervisoras de la consejería. En aquella reunión las consejeras del otro colegio comentaron un caso de una joven que le agarraban ataques en los que se golpeaba contra la pared, se rasguñaba y lloraba. Luego, yo comenté el caso de la joven anónima y me propusieron realizar un seguimiento la semana siguiente. Asimismo, hablamos acerca del vivo que realizaríamos con los jóvenes la semana siguiente, acerca de la diversidad.

Ese mismo día nos reunimos junto a LP, otra de las consejeras, con quien nos cuestionamos el formato del encuentro, decidiendo hacerlo vía Meet, ya que considerábamos que los vivos de Instagram eran pocos interactivos. Pensamos en abordar el taller a partir de los ejes de la ESI. En primer lugar, pensamos en comenzar con el eje de respetar la diversidad, en el cual definiríamos junto a ellos qué es la diversidad, qué es la inclusión, a quiénes hay que incluir y de qué manera podemos promover la inclusión. En segundo lugar, pensamos en tratar el eje de valorar la afectividad, en el cual pensamos reflexionar y pensar junto a ellos cuáles son habilidades interpersonales que se necesitan para poder valorar la afectividad del otro. En tercer lugar, pensamos en abordar el eje de reconocer la perspectiva de género a partir de ejemplos de situaciones/prejuicios/estereotipos en los cuales se vulneren los derechos, en relación al género. En cuarto lugar, pensamos abordar el eje de “ejercer nuestros derechos” y aclarar que toda persona es sujeto de derecho y debe poder hacer oír su voz y no sufrir ningún tipo de discriminación y qué hacer cuando se vulneran los derechos de uno o de otra persona. Y, por último, el eje de “cuidar el cuerpo y la salud” en el cual lo abordaríamos desde lo biológico, social y cultural.

A partir de ello, pensamos en introducir el tema de la comunidad LGBTQ+ pensando junto a ellos cómo hacer que esta se sienta incluida, reflexionando cuál es el significado del mes del orgullo, estableciendo la diferencia entre orientación sexual, identidad de género y sexo. Para todas estas reflexiones anotamos varias ideas para poner de ejemplo en el caso que los jóvenes no contestaran, o tener que hacer una conclusión.

El día 23 de agosto fue mi primer día en el espacio de consejería de forma presencial. Llegué a la escuela, fui a preceptoría, luego fui a buscar la llave a secretaría donde conocí a la coordinadora de curso quien me acompañó hasta el gabinete, y mientras estaba pegando los

carteles de la consejería por todo el colegio, me crucé con P quién me buscaba para hacer una presentación del espacio por cada curso. Ese día me presenté en todos los cursos de la burbuja 2, ya que, debido a la pandemia, las burbujas se alternaban semanalmente. Luego de presentarme con algunos cursos, las preceptoras me comentaban algunos “casos”. Me faltaban dos cursos a donde debía presentarme y mientras hablaba con P, me giré y ví que había un grupo de 6 personas en la puerta de la Consejería preguntando cómo era el espacio.

Como eran tantas personas, les pregunté si querían que saliéramos a charlar al patio. Allí estaban Q, M, Ñ, SS y PL. Era un grupo de jóvenes de distintos cursos que se había conformado hacía poco tiempo y tenían como código llamarse entre ellos con nombres de dioses griegos. Por un lado, estaba Q, quien llevaba puesto un pin en su pulóver para que los otros supieran cómo llamarlo. Allí comentó que su nombre era inventado por él mismo, que era género fluido, que él solía utilizar pronombres masculinos para referirse a él mismo y comentó que era pansexual. Allí también estaba M, un joven que estaba en su transición de género, que comentaba que tenía la inquietud de que quería que los profesores y sus compañeros lo llamaran M pero no se animaba a hacerlo debido a que los compañeros hacían comentarios homofóbicos. Q lo incentivaba para que lo dijera. Además, allí estaba presente Ñ, un joven que planteaba que nunca había conocido a alguien con tantas cosas en común como con Q. Asimismo, allí estaba SS quien no hablaba mucho de sí misma. También estaba PL, quién se quedó por unos minutos a solas conmigo y me comentó que en el colegio anterior había sufrido bullying, que llegaba a la casa con moretones y no le podía decir a la madre. Finalmente, la madre se enteró y la cambió de escuela. En ese momento, se mostraba contenta con sus nuevos amigos.

Llegó la hora de volver a los cursos y Q me comenzó a contar temas muy personales en el pasillo, por lo que le propuse pedir permiso a las preceptoras e ir a hablar al gabinete. Allí me comentó que hacía tiempo quería ir al psicólogo ya que decía que sufría de ansiedad, ataques de pánico, trastorno de déficit de atención con hiperactividad, entre otras cosas. Además, me comentó que le costaba pedir ayuda al padre pero que finalmente lo había logrado hacer y su padre estaba haciendo trámites con la obra social para que él pudiera ir.

Con respecto a la relación con su padre, Q comentó que éste no lo dejaba expresar sus sentimientos libremente, por eso le costaba contar lo que le pasaba. Asimismo, me contó que cuando tenía 13 años le había dicho al padre que era pansexual pero que se arrepentía de haberlo

hecho de esa manera. Por último, contó que siempre había sido muy controlador y que de pronto le dio más libertad y no sabía qué hacer con ella.

Con respecto a la relación con la madre, me comentó que la madre había abandonado a él y a su hermano, pero cuando me contó acerca de su relación en aquel momento, dijo que la madre se intentaba acercar a ellos mediante manipulaciones: comprándoles cosas, regalándole banderas de la comunidad pansexual y que su hermano, dos años menor que él, no iba a visitarla ni le iba a dar nada a cambio. Además, me dijo que ella tenía problemas psicológicos.

Luego, me realizó un breve recorrido por su infancia en la cual había vivido varias mudanzas. A los cinco años, sus padres se separaron, y Q y su hermano fueron a vivir con la madre, sus tías y su abuela en la casa de la abuela. Al tiempo, como había un mal ambiente familiar en esa casa, el padre decidió llevarlos a otra provincia; la madre accedió, ya que ella no podía cuidarlos. Cuando iba a tercer grado, el padre los llevó a Córdoba para que pudieran estar con su madre. Allí pasaron dos años en un departamento en donde recuerda haber pasado mucho tiempo a solas con un celular, y planteaba que su madre nunca le puso límites. Asimismo, comentó que la madre les decía que el padre se los había quitado y no los dejaba hablar con él. Pasado un tiempo, el padre les contó que los llamaba todos los días y la madre no le permitía hablar con ellos. Al finalizar cuarto grado, el padre notó que Q había subido mucho de peso y estuvo al límite de tener obesidad mórbida, por lo tanto, decidió llevarlos a vivir con él a lejos de su madre. Cuando iba a segundo año del secundario, se mudaron nuevamente a Córdoba para que ellos estuvieran más cerca de la madre. Vivían junto a los abuelos paternos, el padre, la novia del padre, su hermano biológico, una media hermana de una pareja del padre que no funcionó y otro medio hermano de la pareja actual.

En un momento M y PL tocaron la ventana y Q los invitó a pasar. PL comentó que estaba preocupada ya que su hermana de 20 años sufría violencia de género por parte de su novio y que había perdido un bebé debido a los golpes del novio. A partir de ello, la madre la había llevado al Polo de la Mujer para hacer la denuncia y le pusieron una orden de restricción al joven, pero su hermana no la cumplía ya que decía que lo amaba. Cuando PL consultó conmigo, la orden de restricción ya había caducado y su hermana vivía junto al agresor. PL me comentó que hizo todo lo posible para que su hermana sea consciente de la situación. Aquella mañana, PL le había mandado un mensaje irrelevante a su hermana y el novio le había contestado diciéndole que por su culpa, ellos tenían problemas de pareja. Ella no tenía miedo de lo que le podía pasar a ella, pero sí a la hermana. Venía a pedirme un consejo. Frente a esto

le comenté que esta situación nos excedía a las dos, que yo podía acompañarla a ella y que iba a consultar con mi supervisora para ver de qué manera podíamos ayudarla. M y PL se fueron.

Al rato, regresó M junto a F. F tenía una risa nerviosa, y no entendía por qué M la había llevado ahí, se tapaba la cara, y no quería decir nada. M dijo: “homosexualidad” Yo le dije que se quedara tranquila, que si ese día no quería hablar, estaba todo bien, que simplemente tuviera en cuenta el espacio. En ese momento, ella comenzó a explayarse un poco más y me dijo que su familia era muy religiosa y que pensaban que la homosexualidad era enfermedad contagiosa, por lo que nunca les iba a contar a sus padres. Además, ella comentó que antes pensaba igual que ellos pero que al hacerse amiga de M le cambió la cabeza. Ella no sabía qué más decir, y le dije que no se forzara, que, si en algún momento ella necesitaba hablar con alguien, se podía acercar.

Al finalizar ese encuentro, hablé con Verónica para comentarle el caso de violencia de género de la hermana de PL y me dijo que yo la debía acompañar a ella, que no era una preocupación de ella en solitario ya que ya habían tomado acción sobre la situación. Pero que podríamos sugerirle que fuera al Polo de la Mujer en donde la podían asesorar y ver qué podía hacer ella desde su lugar, sin empeorar la situación. Le mandé un mensaje a PL sugiriéndole esta idea y no tuve respuesta.

El día 24 de agosto una de las consejeras y yo nos unimos a la reunión de Meet para tener el encuentro acerca de “Hablemos de diversidad” junto a los jóvenes de la escuela. Nos quedamos esperando una hora a que se conectaran, pero nadie se unió.

El día 25 de agosto al llegar a la escuela salí a caminar por allí para mostrarme disponible y para seguir conociéndola. Había carteles escritos por las jóvenes que hacían referencia al feminismo, otros que referían al día del trabajador y otros al grooming. Más tarde, una preceptora se acercó a mí y me comentó que había un joven que le costaba avanzar en todo, que ya me lo iba a mandar. Al ratito, se nos acercó PA, una joven de tercer año, quien comentó algunas cuestiones académicas y me contó que cuando terminara el colegio quería ir a estudiar medicina en el exterior. Cuando la preceptora se alejó, me dijo que después quería acercarse a consejería ya que últimamente no estaba muy bien.

Al rato, Q se acercó desbordado. Me comentó que se sentía mal ya que tenía problemas para dormir y el día anterior se había quedado dormido y su padre se había enojado con él. Planteó que mientras habla con el padre debe controlar mucho sus emociones, ya sea no llorar, no contestar de mala manera, hablar sintéticamente porque si no el padre lo interrumpe,

también debe controlar sus tics de mover la pierna o tocarse las manos, porque según Q el padre piensa que esos son signos de debilidad que no debería mostrar. Asimismo, Q me comentó que nunca hablaba de sus sentimientos con él, que no sabía mucho de lo que le sucedía. Por lo tanto, Q quería ir a un psicólogo con quien hablar y que le comunicara a su padre su condición ya que creía que él no podría hacerlo solo y que quizás se lo tomaba más en serio si lo escuchaba de un profesional.

Luego, me comentó que en varias oportunidades había sufrido ataques de pánico y de ansiedad en los que se rascaba los brazos y se lastimaba. En una oportunidad llamó a una línea de emergencia de prevención del suicidio en la que lo ayudaron a calmarse.

Asimismo, me contó que cuando estaba en segundo año había salido con una chica de 6to año que era su amiga. Tenían muchas cosas en común, bailaban, hablaban, ella sabía todo de Q. Al tiempo su relación se desgastó. Actualmente, Q tiene una novia en el exterior, a quien conoció virtualmente, por un juego. Solo sus amigos saben de esto.

Cuando me estaba retirando de la escuela un grupo de jóvenes se me acercó preguntándome si ya me iba y les dije que nos podríamos ver la otra semana.

Aquel día nos reunimos junto a las consejeras y a Verónica en las RAP. Allí hablamos acerca de la necesidad de hablar que tenía Q, pero que también debía ponerle límites de horarios para que no perdiera tiempo de clase ya que su rendimiento había bajado significativamente el último tiempo. Con respecto al caso de PL, quien no había respondido mi mensaje, acordamos en esperar a ver si se volvía a acercar o si le mandábamos otro mensaje.

El día 27 de agosto subimos una historia en la que preguntamos qué les había parecido el nuevo espacio de consejería a lo que 3 jóvenes respondieron que les había parecido muy interesante y 3 jóvenes respondieron que aún no lo habían conocido. Allí lo invitamos a que aprovecharan y se sumasen al espacio.

El día 30 de agosto fui a la consejería presencial. Aquel día, cuando llegué fui a buscar a P quien me dijo que antes de presentarme con los cursos de la burbuja 1, la coordinadora de curso quería hablar conmigo. La coordinadora comenzó haciéndome preguntas relacionadas a mi carrera, y las prácticas. Luego, prosiguió comentándome que la modalidad de trabajo que tenían en la escuela consistía en realizar seguimientos de los alumnos y que consideraba necesario que trabajáramos en equipo y que le comentara los casos puntuales en los que fuera importante intervenir como institución. A partir de ello, me comentó que Q se había acercado

a ella, con ataques de ansiedad, unos días después de haber hablado conmigo. Ella me señaló que yo debería haberle comentado que Q estaba sufriendo tanta ansiedad, la cual estaba afectando su rendimiento escolar, así ella podía intervenir desde la escuela y solicitarle al padre que fuera a un psicólogo. Además, me planteó que establecer estos límites, identificar la severidad del caso y saber derivar, era parte de la práctica, y que a ella también le interesaba que yo aprendiera, incluso me invitó a que si yo quería, podía estar en la entrevista con el padre de Q aquel día; a lo que no accedí debido al encuadre de consejería. También, me dijo que debíamos ser cuidadosos al presentar el espacio ya que Q se había referido a mí como “la psicóloga”. Asimismo, me dijo que debíamos tener cuidado con los padres ya que eran complicados. En aquel momento sentí toda la responsabilidad que ya sabía que implicaba el rol de consejera, aunque también sabía que no recaía solo en mí, si no que estaba acompañada por el equipo de Consejería. Por lo tanto, por un lado, le dije que comprendía lo que ella me planteaba y que debíamos hablar junto al equipo de Consejería para llegar a un acuerdo con respecto a la modalidad de trabajo, los límites de la confidencialidad, etc. Por otro lado, con respecto a Q le aclaré que yo había trabajado con él formas de comunicarle al padre y había notado un avance en el relato de Q con respecto a pedirle a su padre ir al psicólogo y que por lo tanto, lo que le sucedía a Q no había quedado solo en la consejería. Luego, la coordinadora me comentó que SS había tenido 3 intentos de suicidio.

Al salir de aquella reunión y al dirigirnos a los cursos para presentarme, P me propuso omitir la parte en la que decía que era estudiante de psicología para no generar confusiones.

En el recreo se acercó TR, una joven de segundo año, a quien le costaba mucho expresarse y pudo hacerlo mediante mis preguntas. Aquel día me dijo que estaba nerviosa todo el tiempo, que tenía una sola amiga fuera del colegio con quien no hablaba mucho, que sus compañeros de colegio no les caían bien. Con respecto a su familia, tenía una familia numerosa; explicitó que no se llevaban muy bien entre ellos, que la insultaban diciéndole “enfermita mental” y “suicida”. A partir de ello me comentó que hacía unos meses había tenido un intento de suicidio, que sus padres sabían de esto, porque la habían visto, pero comentó que no hablaba acerca de lo que la pasaba con nadie, solo con ella misma. Me dijo que nunca había ido a un psicólogo, por lo tanto, comenzamos a hablar de la importancia de hacerlo considerando su situación. También, le propuse realizar actividades fuera del colegio que quizás la ayudaba a encontrar un grupo de amigas. Me dijo que antes hacía jockey pero que ya no le gustaba; a ella le gustaba básquet. Se terminó el recreo y quedamos en seguir hablando más tarde.

Luego, en un pasillo conocí a AP, un joven de segundo año quien me dijo que había parecido nerviosa cuando me presenté en el curso. Luego, me comentó que había salido con una joven y que le gustaba otra. Posteriormente, me mostró una perforación que se había hecho en la oreja. Más tarde, se acercó una joven quien pedía un consejo de amor a lo que AP le dio su consejo.

Aquel día le envié un mensaje a Verónica, mi supervisora comentándole el caso de TR. Frente a este caso acordamos que debíamos comunicarlo a la escuela para que los padres la llevaran a un psicólogo. Asimismo, hablamos acerca de que la confidencialidad tiene sus límites. Con respecto al caso de PL, la joven que tenía una hermana que sufría violencia de género por parte del novio, me dijo que, hasta el momento, el equipo de consejería consideraba que la joven que vino a la consejería no estaba en riesgo y que yo debía escucharla y la acompañarla.

El día primero de septiembre había salido a caminar por el pasillo y se me acercó V, una joven de 13 años, que iba a segundo año. El motivo de su consulta era que el hermano mayor, de 31 años y su primo de 17 años, tenían el mismo problema, tenían ataques de ira. Con respecto a su primo, ella temía que le diera un ataque en el colegio, por lo que solicitaba que habláramos con él para ver qué le sucedía. Me dijo que no iba a terapia por miedo a que lo internaran, pero que la semana siguiente lo llevarían. Con respecto a su hermano, vivía junto a su pareja y sus sobrinos. Planteó que él iba a terapia hacía bastante tiempo y estaba mejor. Luego, hablamos acerca de situaciones que la hayan marcado y me comentó una oportunidad debió intervenir para que el primo le dejara de pegar a la tía y otra en la que tuvo que ir junto a su madre a calmar a su hermano quien estaba pegándole a su esposa, y sus hijos estaban llorando. En estos relatos no mostró haber estado en riesgo.

Asimismo, V comentó que sufría de ataques de nervios, hasta que llegaba a un límite en el que se desmayaba. Temía que le agarrara uno de esos ataques en el curso. Esto comenzó ese mismo año en el que había fallecido su padre, con quien no tenía mucha relación y cuando la madre se había contagiado de Covid-19. También, estaba preocupada porque en ocasiones se quedaba tildada mirando un punto fijo, se realizó estudios médicos que les dieron bien, y, por lo tanto, temía que fuera un problema psicológico. Luego, me dijo que le gustaría volver a ir a un psicólogo, y le expliqué que ir a uno no implicaba que tenga un problema psicológico, que si no podía ayudarla a que ella gestionara sus emociones.

Más tarde, TR salió al recreo y se acercó a la consejería. Me dijo que estaba nerviosa como siempre, como si algo malo estuviera por pasar. Luego, continuamos hablando acerca de la importancia de ir a un psicólogo, a lo que ella acordó que le podría hacer bien. Por lo tanto, le dije que era necesario comunicarlo al colegio para buscar ayuda. Practicamos la forma en la que le comunicaríamos esto a la coordinadora de curso y fuimos a hablar con ella. Allí la coordinadora le hizo algunas preguntas relacionadas a su nombre, edad, su familia y luego, por su intento de suicidio. Ella dijo que hacía unos meses había intentado cortarse las venas, pero que luego había sentido culpa. La coordinadora intervino diciendo que, si ella tenía ese sentimiento de culpa, y había venido a la consejería a pedir ayuda, era porque una parte de ella quería vivir. A lo que TR respondió con seguridad que ella no tenía ganas de vivir porque estaba cansada de que todos los días fueran iguales y que le costaba levantarse. Luego, la coordinadora le dijo que buscaríamos ayuda con sus padres para que pudiera ir a un psicólogo. Por lo tanto, ella le preguntó cómo quería que fuera esa reunión a lo que TR dijo que quería que yo estuviera en esa reunión con sus padres. TR volvió a su curso.

Más tarde, me crucé en los pasillos con la coordinadora de curso quien me dijo que le había gustado la reunión que habíamos tenido, y que se había quedado preocupada por la convicción de querer quitarse la vida que tenía la joven, pero que, al mismo tiempo, estaba pidiendo ayuda. Allí aproveché para aclararle que Consejería no trabajaba en equipo con la escuela, como en este caso participar de la reunión con los padres, pero sí en red, es decir, que le comunicaríamos cuando fuera necesario intervenir desde la institución. A pesar de ello, le dije que haría la reunión con los padres de TR, como me había comprometido.

Después, hablamos acerca de la reunión que ella había tenido con el padre de Q. Allí ella me comentó que se había quedado sorprendida que el padre no sabía nada acerca de la identidad de género de Q, pero que de todos modos ella había preservado esta información. Me comentó que en aquella entrevista habían hablado del bajo rendimiento escolar de Q, el cual podría deberse a los recurrentes ataques de ansiedad que sufría en el colegio, los cuales habían empeorado con el tiempo. A partir de ello, dijo que estaba haciendo trámites para entrar a una obra social para que tuviera un buen psicólogo.

Luego, la coordinadora me preguntó cómo me estaba yendo en la facultad, y me planteó la importancia de tener en cuenta el contexto de la escuela el cual es un determinante de lo que pasa dentro de ella. A partir de ello le comenté que uno de mis objetivos principales a tratar en mi trabajo estaban dirigidos a los determinantes del proceso salud-enfermedad.

Aquel día también nos reunimos en las RAP en donde hablamos acerca de la reunión que habida tenido con la coordinadora de curso, y del límite de lo que le deberíamos o no contar a la escuela. Asimismo, se habló acerca de que, gracias a este espacio de confidencialidad, Q había decidido acercarse a la consejería. Además, hablamos acerca de V, quien me había comentado que en ocasiones se desmayaba de los nervios que pasaba. Ante esto, me dijeron que para saber la severidad del caso debía preguntarle cada cuanto tiempo le pasaba esto y en qué situaciones le sucedía. Aquel día, subimos una historia que aclaraba que la consejería era un espacio confidencial.

El día 4 de septiembre realizamos una publicación en la cuenta de Instagram cuestionando si estaba bien llorar o no. Allí agregamos información acerca de lo que implica llorar y realizamos encuestas para saber qué pensaban los jóvenes al respecto, si alguna vez les habían dicho que estaba mal llorar, cómo se habían sentido al respecto y si les parecía importante llorar cuando uno lo desea.

El día 6 de septiembre, Q se acercó a la consejería y me dijo que no sabía cómo sentirse cuando no se sentía mal. Aquel día me comentó que dos semanas atrás había ido a hablar con la coordinadora de curso ya que había tenido un ataque de ansiedad. Al día siguiente de haber hablado con la coordinadora de curso, le dio otro ataque de ansiedad debido a que se había enterado de que la escuela había citado al padre y se imaginaba las peores circunstancias. Además, me comentó que luego de la reunión el padre lo había sentado para hablar acerca de lo que le estaba sucediendo y acordaron que en esos días iban a contactar a un profesional para que fuera. Asimismo, me comentó que el padre le dijo que tenía que tener cuidado con las cosas que contaba en la escuela ya que, si no, podían mandarle una trabajadora social a la casa. Frente a esto, Q se cuestionó haberlo hecho ya que decía que sabía que el rol de la coordinadora de curso era hablar con los padres, pero al mismo tiempo, pensaba que él debía poder hablar, si encontraba un lugar para hacerlo en la escuela. Allí yo le aclaré que no tuviera miedo de hablar conmigo ya que era confidencial y que a menos que él estuviera en riesgo, no íbamos a contar nada a la escuela. Asimismo, se sentía molesto con respecto a cómo la coordinadora de curso nombraba a lo que le pasaba ya que ella decía que Q sufría de ataques de pánico y Q estaba seguro de que eran ataques de ansiedad. Como consecuencia, el padre no entendía la diferencia entre un ataque de pánico y un ataque de ansiedad. Luego, conversamos acerca de la importancia de comunicar lo que le pasaba al padre para que lo pudiera comprender.

Posteriormente, me comentó que algunos cambios en él le habían hecho sentir bien. Me mostró su nuevo corte de pelo y sus nuevos aros que eran a presión ya que no tenía hechas las perforaciones en las orejas. Mencionó que pensaba hacérselas como premio cuando bajara los 100 kg.

Además, me comentó que hacía un tiempo había dejado de hacer cosas que le hacían bien y que estaba intentando retomarlas. Asimismo, me dijo que el último tiempo le daba ansiedad el tema social. Sin embargo, comentó que tenía buenos amigos y que iba a intentar generar espacios de encuentro con ellos los fines de semana.

Posteriormente, me contó que los días que no iba al colegio le costaba organizar sus comidas. Para finalizar el encuentro y no se extendiera sobre su horario de clase, le pregunté a qué hora debía volver a clase.

Aquel día una profesora me acercó a su alumna, PJ, tenía 18 años. Me comentó que se sentía mal tanto anímica como físicamente ya que la noche anterior se había peleado con la madre debido a que no le quería dar de comer. En ese momento, hacía 24 horas que no comía. Planteó que la madre trabajaba y sí tenía dinero pero que no quería darle. Conversamos acerca de la posibilidad de integrarse al Paicor, pero me dijo que no la habían integrado. Asimismo, me comentó que el ambiente familiar no era bueno ya que vivía sola con su madre en un monoambiente. También, me contó que el año anterior había caído en una depresión y que el psicólogo le había recomendado ir al gimnasio, planteaba que era lo único que le hacía bien ya que salía de su casa.

Luego de este encuentro, hablé con Verónica quien me dijo que siguiera escuchándola, preguntándole acerca de su situación para determinar si era maltrato por parte de la madre, o qué sucedía en su casa. Asimismo, me dijo que no le parecía que yo tuviera que hablar en lugar de la alumna, que la acompañara a hacerlo si ella quería.

Más tarde, se volvió a acercar Q con su cuaderno para mostrarme los personajes que había creado. Allí le dije que la consejería estaba disponible en los recreos y horas libres ya que solía extenderse mucho tiempo, pero me dijo que ya había hecho sus trabajos. Luego, hablamos acerca de la organización de estudio.

Posteriormente, tuvimos la reunión con los padres de TR. Allí comentamos brevemente cómo habíamos visto a su hija y les comunicamos que considerábamos necesario que tuviera un acompañamiento psicológico y que hiciera alguna actividad extracurricular. Luego, la

madre nos comentó que su hija no tenía interés por relacionarse con nadie, que no quería levantarse de la cama, no quería ir al colegio, etc. Los padres atribuyeron esto al cambio de colegio, de un colegio privado a uno público, por lo tanto, consideraban buena idea cambiarla de colegio, pero TR no quería. Luego, los padres comentaron algunos de los mecanismos que encontraban para ayudarla: llevarla a la cancha, juntarla con la amiga, le sacaban el celular a modo de castigo, le revisaban el celular. Después, la coordinadora preguntó acerca del intento de suicidio, comentaron la situación y que en aquel momento habían pensado en llevarla a un psicólogo, pero luego pensaron que ya se le iba a pasar. A partir de ello, la coordinadora les hizo una devolución en la que le remarcó la importancia de los vínculos en la salud mental de su hija y les recomendó que no le sacaran el celular ya que era la única vía por la cual ella estaba logrando vincularse. Asimismo, les propuso abrir espacios de diálogo con su hija.

El día 8 de septiembre asistí a la consejería presencial. Aquel día PA recurrió a mí comentándome que a veces no se sentía bien ya que sentía que le faltaba amor por parte de la madre y que todo el amor que no recibía de la madre, lo intentaba dar a otras personas. Planteaba que esto le sucedía a partir de tres cosas: por un lado, tenía una relación conflictiva con la madre, esta le hacía comentarios negativos y no la dejaba “hacer nada”; por otro lado, en 2018, había perdido a su abuelo materno quien era muy cercano, y su hermana mayor se había ido de su casa, lo cual produjo que se distanciaran. Con respecto al padre, me comentó que tenían una buena relación, que le gustaría irse a vivir con él y agradecerle por haber estado ahí para ella a pesar de no verlo muy seguido. Con respecto a su abuela materna, planteó que quería tener una mejor relación con ella, ya que sentía que no la quería como a sus otros nietos debido a que su madre no era muy cercana a ella. Posteriormente, me comentó que una noche se había ido a dormir a la casa de una amiga y que, en medio de la noche, el padre de la amiga la había manoseado. Asimismo, me comentó que en la cuarentena comenzó a ver en las redes sociales que la gente se ejercitaba y, por lo tanto, ella comenzó a bajar mucho de peso, llegando a pesar 38kg. Además, comentó que había estado algo depresiva en esa etapa. También, me comentó que algo que le había hecho bien en aquella época había sido un perrito que se había encontrado, quien murió a los 6 meses de tenerlo. A partir de varias circunstancias, ella sentía que no podía aferrarse a nadie.

Aquel día nos reunimos en las RAP junto al equipo de consejería. Allí las consejeras del otro colegio comentaron sus casos. Uno de ellos refería a un caso de violencia familiar. Comentaban que la joven parecía una persona muy fuerte, con las ideas claras, al contrario de cómo se la había imaginado cuando los referentes de la institución les habían comentado el

caso. Asimismo, la joven demandaba que la consejera la ayudara a recordar hechos de la infancia que había reprimido. A partir de ello, la consejera se preguntaba hasta qué punto le iba a hacer bien hacer consciente aquellos acontecimientos traumáticos, si a fin de año ella no la iba a poder seguir acompañándola. Por lo tanto, junto a las supervisoras acordaron en trabajar aspectos del presente y de su proyecto de vida que la motivaran.

Posteriormente, otra de las consejeras comentó de un caso de una joven derivada por el colegio ya que no podía rendir los exámenes y había sido tildada de “vaga”. Al momento del encuentro, la consejera se entró que la joven había sido diagnosticada de dislexia y sentía mucha frustración. Esta joven había tenido un intento de suicidio. Junto a las supervisoras decidieron comunicarlo a los referentes de la institución para que la evaluaran psicopedagógicamente y a partir de ello pensar de qué manera se podrían adaptar las actividades escolares a las necesidades de la joven.

Luego, JB otra de las consejeras del JJP comentó un caso de una joven de 15 años que estaba viviendo una situación familiar complicada en la que los padres vivían juntos pero separados. Esto generaba mucha angustia en ella, la cual la expresaba mediante cortes y había tenido intentos de suicidio. Junto a la consejera trabajaron en sus pilares que le hacían bien, entre ellos sus abuelos, y sus amigas. Acordaron que una buena opción sería ir a visitar a sus abuelos con frecuencia para escaparse de los conflictos familiares que afectaban a su salud mental.

Más tarde, comenté el caso de PJ y les planteé que tenía inquietudes en cuanto a que sentía que me habían faltado algunos datos para entender la situación que la joven estaba viviendo. Frente a ello, me dijeron que la buscara en la semana que estuviera su burbuja y profundizara un poco más en el tema y que partir de allí podríamos ver de qué manera acompañarla.

Aquel día, en la consejería virtual compartimos una historia que trataba acerca del amor y preguntamos qué era para ellos el amor.

El día 9 de septiembre en la clase de PPS nos reunimos junto al equipo del contexto sanitario en la cual todos compartimos nuestras experiencias de las prácticas. A partir de ello, surgió la inquietud acerca de qué hacíamos nosotros ante el sufrimiento/angustia del otro ya que muchas veces aparecía nuestra omnipotencia de querer resolver el problema o dar una respuesta al otro. Ante esto, planteamos que era necesario volver a revisar nuevamente cuál era nuestro rol. Asimismo, sugerimos preguntas que podíamos hacer para poder detectar la

gravedad de un acoso, y a partir de ello, tomar decisiones con respecto a la manera de acompañar.

El día 13 de septiembre asistí a la consejería presencial. Aquel día nadie se acercó a hablar. Salí varias veces a caminar por los pasillos para mostrarme disponible, en donde saludé a varios jóvenes. Más tarde, subimos algunas frases que se deben decir para acompañar a una persona que se siente suicida.

El día 15 de septiembre asistí a la consejería presencial. Ese día se acercó AP junto a sus amigos a charlar y a pasar el rato. Posteriormente, se acercó un profesor a preguntar si el espacio también estaba destinado para profesores o si sólo era para alumnos a lo que le respondí que el espacio era para los alumnos. Luego, grabé un video para Instagram en el cual mostraba en qué parte del colegio nos podían encontrar. Al rato, llegó un mensaje de L que decía que quería venir a la consejería pero que no se animaba a hacerlo. Allí le expliqué cómo acercarse y que yo estaba allí para ella. Más tarde, se me acercó un grupo de jóvenes para preguntar qué era el espacio. Después, una profesora transgénero llamado PM se interesó por el lugar y también me preguntó de qué se trataba. Aquel día no hubo escuchas.

El día 16 de septiembre subimos una historia a la cuenta de Instagram que hablaba acerca de cómo llegar divinas al verano, pero en contraposición a los consejos superficiales que suelen seguir esa frase, los consejos que lo seguían hacían referencia a cómo entablar una mejor relación con uno mismo. Más tarde, subimos una secuencia de fotos que hacían referencia al amor propio.

El día 20 de septiembre asistí a la consejería presencial. Aquel día me acerqué a PJ y le dije que me gustaría saber cómo estaba, si se podía acercar a mi cuando pudiera a lo que me respondió que estaba mucho mejor y que si lo haría. Luego, le mandé un mensaje a la joven que nos había hablado de forma anónima por Instagram, preguntándole cómo estaba, frente a lo cual no tuve respuesta. Luego, se me acercó un grupo de 4 jóvenes para pasar el rato en el recreo. Más tarde, como veía que nadie se acercaba, realicé un video de Instagram que explicaba la función de la consejería.

Ese mismo día asistí de manera virtual a una reunión que dictaba el equipo de “Orientación Vocacional Ocupacional: Estamos para acompañarte”. En aquella reunión se habló principalmente de las dudas que tenían las consejeras acerca de cómo llevar a cabo un taller de orientación vocacional. Se habló acerca de los efectos de la pandemia, los

determinantes sociales y económicos a la hora de que los jóvenes se proyectaran y la importancia de guiarlos en esa búsqueda.

El día 22 de septiembre asistí a la consejería. Aquel día se me acercó la profesora PM y me regaló un alfajor diciendo que valoraba el trabajo que hacía con los jóvenes. Más tarde, subí una historia recordándole a los jóvenes que ese día la consejería estaba abierta para ellos. Posteriormente, se acercó un grupo de tres jóvenes a hablar conmigo para pasar el tiempo ya que estaban en hora libre y estaban aburrido. Allí, hablamos acerca del espacio de consejería, quiénes iban, se interesaban por saber de mí, y yo de ellos. Me comentaron acerca de sus relaciones amorosas, de sus familias, de su rendimiento escolar, de lo que les gustaba hacer, de peleas por rivalidad en el fútbol, de lo que les gustaría hacer en un futuro. Luego, hicieron unos comentarios homofóbicos, frente a los cuales intervine diciendo que se debía respetar y aceptar al otro.

Luego, se acercó M2, quien yo pensaba que era la hermana de uno de los jóvenes que estaba se había acercado previamente. Ella me preguntó qué era la ansiedad. Yo le pregunté qué sentía ella y ante qué situaciones. Me comentó que se sentía muy triste por las noches, que se le cerraba el pecho cuando pensaba en que su amiga la había dejado de lado, y hablaba mal de ella con su nuevo grupo. Frente a esto, le expliqué qué era la ansiedad y qué era la angustia; además, le dije que era normal que ella sintiera angustia frente a esa situación que me contaba. Y que, por lo tanto, se concentrara en sus amigos de otros cursos. Allí, me dijo que, si no conseguía amigos ese año en su curso, se cambiaría a sociales. Asimismo, me dijo que en su casa había un buen ambiente familiar y que tenía amigos fuera del colegio.

Más tarde, ese mismo día, nos reunimos en las RAP. Las consejeras comentaron sus casos y yo comenté que no había podido hablar con PJ, por lo que acordamos que sería buena idea pedirle a la preceptora hablar con ella, ya que era necesario aclarar algunas cuestiones para saber cómo acompañarla.

El día 23 de septiembre compartimos un video en las historias de Instagram que hacía referencia al empoderamiento de las mujeres. Luego, nos reunimos con el equipo del contexto sanitario en la clase de PPS. Allí hablamos acerca de la construcción del rol, entre otras cosas.

El día 27 de septiembre asistí a la consejería presencial. Cuando llegué, recibí un mensaje por medio de la cuenta Instagram. Era A, quien solicitaba un consejo para superar su fobia social. La invité a que se acercara al gabinete. Cuando se aproximó, mostraba dificultades para expresar lo que sentía. Por momentos, eso me generaba incomodidad ya que sentía que

pretendía un consejo de mi parte que la hiciera sentir mejor. Me comentó que, en tres días, su familia se mudaría a otra ciudad y que ella se iba a tener que cambiar de colegio, lo cual le generaba muchos nervios. Allí, le pregunté quién le había diagnosticado fobia social, a lo que me respondió que la prima, estudiante de psicología, le había dicho eso. Frente a esto, hablamos de las situaciones en las cuales ella sentía ansiedad, y sus formas de evitarlas. Le dije que no se encasillara en ese diagnóstico, ya que era normal sentir nervios ante tantos cambios. Con respecto a las evitaciones de las situaciones que le generaban ansiedad, le expliqué algunas habilidades que podía tener en cuenta para poder afrontarlas.

Más tarde, a través de la cuenta de Instagram, les recordé que la consejería estaba abierta.

Luego, un joven me preguntó si yo era la psicóloga del colegio. Yo le expliqué que no era psicóloga sino de consejería y le pregunté si quería hablar conmigo. Me dijo que solo quería saber a dónde debía ir cuando lo necesitara.

Asimismo, cambié los carteles de la consejería de lugar así les volvía a llamar la atención.

Aquel día, también compartimos una historia que hacía referencia a no opinar de cuerpos ajenos.

El día 28 de septiembre, en la consejería virtual, realizamos encuestas para conocer cómo se sentían los jóvenes en ese momento del año, cómo era su rendimiento escolar, y los incentivamos a pedir ayuda a la escuela cuando la necesitaran. Al rato, una ex alumna de la escuela, se quejó nuevamente de la organización escolar. Frente a ello, le pasé el mail de la alumna a la coordinadora de curso para que ella se contactara.

El día 29 de septiembre, asistí a la escuela donde me encontré con TR y le pregunté si podía hablar con ella. Allí ella me comentó que nada había cambiado luego de la reunión que habíamos tenido con sus padres, que se seguía sintiendo mal y que había comenzado básquet, pero que no tenía ganas de ir debido a que no se sentía integrada. En aquel momento, frente a su desinterés por relacionarse con sus pares, conversamos acerca de la importancia de relacionarse y del ejercicio físico. Luego, me comentó que la relación con su familia no le hacía bien ya que la seguían insultando. Asimismo, me dijo que no hablaba con nadie acerca de lo que le sucedía y que no había iniciado su tratamiento psicológico. Posteriormente, conversamos

acerca de que la escuela iba a juntar las burbujas de su curso, frente a lo cual, me comentó que en el inicio del 2020 había conocido unas compañeras que le caían bien.

Luego, por una hora y media, debí estar en el pasillo debido a que la coordinadora de curso me pidió prestado el gabinete para otra actividad.

Cuando se desocupó el gabinete, le envié un mensaje convocando a L para que se acercara a la consejería ya que me había dicho que quería hacerlo. Me dijo que el lunes próximo lo haría.

El día 4 de octubre, asistí a la escuela. Allí compartí una historia de Instagram a través de la cual, les recordaba a los jóvenes que la consejería estaba disponible.

Luego, se acercó Q. Allí me comentó que últimamente estaba con ataques de ansiedad intensos y que se había descargado dos aplicaciones en su celular que lo ayudaban a controlarlos. Más tarde, conversamos acerca de su rendimiento escolar, y me comentó que tenía dificultades para concentrarse. Con respecto al tratamiento psicoterapéutico, me comentó que no le volvería a solicitar a su padre que lo llevara hasta después de la operación del padre ya que este estaba muy estresado. Más tarde, le pregunté si había avanzado en la búsqueda de un profesional a lo que me respondió que había buscado a través de Google maps ya que la obra social no los había aceptado debido a que él y su padre tenían sobrepeso.

Con respecto a su sobrepeso, su padre le sugería que hiciera deportes, pero a él no le gustaba. Me comentó que se había reencontrado con una amiga con quien se juntaba a bailar y que eventualmente se juntaba con amigos a jugar al vóley.

Asimismo, me comentó que solía tener pensamientos catastróficos en relación a lo que el padre le fuera a decir y a la salud de sus seres queridos. Argumentó que lo hacía para prepararse para lo peor que pudiera pasar. Además, me contó que cada vez que entraba a su casa debía esconder sus aros y banderas que llevaba puestos; y que cuando se vestía de manera muy masculina, le preguntaban por qué se vestía así.

Más tarde, me contó que otra cosa que le hacía sentir mal era la disforia de género, ya que estaba constantemente pensando en cómo modificar su cuerpo, pero que sus pensamientos terminaban en que, para hacerlo, debía decirle al padre. Frente a ello, le pregunté por qué no le comentaba al padre, a lo que me respondió que no, ya que él estaba con muchas cosas y que lo haría cuando fuera al psicólogo o cuando cumpliera los 18 años para que no pudiera opinar. Luego, me comentó que el padre le había dicho que el buscara un profesional, por lo que

quedamos en que Q llamaría al profesional y coordinaría una reunión junto a su padre, quien quería acompañarlo.

Posteriormente, me comentó otras situaciones en la que ponía a otros por delante y no se ponía de prioridad; por ejemplo: no pedirle al padre cosas que necesitaba ya que siempre había otras cosas que comprar, mostrarse fuerte frente a sus amigos que tenían problemas psicológicos ya que la estaban pasando “mucho peor” que él. En este sentido, hablamos de su cuidado personal, tanto su salud mental, su imagen (es decir, cómo se siente con él mismo), y su cuerpo.

Luego, planteó que quería ir a alguna marcha del orgullo LGBTQ+, pero que no lo dejarían ya que había escuchado varios comentarios despectivos de las marchas. A partir de ello, le propuse llevar a cabo el taller de diversidad a partir de los ejes de la ESI a lo que dijo que sí. Luego, le pregunté si tenía referentes de la comunidad y entre ellos me mencionó a PM, la profesora de filosofía, quien tenía mucha actitud. Comentó que le gustaría tener esa actitud, pero que cuando lo hacía, se daba cuenta que su cuerpo no parecía como el de un varón, entonces se inhibía.

Al rato, me acerqué a la preceptoría para llamar a PJ, la joven que había dicho que la madre no le daba de comer. La preceptora me respondió que PJ no había ido a la escuela y que había habido una “situación” ese jueves y que no sabía si PJ iba a volver a la escuela.

Aquel día, en la consejería virtual, realizamos encuestas para conocer cómo habían comenzado su semana y cómo había estado su fin de semana. Más tarde, subimos un meme que hacía referencia a lo bien que le hacía a los jóvenes ir a la consejería.

El día 5 de octubre, a través de la cuenta de Instagram, realizamos encuestas y compartimos información acerca de salud mental. Allí preguntamos si pedían ayuda cuando estaban mal, con quién hablaban y qué hacían para cuidar su salud mental. En esta línea, compartimos una publicación que hacía referencia a por qué era importante “alzar la voz” y otra que refería a consejos para cuidar la salud mental.

Posteriormente, me comuniqué con la joven que me nos había escrito por medio de la cuenta anónima para realizar un seguimiento. Allí, me comentó que se sentía bien, ya que había algunos días que no le importaba no tener amigos, pero que se estaba acercando a una compañera del colegio. Frente a esto, le remarqué que a veces, el hecho de que no le importara, podía ser una forma de que no le doliera; y que era importante seguir buscando contactos con

otros así no se sentía mal los días que sí le importaba. Asimismo, me comentó que presentaba dificultades para relacionarse, ya que no se le ocurrían temas de conversación, que debía mantener conversaciones que no le interesaban para tener a alguien con quien hablar y que no quería que su compañera supiera sus miedos y debilidades, ya que pensaba que podía usar eso en su contra. Allí conversamos en que quizás su compañera podía estar pasando por algo parecido y que podría preguntarle a ella cómo se sentía al momento de establecer nuevas amistades. Además, le sugerimos algunas herramientas para comunicarse asertivamente con otros. Para finalizar la conversación, se le resaltó que había podido comunicarse muy bien con nosotras, a lo que ella respondió que era más fácil y se sentía más segura haciéndolo estando detrás de una pantalla y en anonimato. A partir de ello, le sugerimos que también podía ser una buena herramienta comunicarse con su compañera a través de WhatsApp o Instagram.

El día 6 de octubre, asistía la escuela. Cuando llegué me encontré con SS, la preceptora y la coordinadora de curso sin decir nada. La coordinadora de curso le ofreció a SS a hablar conmigo y dijo que no. Varias veces me había cruzado con ella ya que era amiga de Q y la coordinadora de curso me había comentado que había tenido varios intentos de suicidio. Luego, otra profesora me dijo que aquel día si había ido PJ que ya la llamaría para que se acercara a la consejería.

Luego, se acercó Q junto a M. Q comentó que no iba a ir a la consejería ya que sabía que SS se sentía mal y porque asistía frecuentemente al dispositivo, pero cuando M lo vio mal lo acompañó hasta allí. Me comentó que estaba muy ansioso ya que cuando llegó a la escuela se enteró que tenía una prueba para la cual, no había estudiado y por lo tanto, no la había realizado. Allí me contó la manera en la que se manifestaba la ansiedad en su cuerpo, el miedo que le provocaba que los otros lo notaran y que lo único en lo que pensaba en esos momentos era en controlar su ansiedad y poder respirar. Posteriormente, pensamos diferentes alternativas que lo ayudaran a mejorar su rendimiento, como pedir ayuda a la profesora, aprovechar los espacios de tutoría, completar sus carpetas, para las cuales tenía excusas. M contribuyó decastrófilizando el hecho de llevarse materias y planteando que las iba a poder rendir bien en diciembre. Más tarde, me comentó que presentaba dificultades para dormir y que en ocasiones presentaba miedos de volver a vivenciar parálisis del sueño.

Después, Q me comentó que contaba con buenos amigos y su relación con ellos. Asimismo, dijo que su novia era muy atenta con él y que ella estaba presentando problemas psicológicos.

Con respecto al tratamiento psicológico, me comentó que no se había animado a pedirle nuevamente al padre ya que estaba muy estresado y porque la abuela le había dicho que no era el momento para hacerlo. Allí hablamos de la importancia de estar acompañado cuando uno se siente mal y que nunca iba a haber un momento perfecto para hacerlo ya que generalmente las personas tienen resistencias para comenzar terapia o que sus hijos comiencen.

Luego, me comentó que aquel día tendría una clase de ESI.

Más tarde, una vez finalizado ese encuentro con Q, me encontré con PA. Allí ella me dijo que necesitaba hablar conmigo ya que había tenido ataques de ansiedad. Allí me comentó que había estado el último mes en cuarentena debido a que había tenido coronavirus y que en ese período había sufrido mucho de ansiedad. Me comentó que eso le sucedía cuando tenía muchas cosas pendientes o durante una prueba. Allí notamos que eso le sucedía por su autoexigencia, por lo tanto, comenzamos a contrastar aquellas creencias catastróficas frente a un examen y para crear otras más realistas y funcionales. Otras situaciones que la ponían ansiosa era cuando se acumulaba mucha gente como por ejemplo en el colectivo o en el curso y lo que las personas pensarán frente a sus ataques de ansiedad. Luego, agregé que otra situación que le desencadenaba ansiedad era su fiesta de 15. Allí le remarqué que es normal un poco de ansiedad en aquellas situaciones, mientras que le permita disfrutar de su fiesta y el proceso. Allí contrastamos nuevamente las creencias que le daban miedo para generar nuevas más realistas y que le permitieran disfrutar de esta etapa.

Posteriormente, PA me comentó que cuando le había mostrado el salón donde iba a realizar su fiesta, al padre, éste le dijo que no asistiría ya que era algo muy lujoso y que no sentía que ese tipo de fiestas fueran para personas de su clase, refiriéndose a su nivel económico. Me contó que esto la puso triste porque quería que su papá estuviera allí bailando el vals con ella. Asimismo, me dijo que, últimamente, el padre había estado bastante ausente ya que hacía como 3 o 4 meses que no la iba a buscar y habían pasado como un mes sin hablar. Este relato me sorprendió ya que encontraba gran diferencia con lo que me había comentado la vez pasada que decía que tenía ganas de agradecerle al padre todo lo que él había hecho por ella. Luego, me dijo que el padrastro dicho que él iba a estar ahí para ella, que obviamente no iba a reemplazarlo, pero la iba a acompañar.

Asimismo, me comentó que durante la cuarentena había bajado siete kilos porque con la pérdida del gusto y con el olor feo que sentía, le daban náuseas y no se sentía bien. Luego, agregó que emocionalmente se sentía bien, que se sentía bien con ella misma, que se quería

más, que se sentía más linda. Seguido de esto me comentó que había cortado con su novio de 3 meses, hacía 15 días atrás, debido a que faltaba confianza y él le hacía escenas de celos todo el tiempo. En un comienzo, pensó que no lo iba a poder superar, pero que estaba bastante bien. Le molestaba que él pudiera superarla tan rápido frente a lo cual hablamos de la importancia de no asumir cómo está el otro y no creer todo lo que está en las redes. Las primeras noches lloró mucho y la madre le preguntó por qué estaba mal y le contó lo que había sucedido. Esto la hizo sentir bien ya que necesitaba apoyo de su madre.

Luego, me dijo me dijo que se estaba llevando re mal con la madre, que se estaban peleando mucho. Al profundizar en las peleas, ella admitió que ella se tomaba a mal las críticas constructivas y que estaba intentando cambiarlo.

Más tarde, me acerqué a la celaduría y le pregunté a la preceptora si había podido decirle a PJ de acercarse a la consejería y me dijo que sí, pero que PJ estaba enojada con el colegio debido a una situación que había sucedido la semana anterior. Me quedé preocupada, pero decidí no volver a insistir si ella no quería ir, y que además ella sabía que la consejería estaba disponible.

Cuando salí de la celaduría, me encontré con la profesora PM quien me comentó que habían tenido una jornada de ESI y me invitó a su siguiente clase. Al rato, pasó por el gabinete, me regaló otro alfajor y me preguntó qué estaba estudiando y en qué año estaba. Yo le comenté que había dejado mis prácticas un año más debido a que los años anteriores fueron muy exigentes para mí y quería disfrutarlas. Me felicitó ya que planteaba que el cuerpo hablaba a susurros y que debíamos escucharlo. En esta línea, hablamos de la dificultad de separar lo que uno mismo siente de lo que otros esperan de nosotros. Ante ello, se preguntaba si su identidad era formada por sí misma, si ella era quién quería ser o si obedecía a lo que los otros querían que ella fuera, si estaba determinada por quienes la rodeaban, por la cultura. Más tarde, hablamos de la importancia de cómo se nombra o se ve a las personas ya que nos constituimos a partir de la mirada del otro. Allí resaltamos la importancia de nuestro rol en la escuela ya que podemos actuar como un factor protector en la salud de los jóvenes al darle el espacio para que ellos se construyan y pidan ayuda si es necesario. Se hizo la hora para la clase y fuimos al curso.

Cuando llegamos, un profesor había dado su clase de ESI a través de preguntas escritas en el pizarrón que los jóvenes debían responder en una hoja escrita, de forma individual. Los jóvenes plantearon que no habían llegado a ninguna conclusión con el otro profesor, por lo

tanto, PM comenzó preguntando qué eran los estereotipos, tema incluido en las preguntas del pizarrón. Los jóvenes plantaron que era una presión social y uno de ellos dijo que si no estuvieran viviríamos en un libre albedrío. PM reconoció su respuesta brillante y lo hizo pasar al frente. Allí le preguntó cuándo terminaba la libertad a lo que respondieron que en el respeto por el otro, para poder convivir en sociedad. Luego, se habló acerca de cuántas sexualidades/identidades de género había a lo que algunos difirieron: unos decían que dos (hombre y mujer) y otros planteaban que muchas. Allí la profesora le dio espacio a la discusión y concluyó en que había tantas sexualidades como personas en el mundo. Luego, preguntó de qué manera podíamos hacer para que no haya más estereotipos que nos prive de decir cómo nos sentimos. Más tarde, surgieron chistes frente a los cuales se reían y uno de ellos cuestionó eso, ya que su compañera decía la teoría pero luego se reía cuando alguien decía que era gay. Asimismo, preguntó si la sexualidad era algo personal o social. Luego de una discusión, la profesora concluyó diciendo que era social hasta que tomábamos conciencia de esto. Posteriormente, la profesora planteó que mostrar la identidad de género que no es la que la sociedad establece, tiene un costo, la soledad, ya que muchas personas se alejan y por lo tanto, debemos decidir entre ser felices o hacer felices a los demás. Para finalizar, realizó un cierre diciendo que la sexualidad es una responsabilidad personal, que nos tenemos que cuidar, que nadie se acuesta con quien no quiere, que no debemos tener hijos porque la sociedad lo dice, que no debemos vestirnos de cierta manera solo porque la sociedad lo establece.

Aquel día, los alumnos habían ido disfrazados para realizar un video tendencia en TikTok.

Después de la consejería, tuvimos la reunión de RAP. Allí debatimos acerca de cómo llevaríamos a cabo el taller de diversidad que había demandado Q. Verónica propuso hacerlo más lúdico, que deban poner el cuerpo para abordar estas temáticas. Las otras consejeras propusieron que ellas irían presencialmente para hacerlo juntas.

Luego, les comenté la situación de TR y Verónica me dijo que ella le hablaría a la coordinadora de curso para que hiciera un seguimiento con la familia, ya que no habían llevado a su hija a un tratamiento psicológico. El resto de las cosas que hablamos con respecto a mi experiencia, fue para poner al día a mis supervisoras, pero me dijeron que estaba bien abordado. Las otras consejeras comentaron sus experiencias también.

El día 10 de octubre, día de la salud mental, compartimos en las historias de la cuenta de Instagram, una publicación informativa.

El día 13 de octubre, asistí a la escuela. Al llegar, vi los pasillos llenos de carteles que habían producido los jóvenes en la jornada de ESI. Más tarde, se acercó PM y me preguntó qué me había parecido el encuentro de ESI a lo que le respondía que me había gustado mucho la modalidad ya que había mucha participación por parte de los jóvenes. Además, planteé que la manera en la que se llevó a cabo la clase con PM hacía que se plasmara lo que sucedía en la sociedad, en donde las personas pensaban diferente. Asimismo, le dije que me había gustado que haya reconocido y valorado de la manera que lo hizo al aporte del joven que hizo pasar al frente. A partir de esto, PM me comentó que pensaba que en cuanto a la enseñanza, ella consideraba que era mejor "nutrirnos mutuamente, más que alimentar".

Luego, me habló acerca de la importancia de poder decidir. Se preguntaba hasta qué punto los jóvenes creaban nuevas raíces o si crecían sobre las familiares. Frente a ello, hablamos de la dificultad de diferenciar lo propio de lo social, ya que estamos determinados socialmente. PM preguntó quién era ese otro que no nos deja decir que no.

Para finalizar, me dijo que le había gustado tenerme en su clase y conocerme.

Aquel día, a través de la consejería virtual, compartimos una historia que tenía como objetivo, deconstruir la creencia de que las personas que sienten mucho no son débiles.

Más tarde, en la RAP, nos comentaron que a fines de octubre finalizarían nuestras prácticas y que comenzáramos a pensar cierres de la consejería. Además, nos dieron la noticia acerca de que el Ministerio de Educación cerraría el Proyecto de Consejería por cuestiones políticas. Allí junto a las consejeras planteamos algunas alternativas para que no se perdiera ese lugar tan importante para los jóvenes. Asimismo, hablamos acerca de cómo llevaríamos a cabo el taller de diversidad.

El día 14 de octubre, nos reunimos junto al equipo del contexto sanitario en la clase de PPS. Allí comenzamos hablando acerca de la novedad del cierre del Proyecto de Consejería, lo cual hizo que nos cuestionáramos qué lugar le estaban dando las políticas públicas a la promoción de salud si se tomaba una decisión como esa. Luego, pensamos los cierres que le podíamos dar a nuestras prácticas. Asimismo, a partir de la experiencia de otro consejero, pensamos que era interesante observar/analizar las tensiones inter e intra institucionales y el rol que nosotros tomábamos ante ellas, que podía involucrar negociaciones, acuerdos, límites, decisiones de tomar o no las demandas de los otros. El ser psicólogo en una institución implica recibir múltiples demandas.

El día 15 de octubre, en la consejería virtual, compartimos una historia que hacía referencia a que los errores no definían a las personas, pero si el aprendizaje. A partir de ello, realizamos encuestas preguntado si se castigaban mucho luego de un error insignificante, si castigarse los ayudaba a sobrellevar la situación y qué pensaban después de cometer un error.

El día 18 de octubre, asistí a la consejería presencial. Allí se acercó Q a hablar y me comentó que se iba a retirar ya que estaba con dolor de panza. Luego, me contó que tres días atrás había llamado a la psicóloga, pero que no iba a poder ir todavía porque al día siguiente operarían al padre y por lo tanto, tendría que esperar hasta que se recuperara. Asimismo, dijo que su padre le había reconocido que haya pedido ayuda cuando lo necesitaba, que en su época era más difícil hacerlo. Más tarde, me comentó que su familia, ante una noticia, expresó que estaba en desacuerdo de que se pudiera poner “sexo neutro” en el DNI. Él planteó que no podía hablar del tema sin salir del closet, por lo tanto, no dio su opinión. En esta línea, comentó una situación en la que al hablar con la hermana se había confundido y había utilizado un pronombre masculino. Ésta, le dijo al padre, quién le dijo que había sido un error grave, que no podía pasar y menos al frente de sus hermanos.

Después Q me dijo que había tenido que reiniciar el contador de días que no se había lastimado los brazos y que se sintió culpable por ello. Por lo tanto, hablamos acerca de que era un proceso, que tuviera en cuenta todos esos días que no lo había hecho, y pensamos nuevas vías para expresar su malestar.

Con respecto al día de la madre, lo festejó en la casa de su padre. Planteó que le había enviado un mensaje a su madre por compromiso ya que creía que la última vez que había visto a su madre había sido un año atrás.

Por otra parte, planteó que no consideraba necesario decir su orientación sexual, y lo mismo podía hacer con la identidad de género ya que podía hacerse cambios y darlos a conocer de esa manera, pero al mismo tiempo, planteó que la cuestión de identidad de género era diferente.

Más tarde, se acercó G, una joven de 6to año. Allí me comentó que en el último año se le habían muerto dos abuelos, había cortado con el novio, la habían internado por Covid-19 y se llevaba muy mal con la madre. Planteó que lo más grave eran las peleas con la madre ya que la despreciaba, no confiaba en ella, pensaba que G no iba a tener un buen futuro y no tenía ningún gesto de cariño con ella. Frente a ello, le dije que debía ver de dónde venían los miedos “de no ser nadie”. Por un lado, entendía el peso que tenían las palabras de su madre, pero que

a su edad uno empezaba a diferenciarse de ellos. Y, por otro lado, con respecto a los miedos propios de la etapa, le dije que podía comenzar a buscar información acerca de las diferentes carreras. Me comentó que le gustaría estudiar para ser martillera inmobiliaria, y que había hablado con varios parientes que trabajan de eso.

Luego, me comentó que su padre la había abandonado cuando la madre se quedó embarazada. Asimismo, me dijo que era la primera vez que hablaba de esto con alguien aparte de sus amigos, ya que cuando iba a tercer grado, había hablado con una profesora quien citó a la madre y se enojó con ella por hacerla quedar mal. Planteó que sus amigos siempre le decían lo mismo, y que necesitaba hablar con un adulto, es por ello que recurrió a la consejería.

Al preguntarle acerca del fallecimiento de sus abuelos, me comentó que ambos eran abuelos del corazón, que uno era uno de los esposos de su abuela materna y el otro, era su bisabuelo, es decir, el abuelo del padre de la hermana, quien había estado presente hasta sus 4 años, y cuando nació su hermana, la abandonó también. Comentó que éste volvió cuando ella tenía 12 años. Allí G me comentó que sus abuelas la habían criado y el amor y la confianza que necesitaba. Resaltó que, gracias a ellas, G había podido terminar la escuela. Por lo tanto, le dije que se apoyara en esos vínculos.

Más tarde, me comentó que tenía un buen rendimiento escolar y que tenía buenos amigos en la escuela.

Además, me comentó que cuando tenía 11 años, tenía ataques en los que se tironeaba la bufanda para ahorcarse. Al finalizar, me dijo que se había sentido muy cómoda en el espacio.

El día 20 de octubre, asistí a la escuela donde se acercó Q. Allí me dijo que se estaba poniendo al día con las materias y que les había pedido ayuda a las profesoras. Me comentó que el día anterior había tenido una discusión con su padre y su abuela debido a que no debía relajarse a esta altura del año, y no le creían que hacía un esfuerzo para hacer sus trabajos. Luego de aquella discusión, se encerró en el baño a llorar y se puso agresivo con él mismo; para evitar eso y tranquilizarse, le habló a dos amigos. Luego, planteó que no creía mucho en las religiones y que siempre que pasaba por una iglesia decía que, si ingresara, lo matarían.

Con respecto al psicólogo, comentó que temía saber cuánta ansiedad tenía, si lo iban a medicar o no, y cómo se tomaría la familia la medicación. En aquel momento, me comentó que le pesaba mucho lo que su familia pensara de él. Ante esto, le dije que era importante poder

diferenciar lo que uno necesita, de lo que los otros piensan y que esto no le cerrara la posibilidad de buscar ayuda en un psicólogo o un psiquiatra si lo necesitaba.

Luego, comentó que cuando era chica había sufrido grooming. Asimismo, me dijo que le tenía miedo y rechazo a las personas de la tercera edad ya que cuando era chica había sido abusada por un amigo de su padre. Q nunca comentó esto a su padre. Mencionó que desde ese entonces, ella comenzó a cambiar su vestimenta a una más masculina, ya que con la ropa de mujer se sentía muy observada por los hombres. Para finalizar, le comenté que quedaban pocas semanas para que terminara la consejería que lo íbamos a estar anunciando en esos días. Allí preguntó si el año siguiente iba a seguir estando la consejería, frente a lo cual, debí explicarle que el Ministerio de Educación quería cerrar este proyecto. Por lo tanto, le envié el link de un formulario que habían enviado desde consejería para juntar firmas y que no cerraran el proyecto. Q se quedó triste, porque realmente contaba con ese espacio.

Aquel día, nos reunimos en las RAP con el equipo de consejería. Allí decidimos que finalizaría mis prácticas el día 3 de noviembre.

El día 21 de octubre, asistimos las tres consejeras a la escuela para realizar el taller acerca de diversidad junto a quinto año sociales, el curso en donde iba Q. El encuentro se llevó a cabo en el patio en donde comenzamos con un juego que consistía en cruzar la línea cuando se sintieran identificados. Las afirmaciones estaban relacionados a la ESI. En un segundo momento, nos sentamos en ronda para conversar, pero Q se sentó en el medio de la ronda. Allí discutimos acerca de lo que consideraban que era la diversidad, si sentían que la escuela era un espacio inclusivo, de qué manera se podía incluir al otro, planteamos y cuestionamos situaciones/prejuicios/estereotipos que vulneren los derechos en relación al género y de qué manera podíamos modificar eso.

El día 25 de octubre asistí a la escuela. Aquel día se acercó SR de 17 años. Estaba muy angustiada y no sabía con quién hablar. Era la hermana de TR. Allí me comentó que la noche anterior se había peleado con la madre y que le había sacado su celular para revisárselo. Frente a esto, ella se escapó de su casa ya que sabía que cuando la madre revisara su celular y encontrara cosas que no quisiera ver, se iba a enojar y la iba a insultar como lo solía hacer. Comentó que en ocasiones le pegaba cachetadas. Aquella noche se había ido a la casa de una amiga y había llamado a su tío. Pero no encontró apoyo allí. Luego, planteó que en su casa era común llamarse por apodos hirientes o que se insultaran, y sabía que eso le estaba haciendo mal a TR. Más tarde, comentó que tanto ella como TR necesitaban realizar un tratamiento

psicoterapéutico y que luego de la reunión de padres, las cosas habían cambiado por una semana, pero todo volvió a la normalidad. Por lo tanto, SR me dijo que consideraba que podía ser una buena opción hablar con sus padres ya que ella no sabía de qué otra manera hacerle entender a la madre que no era la manera de tratarla. Asimismo, me comentó que otros vínculos en los que se podía apoyar era su abuela, pero no la quería preocupar y amigos.

Al rato, se acercó TR quien me dijo que se sentía nerviosa como siempre. Me comentó que había comenzado básquet, lo que cual planteó que era el único lugar que le hacía bien ya que, además, se había hecho dos amigas. Luego, agregó que no sabía si iba a poder seguir yendo ya que el club quedaba lejos de su casa y la madre estaba sobrepasada y ella quería evitar esas situaciones. Frente a ello, resalté la importancia de que ella identificara y sostuviera las cosas que le hacían bien y que en el verano no dejara de ver a sus nuevas amigas. Más tarde, me dijo que en el último tiempo ya no disfrutaba más las cosas que antes sí disfrutaba. Frente a ello, le dije que no se cerrara a no hacerlo, que lo hiciera igual, que quizás se sorprendía de lo que eso podía generar en ella. Me comentó que la noche anterior su hermana se había peleado con la madre y que las cosas estaban tensas en su casa. A partir de ello, me dijo que se sentía culpable por ver a su madre llorar y hacerla renegar. La retaban por el desorden, porque lloraba o no se levantaba de la cama. Frente a ello, le planteé que debía ser paciente con su proceso, porque si encima de sentirse mal, se culpaba y sentía que no merecía todas las cosas que los padres les brindaban, iba a ser aun peor. También me dijo que sentía que no merecía todo lo que los padres le daban. Le pregunté si ella lo sentía o si eso le decían, a lo que me dijo que sí se lo decían, que ella antes no lo creía pero ahora sí.

Luego, le comenté que su hermana se había acercado y que habíamos evaluado la posibilidad de volver a citar a los padres para que fueran a terapia, ya que las dos se veían angustiadas. Al finalizar, le comenté que eran las últimas dos semanas de la consejería y se puso triste al respecto. En este caso, la consejería fue muy importante, ya que a ella le costaba mucho decir lo que le pasaba, no tenía una red de contención, y juntas pudimos ir creando nuevos espacios en los que ella pudiera ampliar su círculo.

Más tarde, vi a TR caminando junto a un grupo de personas, lo cual me puso feliz ya que siempre caminaba sola con el celular, sin mostrar interés por nadie.

Aquel día anunciamos los últimos días de consejería a través de la cuenta de Instagram. L respondió diciendo que pronto se acercaría.

Al día siguiente, subimos una historia en la que pedíamos ayuda para juntar firmas y no cerraran el proyecto de consejería.

El día 27 de octubre, asistí a la escuela. Allí me reuní junto a la coordinadora de curso y coincidimos que era necesario citar a los padres de TR y SR. Más tarde, en el pasillo, me crucé con TR junto a dos amigos, ella se estaba riendo, y me saludó de lejos. Aquel día me acerqué a varios grupos de jóvenes para sacarles fotos con un cartel tapándose la cara para manifestar y evitar el cierre del proyecto de consejería. Allí varios jóvenes y una preceptora me dijeron que era triste que eso sucediera y contribuyeron con su foto.

Luego, me encontré con SR a quien cité para saber cómo habían seguido las cosas en su casa. Me comentó que aquella semana se iba quedar en lo de una amiga ya que era su cumpleaños e iban a festejarlo. Allí, también me comentó que se había quedado pensando en si era buena idea o no citar a la madre ya que cuando la madre se había enterado de que le había hablado al tío, le dijo que era una manipuladora. Yo le dije, que no se preocupara, que la coordinadora de curso iba a citarlos con la excusa de lo que le habían solicitado con TR e iba a ser muy cuidadosa con lo que le dirían.

Con respecto a su relación con TR, me dijo que sentía culpa por no haber estado como hermana más grande para ella cuando lo necesitaba.

El día 28 de octubre, Q nos envió su foto con el cartel y compartió una historia que decía no al cierre de la consejería, la salud mental, es salud.

Aquel día, en la clase de PPS realizamos un cierre de las prácticas y cómo nos habíamos sentido hasta el momento. Allí, surgió cómo nos habíamos sentido en el rol, los aprendizajes que nos brindó el contacto directo con los jóvenes y la perspectiva sanitaria.

El día 29 de octubre, Q se contactó por mensaje directo de Instagram y nos comentó que su madre tenía un amigo periodista, que se contactaría con nosotras para manifestar el cierre de la consejería.

El día primero de noviembre, asistí a la escuela. Aquel día, se acercó un joven y me preguntó que iba a suceder con la consejería porque estaba preocupado debido a que consideraba que ese espacio era necesario para los jóvenes. Luego, pegué un cartel en el que tenían un espacio para que escribieran qué significaba la consejería para ellos.

Posteriormente, se acercó A, allí ella me comentó que estaba mal ya que estaba siendo acosada por el ex novio de una amiga, quien la perseguía y le pedía fotos íntimas, amenazándola. Me dijo que su amiga había hecho una denuncia y que el joven de 16 años estaba en la comisaría. Asimismo, le comentó esto que le estaba sucediendo a su tía quien le dijo que no hiciera nada al respecto ya que en poco tiempo se iría a vivir a otra ciudad. Ante ello, le planteé que lo hablaría con mis supervisoras para saber qué podía hacer ella para resguardarse ante este joven. Mientras tanto le dije que siempre saliera acompañada y que le contara a algún adulto.

Más tarde, me comentó que se había peleado con el padre ya que se había enterado que a ella le gustaba un chico. Esto había comenzado cuando le comentó a los padres que era bisexual y no la aceptaron debido a sus ideologías religiosas. Asimismo, le comentó a la madrina quien le respondió con un discurso de dos caras, pero que decía que siempre la iba a apoyar. Por lo tanto, le dije que se aferrara a esos vínculos que la apoyaban.

Después me comentó que estaba con problemas con la comida, ya que restringía sus comidas y vomitaba luego de ellas. Me dijo que esto le sucedía ya que en repetidas ocasiones su madre había hecho comentarios de su cuerpo. Debido a esto, la tía y la abuela, la querían llevar a un psicólogo, pero los padres pensaban que los psicólogos eran para enfermos mentales. Ante esto, conversamos acerca de que los psicólogos y los psiquiatras no solo eran para los enfermos mentales, si no que te ayudaban a sobrellevar los temas que le angustiaban. Ella sí quería ir a terapia, por lo tanto, pensó que si ella le decía que necesitaba ayuda con su problema con la alimentación, si la iba a llevar a un psicólogo. La madre no sabía que tenía problemas con la alimentación.

Luego, se acercó N. Al joven no se le vieron los ojos en los 40 minutos del encuentro. Llevaba puesto un barbijo, una gorra y capucha. Allí el me comentó que se sentía mal con él mismo, planteaba que no hacía nada bien, odiaba todo de él, sentía que él era horrible y que pensaba en irse a dormir y no despertarse más. Comentó que se haría algunas cirugías estéticas para extraer lunares y granos de su cara. Además, me comentó que, por un tiempo, había sido el mejor del mundo en un videojuego, el cual no quiso especificar ya que le daba vergüenza, peor que un día debido a un problema, no pudo seguir jugando. Por lo tanto, debía encontrar algo que lo hiciera sentir de esa manera, pero no lo encontraba. Frente a esto, me comentó que no veía su futuro y que no iba a ser exitoso en nada, lo cual lo desmotivaba.

Asimismo, N me comentó que pensaba que sus padres no se querían más y que probablemente se iban a separar. El padre estaba sufriendo conflictos en varias áreas de su vida. Posteriormente, me comentó que cuando era niño, sufrió de bullying y que el año anterior su amigo le había hecho cosas horribles. Su amigo, se había grabado simulando un intento de suicidio, pero era mentira, solamente se estaba haciendo la víctima.

Me comentó que no había tenido intentos de suicidio, pero que, si había hecho la mímica, que no se atrevía a hacerlo debido a que tenía miedo de que hubiera vida después de la muerte. A partir de ello, me preguntó si los psicólogos les contaban todo a los padres. Frente a lo cual le dije que solo lo harían si estaba en riesgo. Para finalizar, le dije que como me yo me iba de la escuela, me gustaría que estuviera acompañado de un profesional, por lo tanto le propuse que lo hablara con sus padres y el miércoles hablara conmigo para saber cómo seguía.

Luego, se acercó Q quien me comentó que sentía su ansiedad de forma más intensa y que había bajado 2 kilos en los últimos 10 días por eso. Hablamos nuevamente de la importancia del psicólogo y le propuse que si su padre estaba en recuperación, podrían hacer la primera sesión de forma virtual.

Más tarde, me comentó que había visto a su madre después de mucho tiempo, y que por momentos se sentía enojado. Ella lloraba por todo, con lo cual Q se sentía identificado.

Al finalizar aquel encuentro, vi un mensaje de L que se había comunicado diciendo que quería acercarse. Pero ya se había hecho el horario de salida. Quedamos que se acercaría el último día.

En el camino a la salida me crucé con una profesora quien se había enterado por medio de Q que la consejería cerraría. Ella estaba muy triste ya que dijo que los jóvenes tenían buenas referencias del espacio.

Luego, a la salida le pregunté a la coordinadora de curso si había tenido la reunión con los padres de TR y SR y me dijo que se había olvidado de citarlos.

El día 2 de noviembre, realizamos por medio de la cuenta de Instagram encuestas acerca del consumo problemático en el que los jóvenes debían marcar si las afirmaciones eran mito o realidad.

El día 3 de noviembre, mi último día en la escuela, se me acercaron muchos miembros de la escuela para despedirme con cariño. Aquel día se acercó A nuevamente quien me comentó

que su abuela había conseguido un psicólogo gratuito. También, me dijo que no se había animado contar esto a los padres, pero que si le había comentado a la madre que tenía conflictos con la alimentación. La madre le había dicho que eran cuestiones de la adolescencia a lo que ella le dijo que no, que le pasaba eso debido a sus comentarios acerca de su cuerpo. La madre se disculpó con ella. Luego, me dijo que el joven que la acosaba no había vuelto a aparecer. Y le dije que le pasaría un número de teléfono del Polo de la Mujer en donde ella podría consultar qué podía hacer ante su situación. Finalmente, me comentó que iría a la marcha del orgullo LGBTQ+ junto a su tía y una amiga.

Más tarde, A trajo a su amiga C. C, una joven de 14 años, me comentó que no se sentía bien en su casa. Ella planteaba que quería vestirse linda, salir a bailar y experimentar, pero su mamá no la dejaba hacer nada. Comentó que la madre le revisaba el celular donde había encontrado fotos de ella con su ropa y que las había subido a una aplicación para conseguir pareja. Frente a ello, la madre la juzgaba y temía lo que pensarán los hombres. C planteó que quizás su madre temía que le pasara lo mismo que a ella ya que se había quedado embarazada a los 14 años. La madre le había preguntado si había tenido relaciones, y ella le había dicho que no; pero la madre no le creía. Asimismo, me contó que cuando la madre le había revisado el celular, había encontrado fotos que había subido A que decía que era su amante, frente a lo cual, la amenazó con cambiarla de colegio. C dijo que ella ya sabía que estaba mal ser lesbiana o bisexual, pero que ella no lo era. Era una forma de demostrarse cariño. C pidió que no la cambiaran de colegio ya que ya lo habían hecho repetidas veces; pero que si decidían hacerlo, quería asistir a un colegio pupilo para no estar en su casa durante la semana. Asimismo, su madre tenía una mirada muy machista ya que no le permitía ponerse un short corto frente a su padrastro. Frente a ello, le dije que al experimentar, debía poder identificar cuáles eran los cuidados que debía tener en cuenta a la hora de salir a bailar por ejemplo. Allí mencionamos algunos cuidados, para que tuviera en cuenta. Asimismo, me comentó que le había reclamado a la madre que no le haya enseñado nada acerca de sexualidad y que lo haya tenido que a través de sus amigas.

Con respecto a su historia, me contó que su madre la había tenido a los 14 años con un chico que había conocido en un baile. A su padre biológico, ella lo vio una sola vez cuando ella tenía 6 años. Cada tanto éste le hablaba diciéndole que la quería ver, pero ella no quería abrir esa herida, si ya tenía un padrastro que cumplía ese rol.

Más tarde, se acercó la preceptora de las jóvenes y me preguntó preocupada si debía estar alerta de algo frente a lo que respondí que si hacía falta comunicar algún tema específico, mi supervisora se comunicaría con la coordinadora de curso. Luego, me acerqué a la vicedirectora y le entregué una caja de preservativos que me había entregado consejería. Ella me comentó que se lo entregaría a un profesor que estaba haciendo una campaña.

Posteriormente, Q se acercó a despedirse. Me comentó que ese fin de semana iría a la marcha del orgullo LGBTQ+ junto a M y que le había dicho al padre que iba al centro a comprar un regalo. Me agradeció mucho por el espacio.

Al retirar los carteles, me encontré con un escrito de Q en el cual planteaba la importancia de este espacio en el que se podía hablar libremente y podía ser él mismo. Encontré varios mensajes más del mismo estilo en Instagram.

Aquel día en la RAP, comenté que los casos que habían quedado abiertos fueron: la reunión con los padres de TR y SR, y los casos de N y A, quienes considerábamos que se encontraban en riesgo. Verónica me comentó que se comunicaría con la coordinadora de curso para que le hiciera un seguimiento.

El día 4 de noviembre recibimos un mensaje de una joven que nunca había asistido a la consejería preguntando si íbamos a estar en la escuela. Le comenté que el día anterior había sido el último día de consejería en la escuela, pero que, si necesitaba, podíamos hablar a través de Instagram. Me dijo que no le resultaba cómodo. Me agradeció y no volvió a escribir.

IX. Análisis de la Experiencia

En el presente apartado se realiza un análisis de la experiencia vivida en las prácticas pre profesionales supervisadas realizadas en el año 2021. El mismo está centrado en el análisis de las modalidades de promoción de salud desde el Proyecto de Consejería con jóvenes de una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, en contexto de Covid-19. Para ello, en primer lugar, se describirán las temáticas más recurrentes que se presentaron en el dispositivo de Consejería; por consiguiente, se identificarán los determinantes del proceso salud-enfermedad de estos jóvenes; y, por último, se analizarán las intervenciones que promueven la salud desde el proyecto de Consejería, teniendo en cuenta la modalidad virtual y presencial, grupal e individual, los obstáculos y facilitadores de trabajo.

IX.1. Temáticas Más Recurrentes que se Presentaron en el Dispositivo de Consejería

Tal como se mencionó anteriormente, la consejería es un espacio de escucha especialmente diseñado para que los adolescentes se sientan libres de expresarse. A lo largo de la práctica se han acercado 20 jóvenes de entre 13 y 18 años a comentar lo que les sucedía, de los cuales se realizó un seguimiento de 10 de ellos. En dichas escuchas se han presentado una amplia variedad de temáticas, la mayoría de ellas, relacionadas a la etapa evolutiva en la que se encontraban.

Los temas más recurrentes presentados en la consejería estaban relacionados con la tarea central del período de la adolescencia, definida por Erikson como la búsqueda de la identidad (Gaete, 2015), tarea que implica, como plantea Grassi (2010b), trabajos psíquicos, entre ellos, el desasimio de las figuras parentales, la salida exogámica y heterofamiliar, el hallazgo-creación de objeto y el armado de un proyecto identificador propio. Estos temas se irán desarrollando a lo largo del apartado partiendo de los relatos de los adolescentes.

IX.1.a. Confrontación Generacional. Durante las escuchas, uno de los temas que se presentó repetidamente fue el logro de la autonomía lo cual implica ir separándose de su familia de origen, lo que habitualmente conlleva un grado de conflicto e incluso de rebeldía con sus padres. C, una joven de 13 años, me comentó que no se sentía muy bien en su casa porque la madre la retaba todo el tiempo, no la "dejaba hacer nada", "no me deja salir, ni vestirme linda, ni sacarme fotos" (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 194). Ella creía que la madre no la dejaba mostrarse mucho debido a que tenía miedo de que la hija repitiera su historia. La madre había quedado embarazada a los 14 años. A partir de ello, se puede notar que existen relaciones familiares no resueltas que requieren ser confrontadas por C para poder acceder al reordenamiento identificadorio (Kancyper, 2013).

De esta manera, vemos a C confrontando todo lo que la madre le ordena y aconseja, buscando nuevos parámetros identificatorios, rompiendo ataduras con estilos relacionales previos, creando un estilo personal y original (Trilnik de Merea, 2006):

pero a mí no me va a pasar lo mismo, no soy ella, quiero experimentar, es propio de esta edad (...) Me gustaría ir a un internado, unos de esos colegios al que vas toda la semana y solo ves a tu familia los fines de semana, porque ya me cansé de que me estén cuestionando todo el tiempo (...) yo sé que me mando cagadas, pero no quiero obedecer. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 194)

Otro caso en el que se ve plasmada esta necesidad adolescente de diferenciarse de los padres es en el caso de SR, una joven de 17 años. Ella acudió a la consejería afligida debido a que la madre le había sacado el celular. Frente a esto, ella se escapó de su casa ya que sabía que cuando la madre lo revisara y encontrara cosas que no quisiera ver, se iba a enojar y la iba a insultar como lo solía hacer. La joven marca una distancia entre lo que es suyo y lo que es de la madre: "Ella no entiende que ya tengo 17 años y no me puede seguir revisando el celular, es mi intimidad"(Registro de campo del día 25/10/2021, p. 176). Es relevante destacar que este proceso de desasimio de la autoridad parental es una de las operaciones más necesarias, pero también más dolorosas del desarrollo (Freud, 1909).

Aquella noche, SR se había ido a la casa de una amiga (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 176). Me comentó que eso la distraía de todo lo que estaba pasando en su casa "Mi amiga es de un pueblo, donde están mis otras amigas, que son más grandes y viven solas, así que tengo a donde ir cuando me siento mal." (Registro de campo del día 27/10/2021, p.181)

Aquí podemos observar cómo el grupo de pares cumple un rol muy importante en la vida de esta adolescente ya que la apuntalan en su trabajo de exploración brindándole contención. Winnicott (1986) denominaría a este grupo de amigas como objetos transicionales. Siguiendo con el autor, esta transicionalidad designa una zona intermedia de la experiencia entre realidad y fantasía, entre la intimidad y la relación con el mundo externo, una zona que permite aliviar las tensiones entre lo interno y externo.

IX.1.b. Exploración de Sí Mismo y del Otro. Es por lo mencionado que nos encontramos con adolescentes buscando explorar y experimentar nuevos mundos y encuentros con los otros fuera de lo conocido y familiar. Siguiendo con C, la joven de 13 años, me comentó que:

el fin de semana los padres se habían ido a un baile y la habían dejado cuidando a sus hermanos. Allí ella se vistió con ropa de la madre, se sacó fotos y las subió a una red social para encontrar parejas. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 194)

Asimismo, en una cuenta de Instagram de confesiones de alumnos de la escuela, encontramos entre ellas confesiones como: “Le robé un chape a uno de mi curso” (Registro de campo del día 30/06/2021, p. 54).

Otro caso fue el de un joven de 13 años, quien “me comentó que una joven que pasaba por el pasillo le parecía linda, pero era más chica, era de primer año. También, me dijo que había salido con una joven que estaba sentada cerca nuestro” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 110).

Otra joven de 13 años me dijo: “Necesito un consejo, porque el que me gusta no me da bola” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 111).

En relación a esto, Mario Waserman (2011) considera que a partir del trauma puberal el sujeto está “condenado a explorar”. Esta exigencia exploratoria proviene no sólo de su nuevo cuerpo genitalizado, del que tiene que apropiarse, sino también del medio social que ofrece diferentes modelos y espacios de exploración.

Es así como también nos hemos encontrado con jóvenes vivenciando sus primeras relaciones románticas, las cuales constituyen eventos cruciales en la vida de los seres humanos ya que favorecen el proceso de individuación de los adolescentes y la consolidación de su identidad sexual; ayudando así a que los adolescentes establezcan de manera exitosa su autonomía (Vargas Trujillo y Barrera, 2002).

Siguiendo a Carrizo (2011), el amor en la adolescencia surge en sus primeras manifestaciones, caracterizándose por ser amores “platónicos” o “románticos”. De esta manera, en la cuenta Instagram confesiones del colegio JJP, mencionada anteriormente, nos encontramos con publicaciones como la siguiente: “Que X de 2do sepa que la amo mucho y que nunca la voy a perder” (Registro de campo del día 30/06/2021, p. 54). Asimismo, una joven de 15 años me comentó que estaba saliendo con “su mejor amigo del cual gustaba desde hacía dos años atrás. Recién ese año, su amigo le había dicho que gustaba de ella. Ella parecía contenta al hablar del tema.” (Registro de campo del día 03/11/2021, p.193).

Freud (1978), plantea que, en el hallazgo del objeto de amor, deberá realizarse un adecuado equilibrio entre el amor tierno y el amor sensual. Este equilibrio facilitará la salida a la exogamia, logrando un “reencuentro” con el otro.

Asimismo, les preguntamos a los jóvenes mediante una historia de Instagram “¿Qué es para ustedes el amor en general?”. A lo que un joven respondió “Es según con quien das tu amor, respeto, y todo eso. (...) O sea para qué dar todo y no recibir nada. ¡Tendríamos que ver con qué persona darlo y a quién no! Para mí es eso”; “El amor es felicidad, es contención, en el caso de que te amen, saber que va a haber alguien para vos siempre, en el caso de amar a alguien, saber que vas a estar para esa persona.”. “El amor es como una trinchera que todos tenemos para construir lugares que nos alejen de las cosas feas que vivimos cotidianamente.” (Registro de campo del día 08/09/2021, p. 129).

A partir de lo mencionado por los adolescentes, se puede notar la importancia de los otros del vínculo en la constitución de su identidad. Como plantean Harter y Monsour (1992), los adolescentes toman las diferentes situaciones sociales para explorar y evaluar sus características psicológicas con el fin de descubrir quiénes son realmente y qué tanta consistencia hay entre la manera como se ven a sí mismos y cómo los ven los demás. Al evaluarse se centran en sus valores, creencias y actitudes y en la forma como otros los ven, lo que piensan de ellos y en los efectos que tiene su comportamiento para otros (Harter, 1999).

En el caso de PA, una joven de 14 años, quien acababa de cortar con el novio, también se puede ver cómo las acciones del otro en donde ella se refleja impactan en sus sentimientos y autoestima: “sentía que se me iba a caer el mundo y que iba a estar re mal”, pero me dijo que dentro de todo, estaba bastante bien, lo único que le afligía era que el chico la había superado rápido” (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 155).

IX.1.c. Identidad de Género/ Orientación Sexual. Asimismo, nos encontramos con jóvenes, que además de estar en esta búsqueda de su identidad personal, como ya se mencionó, están definiendo su identidad de género. El primer día que fui de consejera a la escuela la preceptora me comentó que “en primero y segundo año había casos de personas transgénero, que quizás necesitaban sentirse comprendidos por alguien.” (Registro de campo del día 23/08/2021, p.97). Luego, me encontré con M, un joven de 16 años que estaba atravesando su transición de género. M se identificaba como hombre lo cual no coincidía con su sexo asignado (femenino). Esta transición implicaba un sentir profundo que abarcaba vivencias internas y personales en torno al género. En una oportunidad un amigo cercano de M me comentó que M había tenido “depresión e intentos de suicidio” (Registro de campo del día 4/10/2021, p. 144). Siguiendo a Del Águila Molina (2021) “esta población, particularmente las personas que fueron asignadas como mujeres al nacer, conviven con mayores problemas de salud mental, depresión, autolesiones, tendencias suicidas,” (p.29) “debido a los diferentes problemas procedentes de la

discriminación y presión social con la cual conviven” (p.28). En relación a lo mencionado, M se acercó afligido debido a que hacía un tiempo se había comenzado a identificar con el nombre M (nombre masculino) y quería que los profesores y sus compañeros lo llamaran M pero no se animaba a decirlo ya que tenía compañeros que hacían comentarios homofóbicos (Registro de campo del día 23/08/2021, p.97).

También, se acercó Q a la consejería. El primer día vi que Q, llevaba puesto un pin bordado por él mismo que decía: “My name is Q. They/he/she”. Allí comentó que su nombre era inventado por él, y que había hecho ese pin para que los otros supieran cómo llamarlo. Al mostrar lo que decía debajo, comentó que “they” en inglés es el pronombre usado para referirse a una persona cuya identidad de género no es binaria, “he” es el pronombre en inglés para referirse al género masculino y “she” es el pronombre para referirse al género femenino. Con esto, él planteó que era género fluido. En la mayoría del tiempo hablaba de sí mismo con pronombres que refieren al género masculino (Registro de campo del día 23/08/2021, p.97); por otros momentos se identificaba como mujer; un día dijo: “decidí ponerme anillos y aros para sentirme más linda”.” (Registro de campo del día 20/10/2021, p. 170). Y en otras ocasiones no se identificaba con ningún género. Con respecto al lenguaje inclusivo, que suele utilizar esta población, es decir, un lenguaje que no otorga feminidad o masculinidad al referirse a su persona, reemplazando la letra que carga de género a una palabra con una “x” o “e” (CONAPRED, 2016, como se citó en Del Águila Molina, 2021); Q planteó que no se sentía cómodo utilizándolo debido a que sentía que la sociedad lo utilizaba de forma “burlona”, pero que la mayoría de las veces se sentía cómodo con el pronombre masculino (Registro de campo del día 23/08/2021, p.97).

Otra de las cuestiones que presentó Q fue la disforia de género, lo que hace referencia a un “padecimiento caracterizado por el malestar que produce el sentimiento persistente de incongruencia con el género asignado al nacer” (Jiménez López et al., 2017). Q, muchas veces se ponía a pensar en cómo cambiar su cuerpo a uno más masculino: ponerse una faja que disimule sus senos, o inyectarse testosterona de a poco para hacer un cambio gradual (Registro de campo del día 04/10/2021, p. 143)

En este camino de autoconocimiento y conocimiento de los demás, nos encontramos con jóvenes también experimentando en su sexualidad y, por lo tanto, otro tema recurrente en la consejería fue la cuestión de la orientación sexual. Se han acercado varios jóvenes con la necesidad de hablar acerca de este tema debido a que están atravesando una etapa, denominada por Lerand et al. (2007 como se citó en Corona y Funes, 2015), la etapa de la asunción de

identidad, momento en el cual el joven ya no se encuentra confundido respecto a su identidad sexual y comienza a compartirlo con otros, generalmente con amigos cercanos, y en este caso en la consejería, antes que con sus padres. Se le conoce como “salir del clóset”. Muchas veces, no es una tarea fácil debido a que se sienten discriminados y marginados.

Consecuentemente, Q también comentó que era pansexual, es decir que tenía atracción sexual, romántica o emocional hacia otras personas independientemente de su sexo o identidad de género. Cuando él le contó al padre, le respondió que era una cuestión de la etapa que estaba viviendo y que ya se le pasaría (Registro de campo del día 23/08/2021, p.97). Asimismo, A, también recurrió a la consejería debido a que había tenido una discusión con sus padres debido a que les había comentado que era los padres no la aceptaban, planteaban que “no estaba bien” y que no lo permitirían (Registro de campo del día 1/11/2021, p.185).

IX.1.d. Emociones. Otro tema que se presentó de forma recurrente en la consejería fueron las emociones. Los jóvenes se acercaban cuando se sentían sobrepasados y no sabían cómo manejar o calmar algunas sensaciones que les generaban sus emociones. Pérez Díaz y Guerra Morales (2014) plantean que las emociones displacenteras (como la ansiedad, la tristeza y la ira) presentan un contenido desagradable, y que pueden ser causadas por afectaciones de una meta, ante amenazas o pérdidas. “En su base, pueden encontrarse valoraciones inadecuadas acerca de la situación y los recursos que posee la persona para afrontarla.” (p.370).

Uno de los jóvenes que se presentó con grandes inquietudes con respecto a la ansiedad fue Q, quien, en el primer encuentro virtual, planteó que:

el día que fuera al psicólogo iba a llevarle una lista de todas las cosas que tenía: Por un lado, planteó que sufría de ataques de pánico, (...) y ataques de ansiedad. Luego, dijo que también era muy perfeccionista, que sufría de hiperactividad por lo que nos mostraba que estaba constantemente con un lápiz, o un juguete para la ansiedad y que además pensaba mucho. (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 76)

También, me comentó que solía tener pensamientos catastróficos ya que siempre se imaginaba lo peor que podía pasar. Si el padre lo llamaba, pensaba: “se dió cuenta de esto...”, “hice mal esto...”. Asimismo, cuando pensaba en decirle al padre que era género fluido, pensaba en los peores escenarios, así podía estar preparado si algo malo pasaba. Por otro lado, pensaba todo el tiempo qué pasaría si uno de sus seres queridos muriera. (Registro de campo del día 04/10/2021, p. 143).

Otra situación que desencadenaba ansiedad en Q era su rendimiento en la escuela. Mencionó en varias ocasiones que cuando era más chico era “chico diez en la escuela” y que desde que tenía tantas cosas en su cabeza tenía dificultad para concentrarse. Un día se acercó a la consejería y

me comentó con lágrimas en los ojos que estaba muy ansioso porque había llegado al colegio y se había enterado que tenía una prueba de matemática, la cual, debido a sus faltas de atención y las cosas que tenía en la cabeza, no había registrado que la iba a tener. Cuando la profesora le dió el examen, Q le dijo que no la iba a hacer porque no se sentía preparado y la profesora le dijo, en otras palabras, que ya sabía que no la iba a hacer. Eso hizo sentir mal a Q. (...) Me dijo que solo intentaba controlar su ansiedad y pensaba en poder respirar. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 150)

En relación a lo expuesto, Osuna López (2012) menciona en su estudio que, en la etapa de la adolescencia, donde se presentan cambios significativos a nivel social, cognitivo, emocional y fisiológico, como estaba transitando Q, el desempeño académico puede estar influido por sus cambios emocionales.

Además, Q convivía gran parte de su tiempo con ansiedad a tal punto que un día “se acercó a la consejería y dijo que se sentía bien, un poco mejor, pero que no sabía cómo sentirse cuando no se sentía mal.” (Registro de campo del día 06/09/2021, p. 117). La ansiedad que Q experimentaba fue un tema al que se le prestó especial atención durante la práctica ya que, si bien todas las emociones tienen una función adaptativa, la persistencia y la intensidad de las mismas pueden comprometer el funcionamiento del adolescente (Pérez Díaz y Guerra Morales, 2014).

Por otra parte, PA comentó lo siguiente en una de las escuchas: “Me agarraron 3 ataques de ansiedad últimamente”. Planteó que esto le sucedía cuando:

tenía muchas cosas pendientes, que una vez le pasó cuando estaba comiendo y sabía que tenía que lavar los platos y se puso nerviosa, comenzó a temblar y se tuvo que ir a acostar para tranquilizarse. Otro ataque de ansiedad, le dió el día anterior durante un trabajo de física ya que no había completado una pregunta. La profesora notó que ella estaba mal, por lo tanto, le dijo que no se preocupara, que hiciera lo que pudiera, que le iba a corregir el trabajo de todas formas. Me dijo que llegó un momento en el que ya no podía ni pensar. Luego, comentó que cuando estaba en el colectivo o entre mucha gente, sentía que le iba a agarrar un ataque de pánico, que no podía respirar, por lo que se llevaba una botellita de jugo y saboreaba el gusto mientras intentaba respirar aire y tranquilizarse. “Generalmente lo logro, pero tengo mucho miedo a que me agarre un

ataque de pánico”. También, le pasaba esto en el curso, por lo cual se sentaba al lado de una ventana donde podía respirar y mirar hacia afuera. Asimismo, comentó que tenía miedo a que los otros la vieran durante el ataque de ansiedad “aunque yo sé que nadie me va a dejar de querer por eso, pero me da mucha vergüenza que me vean así”. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 153)

Otro caso que se presentó fue el de A, una joven de tercer año, quien ella misma expresaba que tenía fobia social:

Ella se mostraba tímida, se tapaba sus manos con el buzo y cuando entró al espacio de consejería se quedó parada y callada (...). Luego, le pregunté qué le estaba pasando y ella me dijo que tenía fobia social y que el jueves se debía mudar de ciudad y cambiar de colegio, lo cual la ponía muy nerviosa. (...) En primer año a ella le había agarrado un ataque de pánico. Me contó que tenía que pasar a dar una exposición oral al frente del curso, para la cual ella sí había estudiado, pero se puso muy nerviosa y tuvo un ataque de pánico. Le pregunté cómo se había sentido en ese momento (...) Me dijo que ella no se acordaba cómo se había sentido, pero que una amiga que estaba allí dijo que se había puesto roja, temblaba, lloraba, y tuvo que salir del curso para relajarse. (Registro de campo del día 27/09/2021, p. 137)

Luego, le pregunté acerca de sus amistades en el colegio, cómo se sentía allí y ella dijo que se sentía bien, pero que a veces había situaciones en las que se quedaba sola frente a mucha gente desconocida o en su curso y se ponía muy incómoda. Allí le pregunté "¿qué haces ante las situaciones en las que te quedas sola en el cole?" y me dijo que se iba al baño. A partir de esto, le pregunté si ella tenía que recurrir muchas veces al baño en la semana por esta incomodidad social y me dijo que sí, que siempre que se quedaba sola, se iba al baño. (Registro de campo del día 27/09/2021, p. 138)

TR, por su parte, describía que sentía una sensación de nerviosismo constante. Cuando le preguntaba cómo estaba, ella respondía: “nerviosa como siempre” (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 113). Cuando le pedía que me explicara lo que le pasaba, ella planteaba que era algo general: “¿viste cuando eras chiquita y te ponías muy nerviosa por una prueba? Bueno, me siento así todo el tiempo. Como si algo malo estuviera pasando” (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 113).

Asimismo, se acercó M2 preguntando “¿Qué es la ansiedad? ¿Cómo es la ansiedad?”; ella sentía que tenía ansiedad. Y yo le pregunté "¿qué es lo que vos sentís, por qué sentís que

tenés ansiedad?" y ella me dijo que cuando se ponía muy triste se le cerraba y le dolía el pecho" (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135).

Luego de haber comentado de la situación de violencia en su familia, V "cuenta que sufría de ataques de nervios. Que cuando se ponía muy nerviosa, le temblaban las manos, se le ponían los ojos morados, lloraba y si llegaba a su límite, se desmayaba. También, me comentó que había momentos en los que se quedaba tildada, es decir, con la mirada en un punto fijo, sin pensar en nada, y que de repente su cuerpo se contraía y reaccionaba. Me dijo que se había hecho estudios médicos por estas cuestiones, que habían dado bien, y que por lo tanto temía que fuera un problema psicológico. Me comentó que temía que le dieran esos ataques en su curso, que no los supiera controlar." (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 112)

Como plantean Pérez Díaz y Guerra Morales (2014) todas las emociones encierran un potencial, tanto de riesgo como de protección. Por lo tanto, durante la práctica se prestó especial atención a aquellos adolescentes que experimentaban, las denominadas negativas, con elevados niveles de intensidad y de forma persistente ya que "son las que presentan mayor tendencia a ocasionar daños en la salud y el bienestar de las personas, bajo determinadas condiciones" (p. 370).

IX.1.e. Autolesiones e Intentos de Suicidio. Además, se nos han presentado algunos casos que afirmaban haberse autolesionado.

Siguiendo el caso de Q, él planteaba que:

en varias oportunidades había sufrido ataques de pánico y ataques de ansiedad en los que se rascaba los brazos y se lastimaba. Me contó que en una oportunidad llamó a una línea de emergencia en la que lo ayudaron a calmarse y le comentaron que él se lastimaba para sentir físicamente un dolor emocional. (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 105)

Asimismo, mencionó que "se sentía muy culpable por haber hecho eso ya que sabía que no estaba bien hacerlo, pero que le salía impulsivamente." (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 167). También, comentó que luego de una discusión familiar "se escondió en el baño de su casa a llorar, se tapó la cara con una toalla para que nadie lo escuchara (...) tenía ganas de rasguñarse y se puso muy agresivo." (Registro de campo del día 20/10/2021, p. 170).

Por otro lado, G, una joven de sexto año, comentó que cuando tenía 11 años le pasaba algo parecido:

le agarraban unos ataques en los que ella se tironeaba con la bufanda para ahorcarse y que no lo terminaba haciendo porque su hermana estaba en el mismo cuarto y porque una parte de ella no lo quería hacer, pero comentó que era una impulsividad, una necesidad. (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 170)

Un aspecto importante a destacar de Q y G, es la intencionalidad de su conducta. Por un lado, Q menciona que “se sentía muy culpable” y G menciona que “una parte de ella no lo quería hacer” y lo hacían por una “impulsividad, una necesidad.”. Sarmiento et al. (2019) explican que esto sucede cuando los adolescentes “no pueden hacer frente de manera eficiente a sus emociones, se les dificulta regular de forma efectiva las conductas impulsivas, presentan incapacidad de planeación y de hacer extensivos sus problemas” (p.3). Es entonces, por medio de la autolesión que encuentran la forma de reducir su experiencia emocional negativa, produciendo un alivio temporal del sufrimiento emocional, a costa de lesiones, secuelas físicas y psicológicas a corto y largo plazo. Es por ello, que los autores mencionan que la autolesión no suicida “cumple un amplio espectro de funciones para quien lo realiza, ya sea interpersonales (castigo hacia otros, comunicación del nivel de estrés) e intrapersonales (regulación de emociones, autocastigo)” (p.3).

Desde la perspectiva psicoanalítica, se plantea que estas conductas también remiten a motivaciones inconscientes que se resuelven en una reacción que descarga la tensión. En otras palabras, la puesta en acto reemplaza la imposibilidad de ponerlo en palabras. En esta línea, la dificultad de pensar el acontecimiento, provoca que el cuerpo sea puesto por delante. Los psicoanalistas hablan entonces de pasaje al acto. (Jabès, s/f).

En otra instancia, se acercó TR, quien decía estar todo el tiempo nerviosa. Cuando comencé a indagar acerca de sus relaciones me comentó que:

“no tenía amigos en la escuela y que no le caían bien. Luego, le pregunté acerca de su familia y me dijo que eran una familia grande, de 5 hermanos y sus dos papás, que no se llevaban muy bien entre ellos, que la insultaban: (...) le decían "enfermita mental", "suicida". Le pregunté (...) sí ella había tenido algún intento y me dijo que sí, (...) hacía unos meses.” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 109).

En un encuentro que tuvimos con la coordinadora de curso de la escuela,

“se le preguntó cómo quiso suicidarse y ella le dijo que había intentado cortarse las venas pero que después sintió culpa. A lo que la coordinadora le respondió que si ella sentía culpa, se arrepentía, significaba que tenía un poco de ganas de vivir y TR

respondió que no, que ella estaba segura de que no tenía ganas de vivir. La coordinadora, le pidió que le explicara, y TR respondió que estaba cansada de que todos los días fueran iguales y que le costaba levantarse. Frente a esto, la coordinadora le dijo que si ella había sentido culpa, que si había venido a pedir ayuda a la consejería, que había algo que estaba diciendo, "bueno, ayúdenme porque ya sola no puedo"" (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 113)

En este caso, a diferencia de Q y G, TR afirmaba que ya no tenía ganas de seguir viviendo. Lukas (2001) plantea que esto que está sintiendo TR, expresa "la falta de sentido de la vida", lo cual da lugar a un vacío existencial y desesperanza, remitiendo a un estado de ánimo, sentimientos, expectativas sobre el futuro caracterizados por la apatía, cansancio, falta de ilusión, sensación de inutilidad de la vida, fatalismo y desorientación existencial, pudiendo llevar a la comisión de suicidio. El riesgo de cometer suicidio se incrementa notablemente cuando se experimenta vacío existencial, tanto más cuanto más sinsentido resulta la propia existencia.

Además de la desesperanza y las conductas auto agresivas, TR sufrió una serie de cambios conductuales que también se pueden identificar como posibles precursores de una tentativa de suicidio. Entre ellos, los padres notaban un deterioro en su conducta social, abulia, apatía, insomnio y lo expresaron de la siguiente manera:

La madre dijo que seguramente ella se sentía muy mal como para acercarse a mí ya que a TR le costaba mucho hablar. En la casa se la pasaba con el celular, no hablaba con nadie, no le interesaba nada, no salía de la cama, no quería ir al colegio, se dormía muy tarde, y ya no salía con amigas. (Registro de campo del día 06/09/2021, p. 121)

Asimismo, TR confesó lo siguiente: "hace poco me di cuenta de que ya no disfruto cosas que antes si disfrutaba" (...) "antes disfrutaba ir al parque con mi familia, pero ahora ya no lo disfruto de la misma manera" (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 177).

También, me dijo que sentía que no merecía todo lo que los padres le daban. Allí yo le pregunté si ella lo sentía o si los padres le decían eso. A lo que me dijo que sí se lo decían y que antes ella no lo creía, pero ahora sí creía que no se merecía las cosas que ellos le daban. (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 178)

Otro joven que se presentó en la consejería con el vacío existencial y desesperanza, fue N, a quien "no se le vió la cara ni los ojos en los 40 minutos que estuvimos hablando. Llevaba

puesto un barbijo, gorra y capucha.” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 186). Cuando le pregunté el motivo de venir a verme, respondió:

lo que me pasa es que me siento mal conmigo mismo, últimamente no hago nada bien, me miro al espejo y no hay nada nada que me guste de mí. Soy horrible. A veces pienso en que me quiero ir a dormir y no despertarme más. (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 186)

Me dijo que se había convertido en lo que nunca quiso ser, que odiaba su personalidad, su cuerpo y su cara. (...) Con respecto a su personalidad, me comentó que por momentos era muy creído, pero que en realidad no se lo creía. Asimismo, me confesó que en varias ocasiones él quería tener la razón y discutía con las personas. (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 187)

Al ver su elevado grado de malestar, le pregunté si él había tenido algún intento de suicidio; a lo que me respondió que no, que solo había agarrado un cuchillo y había hecho la mímica, pero no podía hacerlo porque: "no sé qué hay después de la muerte... ¿Y si tengo que vivir después de la muerte? va a ser aún peor. Simplemente quiero dormirme y no despertarme nunca más". (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 187)

IX.1.f. Proyecto a Futuro. En este tiempo de exploración que es la adolescencia, también es de gran importancia la elección vocacional, la cual forma parte de la “elección del ser” (Waserman, 2011, p. 55). De esta manera, el tema de *qué querían ser cuando terminaran la escuela* se presentó frecuentemente. Por ejemplo, un joven de 16 años me comentó que quería “ser doctor” y estudiar medicina (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135). Es a partir de esto que Alain Baubion-Broye y Violette Hajjar (1998) plantean que, en estas transiciones psicosociales, las personas reestructuran las representaciones de sí y del mundo desde un rol activo y constructor de sus propios cambios y los de las estructuras sociales. Asimismo, plantean que se producen actividades de resocialización que plantean reconstruir las interacciones de sí con el entorno y consigo mismo, dando lugar a cambios identitarios.

Es así como vemos a una joven de 14 años comenzando a crear su proyecto de vida: “Comentó que le encantaba la medicina y quería seguir esa carrera. Además, contó que ya estaba haciendo un curso de inglés y uno de medicina ya que se quiere ir a estudiar a Seattle, Estados Unidos.” (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 104). Guichard, J. (1995), define a la noción de “proyecto” como la acción de “lanzar hacia adelante”. Asimismo, plantea que ese futuro al que apunta la acción es el que da sentido al presente y al pasado.

Además, Pineda (2009), conceptualiza el proyecto personal de vida como:

una estrategia, un conjunto de posibilidades que nos ofrecen la pauta para abrir nuevos caminos, alternativas y situaciones para nuestro crecimiento integral. Es un instrumento que nos ayuda a entender el ‘por qué’ y el ‘para qué’ de nuestra existencia, ayudándonos a comprender quiénes somos, cómo somos y hacia donde vamos. Nos permite, simultáneamente, el establecimiento de metas a corto, mediano y largo plazo en las diferentes áreas de nuestras vidas (Pineda, 2009, pp. 5-6).

En este proceso de construcción de un proyecto de vida, vemos a jóvenes conociéndose a sí mismos y explorando sus intereses. L, una joven de 15 años, me comentó: “La psicología es tan hermosa, me parece súper importante, por eso me encantaría hacer la carrera” (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 74). Asimismo, A, una joven de 17 años, planteó: “Me gusta hacer muchas cosas como cocinar (me gusta mucho) y quisiera hacer un curso de uñas o confección de ropa porque me gusta mucho lo que es el diseño.” (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 89). Luego, A agregó: “o me gustaría trabajar de cualquier cosa, me gustaría ser independiente en ese sentido” (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 89), demostrando que esta planificación del futuro exige un cambio de perspectiva en la que los jóvenes van desarrollando iniciativa y autonomía, reorganizando el “sistema de sí” (Hein Kohut, 1990, como se citó en Aisenson et al. 2007).

Asimismo, a lo largo de la práctica se reveló que durante esta etapa intervienen procesos identificatorios con figuras significativas (Fernandez Moujan (s.f.), como se citó en Pássera y Peralta, 2014). Es así como vemos a jóvenes interesados por seguir lo mismo que sus familiares: “S planteó que le gustaría estudiar derecho, a lo que le preguntamos qué área le gustaba y ella respondió que su familia, que eran abogados, le decían que era mejor el área familiar, pero que a ella le gustaba penal.” (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 74). También, G, una joven de 17 años, “Me comentó que le gustaría estudiar para ser martillera inmobiliaria, y que había hablado con varios parientes que trabajaban de eso.” (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 168)

Además, este proceso puede ser obstaculizado por vínculos: Siguiendo el caso de G, comentó que “el hecho de que la madre le dijera "no vas a ser nadie" sumado a los miedos propios de la etapa, la angustiaban mucho por el miedo a "terminar siendo nadie" o a equivocarse.” (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 168). Kohut (1990 citado en Aisenson et al, 2007) planteó que existía una relación entre la capacidad de “empatía de las primeras figuras parentales” y la posibilidad de constituir un “sí” coherente e integrado y desarrollar un sentimiento de valorización personal, así como valores y proyectos propios.

Otro caso en el que se puede identificar la incidencia del reconocimiento social en la constitución de su identidad y de su vocación, es el caso de N, un joven de 16 años que me comentó:

“que por un tiempo él había sido el mejor del mundo en un videojuego; le pregunté en cuál y me dijo que le daba vergüenza decirlo. Luego, me dijo que, por un problema, no pudo seguir jugando y que ya no era el mejor del mundo en nada, que tenía que volver a encontrar algo que lo hiciera sentir así, pero no lo encontraba. Con respecto a esto, me comentó que no veía el futuro, y que "siento que no voy a poder ser exitoso en nada", lo cual lo desmotivaba.” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 186).

El autor Hein Kohut (1990, citado en Aisenson et. al, 2007) observó que los jóvenes cuando finalizan la escuela media, deben hacer frente a exigencias internas y externas para alcanzar los objetivos e ideales propios ligados a sus propios proyectos. Esas exigencias ponen a prueba tanto “la estima de sí” como la confirmación de su “valor”. Es de esa manera en la que vemos a N que se evalúa a partir de sus propios ideales y exigencias de “tener que ser el mejor del mundo en algo”. Claudia Messing (2009) llama esto una “hiperexigencia y temor al fracaso”, en donde “no existe el permiso para poder equivocarse”, donde no está haciendo una apuesta para explorar un camino y sentir cómo se siente, sino que tiene que saber y elegir “la opción” que, en este caso, lo haga “ser exitoso”, lo haga sentir “el mejor del mundo”.

En esta línea, se puede identificar la baja autoestima de N, es decir, la valoración negativa que hace de sí mismo. Pérez Villalobos (2019), define a la autoestima como la predisposición a saberse apto para la vida y para satisfacer las propias necesidades, el sentirse competente para afrontar los desafíos que van apareciendo y merecedor de felicidad. Es por ello, que Rodríguez Naranjo y Caño González (2012) plantean que cuando los jóvenes con menor autoestima experimentan fracaso en áreas que son relevantes para su autoestima, llevan a cabo un afrontamiento menos eficaz, tendiendo a sobre generalizar los fracasos, como lo vemos en N.

IX.2. Determinantes Culturales y Sociales del Proceso Salud-Enfermedad de los Jóvenes de una Escuela Secundaria Estatal de Córdoba

En este apartado, se analizarán los determinantes sociales de la salud presentes en algunos jóvenes de la escuela en donde se llevó a cabo el proyecto de Consejería.

Como bien sabemos, desde la perspectiva sanitaria se define el proceso salud-enfermedad como un proceso dinámico y variable de equilibrio y desequilibrio entre el organismo humano y su ambiente, haciendo notable la influencia de las relaciones humanas, económicas y sociales (Morales Calatayud, 1997).

Aquí nos detendremos a identificar los determinantes sociales, es decir, la manera en la que el orden de valores y normas en la sociedad influye sobre la salud y el bienestar de los jóvenes (Moiso, 2007).

Para comenzar, resulta relevante presentar la reflexión de una docente de sociología de la escuela. PM era una mujer transgénero, lo cual hizo que tuviera que cuestionar ciertos mandatos sociales que la oprimían para así poder mostrarse libremente. Planteó que:

Escucharse a uno mismo era difícil ya que a veces, en vez de hacerlo, escuchaba a la sociedad. Con respecto a ello, siempre se preguntaba si su identidad era formada por sí misma; si ella *era* quien quería *ser* o si obedecía a lo que los otros querían que ella fuera, si estaba determinada por quienes la rodeaban, por la cultura. Más tarde, hablamos de la importancia de cómo se nombra o se ve a las personas ya que nos constituimos a partir de la mirada del otro. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 156)

IX.2.a. Desigualdad de Género. Entre los determinantes sociales de la salud que se pudieron identificar en los relatos de varios de los jóvenes, encontramos la categoría “género” ya que se ha demostrado que la construcción social de lo femenino y lo masculino determina diferencias en el ejercicio del poder y en las posiciones de las mujeres y los hombres en los espacios de interacción social, lo cual se traduce en desigualdades en las relaciones, las jerarquías, los privilegios y en el acceso y control de los recursos por razones de sexo (Alfonso Rodríguez, 2010). Entre dichas construcciones sociales, Lozano Verduzco y Rocha Sánchez (2011) definen a la “masculinidad hegemónica”:

como una serie de estructuras sociales, ideológicas, políticas, económicas, familiares e individuales que regulan, entre otras cosas, las relaciones entre personas. En ese sentido, la masculinidad hegemónica ejerce violencia, discriminación y rechazo con

todo aquello que se relacione con la feminidad, en tanto tiene que ver con una supraordinación de lo masculino sobre lo femenino. Esta violencia se ejerce tanto en contra de las mujeres como contra aquello que se percibe como femenino, incluyendo a la comunidad homosexual. (p. 101)

Es por ello, que en los relatos podemos detectar cómo las mujeres presentan desventaja social con respecto a los hombres, solo por pertenecer al sexo femenino. “En el área de la salud, el género ha posibilitado rastrear indicadores de salud, perfiles diferenciados de enfermedad por sexo y, mucho más claramente, en las estadísticas de salud las causas de muerte por sexo” (Alfonso Rodríguez, 2010, p.36).

Esto se veía reflejado en los movimientos que realizaban las jóvenes en la escuela en búsqueda de igualdad de género. En los pasillos de la escuela habían colgado carteles que decían: “Queremos ser libres y que nos respeten porque es nuestro derecho”; “Lo que nosotras tenemos que aprender es que nadie nos da poder, solo debemos tomarlo”; “Mujeres por la igualdad y el reconocimiento de los derechos”; “Todos somos iguales y a todos nos tendrían que pagar igual por el mismo trabajo” (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 102).

Asimismo, se puede identificar la desventaja social que corren las mujeres en el relato de C, quien sufría de comentarios machistas en su propia casa. C comentó que cuando usaba pantalones cortos en su casa, la madre le decía: “¿qué hacés así?, ¿No ves que hay hombres en la casa?”, a lo que C le respondía: “pero mi papá no me vé con esos ojos.” (Registro del día 03/11/2021, p. 194).

Luego, comentó que el fin de semana los padres se habían ido a un baile y la habían dejado cuidando a sus hermanos. Allí ella se vistió con ropa de la madre, se sacó fotos y las subió a una red social para encontrar parejas. Al día siguiente, la madre le revisó el celular, encontró las fotos y le dijo: “sos una caliente”, “es peligroso, los chicos van a pensar que sos una puta”. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 194)

A partir de esto, podemos ver cómo nuestra cultura ha sexualizado la imagen de la mujer. Esta cosificación, en la que las mujeres son tratadas como cosas en lugar de personas y son objetivadas a partir de la imagen de su cuerpo, afecta la autoestima de las jóvenes (Villa Hernández, 2020).

IX.2.a.i. Violencia de Género. De esta situación de desigualdad estructural en que se encuentran las mujeres en nuestra sociedad, también se deriva la violencia de género.

PL comenzó a hablar parada. Venía a hablar acerca de un caso de violencia de género. (...) Allí dijo que antes, la hermana salía con un chico y su mamá no sabía, ella se lo escondía, hasta que un día, al salir, la mamá la persiguió y se dió cuenta que ella estaba de novia con alguien. Este jóven le ejercía violencia. Al poco tiempo, la hermana se quedó embarazada, y en una de sus peleas él le pegó y ella perdió el bebé. A partir de ello, la madre la llevó al Polo de la Mujer a hacer la denuncia y le pusieron una orden de restricción al jóven, pero su hermana no la cumplía ya que decía que lo amaba. Cuando PL se acercó a hablar, su hermana tenía 20 años, la orden de restricción ya había caducado, y su hermana vivía junto al agresor. PL me comentó que ella hizo lo posible para que su hermana sea consciente de la situación, le dijo que si él le pegaba, entonces no la amaba, que si ahora él le pega a ella, cómo iba a hacer cuando le pegara a sus hijos, pero su hermana le decía que lo amaba. (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 100)

En el caso de la hermana de PL se puede identificar que la violencia no es sólo física, sino también psicológica debido a que como plantea Perela Larrosa (2010) el agresor, en su búsqueda de aumentar el control y el poder sobre la mujer, ataca también la mente de la víctima; afectando así, su orgullo, la confianza, la autoestima, el respeto, provocando también sentimientos de desvalimiento, confusión, culpa, dudas de sí misma e impotencia. Es así como vemos el poder y el control que él ejerce sobre ella a tal punto que ella justifica la violencia y el daño que le está haciendo y lo esconde de su madre. Los síntomas no suelen ser tan evidentes como las lesiones físicas, pero supone un grave peligro para la salud de las víctimas, ya que las secuelas psicológicas suelen perdurar más tiempo y exigen para su curación un tratamiento extenso (Perela Larrosa, 2010).

Otra de las formas de violencia de género, es el abuso sexual. Por lo mencionado anteriormente, se puede decir que no es casualidad que los relatos de abusos sexuales que se presentaron en la consejería, hayan sido de mujeres. “A pesar de que una mujer puede ser atacada sexualmente en cualquier etapa de su vida, la etapa más vulnerable es la niñez y la adolescencia” (González et al., 2012. p.414). Deza Villanueva (2005) define al abuso sexual infantil como “la actividad encaminada a proporcionar placer sexual, estimulación o gratificación sexual a un adulto, que utiliza para ello a un niño/a, aprovechando su situación de superioridad” (p.19). A continuación, se exponen algunos de estos casos:

Uno ellos fue el caso de PA quien comentó que:

Luego de la fiesta, se fueron a dormir, y en el medio de la noche, entre dormida, sintió que el padre de la amiga la manoseaba. No contó mucho detalle, dijo que ya había pasado, que se ponía nerviosa cuando lo veía. (Registro de campo del día 08/09/2021, p. 124)

Otro de ellos fue el de Q, quién:

me comentó que le tenía mucho rechazo y miedo a las personas de la tercera edad ya que cuando era chica, y vivía en Tucumán, el transporte escolar los había dejado a Q y a su hermano a unas cuadras de su casa. Allí se encontraron con un señor, amigo de su padre, quien se ofreció a acompañarlos a su casa. En el camino, el hombre la agarró del hombro y comenzó a manosearla. En ese momento, Q agarró a su hermano y corrieron hasta la casa. Q nunca le comentó esto a su padre. Mencionó que desde ese entonces, ella comenzó a cambiar su vestimenta a una más masculina, ya que con la ropa de mujer se sentía muy observada por los hombres. (Registro del día 20/10/2021, p. 171)

Almonte et al. (2002) plantean que la experiencia del abuso sexual puede repercutir negativamente en el desarrollo psicosexual, afectivo social y moral de la víctima. “En algunas oportunidades las consecuencias del abuso pueden permanecer y reactivarse en el curso de la vida de la víctima” (Almonte et al., 2002. p. 22).

En esta misma línea, también se presentaron casos de acoso sexual a través de las redes sociales.

Por un lado, Q comentó que “cuando era chica, había sufrido grooming” (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 103). Como bien lo definían los carteles informativos de la escuela:

El grooming es un delito en nuestro país. Se llama grooming al: acoso sexual, virtual que se realiza de un mayor de edad hacia un menor de edad. Se trata de acciones intencionales desarrolladas por un adulto para establecer un vínculo con un menor con intención sexual. La persona adulta quiere manipular a los niños, niñas y adolescentes para que les envíe fotos sobre desnudez o encontrarse personalmente. En los niños, niñas o adolescentes esto puede ocasionar daños psicológicos y físicos. (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 103)

Q comentó que había sufrido esto debido a que “se había metido a grupos de rol playing en los cuales había 200 personas en cada grupo. Allí hablaba con hombres de 18 y 25 años, que le decían “vos sos mi novia”, entre otras cosas” (Registro del día 20/10/2021, p. 171).

Por otro lado, se acercó A, una joven de 14 años, quien comentaba que ella y su amiga estaban siendo acosadas por el ex novio de su amiga:

Me comentó que se sentía mal porque hacía un tiempo atrás, una amiga estaba saliendo con un joven de 16 años quien le había empezado a pegar y acosar. Ante todo esto, A la acompañaba a todas partes para que no estuviera sola en la calle por miedo a su ex novio. De pronto, el joven comenzó a acosar a A y a otra amiga. La seguía a distintos lugares, la esperaba afuera de la escuela, le enviaba mensajes pidiéndole que le mandara fotos íntimas y si no lo hacía, la iba a ir a buscar. Ante esto, yo le pregunté si ya se habían tomado medidas al respecto, si ella le había contado esto a algún adulto; a lo que me respondió que creía que su amiga le había dicho que había hecho una denuncia y que el joven estaba encerrado en una comisaría. Asimismo, me dijo que le contó esto (...) a su tía, quien le dijo que no era necesario hacer nada si el joven estaba encerrado y que además, A se iba a ir a vivir pronto a otra ciudad junto a sus padres. El joven también era de esa ciudad pero A planteaba que él no iba a ir a ver a su familia porque estaba peleado con ellos.” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 184).

Como se puede ver en el caso de A y su amiga, el acoso, también llamado “stalking” supone una intromisión indeseada, obsesiva y persistente de una persona en la vida de otra que rechaza la relación con el sujeto que lleva a cabo los contactos. El acosador o stalker, se intenta acercar a través de todo tipo de medios: llamadas telefónicas, mensajes de texto, e-mails, cartas, regalos u otros materiales que pueden parecer amenazantes o causar miedo, o también intentan acercarse a la víctima merodeando cerca de su casa, lugar de trabajo o frecuentando lugares a los que ésta acude en su tiempo libre, espiándolas o persiguiéndolas. El stalker puede ser conocido de la víctima o desconocido, y persigue múltiples objetivos: deseo mantener una relación, fantasear con que está enamorada de él/ella o sentir y demostrar control, poder o posesión, celos o resentimiento, perturbando gravemente el desarrollo de su vida cotidiana, desde días hasta durante años (Zbairi Pardillo, 2015).

IX.2.a.ii. Estereotipos de Género. Teniendo en cuenta que el objeto de estudio de este apartado son los determinantes sociales del proceso salud-enfermedad de los jóvenes, resulta

relevante partir de la pregunta que PM, la profesora de filosofía, les llevó a sus alumnos en un taller de Salud Sexual Integral: “¿La sexualidad es algo personal o social?”. Los jóvenes respondieron: “muy muy personal”, “es algo muy íntimo, que si uno quiere lo dice y si no quiere, no lo dice” (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 159). A partir de allí la profesora explica por qué la sexualidad es social:

“es social hasta que tomamos conciencia de esto. Es social, porque cuando el médico te vé por primera vez dice: “es un varoncito” porque tiene los genitales masculinos o femeninos.” A partir de eso, preguntó: “¿cómo te das cuenta si un niño es nena o varón?” a lo que respondieron “les ponen los aritos”, “a los varones les cortan el pelo”, “los colores”, “los juguetes”, “la ropa”, por lo tanto, la profesora dijo: “¿vieron cómo la sociedad determina quiénes somos?”. Luego, la profesora agregó: “las profesoras de jardín tampoco lo manejan muy bien porque cuando los varones se bajan el pantalón y se ven, dicen: “tengo pito” y la nena se ve y dice: “no tengo pito”, controlan la situación diciendo: “subite eso” tratándolo como un tema tabú, como una diferencia que nos determina. Le ponen ese peso a los genitales. Por lo tanto, el cambio de mi sexualidad sería falsa entonces, porque sería un hombre vestido de mujer, y no podría cambiar mi sexualidad.” A partir de ello, dijo “si nosotros no ejercemos autonomía sobre nuestros cuerpos, ¿quién lo va a hacer?”.” (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 159)

Este proceso de asimilación cultural en lo relativo a la sexualidad, y las convergencias que traen consigo que cada quien se erija como un ser único sexuado, son altamente complejos y, además, fuente de profundos conflictos cuando no se puede asignar el sexo al nacer por la ambigüedad de los genitales o cuando durante el proceso de construcción de la identidad de género se hace evidente una incongruencia sexo-género. (Alfonso Rodríguez, 2010. p. 35)

Asimismo, debido a estas construcciones sociales, la comunidad LGBTQ+ se enfrenta a diversas formas de exclusión social debido a que en la mayoría de las sociedades se valora de forma negativa su orientación sexual y las identidades de género que desbordan la lógica binaria del «ser mujer» y «ser hombre». Ortiz-Hernández (2005) plantea que diversos estudios han mostrado que las formas de prejuicio que enfrenta esta comunidad pueden tener efectos negativos en su salud mental.

En el taller de Educación Sexual Integral, llevado a cabo por PM, se evidenció la presencia de esta lógica binaria en nuestra sociedad:

La profesora preguntó a sus alumnos: “¿Cuántas sexualidades/ identidades de género hay?” a lo que un joven respondió “en la teoría dos” (...) La profesora le preguntó al joven “por qué pensás que hay solo dos sexualidades?” y el joven dijo: “no, en un comienzo habían dos” y le volvió a preguntar: “¿porqué piensan que en un comienzo habían dos?”, a lo que una joven respondió “es el estereotipo que se fue formando a partir del sexo femenino y masculino”. (Registro del día 6/10/2021, p. 158)

Esto también se refleja claramente en el comentario de Q en uno de estos talleres. Q planteó que había muchos prejuicios en torno al tema de la identidad:

Todo fuera del canon femenino o masculino, era visto como fuera de lo normal, se los etiquetaba, ridiculizaba e ignoraba. (...) Con los colores de la ropa: “si sos varón y usas rosa, sos un maricón. Si sos mujer y usas pantalón, sos un marimacho”.(Registro del día 21/10/2021, p. 175)

Es debido a estos estereotipos de género que existe la discriminación por la orientación sexual, identidad y expresión de género. Dichos estigmas han justificado una diferencia de trato, y se encuentran tan arraigados en nuestra cultura que inciden en todo ámbito social de la persona. Es así como la comunidad LGBTQ+ se enfrenta a contextos sociales hostiles y negación de derechos (Urbina Méndez, 2020). Es por ello que PM, también mencionó como estas estructuras sociales actuaban como un obstáculo para que los miembros de la comunidad se pudieran mostrar tal como eran:

Planteó que “mostrar la identidad de género que no es la que la sociedad establece, tiene su costo, ¿cuál es su costo? la soledad. Ya que en el momento en el que yo me comienzo a vestir como hombre o como mujer, mucha gente se aleja. Pero ahí te das cuenta quiénes están para vos”. A partir de ello, planteó lo siguiente: “¿Somos realmente fuertes para poder soportar esa soledad, que los otros se vayan y no nos quieran más por ser quien somos?, ¿Vale la pena ser quien el otro quiere que nosotros seamos? Debemos decidir entre ser felices o hacer felices a los demás”. Por lo tanto, dijo: “Esto implica un riesgo”, “no estamos preparados para elegir nuestra identidad, es decir, la sociedad no está preparada para que podamos decir nuestra identidad, cómo nos sentimos”. La profesora contó a modo de ejemplo una situación de su pasado, que cuando ella se llamaba Marcelo, “un amigo, que era gay, pero super, pero hiper mega gay” lo invitó a tomar un café y él por miedo al “qué dirán”, le decía que no, que tenía

que dar clases. A lo que el amigo le miró la agenda y le dijo: “no tenés ninguna clase agendada a esta hora, si vos no querés salir a tomar un café conmigo, es por otra cosa. Yo te voy a decir dos cosas por las cuales deberías salir a tomar un café conmigo. Por un lado, voy a pagar el café (...). Por otro lado, yo soy gay, pero no me gustan todos los hombres, y no sos mi tipo”. De esta conversación, la profesora concluyó diciendo que “uno no debe asumir lo que siente el otro”. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 159)

En esta misma línea, Q expresó angustia y ansiedad en repetidas ocasiones debido a que convivía con su familia que tenía dichos estereotipos muy naturalizados y realizaban comentarios discriminatorios con respecto a la orientación sexual y a la identidad de género. Es por ello que Q no se animaba a dar su opinión cuando se hablaba de estos temas en familia y tenía miedo constante de que el padre descubriera que él era género fluido y lo rechazara:

Sentía que nunca iba a poder hablar acerca de su identidad de género, ya que la familia no estaba de acuerdo con que se pudiera poner “sexo neutro” en el DNI, por ejemplo. Ante esto, Q me dijo que no podía hablar del tema sin salir del closet, por lo tanto no daba su opinión. Asimismo, comentó que unos días atrás se había equivocado y se había referido a él mismo con un pronombre masculino al frente de la hermana. Allí la hermana comenzó a preguntarle porqué había dicho eso y comenzó a gritar. El padre preguntó qué pasaba y la hermana le contó. Luego, el padre habló con él y le dijo que había sido un error grave, que no podía pasar y menos al frente de sus hermanos. (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 167)

Es por todo ello que Q estaba constantemente escondiendo evidencias de su orientación sexual e identidad de género y mintiendo a la familia por miedo al rechazo: “Me contó que cada vez que entraba a su casa debía esconder los aros y las banderas que llevaba puestos. Cuando se vestía de manera muy masculina, le preguntaban por qué se vestía así.” (Registro de campo del día 04/10/2021, p. 143).

Asimismo, me comentó que ese fin de semana iría junto a M a la marcha del orgullo LGBTQ+. Me dijo que le había dicho al padre que iría al centro a comprar un regalo para una amiga, lo cual, era cierto, pero que también iría a la marcha. (Registro del día 03/11/2021, p. 196)

Otro de los casos en los que se explicita que dichas construcciones sociales afectan la salud mental de los jóvenes que pertenecen a la comunidad LGBTQ+ fue el caso de M. M era

un joven que estaba en su transición de género, hacía un tiempo se había comenzado a identificar como hombre y quería que lo llamaran M.

Comentaba que tenía la inquietud de que quería que los profesores y sus compañeros lo llamaran M pero no se animaba a decirlo.(...) Pero planteó que tenía miedo de decirlo en el curso ya que tenía compañeros que hacían comentarios homofóbicos. Q planteó que lo dijera, que si hacía falta, él iba a ir a pegarles para que lo entendieran. (Registro de campo del día 23/08/2021, p.97)

A continuación, se destaca uno de los comentarios homofóbicos, a partir del cual se puede identificar la impunidad que sienten estos jóvenes en una sociedad que tiene naturalizados los comentarios discriminatorios y la agresión hacia esta comunidad:

Dijeron que había muchos gays en el colegio y comenzaron a mencionar algunas personas de diferentes cursos. Después, uno de ellos dijo: "si mi hermano se hace gay, lo vuelvo a hacer macho de una piña" y dió la coincidencia de que pasó la profesora PM por la ventana y comenzaron a señalar, reírse y decir: "ese ya se cruzó de vereda". (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135)

Para derribar estos estereotipos, conseguir normalizar la situación de la comunidad LGBTQ+ en nuestra sociedad, y en consecuencia, promover salud, es necesario trabajarlo con Educación Sexual Integral:

En este marco, la profesora PM hizo que los jóvenes reflexionaran y cuestionaran estas creencias impuestas por la sociedad y vieran cómo esto podía afectar a las personas que quedan fuera de la lógica binaria. Lo trabajó preguntándoles a los jóvenes: "¿cuál es la receta entonces para que no haya estereotipos que nos etiqueten y que nos priven de decir cómo nos sentimos?". (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 158)

Una joven respondió: "yo considero que no hay que poner etiquetas porque a mi hoy me gustan los hombres, pero no sé si el día de mañana me gustan las mujeres, y no quiero tener esa presión de decir: "soy heterosexual" o "soy lesbiana" o "soy bisexual"', "no hacer chistes discriminatorios", "no hacer comentarios discriminatorios a los hijos (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 158)

Otro joven planteó que estas representaciones si podían ser deconstruidas:

“Se puede cambiar, pero no todo”, agregó que era un trabajo que llevaba años hacerlo, Asimismo, reconoció que ya se percibía un cambio, ya que “sino, se seguirían usando a las mujeres como objetos y si nacieran bebés con deformidades, los tirarían”. Para cambiar esta situación dijo: “podés elegir poner etiquetas o no. Hay que saber que las etiquetas no son necesarias, pero si alguien se pone una etiqueta, se debe tener en cuenta que no son las mismas para siempre”. (Registro del día 21/10/2021, p. 175)

Uno tiene que empezar por uno mismo para poder hacer un cambio a nivel social, es imposible hacer que todo el mundo piense de la misma manera, pero si son cada vez más los que se cuestionan esto, si hay un cambio. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 158)

Un joven hizo una broma con tono de burla que desencadenó una discusión entre los estudiantes en lo que se cuestionaban el efecto que puede tener una risa en ciertas situaciones. La broma que hizo el joven fue la siguiente: “me estoy cansando de las mujeres, me parece que me estoy cruzando a la otra vereda” (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 158).

Una de las jóvenes que se burlaba del joven que parecía tener una mente más cerrada, se rió del chiste. El joven que se había sentado en el lugar de la profesora, le dijo a la joven que se rió: “¿De qué te reís vos entonces? No tiene sentido que estés diciendo que no hay que juzgar al otro, que hay que dejar que cada uno elija lo que quiera y que cuando alguien dice que es gay, te reís”. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 158)

Muchos de los estereotipos o etiquetas negativas que se tienen acerca de la comunidad LGBTQ+ son conceptos que provienen de la edad media por cuestiones religiosas. En aquellos tiempos se relacionaba a la homosexualidad con “lo que está mal”, lo cual generaba temor a que dentro de la familia existiera una persona perteneciente al colectivo LGBTQ+ debido un posible “castigo de dios”. Es así entonces, como con el tiempo se ha ido naturalizando el odio, discriminación y exclusión de esta comunidad lo cual atenta en contra de los derechos humanos de las personas (Alvarado et al., 2022).

Esto se reflejó en los relatos de muchos de los jóvenes que consultaron en la consejería. Entre ellos, C mostró tener la creencia de que “ser lesbiana estaba mal” comentó que la madre le había revisado el celular y había encontrado una foto que decía:

"miren qué linda que está mi amante", ante lo cual, la madre pensó que su hija era lesbiana. Le dijo que eso estaba mal y que la iba a cambiar de colegio porque sus amigas

eran lesbianas y bisexuales. C le explicó que no era lesbiana ni bisexual, y dijo: "yo sé que está mal ser así (lesbiana y bisexual), a mí me gustan los hombres". Frente a esto, C me comentó que su familia era muy religiosa, que en ese momento se habían alejado un poco de la iglesia, pero estaban intentando volver a acercarse porque sus padres se estaban peleando mucho. Ella me dijo que no se quería involucrar mucho por ese tipo de pensamientos. (Registro del día 03/11/2021, p. 195)

A, por su parte, también comentó que: "Un tiempo atrás, le había comentado a la madre que era bisexual y los padres no la aceptaban, planteaban que no estaba bien, que no lo permitirían. A, comentó que su familia era muy religiosa" (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 185).

Asimismo, en una oportunidad, M había traído a la consejería a su amiga F, quien se mostraba nerviosa, se tapaba la cara sin saber qué decir. Ante su comportamiento, M dijo:

"homosexualidad". (...) En ese momento, ella comenzó a explayarse un poco más y me dijo que su familia era muy religiosa y que pensaban que la homosexualidad era enfermedad contagiosa, por lo que nunca les iba a contar a sus padres. Además, ella comentó que antes pensaba igual que ellos pero que al hacerse amiga de M le cambió la cabeza. (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 101)

Q, también mencionó haber leído la Biblia y comentó que:

En el viejo testamento se juzgaba a los homosexuales, pero que de tener que cumplir con lo que decía la iglesia, todos seríamos pecadores. Es por ello, que siempre que pasa por una iglesia, hace un chiste y dice "si entramos ahí, nos van a matar". (Registro de campo del día 20/10/2021, p. 170)

Con el paso de las nuevas generaciones y la visibilidad que se le ha dado a estos temas se han ido separando las creencias religiosas de los temas sociales, de esta manera es como la homofobia y discriminación han cobrado vida (Alvarado et al., 2022). En una ocasión la directora de la escuela hizo mención de los determinantes que se han detallado y expresó la manera en que estas construcciones sociales se han puesto en cuestión por los jóvenes:

"Al ser una comunidad barrial, hay una cultura machista muy fuerte. Son estructuras. En este tiempo de pandemia hizo que rompieran un poco, con el tipo de planteos: "por qué yo tengo que lavar los platos todos los días"". Asimismo, planteó que hay varias

familias evangélicas muy fuertes. Comentó que presentaban conflictos al dar contenidos de la ESI, pero como era ley debían incorporarlo. La postura que la escuela tomaba ante estas cuestiones era que no los obligaban, pero que tampoco podían retirarse del aula. Debía quedarse en el aula, haciendo otra cosa si quería. No se imponía. Proponían crear un espacio de respeto. (Registro del día 17/11/2021, p. 213)

Asimismo, es relevante destacar una frase que me dijo PM en uno de nuestros encuentros en el que se expresaba la importancia de poder cuestionar los mandatos sociales:

Partió de una frase que decía que a veces las ramas de los árboles hacían nuevos árboles. A partir de esa frase, se preguntaba si los chicos se quedaban con las raíces familiares o si creaban nuevas raíces. Le parecía importante para la salud mental de los jóvenes que pudieran decidir lo que quieren hacer en su vida, quiénes quieren ser, a dónde quieren ir, que pudieran cuestionarse lo que viene siendo por mandatos familiares, o la sociedad, por ejemplo.” (Registro de campo del día 13/10/2021, p. 164)

IX.2.b. Estereotipos De Imagen Corporal. Otro de los determinantes del proceso salud-enfermedad que se pudo identificar a lo largo de la práctica fueron los estereotipos corporales que existen en nuestra sociedad. Si bien sabemos que la etiología de los trastornos de la conducta alimentaria es multidimensional, se pudo identificar que este determinante tenía una gran incidencia en la salud de los jóvenes. Como bien plantean Lozano Muñoz et al. (2022), “En las sociedades contemporáneas de consumo, el cuerpo representa al individuo, por lo que la imagen ha de reflejar los signos de belleza, disfrute y éxito social” (p.2).

Al notar que era un tema tan presente en los jóvenes, desde la consejería decidimos publicar un video en las historias de Instagram que hablaba acerca de por qué tantas personas hacían dieta. Asimismo, con el objetivo de que reflexionaran y expresaran cómo les atravesaba este tema, preguntamos: “¿Por qué piensan que tantas personas hacen dieta?”. A lo que respondieron:

“o por salud o por complejos”; “Porque la sociedad se preocupa mucho por el físico, y al no tener amor propio, lastiman a los demás con sus comentarios inmaduros”; “Algunas porque sufren bullying, otras porque quieren verse flacas u otras porque tienen una enfermedad”; “Porque la sociedad nos hace pensar que estamos gordas”; “Por muchos motivos, algunos buenos y otros malos. A veces las personas hacen dieta porque no se aceptan como son y quieren encajar en el estándar de belleza que ahora todos imponen. Y a veces hacen dieta por su propia salud o simplemente porque lo

desean y listo. De todas formas, aquellas personas que hacen dietas para que los demás las aprueben, llegan al punto de lastimarse a ellos mismos.”. (Registro de campo del día 09/08/2021, p. 81)

Tal como plantearon las jóvenes en las respuestas a las historias de Instagram, estos ideales relacionados con la imagen corporal y la presión social que traen aparejados se encuentran en todo ámbito de su vida. Durante la práctica pudimos conocer algunos casos en donde esto se hacía visible. Uno de ellos, fue el caso de A quien presentaba trastornos de la conducta alimentaria, y “me dijo que estaba bajando mucho de peso por la presión de la madre, que vomitaba y restringía sus comidas” (Registro de campo del día 01/11/2021, p.185).

Me comentó que la madre en repetidas ocasiones le había hecho chistes con respecto a su cuerpo, que la hacían sentir mal. Ante esas situaciones, su hermana de 10 años la apartaba y le decía que no la escuchara, que no se sintiera mal con su cuerpo y que no vomitara. (Registro de campo del día 01/11/2021, p.185)

Asimismo, se hace evidente la falta de información acerca de este tema y la falta de conciencia en la incidencia que podían tener esos comentarios en la salud mental de su hija. Cuando A le expresó a su madre por lo que estaba pasando, la madre le respondió que:

esas cuestiones de la autoestima le pasaban ya que eran propias de la edad, pero que ya se le pasaría. A le contestó que no, que eso le estaba pasando por los comentarios que ella hacía acerca de su cuerpo y que eso le hacía mal. La madre se disculpó con ella y le dijo que nunca había sido su intención hacerla sentir mal. (...) A comentó: “sentí que me había sacado un peso de encima”. (Registro de campo del día 03/11/2021, p.192)

Otro de los casos en donde se puede identificar que la delgadez refleja éxito social, es el caso de Q quien comentó que su padre no le había hecho las perforaciones en las orejas al nacer y que se las haría “como un premio cuando bajara de peso” (Registro de campo del día 06/09/2021, p.118).

Además, es relevante destacar el rol que cumplen las redes sociales contribuyendo a la autoasignación de modelos de cuerpo ideales. En ellas, existe un bombardeo con publicidad sobre dietas, cuerpos perfectos o consejos de influencers que siguen los estándares presentes en la moda y promueven cánones de belleza excesivamente asociados al estereotipo de la delgadez (Lozano Muñoz et al., 2022). En esta línea, PA comentó:

que en la cuarentena había estado mucho tiempo encerrada y que después comenzó a ver en las redes que las chicas se empezaban a marcar todas y entonces ella comenzó a

bajar mucho de peso, llegando a pesar 38 kg. En aquel momento, su tía que era psicóloga, y con quien tenía una relación cercana, le dijo que tenía anorexia, que ya estaba en un límite, que no podía seguir bajando de peso. Al tiempo comenzó a vomitar. (...) Además, comentó que había estado un poco depresiva, le costaba levantarse de la cama, juntarse con las amigas (...) por la relación que ella tenía con la comida.” (Registro de campo del día 08/09/2021, p.126)

Como se ha ido demostrando, este determinante afecta negativamente en la salud mental de los jóvenes, por lo que, los jóvenes de la escuela que identificaron y cuestionaron estas construcciones sociales, crearon carteles que decían:

"Hackear los estereotipos, cambiar el orden de las cosas: nada de mi cara está mal, nada de mi cuerpo está mal, quererte como sos es el primer acto"; "La sociedad impide a la mujer y al hombre ser uno mismo (reales)" (...). Otro afiche decía: "El amor propio es la declaración más radical. Soy como quiero ser, no como la sociedad dice que hay que ser. Acepta tu belleza y grita al mundo lo hermosa que eres. La aceptación de tu cuerpo, no significa dejar de cuidar de ti mismo, significa dejar de juzgarte a ti mismo y comenzar a amarte como eres." (Registro de campo del día 13/10/2021, p.162)

IX.2.c. La Mirada y Trato del Otro.

IX.2.c.i. Maltrato Psicológico. A lo largo de la práctica, se han identificado varios casos en los que el contexto social influye en la forma en la que los jóvenes se definen a sí mismos, y consecuentemente en su salud mental.

El caso de TR, es uno de ellos. En nuestro primer encuentro, me comentó que en su familia: “no se llevaban muy bien entre ellos, que la insultaban. (...) le decían: "enfermita mental", "suicida".” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 109). Al tiempo, se acercó su hermana, SR, quién también me comentó que “en su casa era muy común que se dijeran apodosamientos hirientes o que se insultaran, y sabía que a TR eso le estaba haciendo mal.” (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 176).

TR, por su parte, me comentó que le angustiaba hacer renegar a la madre:

Le pregunté en qué la hacía renegar, (...) y me dijo que a veces por el desorden y otras veces porque lloraba o no se levantaba de la cama cuando se sentía mal. También, me dijo que sentía que no merecía todo lo que los padres le daban. Allí yo le pregunté si ella lo sentía o si los padres le decían eso. A lo que me dijo que sí se lo decían y que antes ella no lo creía, pero ahora sí creía que no se merecía las cosas que ellos le daban. (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 177)

Otro caso en el que se puede identificar el riesgo que significa el maltrato para la salud mental de un joven, es el caso de un amigo de A. A se acercó preocupada ya que la madre “no le prestaba atención” a su hijo y que él había presenciado una situación en la que la tía le decía a su madre “si se mata en estos días, no vengas a decir que fuiste buena madre, que estuviste ahí para él, porque no fue así” (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 193)

También, se puede identificar que las dudas que presenta G, con respecto a su valor y capacidades, están relacionadas con el trato recibido de la madre y el abandono de su padre:

“mi mamá me basurea mucho”, “me dice: “no sé para qué te tuve”, “no sé por qué no me desaparecí como tu padre”, “no vas a ser nadie el año que viene””. (...) Asimismo, me dijo que su madre era irrespetuosa ya que no decía “buenos días”, “buenas noches”, nunca les daba un abrazo, etc.

G era una joven de sexto año, por lo tanto, el hecho de que la madre le dijera “no vas a ser nadie” sumado a los miedos propios de la etapa, la angustiaba mucho por el miedo a “terminar siendo nadie” o a equivocarse. (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 168)

Como se puede notar en cada uno de los casos presentados, el maltrato psicológico está relacionado a los hechos activos de rechazo, aislamiento, humillación, insultos, entre otros; los cuales dañan la autoestima, influyendo en el autoconcepto. Las personas que sufren este tipo de maltrato se sienten poco deseables e indignos de recibir amor a diferencia de un adolescente que es tratado con afecto y aceptación (Zych, Ortega y Marín, 2018).

Asimismo, es relevante destacar que, en los casos presentados, el maltrato era generado por parte de figuras paternas, las cuales han conformado modelos identificatorios durante toda la infancia, teniendo un impacto negativo en la autovaloración de sí mismos.

En relación a esto, Q, también atribuye gran parte de su malestar a la dinámica familiar que había tenido a lo largo de su vida ya que había sentido un abandono por parte de la madre y falta de reconocimiento en algunos aspectos por parte del padre. Estos sentimientos le desencadenaban elevados niveles de ansiedad que lo llevaban a tener conductas autolesivas:

“Me comentó que su madre había abandonado a él y a su hermano. Luego, procedió a contarme su historia. A los cinco años, sus padres se separaron, y Q y su hermano fueron a vivir con la madre, sus tías y su abuela en la casa de la abuela. Cuando estaban allí, el padre los llamaba todos los días para saber cómo estaban; Q siempre le decía que los

adultos se peleaban mucho. Por lo tanto, el padre decidió llevarlos a Mendoza; la madre accedió, ya que ella no podía cuidarlos. (...) Cuando iba a tercer grado, el padre los llevó a Córdoba para que pudieran estar con su madre. Allí pasaron dos años en un departamento en donde recuerda haber pasado mucho tiempo a solas con un celular, y planteaba que su madre nunca le puso límites. También, comentó que aunque su madre dijera que no tenía un hijo favorito, ella siempre protegió y malcrió más a su hermano menor. (...) Asimismo, comentó que la madre les decía que el padre se los había quitado y no los dejaba hablar con él. Pasado un tiempo, el padre les contó que los llamaba todos los días y la madre no le permitía hablar con ellos. Al finalizar cuarto grado, el padre vio que Q había subido mucho de peso y estuvo al límite de tener obesidad mórbida, por lo tanto, decidió llevarlos a vivir con él a Tucumán. Él recuerda haber tenido, allí, los mejores años de su vida en relación a lo emocional; el padre hacía artes marciales y lo ayudó a bajar de peso. (...) Cuando iba a segundo año del secundario, se mudaron nuevamente a Córdoba para que ellos estuvieran más cerca de la madre. Vivían junto a los abuelos paternos, el padre, la novia del padre, su hermano biológico, una media hermana de una pareja del padre que no funcionó y otro medio hermano de la pareja actual.” (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 99)

“Planteó que veían muy poco a la madre y que ella quería manipularlos comprándoles cosas. (...). Además, planteó que su hermano, dos años menor que él, se estaba dando cuenta de todo lo que sucedió con la madre. Su hermano no le hablaba más a su madre, no iba a visitarla nunca, solo recibía sus regalos y decía que no le iba a dar nada a cambio.” (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 99)

Q planteó que muchas de estas situaciones desencadenaban en él elevados niveles de ansiedad. En una oportunidad, Q me comentó acerca de una discusión que había tenido con su padre, en la que el padre no veía que él estuviera trabajando en sus estudios y Q planteó que:

Lo que lo angustiaba era la falta de reconocimiento. (...) Luego de aquella discusión, se escondió en el baño de su casa a llorar, se tapó la cara con una toalla para que nadie lo escuchara. Asimismo, expresó que en esas situaciones tenía ganas de rasguñarse y se ponía muy agresivo. (Registro de campo del día 20/10/2021, p. 170)

Asimismo, en otra ocasión, “me contó que (...) le había dado otro ataque de ansiedad ya que él estaba muy sensible y en la casa estaban todos bastante estresados.” (Registro de campo del día 04/10/2021, p.142)

En relación a lo que le sucede a Q, Spirito et al. (1995, como se citó en Palacios Delgado et al. 2010) señalan que “existen factores predisponentes, los cuales, al asociarse con algunos estresores (dificultades sociales, escolares y familiares) y con estados emocionales negativos (disforia, desesperación, enojo) influyen en conductas de afrontamiento desadaptativas.” (p.56) y en su conjunto inciden en conductas autolesivas.

Otro caso en el que se puede identificar la manera en la que los vínculos sociales influyen en la salud mental de los jóvenes es el caso de PA, quien “sentía que le faltaba amor por parte de la madre” (Registro de campo del día 08/09/2021, p.123). Con respecto a ello, planteó lo siguiente:

Me dijo que peleaban todo el tiempo porque su madre malinterpretaba la forma en la que ella decía las cosas, o a veces la madre le decía comentarios negativos, como: "qué fea la ropa que estás usando, parece de hombre", "que feo tu peinado" y que cuando ella le decía que le dolían sus palabras, la madre le decía: "¿Qué te va a doler si es solo una palabra?". PA planteaba que estaba constantemente buscando ese amor de la madre, que ella había intentado darle abrazos y la madre le decía: "bueno, bueno, salí de acá". Asimismo, comentó que se comparaba bastante con la hermana, que a pesar de que era desobediente, tenía una relación unida y le daba cariño. (...) Además, agregó que por tener esa relación con la madre, ella se había enfermado varias veces para llamar la atención. Cuando le pregunté qué enfermedades había tenido, me dijo que la habían internado 14 veces ya que nació con 8 meses y que por lo tanto tenía las defensas bajas, y que todas sus internaciones habían sido de gastroenteritis muy fuertes ya que ella no limpiaba la fruta. Planteó que le gustaba que la madre se preocupara, la cuidara, que estuviera ahí para ella. (Registro de campo del día 06/10/2021, p.155)

Esto que plantea PA, se explica a partir de la teoría del apego de Bowlby (1989). El autor define al apego como “el proceso por medio del cual los niños establecen y mantienen una relación especial con otro individuo al que se considera mejor capacitado para enfrentarse al mundo” (p.40). En este proceso, su figura de apego primaria (su madre) es el puente entre el desarrollo temprano y las relaciones sociales posteriores de la vida (Gerstenhaber, 2001).

En base a dicha teoría, se puede identificar que el tipo de apego que PA ha desarrollado durante los primeros tiempos de su vida con su madre, fue un apego inseguro - ansioso resistente, lo cual hace referencia a que la joven está insegura acerca de si su madre será accesible o sensible o si la ayudará cuando ella lo necesite. A causa de esta incertidumbre, siempre tiene una tendencia a la separación ansiosa, es propensa al aferramiento y se muestra

ansiosa ante la exploración del mundo. Esta pauta, se ve favorecida cuando la figura parental se muestra accesible y colaboradora en algunas ocasiones, pero no en otras, y por las separaciones y amenazas de abandono utilizadas como medio de control (Gerstenhaber, 2001). A continuación, se puede notar cómo este tipo de apego que PA desarrolló con su madre, se reproduce en su manera de relacionarse con otras personas y consecuentemente en su salud mental:

Con respecto al padre, en una ocasión me comentó que tenía una linda relación con él y que:

le agradecería con todo su corazón al padre por haber estado ahí, y darle amor, aunque planteó que lo veía cada un mes, que él la buscaba a ella por su casa. Planteó que él vivía en el centro y por lo tanto ella no podía ir a visitarlo. (Registro de campo del día 08/09/2021, p.125)

Al mes, se acercó PA nuevamente y me confesó que últimamente el padre había estado bastante ausente ya que hacía como 3 o 4 meses que no la iba a buscar y había pasado como un mes sin hablar. Estaba triste porque sentía que su padre no se preocupaba por ella. (Registro de campo del día 06/10/2021, p.154)

Asimismo, PA planteó que “quería tener una mejor relación con su abuela materna. PA percibía que su abuela tenía preferencia por sus otros nietos”. (Registro de campo del día 08/09/2021, p.125)

Luego, mencionó algunas relaciones que ella sentía que le habían hecho bien y que por lo tanto, se había aferrado mucho a ellas:

Un día en la cuarentena ella había encontrado un perrito y se lo había quedado. Empezó a darle tanto amor y a encontrar allí el amor que no sentía de la madre, que PA decía que comenzó a ser más ella. Desafortunadamente, el cachorro vivió seis meses ya que falleció al haber sufrido convulsiones en sus brazos. Planteó, que allí tuvo otro bajón depresivo, y que confirmaba la sensación de que no podía aferrarse a nadie.

Luego, me comentó que hacía poco, justo cuando ella se estaba aferrando al novio de la madre, se enteró que tenía una enfermedad en la vesícula y que si no se operaba, iba a tener pocos meses de vida y eso la angustiaba mucho. (Registro de campo del día 08/09/2021, p.126)

Es por el apego inseguro - ansioso resistente desarrollado en la relación con su madre en sus primeros tiempos que vemos tendencias de ansiedad ante las separaciones, miedo al abandono de su padre y necesidad de confirmación de que los otros la quieren.

IX.2.c.ii.Bullying. Otra de las formas de maltrato que se ha detectado en la consejería que, como se mencionó anteriormente, dañan la autoestima y consecuentemente influyen en el autoconcepto y la salud mental de los jóvenes, es el bullying. Esta forma de maltrato implica acoso, intimidación y amenaza a través de acusaciones, ridiculización y humillación entre iguales, niños y adolescentes (Orte Socías, 2006).

Esto se presentó de diversas formas en la consejería. Una de ellas, fue el ciberbullying, en la que jóvenes sin escrúpulos utilizaron las tecnologías para causar violencia y agresión a sus semejantes, gracias a que estas les brindaron facilidad de difusión de noticias y anonimato (Martínez Rodríguez, 2017). Encontramos una cuenta de Instagram en donde esto se reflejaba claramente; ésta cumplía la función de difundir “confesiones del JJP”, es decir, en él se subían comentarios de los jóvenes de la escuela de forma anónima, exponiendo, humillando y amenazando a sus pares. Entre sus comentarios, se realizaron los siguientes:

“¿Qué pasó X? No te olvides nunca de tu pasado, ni el maquillaje te ayuda a taparlo (adjuntaron fotos de la chica)” (...) “X de tercero C se anda haciendo la chora pero después no le dan los ovarios para pararse sola. Le vamos a cagar robando el Iphone y partiendo la jeta a la sucia olor a culo”, “Confieso que X de 3ro C es una ballena y no se la aguanta nadie, encima se hace la linda con X”, “En el curso de 2 A hay un olor a todo. No se bañan los mugrientos”, “X de 3ro B se hace la chora y no se para nada. Encima una gorriada conciente”, “Confieso que X de 3ro C es una ballena”, “el año pasado hice pis en un curso de arriba y quedó alto olor”. (Registro de campo del día 30/06/2021, p. 54)

Entre los testimonios de bullying que se presentaron en la consejería, estuvo el de PL, quien comentó que en el pasado había sufrido violencia física por parte de sus compañeros de la escuela: “PL (...) me comentó que en el colegio anterior había sufrido bullying, que llegaba a la casa con moretones y no le podía decir a la madre. Finalmente, la madre se enteró y la cambió de escuela” (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 98).

Asimismo, se acercó otra joven preguntando “¿Qué es la ansiedad?, ¿Cómo es la ansiedad?” (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135), porque ella sentía que sufría de ello. Cuando comenzó a explicar qué situaciones le generaban estas emociones, ella comentó que estaba sufriendo bullying por parte de su mejor amiga:

Tenía una amiga que era como una hermana para ella y de repente la dejó de lado, se fue con otro grupo de amigas con quienes hablaba mal de ella. En el curso, cuando tenía que hacer grupos de a dos, si podía los hacía sola y a veces con un chico, pero no había nadie en el curso con quien ella se sintiera cómoda. Esta situación le dolía mucho, pero tenía amigos en otros cursos. Planteó que si no se sentía bien ese año, se podría cambiar a Sociales. (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135)

Otro de los casos que se presentó fue el de N, quien comentó que

Había sido un año en el que le habían pasado muchas cosas. Entre ellas, me comentó que un amigo le había hecho cosas horribles. Dijo: "pero no es normal lo que hizo". (...) El amigo había estado hablando mal de él y después se hacía la víctima. Su amigo se grabó actuando que se suicidaba. Me dijo que todo fue mentira porque lo estaba haciendo con un cuchillo de manteca. (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 187)

Asimismo, comentó que “en el jardín de infantes había sufrido mucho bullying y que él se creyó todo lo que le decían. Me dijo que se había convertido en lo que nunca quiso ser, que odiaba su personalidad, su cuerpo y su cara.” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 186). Al comenzar a identificarse con lo que los agresores le decían, N planteó que “quería dormirse y no despertarse más” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 187)

Como hemos ido identificando en los testimonios de los jóvenes que sufrían bullying, estas vivencias producen en las víctimas lesiones físicas, ansiedad, depresión, miedo, tensión, provocando que los mismos eviten ir a la escuela, presenten dificultad para concentrarse, alteraciones psicósomáticas, problemas del sueño, pérdida progresiva de la autoestima o de la confianza en sí mismo, dificultades de adaptación social y rendimiento académico y, en algunos casos, como en el de N, ideaciones o intentos de suicidio (Orte Socías, 2006).

También, una de las jóvenes se contactó con nosotras por mensaje privado de Instagram desde una cuenta anónima. Allí ella expresó su dolor, sentimientos de soledad y las formas que había encontrado para sobrellevar estas situaciones a lo largo de su historia relacionada al

bullying. “Cuando comencé el jardín de infantes no tenía amigos, me rechazaban por ser gordita y también me hacían bullying.” (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 85).

Recuerdo que me pasaba los recreos sola dentro de la casita del árbol o cuando subía allí con la intención de jugar con los demás, me veían, se iban y me dejaban sola. Nunca tuve un amigo en esos dos años en el jardín.

Cuando empecé la primaria estaba sola y otra vez lo mismo; bullying. Pero me hice amiga de una niña que se llamaba Z, desde allí ella me cuidaba y me ayudaba y no tuve que preocuparme durante los dos años que ella estuvo en la escuela. (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 85)

Cuando empecé tercer grado, el ciclo se volvió a repetir, había una niña que se llamaba Y, me hice amiga de ella pero no era igual que con Z. Yo fui su amiga durante los siguientes cuatro años, aunque me seguían maltratando sentía que todo era más fácil si estaba con ella.

Cuando empecé la escuela secundaria fue diferente; ya no me insultaban ni me pegaban solo me ignoraban, lo que creo que fue un alivio pero me seguía sintiendo mal, me dolía que nadie se volteara siquiera a mirarme, me dolía ser la chica invisible. En tercero me juntaba con tres chicas que eran compañeras de banco, eran amables y nunca se comportaron como los demás pero nunca me sentí su amiga, solo era la compañera de banco de la que ellas muchas veces aprovechaban para pedir las tareas o que las ayudaba y, aunque yo lo supiera me sentía conforme, me gustaba no sentirme ignorada.

El año siguiente ellas se fueron del colegio y me volví a sentir sola. Tuve una compañera de banco con la que charlaba a veces pero nunca fue mí amiga. (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 86)

Todo esto le afectó a su autoestima y comenzó a sentirse incapaz de hacer amigos: “Hoy 2021 cursando el último año me siento sola. He intentado hacer amigos por internet pero siempre termino siendo ignorada, ni siquiera en la virtualidad puedo tener amigos y eso me lastima.” (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 86).

Odio no ser como los demás , ellos tienen amigos o conocidos con los que charlar, los miro riendo, enojados, tristes pero siempre tienen a alguien que los acompañe y lo único que veo es que al menos ellos viven la vida. Lo que daría por hacerlo también.(Registro de campo del día 13/08/2021, p. 86)

En su relato también se podía identificar el miedo al rechazo o a ser humillada que se desató a partir de estas vivencias. En primer lugar, esto se vió con la utilización de la cuenta anónima con el fin de que nadie la identificara y así pudiera expresar todos sus sentimientos, lo cual le costaba hacer debido a que no le gustaba mostrarse débil frente a otros. Ella dijo: “Nunca hablé de esto con nadie, me cuesta mucho hablar de lo que siento, siempre trato de evitar hablar de las cosas que me afectan mucho sentimentalmente.” (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 87)

No creo que pueda contarle esto a nadie que me conozca personalmente, me daría pena y vergüenza que sepan mí lado "débil". Siento que no tengo la confianza y valentía para contar y afrontar esto frente a nadie. No me gustaría quebrarme frente a alguien, no me gusta que me vean llorar. (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 88)

Asimismo, la joven sintió la necesidad de aprender a protegerse o vengarse cada vez que se enfrentaba a una situación en la que se sentía indefensa e impotente:

Aprendí a defenderme y cada vez que me molestaban yo les pegaba, también, luego empezaron a llamarme "marimacho" lo que me hacía sentir mal pero siempre trate de que no se dieran cuenta que me dolía. (...)

Me acuerdo que en tercer año una chica del mismo curso me dijo que quería ser como yo, que quería que no le importase nada y ser indiferente con las cosas como lo era yo. Si tan solo ella hubiese sabido que todo era una máscara para ocultar mí dolor... (...) finjo indiferencia, cuando alejo a los demás con la mirada, y me comporto como si no me importara estar sola siempre. (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 86)

IX.2.c.iii. Apoyo Social. Como hemos ido identificado en algunos de los subapartados previos, existen casos en los que algunos miembros de la red social de los jóvenes, ejercen violencia, malos tratos, o simplemente no saben cómo apoyarlos en este período transicional que están atravesando, y en consecuencia influyen negativamente sobre su salud mental. En la revisión teórica realizada por Barrera y Flores (2020) concluyen que “existe evidencia de que el apoyo social puede impactar en el proceso salud-enfermedad de las personas; sin embargo, existe mayor investigación en su impacto en la enfermedad, y poca, en salud mental positiva” (p.72). Es por ello, que nos detendremos a identificar la manera en la que el apoyo por parte de personas emocionalmente significativas de los jóvenes los ayuda a desarrollar herramientas necesarias para su bienestar (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010).

Uno de los casos ya mencionados en donde se puede identificar que el maltrato por parte de la madre y el abandono por parte del padre afectan negativamente en la salud mental de su hija, es el caso de G. Por otra parte, ella destacó que sus abuelas la habían apoyado siempre: “sus abuelas la habían criado y dado todo el amor y la confianza que necesitaba y gracias a ellas, G había podido terminar el colegio.” (Registro de campo del día 18/10/2021, p.169).

Asimismo, a lo largo de las prácticas esto también se evidenció en la relación que los jóvenes sostenían con sus amigos.

Por un lado, Q me comentó que M era muy especial para él, debido a que estaban atravesando una etapa similar y tenían muchas cosas en común. Además, comentó que en la casa de M lo recibían

como si fuera un hijo más (...) Cuando hablaba acerca de la madre de M comentó que cuando iba a su casa pensaba “Ah! así se siente tener una madre”. También, comentó que la madre de M, apoyaba mucho a su hijo en su transición de género y que le iba a hacer un arnés para disimular sus senos. Q quería que la mamá de M le hiciera uno para él también. (Registro de campo del día 6/10/2021, p.152)

Otra de las personas que Q destacó como importantes en su red de apoyo era su amigo de Tucumán con quien había ido a la primaria, y decían que “estaban en la misma” (Registro de campo del día 6/10/2021, p.151).

Asimismo, Q mencionó que cuando sufría de ataques de ansiedad, y se lastimaba, recurría a sus amigos para tranquilizarse: “le habló a M y a su amigo de Tucumán. Allí M le dijo: “avísame si necesitás que hable con tu papá porque necesitas ir a un psicólogo”. M se preocupaba por él, y quería que Q estuviera bien.” (Registro de campo del día 20/10/2021, p. 170).

SR, por su parte, también comentó que el apoyo de sus amigas era muy importante para ella cuando las cosas en su casa no andaban bien:

me fui a pasar la semana a la casa de una amiga. (...) Asimismo, me dijo que iba a ser una semana especial porque era el cumpleaños de su amiga y me comentó que eso la distraía de todo lo que estaba pasando en su casa. (...) "mi amiga es de un pueblo, donde están mis otras amigas, que son más grandes y viven solas, así que tengo a donde ir cuando me siento mal." (Registro del día 27/10/2021, p. 181)

En estos relatos, se visibiliza lo que los pioneros del apoyo social plantean: Cassel, Cobb y Caplan propusieron que el apoyo social, protege a las personas de las consecuencias negativas, físicas y psicológicas, de sucesos estresantes (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010).

Es por ello, que junto a TR, quien estaba atravesando trastornos del estado de ánimo, trabajamos en fortalecer sus redes de apoyo y en un encuentro comentó “que tenía una buena noticia, que había empezado básquet, lo cual le estaba haciendo muy bien, que era el único lugar que le hacía bien. Además, me comentó que se había hecho dos amigas.” (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 177).

En cada uno de estos relatos se puede identificar la manera en la que estos vínculos se convierten en sistemas de apoyo social, los cuales constituyen un elemento indispensable para la salud, ajuste y bienestar del individuo (Orcasita Pineda y Uribe Rodríguez, 2010).

IX.2.d. Prejuicios Acerca de la Salud Mental. Otro de los determinantes del proceso salud-enfermedad que se pudo detectar en la consejería es el prejuicio que tiene la sociedad acerca de algunos temas relacionados a la salud mental, debido a la manera en la que éstos obstaculizan el pedido de ayuda de los jóvenes.

Entre ellos, descubrimos que existía la creencia en la sociedad de que “llorar estaba mal”. Para conocer lo que pensaban los jóvenes al respecto, realizamos una encuesta en Instagram que decía: “¿Alguna vez te dijeron que estaba mal llorar?” a lo que el 50% de los jóvenes que respondieron, dijeron que sí. A partir de ello, preguntamos: “En el caso de que te lo hayan dicho, ¿Qué sentiste cuando te lo dijeron?” a lo que una joven respondió: “sentí que no me daban la libertad de sacar fuera todo lo que me hacía mal porque llorar es desahogarse” (Registro de campo del día 04/09/2021, p. 117).

En esta misma línea, Q en uno de los encuentros mencionó que cuando estaba en presencia del padre

debía controlar mucho sus emociones, ya sea no llorar, no contestar de mala manera, hablar sintéticamente (...) controlar sus tics de mover la pierna o tocarse las manos, porque según Q el padre pensaba que esos eran signos de debilidad que no debería mostrar. (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 104)

Asimismo, Q toma a su padre como modelo a seguir y se compara con la forma que tiene de gestionar sus emociones, definiéndose a sí mismo como menos inteligente emocionalmente por llorar:

“mi papá tiene más inteligencia emocional que yo”, “yo lloro por todo y me dice que soy como mi mamá, me dice que me hago la víctima, que en realidad a veces sí lo suelo hacer”. Q se enojaba cuando le decía eso ya que no tenía una buena relación con su madre. (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 98)

Esto está íntimamente relacionado con la construcción cultural de la “masculinidad hegemónica” que mencionamos anteriormente, la cual define cómo debe ser el varón para que sea considerado como tal y cómo debe relacionarse con su entorno. En este sentido, vemos cómo el padre de Q tiene internalizado estos modelos rígidos de masculinidad que definen que el hombre tiene que vivir negando todos los sentimientos y actitudes que evoquen debilidad y Q aprende dichos padrones (Robledo, s/f).

Es por ello que Q mencionó que nunca hablaba de sus sentimientos con él, que no sabía mucho de lo que le sucedía. (...) Por lo tanto, Q quería ir a un psicólogo con quien hablar y que le comunicara a su padre su condición ya que creía que él no podría hacerlo solo y que quizás se lo tomaba más en serio si lo escuchaba de un profesional. (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 104)

Esto que plantea Q, nos lleva a describir otros de los prejuicios acerca de la salud mental que afectan que los jóvenes tengan acceso a ayuda psicológica cuando lo requieran; esta es la creencia de que “los psicólogos son para los locos”. Es también por esta razón, que a Q “le costaba pedir ayuda ya que su padre asociaba a los psicólogos con los locos, porque la madre de Q había concurrido al psicólogo y ella no estaba bien psicológicamente” (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 98).

Así como existen estas creencias que estigmatizan a las personas como locas por pedir ayuda psicológica, también existen estos prejuicios relacionados a la medicación. En esta línea, Q “dijo que temía saber cuánta ansiedad tenía, si lo iban a medicar o no, y cómo se tomaría la familia la medicación. En aquel momento, me comentó que le pesaba mucho lo que su familia pensara de él.” (Registro de campo del día 20/10/2021, p. 171).

Sin embargo, luego de un trabajo en conjunto, Q le comentó a su padre que había llamado a un psicólogo, y él le respondió “que estaba bueno que él pudiera pedir ayuda ya que cuando él tenía su edad, nunca había pedido ayuda y se había guardado muchas cosas, que pudo ir trabajando con el tiempo. Pero consideraba que estaba bien pedir ayuda.” (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 166).

A, atravesó por una experiencia similar en la que “no se había animado a solicitarle (ayuda profesional) a los padres ya que ellos pensaban que los psicólogos eran para enfermos mentales.” (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 192) y tuvo que solicitar ayuda a su tía y abuela para que la acompañaran en su proceso.

En esta misma línea, L afirmó que para “muchas personas el psicólogo sigue siendo un tema tabú hoy en día, pero no necesariamente hay que ir por estar mal, tengo entendido que muchas personas van simplemente porque les hace bien” (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 76).

Es por estas creencias que existen en nuestra sociedad, que muchas personas no se animan a pedir ayuda a un ser querido o a un profesional. Esto se refleja en una encuesta que realizamos en las historias de Instagram en la que preguntamos: ““Cuando estás mal ¿Pedís ayuda?” A lo que 8 personas respondieron que no pedían ayuda y una sí.” (Registro de campo del día 05/10/2021, p. 146).

IX. 3. Intervenciones Que Promueven Salud Desde El Proyecto De Consejería En Una Escuela Secundaria Estatal De Córdoba, Teniendo En Cuenta La Modalidad Virtual Y Presencial, Grupal e Individual, Los Obstáculos Y Facilitadores De Trabajo

Como ya se mencionó a lo largo del trabajo, el objetivo general de las intervenciones de consejería, era promover salud en los jóvenes de la escuela. Es por ello que en el presente apartado se analizarán dichas intervenciones.

IX.3.a. Encuadre. Para que el dispositivo de consejería funcionara como promotor de salud, fue necesario construir un encuadre, es decir, estipular normas y construir una especie de contrato con la escuela y los jóvenes para otorgar transparencia y claridad al vínculo. En

este sentido, los límites que se debieron poner son entendidos como protección y cuidado del vínculo (Rodríguez Ceberio, 2020).

En primer lugar, se creó un cartel para llevar a la escuela y uno digital, en el que se explicitaba qué era la consejería, quiénes éramos nosotras, qué días y en qué horarios íbamos a estar, y que solo podían ir al espacio en los recreos y horas libres. Asimismo, mencionamos que podían contactarnos por Instagram (Anexo 1).

Esto se planteó en un primer momento debido a que las directoras tenían la preocupación de que los jóvenes hicieran un mal uso del espacio y lo utilizaran para evadir sus clases. Aún así hubo situaciones en donde se tuvo que poner límites al respecto.

Se acercó la vicedirectora y me dijo que A había salido del curso por mucho tiempo, que solo podían acercarse a la consejería en los recreos, que no podían venir durante las horas de clase, que no le había dicho nada a las preceptoras. (Registro de campo del día 3/11/2021, p.195)

Otro de los jóvenes que frecuentaba la consejería y con quien se debió resaltar esta regla, fue con Q. En una de las RAP planteé que:

debía ponerle más límites en cuanto al tiempo dentro del espacio de consejería ya que me había comentado que no le estaba yendo muy bien en la escuela, estaba bajando su rendimiento ya que se desconcentraba y por lo tanto, no quería que la consejería fuera otro obstáculo. (Registro de campo del día 25/08/2021, p. 105)

Generalmente, Q se acercaba a la consejería con una carga emocional importante y demostraba la necesidad que tenía de hablar acerca de lo que le sucedía. Por lo tanto, al momento de hacer respetar esta regla, se me hacía difícil cortar lo que me estaba diciendo para que volviera a clases.

Habían pasado 10 minutos aproximadamente y yo sentía que Q se estaba extendiendo, (...) temía que sintiera que no me interesaba si lo interrumpía en medio de la conversación. (...) Le dije que se acordara que la consejería era para ir en las horas libres y en los recreos. (Registro de campo del día 06/09/2021, p. 120)

En el ámbito educacional, el “ser psicólogo implica recibir múltiples demandas” (Registro de campo del día 14/10/2021, p. 165), por lo cual fue necesario definir el rol de los consejeros, establecer reglas y precisar cuál era la relación y los límites entre el dispositivo y la escuela.

IX.3.a.i. Definición del Rol del Consejero. Para comenzar, como se mencionó anteriormente, el rol del consejero, se limita a escuchar y acompañar a los jóvenes. Durante la práctica, la consejería recibió diversas demandas en donde fue necesario aclarar el rol de los consejeros ya que se los percibía como psicólogos. Los consejeros, no eran psicólogos recibidos, eran estudiantes avanzados de Licenciatura en Psicología, y por lo tanto, su rol no incluía la posibilidad de llevar a cabo un proceso terapéutico ni las tareas propias de un psicólogo del área educacional. En caso de considerar que el joven necesitara ayuda profesional, se evaluaba en las RAP y se trabajaba en red junto a la escuela, profesional de la salud o institución para que el joven recibiera la atención que necesitaba. A continuación se mencionarán situaciones en donde fue necesario explicitar el rol del consejero:

Una de las demandas que se presentó en la consejería fue la de un profesor que consultó: "¿Acá pueden venir los profesores también o sólo los alumnos?" (...) "oh, tenía pensado ahorrarme una consulta!." (Registro de campo del día 15/09/2021, p. 130)

En otra ocasión, la coordinadora de curso de la escuela me contactó y "me dijo que debíamos ser cuidadosos en cómo los jóvenes percibían el espacio ya que Q se había referido a mí como una psicóloga" (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 109). Allí aclaré que habíamos estado trabajando junto a Q para encontrar la manera en la que le pudiera pedir al padre que lo llevara al psicólogo ya que el espacio de consejería no lo reemplazaba.

Cuando salí de aquella reunión, P, una docente que me acompañaba en la inserción de la consejería en la escuela, "me dijo que quizás podría resaltar más el hecho de ser estudiante de psicología para que no hubiera confusiones, pero le dije que siempre había dicho que era estudiante. Por lo tanto, me dijo que quizás era mejor omitirlo." (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 109).

En otra instancia, una joven me frenó en el pasillo y me preguntó: "¿usted es la psicóloga del colegio?" y yo le dije: "bueno, no soy psicóloga pero soy de la consejería", y me dijo: "claro si, estudia psicología" y le dije que si. Luego, me dijo: "yo quería hablar con usted, dónde se puede hablar?" (Registro de campo del día 27/09/2021, p. 139)

Otro aspecto que generó confusión y requirió que se aclarara el rol del consejero fue el nombre del espacio:

"¿Por qué se llama consejería?, ¿Dan consejos?" a lo que nosotras respondimos que en las capacitaciones nos dijeron que se estaba pensando en cambiar el nombre ya que se prestaba a confusión. No damos consejos, sino que la consigna es escucharlos y acompañarlos. (Registro de campo del día 05/07/2021, p. 68)

Más precisamente, en las capacitaciones se dijo: “El consejerx “no aconseja”, sino que el objetivo es motorizar el discurso, poner a circular la palabra del otro.” (Registro de campo del día 27/05/2021, p. 32).

Asimismo, “Se acercó una joven y dijo: “¿Vos sos de consejería? Necesito un consejo, porque el que me gusta no me da bola” (...) aclaré que no es que diéramos consejos, si no que en la consejería estamos para acompañarlos” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 111).

IX.3.a.ii. Definición de la Relación y los Límites entre el Dispositivo de Consejería y la Escuela. Tal como mencionó la directora, “la escuela, al ser un agente de salud, es necesario mirarla desde una perspectiva integral, que no solo aborde el polo educativo, sino que también se encuentren estos espacios que trabajen en red y que promuevan salud.” (Registro de campo del día 18/11/2021, p. 217). Trabajando con ese objetivo, en las capacitaciones de Consejería se mencionó que

la presencia de la consejería es un recurso para la escuela que puede contribuir a atender a la complejidad de las situaciones que se viven a diario. A partir de la escucha que se produce en la consejería, poner a circular la palabra y a partir de eso trabajar con los coordinadores de curso, los preceptores, docentes y directivos para conformar un *entre*, es decir, la consejería como un hilo más que entreteje esa trama institucional que es la escuela; (...) Trabajamos con la intención que la escuela se conforme como un territorio donde se produzcan nuevos modos singulares y colectivos de hablar y recrear lo social y lo escolar. (Registro de campo del día 27/05/2021, p.28)

Una de las claves que hizo que el dispositivo de consejería funcionara como promotor de salud fue, como planteó Verónica,

crear un borde, que no vean el espacio como dentro de la institución, ni tampoco fuera de la institución. La idea es construir un lugar en ese borde, en ese margen, que nos permita escuchar y trabajar con los otros miembros de la institución, pero sin violar esa confidencialidad e intimidad que es necesaria para que conversen con ustedes. (Registro de campo del día 27/05/2021, p.35)

Esto permitía que los jóvenes entendieran que la consejería no actuaba de la misma manera ni con los mismos recursos con los que actuaba la escuela, lo cual hacía que los jóvenes pudieran contar con nosotros. Marisa explicitó esto en la capacitación con un claro ejemplo:

El preceptor cuando ve una situación de violencia, está en posición de disciplinar, hasta de sancionarlo. Ir a decirle al preceptor (con una posición disciplinaria) es diferente a decirle a un consejero (que puede reconocer en ellos sus recursos). Decirle al preceptor “me van a agarrar a la salida” no es lo mismo que decirle al consejero “me van a agarrar a la salida”.” (Registro de campo del día 28/05/2021, p.24)

Para lograr esta diferenciación y que los jóvenes confiaran en que lo que se decía en el espacio no se comentaría con profesores, preceptores, etc., como puede suceder si se lo cuenta a un miembro de la escuela, fue necesario no interactuar en gran medida con el personal de la escuela frente a los jóvenes. Durante la práctica se notó que este aspecto se había logrado transmitir a los jóvenes debido a que varios de ellos se acercaron a contar cuestiones que hacía tiempo que necesitaban hablar y no se habían animado a hacerlo con la escuela ya que temían a la manera en la que la escuela actuara en consecuencia a ello.

En un momento, G me dijo que nunca había podido hablar de esto con nadie, más que con sus amigos, ya que cuando iba a tercer grado, la madre viajaba mucho por trabajo y por lo tanto, ella se había aferrado mucho a una seño y le había contado que extrañaba mucho a su mamá. Allí la escuela “hizo un escándalo”, habló con la madre y la madre la había acusado por haberla hecho “quedar mal frente a todo el mundo”. Es por ello que ella tenía miedo de hablar en los colegios de esto. (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 169)

Se acercó SR, tenía 17 años, de quinto naturales. Comenzó diciendo, "esta es la consejería, ¿para hablar no?" A lo que le dije que sí, la hice pasar y sentarse. Me dijo con sus ojos hinchados y llorosos que no sabía por dónde empezar, que no sabía ni con quién hablar. En varias ocasiones había llegado al colegio llorando, la preceptora le preguntaba cómo estaba y SR no sabía si meter a la escuela en el medio o no. Se la notaba muy angustiada. Me dijo que se había acercado a la consejería porque su hermana había venido. SR era hermana de TR.” (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 175)

Luego, me dijo que tenía un amigo que tenía ganas de venir a hablar a consejería, pero tenía miedo de que yo le contara las cosas a sus padres. Allí yo le expliqué que no les contaba nada a los padres a menos que el joven u otra persona estuviera en riesgo, y que mis supervisores y yo evaluaríamos eso. Si se llegaba a hablar con la escuela, iba a

ser con el fin de generar una red de contención y en tal caso se iba a hablar con él previamente. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 193)

Esta última intervención, que consta en señalar que si se informa algo a los padres o escuela sería con autorización los jóvenes, permite que se fortalezca la alianza y que no sientan que se viola su intimidad, lo cual podría generar resistencias o abandonos (GonzálezNúñez y Nahoul, 2014).

La confidencialidad era una de las cuestiones que los jóvenes tenían en cuenta antes de hablar con nosotros. En una instancia en la que presentamos el espacio, nos preguntaron frente a los jóvenes: “quiénes leían lo que ellos escribían, a lo que nosotras respondimos que solo nosotras, que éramos supervisadas por un equipo de profesionales, pero que no salía de ese círculo” (Registro de campo del día 05/07/2021, p. 68).

Para remarcar que era un espacio exclusivo para los jóvenes, una profesora preguntó a quiénes estaba dirigida la Consejería y si los profesores eran aceptados

A lo que le respondimos que la consejería estaba pensada como un espacio solo para los estudiantes, que si los profesores querían proponer ideas, podían hacerlo a través de las referentes de Consejería. Ella contestó que sí, que ella preguntaba para mostrarles a los estudiantes que era un espacio solo para ellos y que los profesores no se iban a involucrar, ni enterar de nada y agregó que ella se contactó con nosotras por Instagram, pero que ya nos había dejado de seguir, para dejarle el espacio a los jóvenes. (Registro de campo del día 05/07/2021, p. 68)

Para poder delimitar el espacio y lograr este vínculo, se requirió dialogar con la escuela y llegar a acuerdos. Uno de ellos fue definir ante qué circunstancias, la consejería debía romper la confidencialidad y trabajar en red con la escuela. Este diálogo se desencadenó a partir de que la coordinadora de curso me citó y me planteó lo siguiente:

La semana anterior, Q había estado conmigo lunes y miércoles en la Consejería y jueves y viernes se acercó a ella con ataques de ansiedad. Ella me señaló que yo debería haberle comentado que Q estaba sufriendo tanta ansiedad, la cual estaba afectando su rendimiento escolar, así ella podía intervenir desde la escuela y solicitarle al padre que fuera a un psicólogo. (...)

Planteó que quizás otro colegio se “lava las manos” con el espacio, pero que la consejería no es “una carpa fuera de la escuela”, por lo que deberíamos trabajar en

equipo, o ser parte de la red con la que decía consejería que trabajaba. Asimismo, me dijo que ella comprendía la confidencialidad, que ella no pretendía que yo le fuera a contar el contenido de la conversación, pero sí casos puntuales en los que ella pudiera intervenir. (...)

Además, me planteó que establecer estos límites, identificar la severidad del caso y saber derivar, era parte de la práctica, y que a ella también le interesaba que yo aprendiera, incluso me invitó a que si yo quería podía estar en la entrevista con el padre de Q aquel día a lo que no accedí debido al encuadre de Consejería.” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 108).

Ante esta demanda por parte de la escuela, trabajamos junto al equipo de Consejería y Verónica. Una de las referentes planteó: “es todo un asunto saber cuál es el límite para contarle a la escuela, pero eso no se va a poder saber de antemano, lo iremos resolviendo caso por caso.” (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 115)

Asimismo, Verónica concluyó que estábamos haciendo un buen manejo de la situación debido a que

justamente porque Q había hablado conmigo, se había animado a hablar con la escuela. Que la escuela siempre había estado, pero que por algo Q había elegido acercarse a la consejería. Es por ello que era tan valioso conservar el espacio de confidencialidad separado a la escuela. (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 115)

En una de las ocasiones en las que se tuvo que acudir a la escuela para que interviniera desde su rol, se le aclaró a la joven que “el sentido de contarle esto que le pasaba a la coordinadora de curso, era un camino para que le encontráramos una salida, para que se sintiera acompañada, apoyada y que ella se sintiera bien.” (Registro de campo del día 01/09/2021, p. 113).

Los efectos de estas intervenciones en la escuela, se vieron hacia el final de la práctica

la directora de la escuela mencionó que se notaba que los chicos encontraban la posibilidad de expresarse y hacían un adecuado uso del espacio. Además, comentó: “Los chicos no se acercan a nosotros porque saben que tenemos que actuar y comentarles a los padres”. Allí Lourdes le aclaró que cuando fue necesario, el equipo de consejería también actuó de manera cuidadosa y nos comunicamos con las coordinadoras de curso. (Registro de campo del día 17/11/2021, p. 214)

Esta diferenciación, no implicaba que hubiera una membrana impermeable entre Consejería y la escuela, ya que trabajábamos en red con ella y se apuntaba a que no solo se trabajara de a dos, sino también a “armar puentes con otros referentes de la institución” (Registro de campo del día 28/05/2021, p. 20) con el fin de que los jóvenes pudieran acudir a ellos como agentes primarios de la salud.

IX.3.b. Intervenciones que Promueven la Salud.

Como ya se mencionó anteriormente, en la consejería se busca promover la salud a partir de la construcción de un vínculo con los jóvenes a través de la escucha, contención y acompañamiento. “Apunta a que la escuela sea un lugar para contar, en el sentido de contar con otro, de ser tenidos en cuenta y de narrar e historizar lo mío a un otro.” (Registro de campo del día 27/05/2021, p.28). Del Bono, Otero Signorelli y Rojas Nou (2021) plantean que estas instancias “abren para los jóvenes un pasaje a otra cosa, un detenerse a partir de la escucha que da lugar al movimiento de las palabras, nuevos modos de habitar lo escolar y recrear lo social.” (p.10)

Asimismo, afirman que

Entre consejeros y estudiantes, existe la posibilidad de encuentro como apuesta que pueda darse o no. Encuentro que permita generar nuevos sentidos a partir de preguntarse, tomar decisiones, apropiarse de sus trayectorias educativas y ensayar salidas posibles, como oportunidad de “pasar a otra cosa”. Movimientos que invitan a cambiar atmósferas y entrelazar sentidos con otros. (...) Se propone otra manera de habitar lo colectivo, lo que da lugar al potencial de los saberes de cada estudiante, de sus propios códigos de resistencia, de sus experiencias en sus campos de posibles. Cada escucha trata de tener en cuenta los diferentes modos de existencia, lo que resignifica el arte de existir. (Del Bono et al., 2021, p.10)

Un punto relevante para analizar dichas intervenciones en la consejería, parte del siguiente cuestionamiento “¿Qué movimientos hacen que alguien se transforme en alguien a quien el otro le puede hablar?” (Registro de campo del día 28/05/2021, p.19).

IX.3.b.i. Escucha. A lo largo de las prácticas se fue trabajando en cómo escuchar para así crear un espacio en el que los jóvenes se sientan acompañados.

En la capacitación se resaltaron varios aspectos relevantes a la hora de escuchar. Entre ellos, se mencionó el “arte de ejercer la civilidad” (Registro de campo del día 27/05/2021, p.32). Bauman (2000) define a la “esencia de la civilidad” como “la capacidad de interactuar

con extraños sin atacarlos por eso y sin presionarlos para que dejen de serlo o para que renuncien a algunos de los rasgos que los convierten en extraños” (p.113).

Asimismo, se destacó que en el encuentro con el otro se debía

adoptar una posición ética y propiciar una espera que ofrezca un lugar en donde se pueda ir desplegando la subjetividad. Se plantea la paradoja que la manera de estar cerca del otro es asumir su propia lejanía y no intentar suprimirla. (Registro de campo del día 27/05/2021, p.32)

De esta manera, en la capacitación se trabajó junto a los consejeros en relación a cómo se sentían frente a realidades diferentes a las suyas y en consecuencia, en cómo se posicionaban frente a ellas. Este posicionamiento implica abrir un espacio de diálogo y preguntar, para así poder acercarnos y entender la subjetividad del joven que consulta.

En relación a esto, Alberto planteó:

cuando uno se acerca a esa diversidad, como consejeros que van a escuelas públicas que muchas de ellas están situadas en las barriadas de Córdoba, qué importante es preguntarse desde dónde estoy escuchando, qué representaciones, qué imaginario tengo sobre los jóvenes y cómo poder empezar a descentrarse, primero de la propia experiencia que alguna vez tuvimos como jóvenes y poder también descentrar estas representaciones que a veces nos generan cierta fascinación y empatía. (Registro de campo del día 28/05/2021, p.16)

Asimismo, Alberto hizo hincapié en la responsabilidad y los cuidados que se tenían que tener a la hora de ser elegidos como alguien que puede recibir algo que nunca se ha dicho antes:

El cuidado que siempre se tiene que tener de qué hacer circular y qué no. Por ejemplo, una persona víctima de abuso sexual: van tanteando a dónde y con quién hablar. Y muchas veces, en las prácticas, ser puesto en esos lugares, y la importancia que después de ahí, el compromiso de eso que ha dicho también nos involucra y nos hace responsable en cómo seguir con él. ¿Qué podemos hacer con esto? En estos acompañamientos, nunca uno es sin el otro. Hay que ser muy delicado, hasta con cosas que parecen menores que pueden tener que ver con otras vulneraciones y que desde el momento que nos prestamos y nos ponemos a disposición, nos convertimos en responsables de lo que puede acontecer después, no para asustarnos, pero estamos puestos en un lugar hasta privilegiado, para poder acompañar a alguien a buscar ayuda o salida posible.”” (Registro de campo del día 28/05/2021, p.19)

Los chicos van eligiendo con quien hablar, y hay que respetar eso también, porque a veces uno sí es el interlocutor y a veces no. Hay cosas que no le voy a ir a contar a la

psicóloga de la escuela, hay otros que dicen, si se lo voy a ir a contar. A veces es un preceptor, o un profe. Acompañar al preceptor o al profe para que ellos tampoco se vayan tan rápido de ese lugar. Hay que ver en una escuela cuáles son las potencias sanadoras, no es una sola persona, no es el psi solamente. Acompañar eso y cuidar eso también. (Registro de campo del día 28/05/2021, p.20)

Acompañar tiene una dimensión de dejarse llevar, de correr algunos riesgos, donde uno no tiene muy en claro a dónde se está yendo. Pero solo el hecho que haya un cuerpo a la par, ya eso genera efecto. (Registro de campo del día 28/05/2021, p.21)

IX.3.b.ii. Disponibilidad. Marisa, en las capacitaciones, aportó un concepto fundamental a analizar en este apartado: la “disponibilidad” del consejero. Al definirlo separó, por un lado, el prefijo: ““dis” como disolución de toda posición, lo que implica un desprendimiento de lo propio, de los preconceptos, de las presuposiciones, hasta la teoría que uno mismo trae” (Registro de campo del día 27/05/2021, p.31). Por otro lado, “la “ponibilidad” se refiere a una disposición a encontrarse con el otro sin metas a cumplir, sin diagnósticos, sin categorías, un ofrecimiento a construir con el otro en ese encuentro” (Registro de campo del día 27/05/2021, p.32).

Mostrarnos disponibles fue una postura que se tomó desde el primer momento en la consejería lo cual requirió trabajo personal y esfuerzos en encontrar la manera de transmitirles esto a los jóvenes.

En este sentido, en las RAP, se trabajaba esta postura para la cual era importante ponerse en un lugar de “no saber” ya que “si uno no sabe, pregunta, y ese espacio empieza a ser llenado por el otro” (Registro de campo del día 27/05/2021, p.32). Asimismo, Marisa comentó que para lograrlo era importante dejarnos atravesar por las cosas que traían los jóvenes:

Los consejeros pueden estar en un cuerpo a cuerpo muy cercano, pero que pueden estar muy lejos si no dejan que esa membrana que nos separa, vibre, no sea permeable a esas experiencias que a veces no tiene nada que ver con las propias, en un principio, después uno puede empezar a atender a unas redes de las propias experiencias y darse cuenta que muchas de esas experiencias de los jóvenes empiezan a mover y a movernos y a cuestionarnos ciertos status quo que llevamos, ciertas suposiciones en las que nos movemos que implican una forma de entender y de experimentar el mundo. Hay que estar dispuesto, y es una experiencia muy enriquecedora permitir que se caigan todos esos presupuestos que llevamos. (Registro de campo del día 28/05/2021, p.18)

Además, durante las prácticas se debió trabajar en la manera en la que los relatos de los jóvenes nos movilizaban para que pudiéramos soportar la incomodidad que a veces esto nos generaba. Marisa planteó que: “La incomodidad es cercana a la angustia, siempre hay algo que angustia cuando alguien nos cuenta algo. Lo primero que uno hace con la angustia es el acto, cualquier acto, salir a decir, salir a contar” (Registro de campo del día 28/05/2021, p. 20). Por lo tanto, ella propuso que había que “demorarse un rato para ver qué trae el otro, hacerle lugar a lo que el otro trae” (Registro de campo del día 28/05/2021, p. 18).

Uno de los casos en los que debimos trabajar en esto fue con el caso de PJ, una joven de 18 años, quién acudió a la consejería sintiéndose mal tanto física como anímicamente, debido a que la noche anterior se había peleado con la madre porque no le daba plata para comer.

Luego, de este encuentro, le escribí a Verónica para saber cómo manejarme en esta situación y me planteó que siguiera escuchándola a ella, que no me precipitara, ni me apurara en hablar con la preceptora. Asimismo, me dijo que no le parecía que yo tuviera que hablar en lugar de la alumna, pero que yo la podía acompañar a ella a hablar con la preceptora, que le cuente si es que ella quiere. Me planteó que lo importante era abrir el diálogo con ella y preguntar: “¿Porqué dejó de comer?”, “¿Porqué no le da de comer?”, “¿Es porque la mamá no le da de comer?”, “¿Qué está pasando con la mamá, que la mamá no la escucha, que no le da de comer?”, “¿De qué manera se lo dice a la madre, le puede expresar lo que ella necesita?”, “¿Desde cuándo pasa?”, “¿Con qué lo relaciona?”. Verónica planteó que si resolviéramos el problema rápidamente obturaríamos la posibilidad de que ella hablara. (Registro de campo del día 06/09/2021, p. 120)

Otro de los casos en los que se debió sostener la incomodidad para seguir estando disponibles para recibir lo que la joven quisiera contar, fue el caso de A:

Ella no se expresaba mucho, no sabía qué decir, contestaba de forma muy cerrada. Por momentos, esto me ponía incómoda porque sentía que, con los silencios y el mensaje que me había mandado, pretendía un consejo de mi parte que la hiciera sentir mejor. (...) Ya no sabía qué más decirle, y tampoco quería hablar de más. A partir de esto, se formó un silencio un poco incómodo que intenté sostener para ver si surgía algo más. Al ratito, le pregunté si quería hablar algo más y me dijo que no, que eso era todo. Yo le dije que si quería y necesitaba hablar, yo iba a estar el miércoles en el colegio. (Registro de campo del día 27/09/2021, p. 138)

IX.3.b.iii. Validación. Siguiendo con las intervenciones que promueven salud, Erskine y Trautmann (1996) plantean que “es esencial que el terapeuta comprenda la necesidad única en cada cliente de que otra persona estabilizadora, validadora y reparadora asuma algunas de las funciones relacionales que el cliente está tratando de gestionar solo.” (p.6)

Durante las escuchas en la consejería se prestaba especial atención a las necesidades relacionales de cada joven y se apuntaba a proporcionar seguridad y apoyo mediante la validación empática de los sentimientos y las necesidades. Siguiendo a Teti et al. (2015), “la validación implica la comunicación de que los comportamientos, emociones o pensamientos del paciente tienen sentido y son entendibles en el contexto actual.” (p.59).

Esto se trabajaba de diferentes maneras en la consejería. En un nivel más general, se hablaba con los jóvenes acerca de las emociones, lo cual provocaba que ellos supieran que la consejería era un espacio en donde no se iba a juzgar lo que ellos sentían y por lo tanto podían acudir a nosotros cuando lo necesitaran. Para ello, realizábamos publicaciones en Instagram, para reflexionar sobre estos temas. Realizamos la siguiente pregunta: “¿Está bien llorar?” (Registro de campo del día 04/09/2021, p. 116). A lo que respondieron:

Llorar siempre hace bien al alma, te sacas un peso de encima. Aunque a veces también es doloroso hacerlo. A mí por ejemplo no me gusta llorar tanto y eso que lo hago todo el tiempo, pero aún así de alguna forma me calma.

Por último, subimos “¿Es importante llorar si uno lo desea?” a lo que 15 personas respondieron “muy importante” y un joven respondió: “no tanto.” (Registro de campo del día 04/09/2021, p. 117)

A partir de ello realizamos una publicación que decía lo siguiente:

Llorar tiene un efecto tranquilizante. Llorar puede provocar que tu cuerpo se sienta relajado. El auto alivio, como algunos lo mencionan, se produce al momento en que liberamos nuestras lágrimas.” “Llorar libera hormonas. Cuando lloras liberas oxitocina y endorfina, dos hormonas clave para que puedas amar, ser amable y sentirse eufórico.”; “Llorar ayuda con el estrés. Si estás acostumbrado a reprimir tus emociones, permítete llorar, cambia la perspectiva y según sea necesario puede ayudar a superar gradualmente cualquier molestia”; “No tiene efectos adversos. Llorar libera el exceso de tensión, reduce la presión sanguínea, favorece la relajación muscular y tienen un efecto sedante y antidepresivo. Después de llorar, de forma natural, la mayoría de las personas afirma sentirse mejor. (Registro de campo del día 04/09/2021, p. 116)

En el contacto con los jóvenes en la consejería también se estaba atento a observar y escuchar con atención lo que pensaban, sentían o hacían (Teti et al., 2015). Es así como cuando M2 se acercó a la consejería preguntando:

"¿Qué es la ansiedad? ¿Cómo es la ansiedad?", porque ella sentía que tenía ansiedad (...) yo le pregunté "¿qué es lo que vos sentís, por qué sentís que tenés ansiedad?" y ella me dijo que cuando se ponía muy triste se le cerraba y le dolía el pecho. Ante esto, yo le pregunté ante qué situaciones se ponía mal y ella me respondió que a la noche se ponía triste porque tenía una amiga que era como una hermana para ella y de repente la dejó de lado, se fue con otro grupo de amigas con quienes hablaba mal de ella." (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135)

A partir de ello, le planteé que lo que ella podía estar sintiendo era angustia "le dije que era normal que ella estuviera angustiada, porque era una situación incómoda estar en el curso sin amigos y perder a su mejor amiga." (Registro de campo del día 22/09/2021, p. 135). De esta manera se reflejaba a la joven que sus emociones eran entendibles y tenían sentido en el contexto en el que se encontraba (Teti et al., 2015).

Otra forma de validar lo que los jóvenes sentían era identificando las emociones implícitas y expresándoselas sin asumir qué era lo que les sucedía, si no utilizando supuestos o preguntas para comunicárselo. Por ejemplo, en el caso de R se realizó la siguiente intervención con el objetivo de comprender lo que sentía y que se sintiera comprendida:

Creo que cuando hay alguien que está deprimido, toda la familia intenta que esa persona no tenga tantos motivos para sufrir, uno intenta defender/cuidar a esa persona. Y quizás sentías que el hecho de que tu abuela se pusiera de novia tan rápido, no colaboraba a que él estuviera bien. ¿Puede ser eso lo que te enoja?. También creo que hay mucho dolor detrás de esto, tanto por el sufrimiento de tu abuelo, como toda la familia y que hay que procesarlo de a poco, porque se nota que tu abuelo era alguien significativo para vos"" (p. 63)

Asimismo como Teti et al. (2015) plantean, "validar no implica estar de acuerdo" (p.59). Esto se transmitió cuando Q me comentó

que había tenido que reiniciar el contador de los días que no se había lastimado los brazos. Habían pasado 70 días sin lastimarse. Ahora el contador estaba en 7 días. Me contó que esta vez había sido superficial y no le habían quedado marcas como otras

veces. Además, me dijo que se sentía muy culpable por haber hecho eso ya que sabía que no estaba bien hacerlo, pero que le salía impulsivamente.

Frente a esto, le dije que no juzgara sus conductas, ya que era la forma que él encontraba de manifestar su malestar, y que se fijara en todo el tiempo que había logrado no hacerlo y que debía seguir de esa manera. Le dije que siguiera de la misma manera, buscando otras vías para poder expresar su malestar. Y seguimos trabajando para que pudiera conseguir atención psicológica (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 167).

IX.3.b.iv. Psicoeducación. Otras de las intervenciones que se utilizaron en la consejería para promover salud en los jóvenes fue la psicoeducación, entendiéndola como la define Bergman (2006):

como una intervención psicológica destinada a facilitar el aprendizaje sobre un amplio rango de dificultades emocionales y comportamentales, sobre sus efectos, y las estrategias para manejarlas. Esta afirmación está basada en considerar que el conocimiento permite incrementar los recursos disponibles para afrontar dichas dificultades. El conocimiento y la conciencia dan por resultado un aumento de control sobre estas conductas. (p.136)

De esta manera, trabajé con A:

Le señalé que no se encasillara en “tengo fobia social y si me quedo sola me va a agarrar un ataque de pánico”, ya que esto le había sucedido una sola vez años atrás. Asimismo, le comenté que la incomodidad es un sentimiento que es normal al entrar a un lugar donde no conoce a nadie, donde no sabe con quién estar, con quién hablar (...) Con respecto a encerrarse en el baño le dije, “quizás si haya momentos en los que vayas al baño porque es un lugar en donde te sentís más segura, pero también es importante que cuando uno siente esa incomodidad, dar pequeños pasos, o llevar temas para hablar o pensar de qué manera se presentaría frente a los otros, contar qué te gusta, preguntar qué le gusta al otro, para poder ampliar la zona de confort y que el baño no sea el único espacio donde te podés tranquilizar, porque al final uno también se siente mal ahí dentro.” (Registro de campo del día 27/09/2021, p. 138)

De la misma manera, se aplicó con la joven que se comunicó por la cuenta anónima contando que estaba afligida por no poder tener amigos:

Eso que vos me decías de poner esa máscara para que los otros piensen que no te afecta, fue tu manera de sobrellevar esa situación, te permitió bancarte un montón de cosas que vos sufrías. Pero hoy quizás tu sufrimiento va por otro lado, y sentís que querés romper

un poco con eso y poder entablar una amistad. Para eso, creo que de a poco podés ir abriendo esa persiana y dejarte conocer y vos acercarte. Esto va a ser de a poco. Las amistades son como una plantita que tenés que ir regando todos los días, entonces cada gotita de agua va a aportar. Por lo tanto, un día te podés acercar a alguien buena onda y decirle “¡Ay, que linda tu mochila!”, otro día le podés hablar acerca de algo que vos sientas que tienen en común, otro día le contás algo de vos que no necesariamente tiene que ser muy profundo, puede ser algo que te guste hacer... y de a poco te va a ir saliendo mostrar quién sos. Por eso te digo que es de a poquito, no te digo que cuentes lo que realmente te duele al principio, uno lo cuenta cuando se siente cómodo, y siente que la otra persona es de confianza. (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 88)

Asimismo se le propuso realizar actividades extracurriculares

Y esa es una gran oportunidad para conocer gente también. Y aparte en esas actividades, lo bueno es que muchas veces la gente se junta porque tienen algo en común, porque a las dos les gusta cocinar, entonces, te podés juntar a cocinar con alguien, o tenés de qué hablar, o se pueden compartir recetas por Instagram. Así que estaría buenísimo, que si vos tenés ganas de hacerlo, que lo intentes. Fíjate cuando lo hagas que sea un lindo grupo de tu edad. Ahí seguro que vas a conocer gente, así que estaría muy bueno que puedas hacerlo, es una muy buena opción.” (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 90)

IX.3.b.v. Información. La consejería también cumplió un rol muy importante a la hora de promocionar la salud de los jóvenes, apoyando su desarrollo personal y social, mediante la información y educación. Como se expone en la Carta de Ottawa (1986), la información

aumenta las opciones de que dispone la gente para ejercer mayor control sobre su propia salud y sobre sus ambientes y para tomar decisiones adecuadas que les lleven a la salud. Es esencial capacitar a la gente para que aprenda a través de la vida, se prepare para todas sus etapas y haga frente a las enfermedades (...) Esto tiene que facilitarse en los ambientes de la escuela, del hogar, del trabajo y de la comunidad. Hay que actuar a través de organismos educativos, profesionales, comerciales y voluntarios y dentro de las propias instituciones. (p.29)

En repetidas ocasiones se mencionó la necesidad de hablar acerca de la sexualidad en la escuela, sin prejuicios ya que no tenían otro espacio para abrirse.

Le pregunté si quería que hiciéramos el taller de Educación Sexual Integral y me dijo que sí, que le parecía importante informar a la gente, porque muchas veces las personas

no podían ser empáticas porque no tenían idea por lo que pasaban ellos. Por eso le parecía muy importante visibilizar la sigla de la comunidad LGBTQ+, hablar de la historia y acerca de cómo ser un buen aliado de la comunidad. (Registro de campo del día 04/10/2021, p. 142)

Previamente, en el Día Internacional del Orgullo LGBTIQ+ nosotras habíamos publicado las siguientes frases: “No importa a quién decidas amar, mientras sea AMOR lo que abunde en ti”, “Realmente el problema no es nuestro amor, es el odio de las personas homofóbicas.”, “Love is Love”. A continuación escribimos lo siguiente:

“¡Hola a todxs! Como habrán visto, hoy 28 de Junio es el Día Internacional del Orgullo LGBTIQ+. Hoy, para acompañar esta lucha, promover la inclusión, el respeto por las diversidades sexuales, y la aceptación del amor libre, queremos contarles qué significa la sigla LGBTIQ+. Ésta está compuesta por palabras lesbiana, gay, bisexual, transgénero, transexual, travesti, intersexual y queer, y al final se suele añadir el símbolo + para incluir todos los colectivos que no están representados en las letras anteriores. Esta sigla ha ido evolucionando para incluir a todos los colectivos: las letras TIQ+ fueron agregadas hace poco tiempo y muchas personas tienen poco conocimiento acerca de ellas. (Registro de campo del día 28/06/2021, p.51)

Allí definimos cada una de las palabras que componían la sigla.

Unos días después del día mundial de Prevención del Suicidio, Subimos algunas frases que se deben decir para acompañar a una persona se siente suicida:

“Tal vez no entiendo lo que sientes pero aquí estoy para acompañarte”, “Puedes hablar de esto conmigo cuando quieras hacerlo”, “¿Cómo te puedo apoyar y acompañar en este momento?”, “no estás solo en esto, acá estoy para ti porque eres importante para mi”, “no eres una carga para mi, te quiero y quiero apoyarte”, “has considerado buscar ayuda de un profesional”, “¿Quieres que te ayude a buscar un apoyo profesional?”. Por último, escribimos “cambiamos nuestros juicios por comprensión, todos podemos aportar en la prevención del suicidio.”” (Registro de campo del día 13/09/2021, p. 129)

Asimismo, se les brindaba información acerca de cómo pedir ayuda a una institución si era necesario. En el caso de A, ella y su amiga estaban siendo acosadas por el ex novio de su amiga, por lo tanto

le dije que le mandaría un número de teléfono del Polo de la Mujer en donde ella podría consultar qué podía hacer ante su situación. Luego, le volví a resaltar que no se quedara sola, que buscara ayuda cuando la necesitara, que hablara con algún adulto que la

podiera ayudar, que la escuela también podía ser un lugar para pedir ayuda si lo necesitaba, que preguntara qué debía hacer si el joven volvía a aparecer. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 193)

También, cuando se sugería algo a los jóvenes, se fundamentaba y explicaba la importancia de hacerlo, por ejemplo, le recomendé a TR, quien había tenido un intento de suicidio, comenzar algún deporte porque además de conocer personas de su edad le informé que cuando hacíamos ejercicio liberábamos hormonas que se llaman Endorfinas, las que se suelen llamar “la hormona de la felicidad”. Además, le comenté que le hacía bien a la cabeza, al cuerpo, e incluso a cómo se siente uno mismo con su cuerpo. (Registro de campo del día 29/09/2021, p. 140)

En el caso de C, quien se mostraba rebelde frente a las reglas de su madre debido a que consideraba que estaban basadas en los miedos de que C actuara como ella cuando era adolescente y quedara embarazada.

Le planteé que según lo que escuchaba, la madre hacía lo posible por cuidarla. Asimismo, le planteé que era importante que identificara qué creencias pertenecían a la historia y miedos de la madre y cuales al cuidado. Allí hablamos de los cuidados que se deben tomar al salir de fiesta: “tomás alcohol, saber poner límites, tener cuidados a que no te metan pastillas en el vaso, siempre ir acompañada, no irse con desconocidos, o el día que tengas relaciones, que uses preservativo, tomes pastillas anticonceptivas, que hables con una ginecóloga. Me refiero a que no está mal experimentar, pero sí es importante tener estos cuidados en cuenta.” (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 195)

Asimismo, realizábamos historias en Instagram con el fin de informar a través de encuestas y la interacción con los jóvenes. De esta manera,

“Subimos una secuencia de historias acerca del consumo problemático en el que los jóvenes debían marcar si ellos consideraban que la afirmación que decíamos era mito o era realidad. (...)

La primera afirmación decía: “El alcohol y el cigarrillo de tabaco no son drogas” a lo que 15 jóvenes respondieron que era mito y 11 que era realidad. Nosotras respondimos: “Es un mito! El alcohol y el cigarrillo de tabaco, aunque sean legales,

también son drogas, ya que actúan sobre el sistema nervioso y su consumo reiterado puede crear dependencia”.

La segunda afirmación decía: “El consumo problemático lleva a las personas a cometer delitos” a lo que 6 jóvenes respondieron que era un mito y 10 personas respondieron que era realidad. Nosotras respondimos: “Mito. Esto es un estereotipo que se les adjudica a las personas que consumen problemáticamente ya que el mero consumo de sustancias no lleva a delinquir”.” (Registro de campo del día 02/11/2021, p. 190)

“La tercera afirmación decía: “Una persona que consume problemáticamente está enferma”. A lo que 9 jóvenes respondieron que era un mito y 3 realidad. Nosotras respondimos: “Mito. Una persona que consume problemáticamente no está enferma. Esto es un estereotipo ya que tiene una mirada patologizante y estigmatizante que debemos desnaturalizar.”

La cuarta afirmación decía: “Actualmente se habla de consumo problemático y no de adicciones”. A lo que 8 jóvenes respondieron que era realidad y 2 personas era un mito. Nosotras respondimos: “Real. Actualmente se habla de consumo problemático y no de adicciones solamente ya que pensar en el consumo problemático significa ampliar la mirada sobre nuestros consumos desde una perspectiva multidimensional y despatologizante”

La quinta afirmación decía: ”El consumo problemático solo incluye sustancias” A lo que 1 persona respondió “sí, solo sustancias” y 9 personas respondieron “no, incluye más”. Nosotras respondimos: “Mito. El consumo problemático puede darse también en objetos y conductas que usamos cotidianamente como por ejemplo, el celular, los juegos, el sexo, etc.”

La sexta afirmación decía: “Se debería tener una visión multidimensional a la hora de abordar el consumo problemático”. A lo que 7 jóvenes respondieron que era realidad y nadie puso que era mito. Nosotras respondimos: “Real. Se debería tener una visión multidimensional a la hora de abordar las adicciones. Es una mirada que no solo contempla la conducta del consumo y el cómo afecta a su salud, sino también el contexto en el que la persona se encuentra y cómo este consumo afecta su salud tanto desde lo biológico, como también, desde los psicológico, social, económico, cultural. (Registro de campo del día 02/11/2021, p. 191)

IX.3.b.vi. Identificación de Riesgos. Para promover la salud y prevenir riesgos en la salud de los jóvenes, es fundamental identificarlos e intervenir adecuadamente. Para ello,

durante las supervisiones se trabajaba para que los consejeros supiéramos cómo detectarlos, qué preguntar y cómo intervenir.

Algunas de las preguntas que planteamos en la supervisión fueron las siguientes:

Desde cuándo pasaba aquello que el joven contaba, a partir de lo cual podríamos ver el contexto; asimismo, planteamos que era importante preguntar con qué frecuencia sucedía lo que contaba, lo cual nos iba a dar información acerca de la gravedad del caso.” (Registro de campo del día 09/09/2021, p. 129)

Asimismo, se planteó que “si llegara a ser un caso grave, tendríamos la función de detectar las urgencias, y dar ingreso a otras instituciones de salud, jurídica, etc. de acuerdo al caso.” (Registro de campo del día 09/09/2021, p. 129). A lo largo de las prácticas se nos presentaron varios casos donde se debió evaluar el riesgo y actuar en red con otras instituciones o limitarnos a escuchar y acompañar.

Ante estos casos, lo primero que se hacía era trabajar lo que el joven nos comentaba en supervisión y determinábamos el grado de riesgo.

Uno de ellos fue el caso de A, quien en primer lugar nos comentó:

que se sentía mal porque hacía un tiempo atrás, una amiga estaba saliendo con un joven de 16 años y que él mismo le empezó a pegar y acosar a su amiga. Ante todo esto, A la acompañaba a todas partes para que no estuviera sola en la calle por miedo a su ex novio. De pronto, el joven comenzó a acosar a A y a otra amiga. La seguía a distintos lugares, la esperaba afuera de la escuela, le enviaba mensajes pidiéndole que le mandara fotos íntimas y si no lo hacía, la iba a ir a buscar. Ante esto, yo le pregunté si ya se habían tomado medidas al respecto, si ella le había contado esto a algún adulto; a lo que me respondió que creía que su amiga le había dicho que había hecho una denuncia y que el joven estaba encerrado en una comisaría. Asimismo, me dijo que le contó esto que le estaba pasando a su tía, quien le dijo que no era necesario hacer nada si el joven estaba encerrado y que además, A se iba a ir a vivir pronto a otra ciudad junto a sus padres. El joven también era de esa ciudad pero A planteaba que él no iba a ir a ver a su familia porque estaba peleado con ellos. (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 185)

Ante esto, junto al equipo de consejería se decidió darle el número de teléfono del Polo de la Mujer para que ella consultara qué podía hacer en estas circunstancias y cómo podía protegerse. Se le sugirió hacerlo junto a un adulto.

En otra ocasión A me comentó que “estaba bajando mucho de peso por la presión de la madre, que vomitaba y restringía sus comidas” (Registro de campo del día 1/11/2021, p.183). Teniendo esto en cuenta, se trabajó junto a ella para que pudiera pedir ayuda profesional a su familia. En el siguiente encuentro me comentó que:

había hablado con su tía y con su abuela acerca de la posibilidad de ir al psicólogo. La abuela le había comentado que la podía llevar a un psicólogo gratuitamente. También, me comentó que no se había animado a solicitarle esto a los padres ya que ellos pensaban que los psicólogos eran para enfermos mentales. Sin embargo, me dijo que sí le había dicho a la madre que estaba teniendo conflictos con la alimentación.” (Registro de campo del día 3/11/2021, p. 192)

Con respecto a esto último planteó: "sentí que me había sacado un peso de encima". (Registro de campo del día 3/11/2021, p. 192)

Otra de las jóvenes que estaba en riesgo, era TR esto se detectó debido a que “me dijo que le decían: "enfermita mental" ,"suicida ". Le pregunté por qué le decían eso, sí ella había tenido algún intento y me dijo que sí.” (Registro de campo del día 30/08/2021, p. 113). Como plantea Mayerling Paz et al. (2012) la comunicación y el diálogo abierto sobre el tema, no incrementan el acto, como erróneamente se considera; si no, por el contrario, hablar abiertamente del tema, constituye una valiosa oportunidad para iniciar su prevención.

Ante estas circunstancias, y luego de supervisar el caso en las RAP, decidimos proponerle hablar con la coordinadora de curso para que se contactaran con los padres y buscar ayuda psicológica para la joven. A partir de lo que los padres contaron, la coordinadora de curso dijo que TR se estaba cerrando cada vez más, cerrando de su familia, de sus compañeros y que no estaba viviendo las cosas que los jóvenes de su edad hacen, es decir, salir con amigos, divertirse, etc. Asimismo, ellos comentaron que le sacaban el celular en forma de castigo, por lo tanto la coordinadora de curso intervino planteando la importancia de que ella tuviera contacto con sus pares:

Les planteó que consideraba que sacarle el celular no era una buena solución ya que el único vínculo que ella estaba teniendo se lo estaban cerrando. Si esa era la vía que ella encontraba para expresarse, había que dejársela abierta. Asimismo, les propuso abrir espacios de diálogo y preguntarle con quién hablaba, qué encontraba en aquellas personas que no encontraba en sus compañeros, mencionar los cuidados que debía

tener, que no todas las personas tienen las mismas intenciones que ella, entre otras cosas. (Registro de campo del día 06/09/2021, p. 122)

Luego, la coordinadora de curso me preguntó si yo quería agregar algo más y me pareció oportuno comentar que con TR habíamos estado hablando de hacer alguna actividad extracurricular y cuando yo estaba por decir qué era lo que TR me había dicho que le gustaría hacer, la madre me interrumpió y me dijo "sí, básquet". Yo le dije que sí, que me había comentado que le gustaba el fútbol y el básquet y que consideraba que era una buena opción ya que se juega en equipo, y podía armar un grupo afuera del colegio, y que al mismo tiempo, el ejercicio físico también le iba a hacer bien" (Registro de campo del día 06/09/2021, p. 122)

IX.3.b.vii. Seguimiento. Cuando se consideraba que los jóvenes estaban en riesgo, se intentaba realizar un seguimiento con el fin de poder intervenir nuevamente si fuese necesario y que los jóvenes supieran que no estaban solos y podían contar con nosotros.

Uno de ellos fue el caso de TR. Ella había encontrado un espacio de contención en la consejería, porque a pesar de que "le costaba mucho hablar (...) no hablaba con nadie, no le interesaba nada, no salía de la cama, no quería ir al colegio, se dormía muy tarde, y ya no salía con amigas" (Registro de campo del día 06/09/2021, p.121) se acercó repetidas veces a la consejería a comentar cómo se sentía. Es por ello que cuando pasaban tiempos prolongados sin hablar, la llamaba para saber cómo estaba:

En un momento, TR pasó caminando por el pasillo, (...) Allí le dije: "Hola TR ¿cómo estás?". A lo que me respondió: "mmm bien", le pregunté si tenía un ratito para hablar conmigo porque quería saber cómo seguía y me dijo: "sí, hace mucho tiempo que no hablamos". (Registro de campo del día 29/09/2021, p. 140)

Siguiendo la situación que TR y su hermana SR estaban viviendo en su casa, se debió informar a la escuela que la familia no había llevado a su hija a un psicólogo como se había pactado en una reunión que se había hecho previamente. Por esto mismo me acerqué a la coordinadora de curso para que interviniéramos nuevamente:

Le pregunté a la coordinadora de curso si podía hablar con ella. A lo que me dijo: "sí Sofi, tenemos una charla pendiente" me hizo tomar asiento en su oficina y allí le transmití lo que SR me había comentado y le dije que tanto SR como yo acordábamos que era una buena idea volver a llamar a los padres. La coordinadora de curso, me dijo, que ella también consideraba necesario hablar con ellos, y transmitir un mensaje: "ojo, los estamos mirando". Planteó que podría citarlos con la excusa de hacer un seguimiento de lo que se había hablado con TR, ya que se había solicitado que la

llevaran a un psicólogo por medio de un acta. Me dijo que los citaría, entonces, para el lunes. (Registro de campo del día 27/10/2021, p. 180)

Otro caso en el que se realizó seguimiento fue el caso de la joven que se contactó de forma anónima, ella se sentía muy sola y la ayudamos a adquirir nuevas habilidades sociales:

Podes hablarme cuando quieras y contarme como te esta yendo y cómo te sentís. Ella me respondió: “Sí, te voy a ir contando cómo me fue. Ya el mes que viene voy a comenzar a hacer un curso y voy a poner en práctica todo. Gracias por tus consejos, significan mucho para mi. (Registro de campo del día 13/08/2021, p. 90)

Luego de un largo tiempo le escribimos: “Hola! Si algún día te sentís mal y querés hablar con alguien, ¡contá con nosotras! Te mando un abrazo grande” (Registro de campo del día 05/10/2021, p. 147)

A lo que A respondió: “¡Hola! estoy bien, calmada, gracias por preguntar. En estos días siento que “me vale” por así decir no tener amigos pero así mismo te cuento que he estado hablando con una chica y no sé, creo que nos llevamos bien.” (Registro de campo del día 05/10/2021, p. 147)

IX.3.b.viii. Construcción de Espacios en la Virtualidad. A lo largo de la práctica también trabajamos en generar espacios en los que pudiéramos construir junto a los jóvenes. Al comienzo de la práctica tuvimos el desafío de instalar el dispositivo en la escuela por primera vez y acercarnos a los jóvenes de manera virtual debido al contexto de pandemia. Esto lo hicimos siguiendo a los jóvenes de la escuela desde la cuenta de Instagram de la consejería que se llamaba “Somos Todo Oídos”. Durante los primeros días conseguimos 80 seguidores.

Para lograr el primer acercamiento a los jóvenes, fue esencial personalizar nuestra cuenta, es decir, mostrar que había personas detrás de la pantalla. Es por ello que comenzamos realizando tres videos para que nos conocieran. El primero presentaba el espacio: “¡Se acerca algo para vos! ¡Un espacio dónde podés hablar y sentirte acompañadx! “Somos Todo Oídos”, un equipo de consejeras y estamos contentas de darles la bienvenida a este espacio! Siganos en Instagram @consejeríajjp ! ¡Lxs esperamxs!” (Registro de campo del día 20/06/2021, p.49). En el segundo, nos presentamos las consejeras como estudiantes de psicología, y nuestro rol en la escuela. Y el tercero, explicaba de qué se trataba el proyecto de consejería:

Llegó “Somos Todo Oídos”, la consejería del JJP. Un espacio seguro y confiable para hablar de lo que quieras, en grupo o en privado. Vas a poder expresarte y sentirte escuchadx sin ser juzgadx. Acercate a nosotras o mandanos un mensaje directo si sentís que no podés con todo solx o simplemente tenés alguna duda, querés charlar o compartir

algo. ¡Estamos para vos! “Somos Todo Oídos”. (Registro de campo del día 20/06/2021, p.49)

Además, realizamos visitas virtuales a varias clases en las que las profesoras nos invitaban a participar. Allí aprovechamos ese espacio para hacer conocer el dispositivo y presentarnos. Comentábamos que éramos estudiantes de psicología, lo cual, a pesar de que se aclaraba que no era un espacio terapéutico, generaba gran interés en muchos de ellos que deseaban/necesitaban un acompañamiento psicológico y que, por alguna razón, no tenían acceso. Asimismo, resaltábamos que no había una brecha generacional grande entre ellos y nosotras lo cual permitía que hubiera mayor comprensión.

En aquellas reuniones hacíamos énfasis en que era un espacio de apoyo, en los que ellos eran partícipes, que podrían aportar temas que quisieran que se abordaran y que también el espacio podía ser adaptado a las necesidades que ellos tuvieran, ya sea individual, grupal, virtual, presencial o algún taller. Para finalizar, los invitábamos a seguirnos en nuestra cuenta de Instagram y participar del espacio.

Una de las primeras acciones que hicimos las consejeras fue organizar reuniones virtuales. Descartamos la opción de realizar vivos de Instagram debido a que eran poco interactivos, por lo tanto, realizamos reuniones de Meet con el objetivo de conocer a los jóvenes y sus intereses. La primera reunión la organizamos con ciclo básico y nadie se conectó. La segunda la realizamos con ciclo orientado a la que se conectaron 4 adolescentes. Allí se creó un espacio de diálogo muy interesante, en el que cada uno pudo presentarse, y comentar acerca de su presente y lo que tenían pensado hacer en su futuro. Asimismo, conversamos acerca de los espacios y las personas con los que contaba cada uno para hablar acerca de lo que les sucedía. También, ellos expresaron interés por la psicología y algunos de ellos, necesidad de acudir a un profesional. Fue un espacio muy agradable en el que los jóvenes participaron activamente y se logró abrir un espacio de diálogo entre ellos y con la consejería:

L planteó: “me pareció genial este espacio porque siento que en mi caso no me entiendo mucho en el cole, porque siento que cuando le hablo no me da como tanta atención” (...) A partir de esto, Q planteó que siempre estaba dispuesto a escuchar a cualquiera, porque sabe qué es lo que se siente no poder contarle lo que siente a nadie, y dijo “asique si necesitan hablar con alguien, acá estoy” a lo que L contestó: “es re bueno tener compañeros así la verdad, vos también podés contar con nosotras!” (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 73)

Asimismo mostraron incentivación para participar en futuros encuentros:

L dijo: “van hacer más charlas?” a lo que les decimos que sí, que les vamos a estar avisando por Instagram y por los grupos del colegio. A lo que Q dijo, “Yo voy a estar presente en todas” y L también agregó: “a mí por lo menos me van a tener en todas jajaja” y S contestó: “a mí también”. (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 73)

Asimismo, planificamos un encuentro acerca de Diversidad basado en los ejes de la Ley de Educación Sexual Integral. El mismo que se pensó a partir de la demanda que hizo Q, con el interés de concientizar a sus compañeros de la escuela. En este encuentro virtual tampoco tuvimos participantes, por lo tanto, se llevó a cabo en el curso de Q de forma presencial, cuando esto fue posible.

Además, adaptamos las escuchas individuales que previas a la pandemia se realizaban cara a cara y las realizamos por medio de mensajes privados de Instagram. En esta adaptación debimos tomar medidas para que el dispositivo funcionara y que se construyera un espacio que favorezca a que los jóvenes se sientan cómodos para hablar con nosotras. Una de las reglas que establecimos con las consejeras era presentarnos al comenzar la conversación para que supieran con quién estaban hablando: “Bueno R, me presento, yo soy JB, para que sepas quién te está escuchando” (Registro de campo del día 03/07/2021, p.61). Otra de las medidas que se tomaron fue pautar un tiempo determinado para hablar con el joven que consultaba ya que si cada uno hablaba cuando tenía tiempo disponible, a veces las conversaciones se disolvían.

Verónica planteó que para la próxima consulta, sería buena idea pautar un marco, una cita por Meet, para poder hablar más tranquilas ya que se nos hacía difícil encontrar espacios para poder contestarle a la joven con la atención que se merece. (Registro de campo del día 7/07/2021, p. 69).

En una ocasión le propuse esta opción a una joven con la que veníamos teniendo una extensa conversación sin horarios y ella rechazó la propuesta de hacer una reunión virtual, pero determinamos un horario para conversar.

Otro desafío que debimos atravesar fue que por medio de mensajes se dificultaba conocer el contexto y lo que querían expresar ya que no se podían expresar y no podíamos ver sus gestos, es por ello que utilizábamos audios y realizábamos preguntas para verificar si estábamos entendiendo lo que nos querían decir, por ejemplo: “O sea tu abuelo la engañó, se separaron y ahí comenzó su enfermedad. ¿A vos te hubiese gustado que ella lo perdonara?” (Registro de campo del día 03/07/2021, p.62); “Parece que estás un poco dolida y enojada por esta situación. Vos aclárame si vos sentís que no es como yo lo interpreté.” (Registro de campo del día 03/07/2021, p. 62).

Lamentablemente, la modalidad virtual no le resultaba cómodo a todos los jóvenes:

Recibimos un mensaje de CT, que decía: “holaa”, “hasta que hora se puede ir a consejería hoy?”; a lo que le respondí: “Hola CT! ¿Cómo estás? ¡Ayer fue el último día de consejería! ¡Pero charlamos por acá si necesitas!”. CT respondió: “no es lo mismo por acá pero voy a ver si puedo escribir un mensaje explicando por qué quería ir. Gracias!”. Le dije: “Si, ¡qué pena! Si te sentís más cómoda, podemos hacer videollamada! Como prefieras CT!” a lo que respondió: “No en realidad en mi casa no me siento cómoda para hacer casi nada. Pero gracias igual”. Le dije lo siguiente: “Bueno, como sea más cómodo para vos. Creo que voy a estar disponible por acá hasta la semana que viene! Cualquier cosa que quieras que charlemos, o si me querés mandar audios cuando estés fuera de tu casa, podés hacerlo!”. No tuvimos más respuesta. (Registro de campo del día 04/11/2021, p.198)

A pesar de los desafíos mencionados que nos presentó la virtualidad, también le dió la oportunidad de comunicarse a aquellos quienes no se animaban a decir lo que les sucedía ya sea por vergüenza o miedo a ser juzgado. Uno de estos casos fue el de una joven que se creó una cuenta anónima para contar su historia. Ella estaba avergonzada, porque nunca había tenido un amigo, y dolida, por todo el bullying que había recibido. Esta fue una buena oportunidad para ella ya que comentó lo siguiente:

No creo que pueda contarle esto a nadie que me conozca personalmente, me daría pena y vergüenza que sepan mi lado "débil". Siento que no tengo la confianza y valentía para contar y afrontar esto frente a nadie. No me gustaría quebrarme frente a alguien, no me gusta que me vean llorar. (Registro de campo del día 13/08/2021, p.87)

Asimismo, con la adaptación del dispositivo de consejería a la virtualidad, las publicaciones de Instagram se convirtieron en una forma de intervenir, acercarnos a los jóvenes y promover salud. A lo largo de las prácticas realizamos 16 posts, en los cuales presentábamos el espacio, comunicábamos cuando realizaríamos las reuniones por Meet, presentábamos información que les podía servir, hacíamos posteos con humor para disminuir el malestar del aislamiento. Además, subíamos consejos para: sobrellevar el aislamiento, para establecer una mejor relación con uno mismo, para ayudar a otras personas con problemas psicológicos. En la última publicación les pedimos ayuda para que completaran el formulario y evitar que cerraran la consejería.

El posteo que tuvo más me gustas fue un video en el que se mostraba en qué parte de la escuela estaba ubicada la Consejería. La segunda publicación con más me gustas fue la publicada para el Día Internacional del Orgullo LGBTQ+, en aquella publicación 26 personas pusieron me gustas. El resto de las publicaciones tuvieron entre 10 y 17 me gustas.

También, realizamos 122 historias en las cuales publicábamos información, consejos y abríamos diálogo con los jóvenes. Realizamos 34 encuestas para poder interactuar y conocer cómo estaban, de qué curso eran, qué temas les interesaba que abordemos, conocer su opinión frente a temas como: diversidad corporal, sentimientos, estudio, salud mental, error/aprendizajes.

La participación de los jóvenes en la virtualidad era más pasiva, es decir, respondían a las encuestas que hacíamos, y muy pocos se animaban a escribirnos. En muchas ocasiones la consejería virtual despertaba curiosidad en los jóvenes y provocaba que se acercaran a la consejería presencial, la cual fue más concurrida.

La coordinadora de curso mencionó: “La virtualidad es muy difícil en nuestro contexto. Pero creo que ustedes han hecho buenas elecciones... los chicos usan Instagram más que asistir a una clase virtual. El video de difusión de Tik Tok también está genial”. (Registro de campo del día 30/6/2021, p. 55). A lo largo de la práctica se fue notando que este era un modo efectivo de acercarse a los jóvenes a pesar de sus desafíos.

IX.3.b.ix. Construcción de Espacios en la Presencialidad. Durante las prácticas presenciales continuamos utilizando la cuenta de Instagram ya que esta herramienta tenía mucho alcance a los jóvenes y utilizábamos ese medio para incentivarlos a acercarse al espacio. Para ello, visitamos nuevamente, pero esta vez de manera presencial, todos los cursos para presentar el espacio y llegamos a tener 123 seguidores en nuestra cuenta de Instagram.

La consejería presencial resultó novedosa para los jóvenes y muchos de ellos se acercaron curiosos a hablar conmigo el primer día de la consejería. Como se reunieron tantos jóvenes y el gabinete asignado para el espacio era pequeño, decidimos salir al recreo y hablar en ronda. Allí nos presentamos y me comentaron cosas que les gustaba hacer.

Luego, llegó la hora de que los jóvenes volvieran a clase, los acompañé mientras hablaba con Q y él se quedó conmigo en el pasillo. Comenzó a abrirse y contarme cuestiones personales por lo que le propuse, que le pidiéramos permiso a la preceptora para que pudiéramos ir al gabinete a charlar con más privacidad. (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 98)

De esta manera, la presencialidad tenía la ventaja de que los encuentros se dieran de forma más espontánea, pero para ello, la consejería se debía mostrar disponible. Algunas de las medidas que se tomaron para que estos encuentros se dieran fueron: en primer lugar, abrir las cortinas del gabinete cuando no había nadie adentro y sentarme cerca de la ventana para que quien quisiera acercarse pudiera hacerlo:

Estaba en el gabinete y se acercó un grupo de 5 jóvenes quienes comenzaron a leer el cartel de la consejería en voz alta, miraron a través de la ventana y los saludé. Luego, abrí la ventana y les dije "Hola, soy Sofi" y el joven dice: "Ah si, Sofi. ¿Para qué está acá?"; a lo que yo le respondí que la consejería era un espacio para escucharlos y acompañarlos cuando ellos lo necesitaran, cuando se sintieran mal, angustiados o simplemente contarme algo. A lo que una joven respondió: "Ay, que interesante, que bueno que exista este espacio! No sabía que estaba". (Registro de campo del día 15/09/2021, p. 131)

Otra de las estrategias que implementé para que los encuentros se dieran de forma espontánea, fue salir a caminar por los pasillos de la escuela durante los recreos, lo cual tenía un gran efecto debido a que los jóvenes me paraban en el pasillo a hablar o como en el caso de PA, veían que estaba en la escuela y se acercaban a hablar: "En un recreo temprano, PA, (...) pasó caminando por el pasillo y me saludó a lo lejos. Más tarde, escuché que me tocaban la puerta del gabinete. Cuando abrí, era PA." (Registro de campo del día 08/09/2021, p. 123).

De esta manera se fueron conformando diferentes dinámicas. La más utilizada fueron las escuchas individuales, durante la práctica tuve la oportunidad de escuchar a 20 jóvenes, de los cuales pude realizar un seguimiento de 10 de ellos. El formato grupal, generalmente, se conformaba en los recreos, y cuando nos proponían algún tema para debatir en un curso. A partir de la demanda de Q, realizamos un encuentro acerca de la diversidad en su curso, el cual se inició con una actividad disparadora y que tenía como objetivo que se animaran a participar. En dicho encuentro nos cuestionamos acerca de los estereotipos, aportaron ideas para ser más inclusivos y empáticos con el otro.

Preguntamos de qué manera podíamos incluir al otro, frente a lo cual (...) Q dijo: "Siendo empáticos. El ser humano es un ser social, empático, pero con los años a veces le cuesta ponerse en el lugar del otro.", asimismo dijo: "A veces hace falta coraje para acercarte a alguien que es diferente a vos". "También hay que entender que a veces a la otra persona le cuesta abrirse". Además, preguntamos qué implicaba ser empáticos a lo que un joven respondió "mostrar interés por el otro", Q agregó: "No alienar a la gente, no hacerlo sentir distinto, hacer preguntas para mostrar interés, dejar de lado tus prejuicios y darle una chance al otro". " (Registro de campo del día 21/10/2021, p. 174)

IX.3.c. Apreciaciones Acerca de la Consejería.

IX.3.c.i. Apreciaciones de los Jóvenes. Gracias a cada una de las intervenciones mencionadas y a la disponibilidad que mostró la consejería en todo momento, muchos de los

jóvenes manifestaron a través de la participación activa que la consejería era un lugar donde podían contar lo que les sucedía sin ser juzgados y que los podían acompañar en sus caminos.

“M y PL se fueron, y M dijo que iba a traer a F ya que pensaba que ella necesitaba hablar. (...) Al rato, M volvió a interrumpir tocando la puerta junto a F. (...) F tenía una risa nerviosa, y no entendía por qué M la había llevado ahí, se tapaba la cara, y no quería decir nada. M dijo: “homosexualidad”” (Registro de campo del día 23/08/2021, p. 101).

Allí M le transmitió que ese espacio era un lugar seguro para hablar de lo que le sucedía sin ser juzgada como lo era por sus padres.

En otra ocasión,

Salí a caminar por el pasillo y me crucé a PA (...) Cuando ella me vió, se acercó a mí y me dijo: “Ay no sabés todo lo que te necesito Sofi! Me agarraron 3 ataques de ansiedad últimamente” y yo le pregunté si quería ir al gabinete a charlar un rato. (Registro de campo del día 06/10/2021, p. 153)

Asimismo, demostraban la necesidad de hablar al anticiparse para averiguar si el espacio iba a estar abierto:

Antes de llegar a la escuela, recibí un mensaje de A, (...) El mensaje decía: “¡Hola! Buen día, hoy está abierta la Consejería?” a lo que yo le respondí: “Hola A!! Si!! Esta es nuestra última semana! Llego a las 8.30! Te espero así charlamos” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 184)

Además, contaban con que era un espacio para reflexionar y debatir temas de su interés por lo que aportaban temas para abordar en talleres y publicaciones. Q mencionó que

le parecería importante hablar acerca de la diversidad en las escuelas, tanto de la comunidad LGBTQ+ como de las personas con discapacidad y que le interesaría conocer más acerca de la salud mental, ya que a veces uno no sabe hasta dónde es sano, y que además le interesaría saber más acerca de cómo ayudar a otros. Al instante aparecieron 3 temas propuestos por Q en la cuenta de Instagram que eran: “Problemas de salud mental”, “Aceptación de alumnos LGBTQ+” y “Relaciones en la adolescencia”.” (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 71)

Asimismo, los jóvenes explicitaron cómo les había ayudado el espacio y sus apreciaciones acerca del mismo. En el caso de TR y SR, me dijeron

que después de que el colegio había hablado con la familia, las cosas cambiaron por una semana, en la que la madre les dijo "bueno, basta de insultos" y días después, todo seguía igual. Allí SR me dijo que consideraba que podía ser una buena opción hablar

con sus padres ya que ella no sabía de qué otra manera hacerle entender a la madre que no era la manera de tratarla. (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 177)

Además, desde la consejería se le propuso a los padres y a TR que comenzara una actividad en equipo que disfrutara para que pudiera ampliar su círculo social: “Me dijo que tenía una buena noticia, que había empezado básquet y lo cual, le estaba haciendo muy bien, que era el único lugar que le hacía bien. Además, me comentó que se había hecho dos amigas.” (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 177)

Además, esto se vio reflejado en los comentarios de los jóvenes acerca de la consejería “Q, contestó “Hace 2 años hubiera ido corriendo a la consejería”, ”Me parece re importante el espacio porque no se puede hablar con cualquiera”. Luego, una compañera llamada S, agregó: “Me parece muy importante porque los adolescentes necesitan comunicarse si o si, es necesario en esa etapa”.” (Registro de campo del día 08/07/2021, p. 71)

También, uno de los jóvenes destacó que la consejería le brindaba un acompañamiento que no encontraba en su entorno social:

Le pregunté con quién hablaba estas cosas que la hacían sentir mal a lo que me respondió que lo hablaba con los amigos, pero que ellos le decían “vos sos buena persona”, pero que no tenía ningún adulto con quien hablar, por eso había decidido ir a la consejería. (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 169)

“Me agradeció mucho por el espacio y que se había sentido muy cómoda y segura allí. Le dije que volviera cuando lo necesitara.” (Registro de campo del día 18/10/2021, p. 170).

“A cada rato, N me decía que se sentía cómodo hablando conmigo, que le había sido de mucha ayuda y que se sentía bien en el espacio.” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 188).

Asimismo, al finalizar las prácticas pedimos una devolución del espacio a lo que comentaron lo siguiente:

Para mí la consejería es un lugar necesario en las escuelas ya que nos da un pequeño espacio para poder hablar de lo que nos preocupa o deja que nos expresemos libremente. Es un lugar para poder ayudar a muchos estudiantes con sus problemas ya sean académicos o personales. Además, de que le da experiencia de campo a los estudiantes de psicología que conforman las consejerías.

Es un lugar seguro, un lugar que sé que puedo ir y simplemente ser yo. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 196)

Otro joven escribió: “Un espacio para ayudar a los demás”, “Un espacio para escuchar” (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 197).

Un lugar que sirve para ayudar a los adolescentes a desahogarse un poquito más y contar esas cosas que quizás no se la podamos contar a cualquier persona. Me parece incorrecto que cierren este lugar, pero bueno. Muchas gracias por darnos la oportunidad de poder expresarnos sin miedo o vergüenza. (Registro del día 03/11/2021, p. 192)

Durante los últimos días de prácticas, nos anunciaron que “El Ministerio de Educación cerraría el Proyecto de Consejería por cuestiones políticas.” (Registro de campo del día 13/10/2021, p. 165). Este fue otro momento en el que los jóvenes y profesores manifestaron la importancia de la consejería en la escuela:

Por su parte, Q propuso realizar movimientos para que el Ministerio de Educación reevaluara su decisión, por lo que, en primer lugar, “subió un post a su historia y escribió: “Mental health is health”, lo que significa que la salud mental, es salud.” (Registro de campo del día 28/10/2021, p. 182)

Asimismo, planteó: “estoy buscando formas para que más gente firme la petición para que no saquen la consejería.” (Registro de campo del día 29/10/2021, p. 183)

Después, me comentó que había visto a la madre el fin de semana y que había aprovechado para hablar acerca del cierre de la consejería, ya que ella era "bastante quilombero". Allí, me comentó que la madre le había dicho que tenía un amigo que trabajaba en un canal de televisión y que se iba a comunicar con nosotras para que habláramos en el noticiero. Además, me dijo que podría escribir una carta muy larga para que no la cerraran; a lo que le respondí que lo hiciera, que podríamos ver qué tan lejos llegaba. (...) También, me comentó que le había contado a las profesoras. (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 189)

Finalmente, Q nunca se comunicó para llevar a cabo esta acción, pero su iniciativa mostraba que valoraba lo que este espacio le había aportado.

Asimismo, ante esta noticia recibimos muchas respuestas lamentándose por el cierre, entre ellas: "Hay muchos chicos que lo necesitan". (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 184)

"Oy ¿Por qué? Quiero llorar". En este caso, para TR la consejería fue muy importante, ya que a ella le costaba mucho decir lo que le pasaba, no tenía una red de contención, y juntas pudimos ir creando nuevos espacios en los que ella pudiera ampliar su círculo.

(...) Luego, vi a TR caminando junto a un grupo de personas, lo cual me puso feliz ya que siempre caminaba sola con el celular, sin mostrar interés por nadie.” (Registro de campo del día 25/10/2021, p. 179)

IX.3.c.ii. *Apreciaciones de Referentes de Consejería y Adultos de la Escuela.* Al realizar la reunión final con la directora de la escuela, una de las referentes de consejería comentó acerca del desempeño de la consejería en JJP:

Lourdes consideraba que en JJP había habido un uso apropiado de la consejería, hubo muchas escuchas, que los jóvenes se habían sentido cómodos, y habían vuelto a hablar conmigo.

Asimismo, comentaron que la directora había dicho: “Si ustedes no hubiesen estado, no nos hubiéramos enterado de esto”. Eso habla de la importancia que tiene la consejería en las escuelas. (Registro de campo del día 03/11/2021, p. 198)

También la directora planteó:

“Ojalá que siga este proyecto porque los chicos necesitan ser escuchados y nosotros no podemos desatender lo pedagógico. La agenda escolar es muy ajustada.” Asimismo, planteó que en el barrio no había un centro de salud que alcance para la oferta que hay. “Necesitan muchísimo acompañamiento”. (...) “Yo creo que la escuela tiene que ser un polo asistencia, educación, sanitaria. No para ofrecer in situ sino que pueda trabajar en red y articular. Y que los chicos no se vayan perdiendo”. “Este dispositivo permitió que puedan hablar y decir lo que les pasaba” (...) “Ojala que vuelva transformado o no. Pero que vuelvan.” (...)

Más tarde, la directora preguntó a qué dirección pertenecía el proyecto de consejería. Al poner en común aquellos datos, la directora conocía a la persona que estaba a cargo de ese espacio y propuso que junto a otras directoras podían armar una manifestación y solicitar que no cierren el espacio. La directora comentó que iba a enviar un mail para solicitarlo. (Registro de campo del día 17/11/2021, p. 215)

Una de las referentes de consejería dijo: “La única explicación que le encuentro a esta decisión (del cierre del proyecto de Consejería) es falta de conocimiento, no saben lo que se genera ahí. Nosotras en un primer momento lo tomamos con resignación. Pero los consejeros, lucharon, nos dijeron; “no, pero no pueden cerrarlos así, juntemos

firmas, hagamos video, hagamos notas en el noticiero, pidan una reunión para preguntar porqué”, y así fue como buscamos luchar para defender la consejería. Si no hubiera sido por los consejeros nos quedabamos resignados sin luchar. Nos hacen pensar. Nos cambian el eje.” (Registro de campo del día 18/11/2021, p.216)

La profesora de sociología y antropología se acercó y dijo: "me comentó Q que iban a cerrar la consejería, ¡qué pena, es muy necesario! Este espacio cierra por todas partes, ayuda a los estudiantes, a los jóvenes. Veo que los chicos de 5to año participaron un montón, tienen muy buenas referencias del espacio."; luego, agregó: "me da mucha tristeza porque una vez que algo funciona, lo cierran". Para finalizar, me agradeció por el trabajo que estábamos haciendo.” (Registro de campo del día 01/11/2021, p. 190)

X. Conclusiones

Acorde al eje de sistematización, en el presente trabajo se logró “analizar modalidades de promoción de salud desde el Proyecto de Consejería con jóvenes de una escuela secundaria de gestión estatal de Córdoba, en contexto de Covid-19” desde una perspectiva sanitaria.

El proyecto de Consejería se ha centrado en trabajar junto a los jóvenes para promover bienestar en sus vidas, reforzando sus trayectorias escolares, buscando fortalecer la conexión entre ellos, empoderándolos en el ejercicio de sus derechos y fomentando un ambiente educativo que valore y comprenda sus individualidades. Como se mencionó anteriormente, este proyecto se piensa desde una perspectiva sanitaria, la cual nos permite analizar el proceso salud-enfermedad de los jóvenes en su cotidianidad.

En el primer objetivo se describió una amplia variedad de temáticas que los jóvenes traían al espacio porque los movilizaba. Muchas de ellas estaban vinculadas a los trabajos psíquicos propios del período de la adolescencia, mientras que otros surgían de sus vivencias personales. El dispositivo de consejería cumplió allí el rol crucial de comprender y apoyar activamente a los adolescentes en la construcción de su identidad. En este sentido, los jóvenes encontraron allí el espacio para volcar y trabajar sus preocupaciones, ansiedades, curiosidades, problemáticas, sentimientos y logros, que no se sentían libres de expresar en otros espacios como, por ejemplo, en el ambiente familiar o con su grupo de pares.

En relación al segundo objetivo se puede concluir que efectivamente, la salud de los jóvenes se encuentra estrechamente vinculada a los determinantes sociales y culturales. En esta línea se detectó, por un lado, que la desigualdad de género y las diferencias de poder inherentes a ella, contribuyen a generar desequilibrios en las relaciones, jerarquías, privilegios, llegando, en muchos casos, a causar violencia.

Vinculado a lo anterior, los estereotipos de género también desempeñan un papel fundamental, impactando en la construcción de la identidad y la percepción de uno mismo desde edades tempranas. La presión social ligada a la lógica binaria del género puede provocar marginación social y conflictos, especialmente a la comunidad LGBTQ+, es decir a aquellos cuya orientación sexual e identidad de género no se ajusta a estos modelos convencionales y desafían los estereotipos mencionados.

Asimismo, entre las presiones que ejerce la cultura actual se encuentran los estereotipos de imagen corporal que imponen estándares de belleza y éxito social afectando la autoevaluación de los jóvenes.

A partir de los puntos mencionados se puede visualizar la fuerte influencia que tiene el entorno social y cultural en cómo los jóvenes se definen a sí mismos. En este sentido, a lo largo del trabajo se destacó cómo tanto las situaciones de maltrato y bullying como el apoyo emocional impactan en la salud de los jóvenes.

Por último, se detectó la presencia de prejuicios en torno a la salud mental, los cuales dificultan que los jóvenes busquen ayuda. Esto nos plantea como desafío la deconstrucción de dichas representaciones sociales para fomentar un ambiente propicio para el cuidado de la salud mental de los jóvenes. En conjunto, abordar estos determinantes sociales y culturales es esencial para promover el bienestar integral de la juventud.

El tercer y último objetivo específico gira en torno a las intervenciones que se llevaron a cabo desde el dispositivo de Consejería para promover la salud de los jóvenes de esta escuela. Insertarse en ella conllevó diversos desafíos que atravesamos para cumplir nuestra misión, pero cada obstáculo superado nos brindó valiosos aprendizajes. Uno de ellos fue acercarse, mostrarse disponibles y construir espacios de acompañamiento en la virtualidad, modalidad que debimos adoptar por el aislamiento social preventivo y obligatorio del contexto de pandemia COVID-19 que se estaba viviendo.

Otro de los desafíos fue ir definiendo el encuadre del dispositivo. Este aspecto me enseñó habilidades fundamentales para el ejercicio profesional en el futuro ya que implicó establecer límites para garantizar un uso adecuado del espacio, definir mi rol para preservar la esencia del proyecto de escuchar y acompañar a los jóvenes y que no se perdiera en las demandas institucionales; y por último, y no menos importante, preservar la confidencialidad en el espacio.

Asimismo, considero fundamental destacar los espacios de supervisión personalizada que se les brindó a los consejeros en las RAP ya que nos acompañó en tomas de decisiones y nos ayudó a trabajar con las ansiedades, dudas y situaciones desafiantes que surgían del trabajo con los jóvenes. En mi experiencia, este respaldo me brindó la seguridad necesaria para poder mostrarme disponible y escuchar a los jóvenes desde el lugar del saber, de lo contrario, hubiese sido opacado por ansiedades propias de los primeros encuentros.

Lamentablemente el Ministerio de Educación tomó la decisión de cerrar el Proyecto de Consejería para Escuelas Secundarias. A partir de mi experiencia como consejera, habiendo atendido a las demandas de los jóvenes y de la institución, considero que es un espacio fundamental para que la escuela llegue a tener una mirada integral de la salud de los jóvenes.

Desde la institución se reconoció el efecto que generó en los jóvenes la presencia de la consejería destinada a acompañarlos. Sin su presencia, posiblemente, muchos de los jóvenes no hubiesen pedido ayuda. Los jóvenes por su parte, participaron activamente durante el tiempo de las prácticas y al finalizarlas se movilizaron en contra del cierre del proyecto planteando que habían encontrado allí un lugar para expresarse libremente sin ser juzgados.

Teniendo en cuenta que el Proyecto de Consejería no sigue en pie, mi recomendación está dirigida a las escuelas, a cada director, profesor y preceptor que las habitan. Sugiero que en sus quehaceres diarios con los alumnos se muestren disponibles para que ellos encuentren en la escuela un espacio al cual puedan acudir en busca de ayuda. Probablemente no cobre la misma fuerza que obtuvo la Consejería ya que había un equipo de profesionales trabajando hacía 10 años para perfeccionar el proyecto; pero no se debe perder de vista que la escuela es un agente de salud y está encargada de promover hábitos saludables, ofrecer servicios de apoyo emocional y social, y detectar tempranamente problemas de salud o situaciones que puedan afectar el desarrollo integral de los estudiantes.

XI. Bibliografía

- Aisenson; Castorida y otros (2007). Aprendizaje, sujetos y escenarios Cap 3. BsAs. Ed. Noveduc.
- Alfonso Rodríguez, A. C. (2010) Sexualidad. Salud Sexual y Determinantes Sociales de la Salud: Notas para el Debate. *Revista Sexología y Sociedad, Volumen 16 (No. 43), p. 35-39.* <https://revsexologiaysociedad.sld.cu/index.php/sexologiaysociedad/article/view/399/441>
- Almonte et al. (2002). Abuso sexual en niños y adolescentes de ambos sexos. *Revista chilena de Neuro-psiquiatría. vol.40 no.1. 22-30.* https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272002000100003&lng=en&nrm=iso&tlng=en
- Alvarado, C.A., Obregon Garza, G.M. y Ruelas Quiroz, D.N. (13 de mayo de 2022). *Discriminación y factores psicosociales que afectan a la comunidad LGBT dentro del sector industrial en la región sureste de Coahuila.* [Foro] Foro “Problemas actuales y posibles soluciones”, Saltillo, Coahuila. <http://www.cus.uadec.mx/docs/academicos/eventos/espanol/Memorias%20completas.pdf#page=107>
- Ameigeiras, A. R. (2006). *El abordaje etnográfico en la investigación social.* Gedisa.
- Barrera, M. y Flores, M. (2020). Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios. *Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación, Vol. 11, 67-83.* <https://revistas.uniandes.edu.co/index.php/vys/article/view/7722/8272>
- Baubion-Broye, A. & Hajjar, V. (1998), “*Transitions psychosociales et activités de personnalisation*”, En A. Baubion-Broye (ed., *Évenements de vie, Transitions et Construction de la personne*, Saint-Agne, Éres.
- Bauman, Z. (2000). *Modernidad Líquida.* Fondo de Cultura Económica.
- Bleger, J. (1964) *LA ENTREVISTA PSICOLÓGICA. Su empleo en el diagnóstico y la investigación.*[Archivo PDF].
- Bowlby, J. (1989) *A secure base. Clinical Applications of Attachments Theory.*
- Carbajal, M. (5 de julio 2009).“Hay alarma porque aparece un peligro que no está naturalizado”. *Página 12.* <https://www.pagina12.com.ar/imprimir/diario/sociedad/3-127770-2009-07-05.html>

- Carballeda, A., (2010). La intervención en lo social como dispositivo. Una mirada desde los escenarios actuales. *Trabajo social UNAM*, n°1, p. 46-59.
- Carrizo, S. (2011). *Adolescencia y Estilos de amor*. [Tesis de licenciatura en Psicología, Universidad Abierta Interamericana].
- Carvajal Rodríguez, C. (2007). Estrategia metodológica para desarrollar la promoción de la salud en las escuelas cubanas. *SciELO*. <https://www.scielo.org/article/rcsp/2007.v33n2/10.1590/S0864-34662007000200010/es/>
- Castañeda, A. M. (2010). *Evitando la revictimización: Desarrollo de la entrevista a niños, niñas y adolescentes*. Save the children. <https://www.savethechildren.org.pe/wp-content/uploads/2020/08/evitando-la-revictimizacion.pdf>
- Chavez, M. (2010). *Jóvenes, territorios y complicidades. Una antropología de la juventud urbana*. Espacio Editorial.
- Chávez, V. (13 de Junio 2021). Inestabilidad laboral de los padres y dificultades para sostener la educación: cómo impacta la pandemia en los niños argentinos. *Infobae*. <https://www.infobae.com/tendencias/2021/06/13/inestabilidad-laboral-de-los-padres-y-dificultades-para-sostener-la-educacion-como-impacta-la-pandemia-en-los-ninos-argentinos/>
- Chesta, R. C., Elisondo, R. C., Melgar, M. F. y Siracusa, M. (2021). Prácticas creativas en contextos educativos desiguales. Un estudio con docentes argentinos en tiempos de COVID-19. *Diálogos sobre educación. Temas actuales en investigación educativa*, 12 (22), p. 1-19. <https://www.scielo.org.mx/pdf/dsetaie/v12n22/2007-2171-dsetaie-12-22-00010.pdf>
- Código de Ética del Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba (12 de noviembre de 2016).
- Colegio de Psicólogos de la Provincia de Córdoba (1989). Reglamento de especialidades. <https://cppc.org.ar/reglamento-de-especialidades/>
- Corona H., F. y Funes D., F. (2015) Abordaje de la Sexualidad en la Adolescencia. *Revista Médica Clínica Las Condes*, Vol. 26(1) 74-80. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000127>

- Cruz Roja Argentina (2021). *Investigación sobre la adolescencia en contexto de pandemia en Argentina. Encuesta nacional.* [Diapositiva de PowerPoint]
<https://cruzroja.org.ar/observatorio-humanitario/wp-content/uploads/2021/07/INFORME-ADOLESCENTES-final.pdf>
- Del Águila Molina, A. (2021) Experiencia Subjetiva de la Identidad de Género de Personas No Binarias de Lima Metropolitana. [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad de Lima]
https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13832/Del_Aguila_Experiencia_Subjetiva.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Del Bono, M., Luna, M., Reale, G. & Sormani, M. D. (2019). *Programa Consejería para Adolescentes.*[Archivo PDF].
https://drive.google.com/file/d/1hi2M57T4JgrBtdQFwwSGcOswdJ9O3D_v/view
- Del Bono, M.; Otero Signorelli, M. y Rojas Nou, M.S. (2021). Vuelta de tuerca: invenciones con posibles. DESAFÍOS E INNOVACIÓN EDUCATIVA EN EMERGENCIA SANITARIA: CONTINGENCIAS Y PERMANENCIAS. (4) 9-12.
<https://revistas.bibdigital.uccor.edu.ar/index.php/adiv/article/view/4936/3240>
- De Lellis, C.M; Da Silva,M.N;Schittner, J.V; Duffy, D.N(2010). La práctica de la investigación evaluativa en un programa de promoción de la salud con instituciones escolares.*Anuario de investigaciones. Vol. XVII. P. 299-308*
<https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139946020.pdf>
- De Lellis, C.M; Da Silva, M.N.; Duffy, D.; Schittner, J.V. (2011) Factores de Riesgo para la Salud de los Adolescentes: Investigación y Promoción de la Salud en Establecimientos Secundarios de Enseñanza. *Anuario de investigaciones. Vol. XVIII. pp. 339-347.*
<https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139947038.pdf>
- Deza Villanueva, S. (2005). Factores protectores en la prevención del abuso sexual infantil. *Liberabit. Revista de Psicología, vol. 11, 2005, pp. 19-24.*
<https://www.redalyc.org/pdf/686/68601103.pdf>
- Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones (2020). *Prácticas de Salud Mental y Apoyo Psicosocial (SMAPS) en Emergencias y Desastres Enfoque en Covid-19.* [Diapositiva

PowerPoint] <http://www.ms.gba.gov.ar/sitios/saludmental/files/2020/04/Capacitacion-Subsecretar%C3%ADa-SMCPyV-Pr%C3%A1cticas.pdf>

Echeburúa, E., Salaberría, K., De Corral, P., y Cruz-Sáez, S. (2012) Funciones y ámbitos de actuación del psicólogo clínico y del psicólogo general sanitario: una primera reflexión. *Psicología Conductual*, vol. 20, pp.423-434. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/10.Echeburua_20-2oa.pdf

Echenique Rojo, L. D. (2021) *La construcción del rol del consejero en el proyecto de consejería, en la modalidad virtual, en época de pandemia, en escuelas secundarias de gestión estatal de la ciudad de Córdoba: abordaje desde una perspectiva sanitaria*. [Trabajo Integrador Final, Universidad Católica de Córdoba]. https://pa.bibdigital.ucc.edu.ar/3024/1/TF_EcheniqueRojo.pdf

Egea, M., Wortley, C., Alvo, C., Sabagh, R., Zandivarez, P. y Frizza, C., (2020) Intervenciones en el espacio de escucha y acompañamiento emocional para niños/as en escuelas primarias. *Anuario de investigaciones de la facultad de psicología. IV Congreso Internacional y VII Congreso Nacional de Psicología. Ciencia y Profesión*. Vol. 5, p. 107-118.

Elichiry, N. (1987). Importancia de la articulación interdisciplinaria para el desarrollo de metodologías transdisciplinarias. En: comp.Elichiry, N. *El niño y la Escuela-Reflexiones sobre lo obvio*. Ed. Nueva Visión.

Erskine, R. G. y Trautmann, R. L. (1996). Métodos de una Psicoterapia Integrativa. *Transaccional Analysis Journal*, Volumen 26, 4, pp. 316-328. <https://institutobios.es/pdf/Metodos-de-PI.pdf>

Fiorini, H. J. (1999). *Teoría y técnica de psicoterapias*. Nueva Visión.

Freud, S. (1909 (1908)) *La novela familiar de los neuróticos*, en Obras Completas, tomo IX, Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1999.

Freud, S. (1978). *Tres ensayos para una teoría sexual*. Buenos Aires: Amorrortu editores.

Gaete, V. (2015) Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*. 86 (6), p. 437-443. <https://www.scielo.cl/pdf/rcp/v86n6/art10.pdf>

García García (1998). Promoción de la salud en el medio escolar. *Rev. Esp. Salud Pública*, Vol. 72, p. 285-287.

- Gerstenhaber, C. (2001). John Bowlby y la Teoría del Apego en Alonso, et al. (2001), *Mundo del bebé. las necesidades emocionales de los más pequeños*. Novedades Educativas <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=IIYCjKOkYosC&oi=fnd&pg=PA30&dq=apego+ansioso+bowlby&ots=3RhVnzFPOT&sig=RIWAbFfbk4CHHeeRMmErlNUMbOw#v=onepage&q=apego%20ansioso%20bowlby&f=false>
- George, M., Squicciarini, A.M., Zapata, R., Guzmán, M.P., Hartley, M. y Silva, C. (2004). Detección Precoz de Factores de Riesgo de Salud Mental en Escolares. *Revista de Psicología*, vol. XIII, núm. 2, 2004, pp. 9-20. <https://www.redalyc.org/pdf/264/26413202.pdf>
- González, E.; Montero, A.; Martínez, V.; Leyton, C.; Luttges, C. y Molina, T. (2012). Características y consecuencias de las agresiones sexuales en adolescentes consultantes en un centro de salud sexual y reproductiva. *Revista chilena de obstetricia y ginecología*. 77(6): 413 - 422. <https://www.scielo.cl/pdf/rhog/v77n6/art02.pdf>
- González Ramírez, M. T. y Juárez Carrillo, L. (2016). Análisis funcional en terapia breve cognitivo-conductual centrada en soluciones. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 19, (3). p. 1027 - 1047. <https://psicologia.iztacala.unam.mx/rep/wordpress/uploads/2018/12/10-vol-19-no-3-sept-2016.pdf>
- Grassi, A. (2010a). *Adolescencia: reorganización y nuevos modelos de subjetividad. En entre niños, adolescentes y funciones parentales*. Entreideas.
- Grassi, A. (2010b). Niñez y adolescencia. Nuevos paradigmas, sus nombres y escritura. En A. Grassi & N. Córdova, *Entre niños, adolescentes y funciones parentales*. Buenos Aires: Entreideas
- Guber, R. (2011) Cap.3: La observación participante. *La etnografía: método, campo y reflexividad*. Siglo Veintiuno.
- Guichard, J. (1995). *La Escuela y la representaciones de futuro de los adolescentes*. Barcelona: Laertes.
- Harter, S. (1999). The construction of the self: A developmental perspective. *New York: The Guilford Press*.
- Harter, S., & Monsour, A. (1992). Development analysis of conflict caused by opposing attributes in the adolescent self-portrait. *Developmental Psychology*, 28, 251-260.

- Herrera Santi, P. (1999). Principales factores de riesgo psicológicos y sociales en el adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 71(1), p. 39-42. <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v71n1/ped06199.pdf>
- Jabès, E. (s/f). Capítulo II. Las conductas de riesgo de los jóvenes. En Le Breton, D., *Conductas de riesgo. De los juegos de la muerte a los juegos de vivir*. (pp. 39-91). Topia Editorial.
- Jara, O. (2011) *Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias*. <https://www.kaidara.org/recursos/orientaciones-teorico-practicas-para-la-sistematizacion-de-experiencias/>
- Jiménez López, J. L., Maldonado Guzmán, M.E., y Jiménez Miranda, Nancy (2017). Protocolo de atención para pacientes con disforia de género. *Archivos de Neurociencias*. 22 (1), 35 – 40. <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2017/ane171d.pdf>
- Kancyper, L. (2007). *Adolescencia: el fin de la ingenuidad*. Cap. 1. Lumen.
- Kancyper (2013). Adolescencia : el fin de la ingenuidad. *Querencia. Revista de Psicoanálisis*. Nro. 14. p. 45-55. [file:///C:/Users/Sof%C3%ADa/Downloads/158-892-2-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Sof%C3%ADa/Downloads/158-892-2-PB%20(1).pdf)
- Laurell, A. C. (1987). La salud-enfermedad como proceso social. *Cuadernos Médico sociales*, Volumen 37. Rosario: CESS.
- Ley 26.657 de 2010. Ley de Salud Mental. Diciembre 2 de 2010.
- Lion, C. (2020). Enseñar y aprender en tiempos de pandemia: presente y horizontes. *Saberes y prácticas. Revista de Filosofía y Educación*, 5 (1), p. 1-8. <https://revistas.uncu.edu.ar/ojs/index.php/saberesypracticas/article/view/3675/2645>
- Lozano Muñoz, N., Borrallo Riego, Á., Guerra Martín, M.D. (2022) Influencia de las redes sociales sobre la anorexia y la bulimia en las adolescentes: una revisión sistemática. *Anales del Sistema Sanatorio de Navarra*. 45(2), p.1-10. <https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v45n2/1137-6627-asisna-45-02-e1009.pdf>
- Lozano Verduzco, I y Rocha Sánchez, T. E. (2011). La homofobia y su relación con la masculinidad hegemónica en México. *Revista Puertorriqueña de Psicología*. Vol. 22. p. 101-121. <https://repsasppr.net/index.php/reps/article/view/193/192>
- Lukas, E. (2001). *Paz vital, plenitud y placer de vivir. Los valores de la logoterapia*, Barcelona: Paidós.

- Marchiori Buss, P. (2008) Una introducción al concepto de promoción de la salud. En: Czeresnia D. y Machado de Freitas (org.), *Promoción de la salud. Conceptos, reflexiones, tendencias*. Lugar Editorial (p. 19-44)
- Martínez Rodríguez, J. A. (2017). *Acoso escolar: Bullying y Cyberbullying*. Bosch Editor.
- Mayerling Paz, K., Piedrahita, L. E., y Romero, A.M. (2012). Estrategia de intervención para la prevención del suicidio en adolescentes: La Escuela como contexto. *Hacia la Promoción de la Salud*, Vol. 17, No. 2. p. 136 - 148. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v17n2/v17n2a10.pdf>
- Melendro Estefania, M; González Olivares, A. L. y Rodríguez Bravo, A. E. (2013). Estrategias eficaces de intervención socioeducativa con adolescentes en riesgo social. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, Vol.22, p. 105-121. https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/122379/Inv_pp_105_121.pdf?sequence=1&isAllowed=
- Messing, C. (2009) Desmotivación, Insatisfacción y abandono de proyectos en los jóvenes: Orientación vocacional y vínculos familiares. Cap.1 y Cap.2. Buenos Aires. Ed. Noveduc Libros.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2012). Guía metodológica para integrar la Equidad en las Estrategias, Programas y Actividades de Salud. Versión 1. Madrid.
- Moiso, A. (2007). Determinantes de la salud en H. Luis Barragán (Ed.), *Fundamentos de Salud Pública*. (p. 161 - 189). Editorial de la Universidad Nacional de La Plata (EDULP).
- Morales Calatayud, F. (1997). *Introducción al estudio de la psicología de la salud*. UniSon.
- Morga Rodríguez, L. E. (2012). *Teoría y Técnica de la Entrevista*. Red Tercer Milenio. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/2712/1/Teor%c3%ada%20y%20t%c3%a9cnica%20de%20la%20entrevista.pdf>
- Gonzalez Nuñez, V. y Nahoul, J. (2014). *Técnica de la entrevista con adolescentes. Integrando modelos psicológicos*. Editorial Brujas. <https://unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/sites/unidaddegenerosgg.edomex.gob.mx/files/files/Biblioteca%202022/Manuales%20y%20protocolos/MP-73%20Te%CC%81cnica%20de%20entrevista%20con%20Adolescentes.%20Integrando%20modelos%20psicolo%CC%81gicos.%20Vanessa%20Nahoul.pdf>

- Navarro, M. y López Hernández, M. (2013). Terapias cognitivo conductuales para el tratamiento de los trastornos de personalidad. *Acción psicológica. Vol. 10. N°1*, p.33-44. <https://scielo.isciii.es/pdf/acp/v10n1/monografico4.pdf>
- OMS - Organización Mundial de la Salud (1 de abril de 2021) Atención Primaria de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/primary-health-care>
- OMS - Organización Mundial de la Salud (17-21 de noviembre de 1986). *Carta de Ottawa para la promoción de la Salud*. [Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud]. Hacia un nuevo concepto de la salud pública, Ottawa, Canadá. <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>
- OMS -Organización Mundial de la Salud (s.f.a). *Determinantes sociales de la salud*.<https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>
- OMS – Organización Mundial de la Salud (s.f.b). *La COVID-19 pone de manifiesto y aumenta la injusticia social de las inequidades sanitarias existentes... Es hora de construir un mundo más justo y sano para todos en todas partes... adoptando medidas para abordar los determinantes sociales de la salud a fin de promover equidad*. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/social-determinants-of-health/210615-bls21162-who-whd-phase-2-brochure-sp.pdf?sfvrsn=dac26a6d_22&download=true
- OPS - Organización Panamericana de la Salud (2018). *Promover la salud en la escuela. ¿Cómo construir una escuela promotora de salud?* Buenos Aires. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49146/OPSARG18031-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Orcasita Pineda, L.T. y Uribe Rodríguez, A. F. (2010) La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia: avances de la disciplina. Vol. 4. (2)*. p. 69-82. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a07.pdf>
- Orte Socías, C. (2006) Nuevas perspectivas sobre la violencia y el bullying escolar. *Panorama Social. N°3*. 27-41. <https://www.funcas.es/wp-content/uploads/2020/12/003art03.pdf>
- Osuna López, A. M. (2012). *Cambios emocionales en la adolescencia y su influencia en el desempeño académico*. [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad de San Carlos de Guatemala]. <http://www.repositorio.usac.edu.gt/9204/1/T13%20%282395%29.pdf>

- Palacios Delgado, J. R., Sánchez Torres, B., y Andrade Palos, P. (2010). Intento de suicidio y búsqueda de sensaciones en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. vol. 12, (1). Pp. 53-75.
<https://www.redalyc.org/pdf/802/80212393004.pdf>
- Pássera, J. y Peralta, V. (2014) La orientación vocacional. Antecedentes teóricos y teorías de referencia. En Pássera, J. (comp). *Orientación Vocacional. Una propuesta teórico práctica*. P. 17-38. Córdoba. Ed. Brujas.
- Perela Larrosa, M. (2010). Violencia de Género: Violencia Psicológica. *Foro, Nueva época*, núm. 11-12 . p. 353-376.
<https://revistas.ucm.es/index.php/FORO/article/view/37248/36050>
- Pérez Díaz, Y. & Guerra Morales, V, M. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*. 86(3):368-375
<http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v86n3/ped11314.pdf>
- Pineda, L. (2009). *Cómo planear estratégicamente la vida. Propuesta y ayudas metodológicas*. Bogotá. Editorial San Pablo.
- Robledo, J. P., (s/f). “*Tengo ganas de llorar todos los días, no quiero hablar con nadie...*” *La ESI entre afectividad(es), pantallas y mandatos de la masculinidad (parte II)* [Archivo PDF]. <https://amsafe.org.ar/wp-content/uploads/Tengo-ganas-de-llorar...-Por-Juan-Pablo-Robledo.pdf>
- RodrigouNocetti, M. (2003). *Algunas referencias en relación a qué y cómo registrar*. [Ficha de cátedra: “Estrategias de Intervención Comunitaria”].
- Rodríguez Ceberio, M. (2020). ¿Y dónde está el encuadre? La terapia fuera de los límites del consultorio. *Redes* 42, p 43-54.
<https://redesdigital.com/index.php/redes/article/view/29/17>
- Sarmiento, M.P., Pérez, C.A., Durán Cárdenas, Y.C., Upegui Mojica, D.E., Rodríguez Morales, F. (2019). Conducta autolesiva no suicida en adolescentes. *ADOLESCERE Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*. VII (3): 65.e1-65.e8.
<https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol7num3>

[2019/65.e1%20Articulo%20especial%20Conducta%20autolesiva%20no%20suicida%20en%20adolescentes.pdf](https://www.pagina12.com.ar/258640-al-sur-de-la-cuarentena)

Sousa Santos, B. (2020). Al sur de la cuarentena. *Página 12*.
<http://www.pagina12.com.ar/258640-al-sur-de-la-cuarentena>

Stolkiner (s.f.). El campo de la salud mental y sus prácticas en la situación de pandemia. *Revista Soberanía Sanitaria*. <http://revistasoberaniasanitaria.com.ar/el-campo-de-la-salud-mental-y-sus-practicas-en-la-situacion-de-pandemia/>

Teti, G. L., Boggiano, J.P. y Gagliosi P. (2015). Terapia Dialéctico Conductual (DBT): un tratamiento posible para pacientes con trastornos severos. *VERTEX Revista Argentina de Psiquiatría*. Vol. XXVI: 57-64. https://www.researchgate.net/profile/German-Teti/publication/281519323_Dialectical-Behavior_Therapy_A_possible_treatment_for_patients_with_severe_disorders/links/5aac6be7a6fdcc1bc0b8d8d1/Dialectical-Behavior-Therapy-A-possible-treatment-for-patients-with-severe-disorders.pdf

Trilnik de Merea, A. (2006). *La terminación de la adolescencia*. En *Adolescencias: trayectorias turbulentas*. RotherHorstein (Comp.) Parte II: La turbulencia: el tránsito hacia la complejidad. Edit. Paidós.

UNICEF (2017). *Posicionamiento sobre adolescencia. Para Cada Adolescente Una Oportunidad*. [Archivo pdf]
<https://www.unicef.org/argentina/media/1396/file/Posicionamiento%20adolescentes.pdf>

UNICEF (2021). *Estudio sobre los efectos en la salud mental de niñas, niños y adolescentes por COVID-19*. [Archivo pdf]
<https://www.unicef.org/argentina/media/11051/file/Estudio%20sobre%20los%20efectos%20en%20la%20salud%20mental%20de%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes%20por%20COVID-19.pdf>

Urbina Méndez, Y. K. (Noviembre 2020). *Desigualdad Social por la Diversidad de Género: Un estudio de caso con estudiantes universitarios*. 5° Congreso Internacional sobre Desigualdad Social, Género y Precarización: Mujeres en acción.
<https://www.eumed.net/actas/20/desigualdad/20-desigualdad-social-por-la-diversidad-de-genero.pdf>

- Vargas Trujillo, E. y Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: una revisión. *Revista Colombiana de Psicología*. núm. 11, p. 115-134.
- Villa Hernández, C. (2020) *La cosificación y su efecto sobre la autopercepción de las mujeres*. [Trabajo de fin de grado de psicología]. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19932/La%20cosificacion%20y%20su%20efecto%20sobre%20la%20autopercepcion%20de%20las%20mujeres%20.pdf?sequence=1>
- Viñar, M. (2009). *La mirada a los adolescentes del siglo XXI. En Mundos adolescentes y vértigo civilizatorio*. Trilce.
- Wasserman, M. (2011). El hallazgo de objeto. En *Condenados a Explorar. Marchas y contramarchas del crecimiento en la adolescencia*. Buenos Aires: Noveduc.
- Winnicott, D. (1986). *Realidad y juego*. Buenos Aires: Gedisa. (Edición original: 1971.).
- Zbairi Pardillo, N. E. (2015). *El stalking como nueva forma de acoso: las limitaciones de la regulación y la intervención actuales*, Universidad Autónoma de Barcelona.
- Zych, I., Ortega, R., y Marín, I. (2018). Dimensions and psychometric properties of the social and emotional competencies questionnaire in youth and adolescents. *Revista Lationamericana de Psicología*, 50(2), 98-106. <https://n9.cl/ala2e>

XII. Anexo

XII.1. Anexo 1.

Cartel de presentación del espacio de Consejería.



SOMOS TODO OÍDOS

La Consejería del Juan José Paso

- **¿De qué se trata?** La Consejería es un espacio en donde vas a sentirte escuchadx y acompañadx!
- **¿Quiénes somos?** Somos Jose, Sofi y Lau, 3 estudiantes de psicología.
- **¿Dónde podés encontrarnos?** En el gabinete y en los pasillos del cole durante los recreos y horas libres.
- **¿En qué horarios?**
 - Lunes: 8.30 a 12.30 hs. - 15.30 a 17.30 hs.
 - Miércoles: 8.30 a 12.30 hs.
- También podés encontrarnos en nuestra cuenta de Instagram: @consejeriajpp

Seguinos!