



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA



**Recinto Universitario Rubén Darío**  
**Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas**  
**Coordinación de Trabajo Social**



*Trabajo Monográfico para optar al título de Licenciadas en Trabajo Social*

*Título*

Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

*Autoras*

- ❖ *Br. Katherine Ivonne Espinoza Selva*
- ❖ *Br. Gabriela Yissell Zamoran Gonzalez*

*Tutor: MSc. Ramón Ignacio López García*

*Managua. Marzo, 2021*






*2021: ¡Año del Bicentenario de la Independencia de Centro América!*

## CONSTANCIA TUTOR

El suscrito, en calidad de tutor de la presente monografía de la carrera de Trabajo Social, titulada: *“Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020”*, elaborada por *Bra. Katherine Ivonne Espinoza Selva con número de carné 1602-4563* y *Bra. Gabriela Yissell Zamoran Gonzalez con número de carné 1602-4640*, hace constar que se ha realizado el proceso de investigación correspondiente y se encuentran listas para recibir los aportes que el Comité Evaluador asignado considere pertinente durante el momento de su defensa académica.

Ciudad de Managua, a los tres días del mes de marzo del año dos mil veintiuno.



MSc. Ramon Ignacio López Garcia  
Docente  
Carrera Trabajo Social  
Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA



**Recinto Universitario Rubén Darío  
Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas  
Coordinación de Trabajo Social**



***Trabajo Monográfico para optar al título de Licenciadas en Trabajo Social***

***Título***

*Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.*

***Autoras***

- ❖ *Br. Katherine Ivonne Espinoza Selva*
- ❖ *Br. Gabriela Yissell Zamoran González*

***Tutor: MSc. Ramón Ignacio López García***

***Managua. Marzo, 2021***

***Título***

*Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020*

## *Agradecimientos y dedicatorias*

### *Agradecimientos*

Primeramente, agradezco a Dios por ser mi guía y acompañante en el arduo camino de mi formación profesional, también a mi madre, hermana, tíos, esposo y amigas por siempre apoyarme y motivarme para no darme por vencida y seguir adelante, culminar con éxito mi meta propuesta y graduarme como Trabajadora Social.

A nuestros maestros(as) quienes también me ayudaron y motivaron a seguir adelante, principalmente al maestro MSc. Ramón Ignacio López García por ser nuestro tutor, quien nos motivó a desarrollarnos a nivel personal y profesional en la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, UNAN-Managua, me brindó sus conocimientos, mismos que hicieron posible que desarrollara mi trabajo monográfico y los aplicara a lo largo de esta historia que ha durado cinco largos años de mi vida.

### *Dedicatoria*

Dedico el presente trabajo principalmente a Dios por haberme permitido llegar hasta este momento tan importante en mi vida y formación profesional, por brindarme salud, sabiduría y entendimiento para poder sobrellevar todas las pruebas y dificultades presentes en el camino, a mi madre, esposo y amigas por ser las personas que estuvieron presentes en cada momento junto a mi brindándome su apoyo moral, emocional y económico y que siempre me mostraron amor, comprensión, cariño, respeto.

*Katherine Ivonne Espinoza Selva*

### ***Agradecimientos***

Agradezco principalmente a Dios por ser mi creador, consolador, el que me ha llenado de muchas bendiciones y aprendizajes a lo largo de estos cinco largos años de mi formación profesional y personal, por la salud, sabiduría, paciencia, tolerancia, perseverancia y conocimientos, a mi esposo quien me ha demostrado su apoyo incondicional, mi madre quien me dio la vida y por brindarme palabras de aliento en los momentos que más las he necesitado, a mi padre quien representa una figura muy importante en mi vida y con quien sé que siempre podré contar, sobrinas y amigas que han demostrado su amor y respeto hacia mi persona, así como también su apoyo incondicional, a mis maestros (as) que me han brindado sus consejos y conocimientos a través de este largo proceso.

Agradezco también a la familia del Centro Cultural Batahola Norte quienes han aportado significativamente a mi integridad física, psíquica y moral, así como también en mi formación académica y profesional lo que me ha facilitado avanzar en este largo camino y proceso, a mis compañeras de trabajo, quienes han depositado su confianza en mi persona y habilidades y se han convertido en mis referentes de apoyo y de confianza para poder sobre llevar las cargas y dificultades con menos estrés, por compartir conmigo sus conocimientos, cariño, comprensión, flexibilidad y apoyo.

### ***Dedicatoria***

Dedico el presente trabajo monográfico a Dios principalmente quien me ha mostrado su amor, misericordia y fidelidad en todo momento, a mi familia por formar parte de este sueño y meta tan grande, anhelada y esperada por mí, por cada día ser mi motor para seguir adelante y no darme por vencida, por demostrarme su amor y apoyo incondicional, por creer en mí y por siempre estar dispuestos a escucharme, aconsejarme y motivarme, también a mis amigas por estar siempre conmigo y animarme con sus bromas, palabras y recordarme cada día lo que he logrado y lo mucho que con la ayuda de Dios seguiré alcanzando.

***Gabriela Yissell Zamoran Gonzalez***

### *Glosario de siglas y palabras claves*

**Autoestima:** La autoestima tiene que ver con todas las emociones, sentimientos y sensaciones dirigidos a un mismo resultante del auto concepto y de la percepción de valía sobre uno mismo

**Emociones:** Las emociones son estados afectivos que experimentamos. Reacciones subjetivas al ambiente que viene acompañado de cambios orgánicos -fisiológicos y endocrinos- de origen innato.

**FITS:** Federación Internacional de Trabajo Social

**INSS:** Instituto Nicaragüense de Seguridad Social

**Intervención:** intervención es la acción y efecto de intervenir. Este verbo hace referencia a diversas cuestiones. Intervenir puede tratarse del hecho de dirigir los asuntos que corresponden a otra persona o entidad.

**MIFAN:** Ministerio de la Familia, Adolescencia y Niñez

**OMS:** Organización Mundial de la Salud

**ONG:** Organizaciones no Gubernamentales

**ONU:** Organización de las Naciones Unidas

**OPS:** Organización Panamericana de la Salud

**PNDH:** Programa Nacional de Desarrollo Humano de Nicaragua

**Resiliencia:** Capacidad que tiene una persona para superar circunstancias o dificultades.

**Sentimientos:** Estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan, y éstas pueden ser alegres y felices, o dolorosas y tristes. El sentimiento surge como resultado de una emoción que permite que el sujeto sea consciente de su estado anímico.

**Tanatología:** Es el nombre que recibe una disciplina vinculada a los efectos que provoca la muerte en el organismo.

**Trabajo social:** Es una profesión que busca favorecer el desarrollo de vínculos humanos saludables y fomentar cambios sociales que deriven en un mayor bienestar para las personas.



## **Resumen**

En la presente monografía se explica el proceso de la experiencia obtenida en la investigación sobre baja autoestima y pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020, proceso en el que participaron adolescentes y jóvenes estudiantes de noveno, décimo y onceavo grado que han tenido o tienen baja autoestima e ideaciones suicidas, sus maestras guías, madre de familia, Psicóloga y Trabajadora Social, cada uno aportaron conocimientos desde su experiencia de vida y profesional. Además, se hace referencia a algunas generalidades conceptuales acerca del mismo efecto e impacto que causa en ellos a nivel emocional y físico, siendo un grupo etario altamente vulnerable en nuestra sociedad. Se retoman los principales hallazgos encontrados como factores familiares, sociales y escolares que motiva a que los chavalos y chavalas tengan baja autoestima y desesperanza al punto de no encontrarle sentido a la vida y pensar en acabar con ella. Se trata de investigación cualitativa porque se reflexiona con base en las experiencias, vivencias y conocimientos de las partes involucradas, además para la realización de la misma, fue necesario la aplicación de técnicas e instrumentos como la observación que consiste en acercarse al fenómeno estudiado, la entrevista como técnica que permite realizar una conversación profesional, siendo ambas de gran ayuda para conocer más a fondo la problemática desde las vivencias cotidianas.

El estudio está estructurado en cinco capítulos cada uno con sus especificaciones y contenidos. El capítulo I contiene: introducción, problema de investigación, justificación, objetivos de investigación; el capítulo II: marco referencial, marco teórico, marco jurídico y preguntas directrices; en el capítulo III: diseño metodológico; metodología, paradigma, enfoque de investigación, tipo de estudio, contexto y tiempo del estudio, métodos y técnicas para la recolección de datos, muestra, criterios para la selección de la muestra, aplicación de instrumentos, entrada y salida del escenario y plan de tabulación y procesamiento y análisis de información; el capítulo IV: tres grandes resultados, el primero es el contexto familiar, social y escolar, el segundo las principales motivaciones personales que generan baja autoestima, pensamientos suicidas y afectaciones en las relaciones familiares, sociales y escolares en los adolescentes y jóvenes y en el tercero la propuesta de intervención y el capítulo V: que contiene las conclusiones, recomendaciones, fuentes bibliográficas y los anexos.

## ÍNDICE

Constancia de Tutor

Agradecimientos y dedicatorias

Resumen

Glosario

Capítulo I.....	1
1. Introducción.....	1
2. Problema de investigación.....	2
3. Justificación.....	4
4. Objetivos de investigación.....	6
Capítulo II.....	7
5. Marco referencial.....	7
Antecedentes del problema de investigación.....	7
5.1.1. Antecedentes internacionales.....	7
5.1.2. Antecedentes Nacionales.....	10
6. Marco teórico.....	14
6.1. Enfoque del Trabajo Social desde una perspectiva teórica y práctica.....	14
6.2. Áreas de intervención en las que el Trabajo Social se desarrolla profesionalmente.....	15
6.2.1. Educación.....	15
6.2.2. Vivienda.....	16
6.2.3. Salud.....	16
6.2.4. Docencia.....	16
6.2.5. Bienestar social.....	17
6.2.6. Jurídico.....	17
6.2.7. Psiquiatría.....	17
6.2.8. Promoción social.....	18
7. Fortalecimiento de la autoestima en adolescentes y jóvenes.....	18
7.1. Importancia del desarrollo de la auto confianza en adolescentes y jóvenes.....	19
8. Interacciones sociales en los diferentes espacios de socialización de los adolescentes y jóvenes.....	19

9. Prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes.....	19
10. Contexto familiar como el primer espacio de socialización e interacción de los adolescentes y jóvenes.....	20
10.1. Importancia de mantener relaciones sanas entre los integrantes de la familia.....	21
10.2. Vínculos afectivos establecidos desde el núcleo familiar .....	21
11. Desarrollo de Resiliencia para sobrellevar las adversidades de la vida.....	21
12. Comunicación no violenta en las diferentes interacciones y relaciones interpersonales ...	22
13. Comunicación asertiva, la mejor forma de expresar pensamientos, ideas, emociones, sentimientos y relacionarse con las demás personas .....	22
13.1. Beneficios de la Comunicación Asertiva para el fortalecimiento de autoestima y prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes.....	23
13.2. Importancia de la Comunicación asertiva entre adolescentes y jóvenes .....	23
13.3. Escucha activa como estrategia para el buen manejo de conflictos.....	24
14. Relaciones conflictivas, una forma de manifestación de violencia y poco interés de buscar soluciones .....	24
15. Ausencia de comunicación en las diferentes relaciones e interacciones entre los adolescentes, jóvenes y sus familias.....	24
16. Modelos de crianza tradicionales presentes en la sociedad nicaragüense .....	24
16.1. Familias autoritarias, modelo generador de actitudes negativas y frustración en los adolescentes y jóvenes.....	25
16.2. Familias permisivas o sobre protectoras, modelo de crianza generador de inseguridad y poca autonomía en los adolescentes y jóvenes .....	25
16.3. Familias democráticas, modelo de crianza generador de autonomía, respeto, comprensión y seguridad en los adolescentes y jóvenes .....	25
16.4. Familias indiferentes, modelo de crianza generadora de conflictos familiares, ausencia de comunicación asertiva e incumplimiento de los de los derechos de los adolescentes y jóvenes	26
17. Baja autoestima y auto concepto negativo en los adolescentes y jóvenes.....	26
18. Depresión, ansiedad, aislamiento, y poco involucramiento en actividades familiares .....	27

19.	Canalización de emociones por los adolescentes y jóvenes para prevención de pensamientos negativos .....	28
19.1.	Actividades que funcionan para canalizar las emociones y mejorar la calidad de vida	28
20.	Importancia del contexto social como medio de desarrollo de las interacciones y socializaciones de los adolescentes y jóvenes .....	29
20.1.	Presión social ejercida en las diferentes relaciones e interacciones sociales .....	29
20.2.	Adicciones: drogas legales e ilegales, internet, alcoholismo, pornografía, videos juego	30
20.3.	Identidad sexual en los adolescentes y jóvenes .....	30
20.4.	Acoso sexual callejero producido por personas desconocidas .....	31
21.	Contexto escolar.....	31
21.1.	Poca Participación escolar de los adolescentes y jóvenes en las clases.....	31
21.2.	Desinterés en establecer vínculos afectivos con compañeros, compañeras, amigos o amigas	31
21.3.	Interés o desinterés de los adolescentes y jóvenes en las clases y en el rendimiento académico	32
21.3.1.	Incumplimiento constante de las asignaciones escolares, trabajos y tareas.....	33
21.3.2.	Factores personales que conllevan al bajo rendimiento escolar .....	33
21.3.3.	Factores externos que ponen en peligro la integridad y rendimiento académico de los adolescentes y jóvenes (Bull ying escolar).....	33
21.4.	Tomar los fracasos de forma constructiva .....	34
21.5.	Sentirse orgulloso consigo mismo .....	35
21.6.	Metas académicas por parte de los adolescentes y jóvenes .....	35
21.7.	Importancia de la intervención y motivación de los docentes en los adolescentes y jóvenes con los que constantemente interactúan.....	35
21.7.1.	Acompañamiento por maestros y maestras en el proceso de aprendizaje académico de los adolescentes y jóvenes .....	36
22.	Marco jurídico.....	37

22.1.	Constitución Política de la República de Nicaragua, publicada en la Gaceta, Diario Oficial No 32 del 18 de febrero del 2014 .....	37
22.3.	Código Penal de la República de Nicaragua .....	39
22.4.	Código de la Niñez y la Adolescencia. Ley No.287 .....	39
22.5.	Código de familia. Ley No.870.....	41
22.6.	Ley General de Educación. Ley No 582 .....	42
23.	Preguntas directrices .....	44
Capítulo III .....		45
24.	Diseño metodológico .....	45
24.1.	Metodología .....	45
24.2.	Paradigma.....	45
24.3.	Enfoque de investigación .....	46
24.4.	Tipo de estudio .....	46
24.4.1.	Estudio descriptivo.....	46
24.5.	Contexto y tiempo de estudio.....	47
24.6.	Métodos y técnicas para la recolección de datos.....	48
24.6.1.	Observación .....	48
24.6.2.	Entrevista .....	48
24.6.3.	Método inductivo.....	49
24.7.	Muestra.....	49
24.8.	Criterios para selección de la muestra.....	50
24.9.	Aplicación de instrumentos.....	51
24.10.	Entrada y salida del escenario de investigación .....	52
24.10.1.	Entrada al escenario .....	52
24.10.2.	Salida de escenario de investigación.....	55
24.11.	Plan de tabulación, procesamiento y análisis de información.....	56
Capítulo IV .....		58
25.	Análisis e interpretación de resultados .....	58
25.1.	Contexto familiar, espacio en el que se establecen los primeros valores, principios, normas, interacciones y relaciones interpersonales .....	58

25.2.	Contexto social, espacio en el que los adolescentes y jóvenes reflejan los valores, normas y principios aprendidos en el hogar .....	64
25.3.	Contexto escolar, espacio en donde se refuerzan las habilidades, conocimientos, aprendizajes y valores en los adolescentes y jóvenes.....	68
25.4.	Principales motivaciones personales que generan baja autoestima, pensamiento suicida y afectaciones en las relaciones familiares, sociales y escolares en los adolescentes y jóvenes	76
25.4.1.	Motivaciones personales generadoras de baja autoestima y pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes presentes en el contexto familiar .....	76
25.4.2.	Motivaciones en el contexto social generadoras de baja autoestima y pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes .....	79
25.4.3.	Motivaciones generadoras de baja autoestima y pensamientos suicidas emitidas en el contexto escolar .....	81
25.5.	Plan de intervención para el fortalecimiento de la autoestima y prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua.....	83
	Priorización de la necesidad .....	84
	Capítulo V .....	112
26.	Conclusiones.....	112
27.	Recomendaciones .....	114
	A la familia,.....	114
	A la comunidad .....	114
	A las instituciones .....	115
28.	Bibliografías.....	117
29.	Anexos .....	124
	Instrumentos aplicados .....	124
	Matriz de Procesamiento y Análisis de Entrevistas .....	138
	Anexo 14.Matriz de variables y/o descriptores cualitativos.....	144
	Anexo 15. Galería de fotos.....	166



## Capítulo I

### 1. Introducción

La baja autoestima es una problemática social que afecta a cualquier persona en todas las áreas de la vida, ya que su primer origen es en el seno familiar, siendo el primer espacio en donde se socializa, enseñan los primeros valores, principios, roles, normas, responsabilidades, este debería ser el garante del cumplimiento de los derechos de los adolescentes y jóvenes, considerando también el contexto social y escolar que no son muy ajenos al ser humano, al contrario es donde los adolescentes y jóvenes muestran su comportamiento de tal manera que se van adaptando a nuevos modelos de conductas, a través de la influencia de las personas que les rodean en los distintos ámbitos.

En estos contextos lo conveniente es mantener una “autoestima fortalecida”, que permita un bienestar emocional y poseer habilidades sociales para enfrentar las diferentes adversidades de la vida cotidiana de una forma adecuada. En la actualidad muchas familias se enfrentan a este problema con sus hijos e hijas, por tanto, es necesario descubrir de qué manera se puede prevenir la baja autoestima y pensamientos suicidas con propuestas que contribuyan a la prevención de esta problemática.

Cabe señalar que para este gran reto debe haber participación e interés no solo de los profesionales en la salud mental sino también de la familia principalmente, la sociedad, las autoridades escolares, instituciones tomadoras de decisiones sociales, entre otras. Sin embargo, es importante formar un equipo que colabore en este arduo proceso para proteger a los adolescentes y jóvenes, para que sean personas seguras, autónomas y con sana salud mental.



## 2. Problema de investigación

La baja autoestima es una problemática social de salud pública que crea afectaciones muy severas no solo a nivel emocional sino también psicológico y físico, generando comportamiento depresivo, ansioso y hasta ideaciones suicidas, teniendo incidencia en los grupos etarios que se encuentran vulnerables, en este sentido en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua, los cuales han presentado señales de baja autoestima y algunas de estas problemáticas.

Es necesario retomar acciones que contribuyan a la prevención y tratamiento de las mismas, ya que si no se le presta atención podría dejar como consecuencias a chavalos y chavalas inseguros, insatisfechos con su aspecto físico, sentimientos, emociones y hasta con su propia vida, al punto de ya no encontrar el sentido del por qué seguir viviendo y consentir en su mente acabar con ella, la salud se define como el “estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”, se puede considerar que uno de los aspectos más importante es la autoestima, porque es un componente del desarrollo personal (OMS, 2017).

No obstante, es necesario tener presente que fortalecer la autoestima, socialmente es una responsabilidad de todos y todas, sin embargo, para que se pueda lograr debe existir empoderamiento social por parte de adolescentes y jóvenes, para ello es necesario reconocer este hecho y poder obtener un resultado positivo, tomando en cuenta las principales señales de baja autoestima y los comportamientos que tienen los adolescentes y jóvenes en el ámbito familiar, social y escolar.

Referente al ámbito escolar se puede decir que es un lugar relevante en el desarrollo de la autoestima, este espacio se fortalece a través de la educación con temáticas que contribuyan a reforzarla, de las interacciones con la comunidad educativa donde van ampliando sus habilidades sociales que están estrechamente vinculadas a su desarrollo, siendo de vital importancia para los adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua, ya que les provee una serie de recursos necesarios, no solamente en la etapa escolar sino también en el área personal y el resto de sus vidas.

Las personas con autoestima poseen características resilientes y positivas que facilitan su desarrollo personal, ya que asumen cambios, responsabilidades, retos, metas, afrontan distintas situaciones complejas con optimismo, al contrario, las que tienen baja autoestima desaprovechan sus habilidades y cualidades, se sienten infelices e insatisfechas, todo lo perciben como tragedia y negativismo, se les dificulta encontrarle el sentido a la vida y las oportunidades que pueden aprovechar de ésta.

Para comprender mejor el presente estudio debemos hacernos la siguiente interrogante:

¿Cómo afecta la baja autoestima y pensamientos suicidas al desarrollo escolar, familiar y social de los adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua?

### **3. Justificación**

En la presente investigación se describe la intencionalidad del proceso y la articulación de los fundamentos teóricos y conceptuales, metodología, estrategias y técnicas utilizadas en la elaboración del presente estudio. Sin embargo, se seleccionó el tema del fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas porque se considera relevante, ya que en ocasiones es complicado identificar estas señales en los adolescentes y jóvenes, además de dejarles serias afectaciones y consecuencias en sus relaciones e interacciones interpersonales en el ámbito familiar, social y escolar.

Por lo tanto, este aportaría a los resultados de la investigación identificar o visualizar las diferentes capacidades internas y externas que influyen en los chavalos y chavalas a tal grado de aceptarse a sí mismos de forma positiva.

El tema se vincula con la problemática de la autoestima y con el quehacer e intervención del Trabajo Social en el ámbito escolar. Cuando nos referimos a la adolescencia y juventud se suele pensar en problemáticas como depresión, adicciones, ansiedad o baja autoestima. Sin embargo, en la sociedad y familias existen muchas dudas acerca de la presencia y afectación de estas variables, minimizando sus efectos en el desarrollo personal de los adolescentes y jóvenes.

La adolescencia y juventud suele presentar en su comportamiento frecuentes episodios de baja autoestima dificultándoles y limitándoles la expresión de lo que piensan, sienten y necesitan en sus relaciones interpersonales y en la toma de decisiones con asertividad. Es por ello que es necesario el fortalecimiento de la autoestima para que la persona tenga sentimientos positivos sobre sí mismo.

El presente estudio está vinculado con la línea de investigación de la Carrera de Trabajo Social determinada como “Grupos sociales y vida cotidiana”, que incluye los temas de familia, niñez y adolescencia. Se considera que esta línea de investigación se relaciona con la monografía y el tema de esta, ya que fija sus bases en los diferentes grupos sociales y los factores predominantes en su vida cotidiana, tanto positivos como negativos.

También este estudio se vincula con los ejes del Programa Nacional de Desarrollo Humano de Nicaragua (2018-2021), con la línea de salud en todas sus modalidades, donde se menciona “el desarrollo del Modelo de Salud Familiar y Comunitario con el protagonismo de toda la

población, la red comunitaria, las familias y comunidades, fortaleciendo el trabajo a nivel local desde cada uno de los sectores”. Este eje es de interés ya que la prevención de la baja autoestima en adolescentes y jóvenes es un asunto de salud pública que debe trabajarse en todo el país.

Dar mayor importancia no solo a la salud física sino también a la mental y emocional es necesario, para seguir creando políticas públicas. Además de crear propuestas inclusivas y lúdicas que den respuesta y prevención de baja autoestima, ansiedad, depresión, pensamientos suicidas para evitar los casos extremos como los suicidios consumados.

Así mismo, esta investigación se sujeta con dos incisos de los Objetivos de Desarrollo Sostenibles, con la línea de salud y bienestar que consisten Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades y educación de calidad, este pretende Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. Es de vital importancia tener en cuenta estos dos puntos principales, ya que por medio de ellos se pueden realizar programas de desarrollo a través de los cuales mejoren su calidad de vida.

#### **4. Objetivos de investigación**

##### **Objetivo General**

- ✚ Analizar el contexto incidente en la baja autoestima de los adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua tengan baja autoestima, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

##### **Objetivos Específicos**

- ✚ Explicar el contexto familiar, social y escolar en el que se desarrollan los adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.
- ✚ Identificar las principales motivaciones personales que generan baja autoestima y pensamiento suicida, así como las afectaciones en las relaciones sociales, escolares y familiares de los adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.
- ✚ Establecer un plan de intervención que contribuya al fortalecimiento de la autoestima en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

## Capítulo II

### 5. Marco referencial

#### Antecedentes del problema de investigación

En el siguiente apartado se hace una breve descripción de algunas investigaciones y estudios relacionados a pensamientos suicida y fortalecimiento de la autoestima para poder contrarrestarlas y prevenirlas, de tal manera que no se sigan cometiendo actos letales como quitarse la vida. Todos estos documentos hacen un aporte valioso para la presente investigación ya que estos tienen una gran variedad de contenidos importantes los cuales servirán para enriquecerlo y además mostrar lo que se ha venido investigando, sobre el tema en cuestión, ya anteriormente muchos investigadores comprometidos con la salud mental se han dedicado a elaborarlas en distintos contextos y espacios nacionales e internacionales.

##### 5.1.1. Antecedentes internacionales

- En la Investigación titulada: Suicidio en Adolescentes y la Tanatología que presentan, trabajo elaborado por Ambriz Garduño, Rosalía Gómez, Yesica Krystiam y Angélica Paria. (2011). El objetivo que se propusieron alcanzar es educar sobre la problemática dirigida a tantas adolescentes, padres de familia, personal educativo ante los riesgos y signos de alerta e intervenciones.

La metodología utilizada fue el desarrollo y aplicación de la prueba llamada Tamizaje para adolescentes y test de Zung, para evaluar o detectar comportamientos y pensamientos suicidas. Los resultados alcanzados en esta tesis han sido llamar la atención con un tema tabú en la sociedad el suicidio en adolescentes con la intención de que se pierda el temor a hablar del mismo sin estigmatizarlos, ya que urge concientizar y sensibilizar a la población para aplicar medidas necesarias de prevención.

Los aportes que brinda este trabajo son las diferentes técnicas y herramientas que se pueden utilizar para detectar pensamientos y comportamientos suicidas además de conocer algunas de

las diversas y complejas causas que promueven a que un adolescente o joven tomé la decisión de quitarse la vida.

-Con respecto a un trabajo titulado: El suicidio una perspectiva criminológica. Elaborado por María Fernández, (2013) con este trabajo se planteó el siguiente objetivo; el de ampliar los conocimientos sobre el suicidio a nivel sociológico, psicológico, médico y legal, con el fin de crear una imagen lo más cercana posible a la realidad mundial y nacional del fenómeno

Se ha realizado una revisión bibliográfica y documental, así mismo, se ha relacionado el suicidio con temas como la actual crisis económica, se utilizaron tres diferentes gráficos para representar o ilustrar el porcentaje de suicidios por rango de edades, años y por sexo. Se obtuvieron los siguientes resultados, se puede constatar que a nivel mundial los suicidios son altamente más frecuentes en los hombres que en las mujeres, aunque se percibe que ellas son quien más intentos auto líticos realizan. Por tanto, es necesaria una actuación y una actitud preventiva desde todos los ámbitos de la sociedad.

Esta investigación aporta al presente trabajo el conocimiento datos estadísticos de suicidio por rango de edades, por sexo y por año, cada uno de los países con más incrementos en casos de suicidio, el conocimiento de palabras claves como víctima, victimario, crimen, delito, entre otros y diferentes definiciones y perspectivas sobre el termino suicidio desde distintas ciencias sociales como la sociología y psicología, y otras más.

- Este siguiente documento trata de: Riesgo suicida en adolescentes y jóvenes, “Estado de la investigación sobre el riesgo suicida en adolescentes y jóvenes latinoamericanos en los últimos 10 años”, investigación realizada por Yolanda Hidrobo, (2015). La autora del presente documento se planteó el siguiente objetivo realizar un análisis de tipo documental sobre la conducta suicida en adolescentes y jóvenes en Latinoamérica.

La metodología aplicada fue la revisión documental de 10 años, según los resultados encontrados dentro de la revisión documental pueden determinar que existe un buen número de investigaciones centradas en la letalidad del intento en la ideación suicida y el suicidio, la identificación de las características en particular de cada grupo estudiado desde la óptica del

grupo investigador y los fines que persiguen para encontrar soluciones y medidas preventivas en cada caso.

El aporte que brinda al presente trabajo es la adquisición de conocimientos sobre los diferentes estudios e investigaciones sobre el suicidio, lo que permite que se tenga la habilidad para visualizar un escenario más amplio de contextos en los que se pueden detectar las señales o intentos de suicidios, y de esta manera estar siempre alertas para prevenirlos en conjunto con la sociedad.

-La siguiente investigación titulada comunicación infancia y adolescencia guía para periodistas, elaborada por las autoras Valeria Román y Celina Abud, (2017), mismas que se propusieron el siguiente objetivo, aportar información sugerencias y herramientas valiosas para el trabajo cotidiano. La metodología utilizada en la investigación fue la elaboración de un informe sobre la manipulación de los medios de comunicación sobre la información de pensamientos suicidas, intentos frustrados y suicidios consumados, la búsqueda y recolección de historias que han impactado en la sociedad.

Los resultados que se encontraron en el documento fueron que, las publicaciones irresponsables de los medios de comunicación que sacan notas de casos de intentos suicidas o suicidios consumados instan y promueven a que los niños adolescentes y jóvenes tomen la decisión de suicidarse. La forma de cómo lo pueden hacer es a través de la observación de imágenes y vídeos es un fenómeno que no debería de seguir avanzando. Lo que aporta a la presente investigación es la concientización ante la manipulación y publicación de información a través de los medios de comunicación lo que deben o no hacer y publicar, el cuidado que como fuentes generadoras de información deben tener al compartir información delicada como lo es el tema de los suicidios

-En otro documento titulado Depresión y Suicidio en la infancia y Adolescencia, creada y desarrollada por Moya Royo y N Fernández (2017). El objetivo que se planteó la autora con la presente investigación es, brindar herramientas para la detección y prevención de síntomas depresivos y de pensamientos suicidas y actos de suicidios consumados.



La metodología que utilizó fue la aplicación de un diagnóstico del TD, que es clínico y se realiza mediante una historia clínica detallada y una exploración del estado mental para valorar si se cumplen los criterios diagnósticos de DSM y/o CIE-10. Los resultados que obtuvo fueron, la aplicación de diferentes tipos de diagnósticos para la detección de los síntomas depresivos que presentan los adolescentes que tienden a tener por la misma depresión pensamientos suicidas.

Los aportes que brinda a nuestro trabajo son los conocimientos sobre los distintos diagnósticos y entrevistas que se pueden aplicar para detectar si un adolescente presenta depresión y pensamientos suicidas y de esta manera poder prevenir y brindar un acompañamiento para evitar que los adolescentes se quiten la vida y el tratamiento que clínicamente se puede seguir para contrarrestar la depresión y los pensamientos suicidas.

### **5.1.2. Antecedentes Nacionales**

-En cuanto al documento titulado, Suicidio: Una Salida Falsa Cuaderno Policial No. 2. El cual fue Elaborado por Gerardo Arce, (1998). El interés policial en los suicidios es más bien de naturaleza social, ya que, aunque conceptualmente se considera el suicidio como el homicidio de uno mismo, este tipo de homicidio no está tipificado como delito, por lo que no se ejerce acción contra los suicidas frustrados.

Para el proceso de desarrollo de este documento se pretendía alcanzar el objetivo; prevenir el suicidio porque es una de las tareas más difíciles de alcanzar, pero no imposible. El aporte que brinda al presente trabajo es conocer los acontecimientos históricos de los años anteriores y la manera de cómo se ha dado la evolución de esta problemática social como lo es el suicidio en la niñez y adolescencia.

-Claudia Obando realizó una investigación sobre el suicidio infantil, titulada; Perfil Psicológico de las personas que cometieron suicidio en el Municipio de León (2006). El objetivo que se planteó con la investigación fue, conocer el perfil psicológico de las personas que consumaron suicidio abordando problemas de alcohol y factores contextuales relacionados al mismo en el área urbana del municipio de león.

La metodología que utilizó fue la aplicación de un instrumento llamado Modelo de Autopsia Psicológica (MAPI), el aporte que brinda al presente trabajo de investigación es el enriquecimiento y adquisición de nuevos conocimientos, como la aplicación de instrumentos para recopilar información, tipos de suicidios, síntomas de riesgo que presentan los infantes o señales de peligro, motivos o sustancias nocivas como drogas y alcohol que inciden en los infantes a que se quiten la vida.

-Por lo que se refiere al estudio titulado: “Actitud de estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del Instituto Jonathan González (Sauce-León), ante el intento de suicidio, enero-octubre (2010), elaborado por Marjorie Ríos y Lucia Rubio. Para realizar el estudio se plantearon el siguiente objetivo general: determinar la actitud de los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del instituto Jonathan González, ante los intentos de suicidio en la población.

La metodología utilizada en este estudio fue la realización de grupos focales con 48 estudiantes del instituto divididos en cuatro grupos cada uno atendido de manera independiente. Se obtuvieron resultados como que los y las participantes de los grupos focales expresaron muchas emociones, sentimientos tanto positivos y negativos y que se mostraron interesados en ser partícipes en algún tipo de campaña o proceso de capacitación para prevenir que esta situación se siguiera expandiendo como una pandemia permanente. Los aportes que brinda a la presente investigación es la adquisición de datos relevantes sobre el tema en cuestión que afecta a nuestro país principalmente a los adolescentes y jóvenes.

Siendo una problemática de impacto social muy preocupante y que es necesario, urgente e importante que se siga investigando para seguir encontrando nuevas estrategias que pueden ser utilizadas para la prevención del mismo y poder tener adolescentes, jóvenes y adultos con una mentalidad libre de estos pensamientos que traen consigo fatales repercusiones.

-En otra investigación titulada, Manejo de intentos de suicidios en adolescentes atendidos en la unidad de intervención en crisis del hospital docente de atención psicosocial Doctor José dolores fletes Valle en Managua Nicaragua, en el período de enero a noviembre del 2011. Trabajo elaborado por Yadira Palacios, para optar a tesis de grado de maestría en salud pública en

Managua junio del (2011). El objetivo que se propuso alcanzar es valorar la situación del manejo de intentos de suicidios en adolescentes atendidos en la unidad de intervención en crisis del hospital.

La metodología que utilizó fue la revisión documental de expedientes de pacientes que fueron ingresados por intentos suicidas en la unidad intervención en crisis del hospital psicosocial. Los resultados que logró obtener son la realizaron de un total de 23 expedientes clínicos de pacientes que fueron ingresados por intento suicida en la unidad de intervención en crisis del hospital docente de atención psicosocial Doctor José dolores fletes Valle, se encontró que los grupos más afectados fueron los de 16 a 19 años, ambos rangos de edades representan un 30.43% de los cuales el 65.2% corresponden al sexo femenino y el 34.8% al sexo masculino.

Los aportes que brinda a nuestro trabajo es conocer sobre los datos estadísticos acerca del sexo a quien afecta más este fenómeno del suicidio, sí a hombres y mujeres también de dar un breve recorrido sobre una institución que se encarga de reconstruir la historia de vida de cada una de estas personas que intentan quitarse la vida.

-Con respecto a un pequeño estudio titulado “Capacitación de Alerta temprana en las consejerías de la comunidad educativa y consejerías familiares” impulsado y creado por la compañera y coordinadora de las telecomunicaciones en Nicaragua Rosario Murillo y Ministerio de la Familia (MIFAN), Adolescencia y Niñez en el año (2017). Tiene como principal objetivo el promover el respeto y trato no violento, indigno e impropio en las relaciones humanas.

Contiene una breve descripción de las problemáticas, causas y consecuencias, brinda también estrategias, factores protectores y de riesgo ante determinadas situaciones que a medida que se vayan identificando se podrían ir abordando para informar y orientar a las personas y de esta manera se contribuye a que no se sigan incrementando incontrolablemente los casos de suicidio e intentos frustrados en las chavalas y chavalos. Los aportes que genera para la presente investigación es una nueva metodología para poder abordar este tipo de temáticas con los adolescentes y jóvenes con libertad, aprovechando los espacios en los que pasan casi toda la mayoría del tiempo como lo son la familia y escuela.

La mejor forma de prevenir algún tipo de problemática que tiene un impacto social bien alto o fuerte es educando, capacitando a todos y todas las niñas, niños, adolescente, jóvenes, padres de familia, educadores, o docentes y comunidad en general.

## **6. Marco teórico**

El concepto de autoestima y pensamiento suicida generalmente se utiliza desde diferentes contextos, no es un término que solo se trabaja en el campo de la salud mental, sino también en el ámbito social, deportivo, académico, de las relaciones sociales, entre otros. Sin embargo, en los diferentes ámbitos se coincide la idea general de que este concepto está relacionado con la forma en que pensamos, sentimos y realizamos sobre nosotros mismos. En estos contextos lo adecuado e importante, debe ser mantener una “autoestima fortalecida”, que permita un bienestar emocional y poseer habilidades para enfrentar las diferentes adversidades de la vida diaria en una forma adecuada y efectiva.

Es importante saber que la autoestima ha sido un tema estudiado por diversos autores que la consideran relevante en función de la calidad de vida de las personas, sin embargo, para comprender el tema de fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamiento suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua, es necesario realizar un estudio desde varias dimensiones como el contexto familiar, social y escolar, cada una de ellas con sus propias características y dinámicas de comprensión. Para una mejor visión y claridad teórica del proceso investigativo se ha organizado el estudio a través de estas tres dimensiones mencionadas.

A continuación, se rescata los conceptos claves que fundamentan la problemática en estudio. Los conceptos clave son Trabajo social, fortalecimiento de la autoestima positiva en adolescentes y jóvenes, interacciones sociales, prevención de pensamientos suicidas y contexto familiar, social y escolar.

### **6.1. Enfoque del Trabajo Social desde una perspectiva teórica y práctica**

Según la Federación Internacional de Trabajo Social, el Trabajo Social:

“Es una profesión basada en la práctica y una disciplina académica que promueve el cambio y el desarrollo social, la cohesión social y el fortalecimiento y la liberación de las personas. Los principios de la justicia social, los derechos humanos, la responsabilidad colectiva y el respeto a la diversidad son fundamentales para el Trabajo Social. Respaldada por las teorías del Trabajo Social, las ciencias sociales, las humanidades y los conocimientos indígenas, el Trabajo Social

involucra a las personas y las estructuras para hacer frente a desafíos de la vida y aumentar el bienestar” (FITS, 2014, p.1).

Trabajo social es una disciplina que trasciende su estudio, investigaciones y práctica hacia una realidad fundada en la cotidianidad de la dinámica familiar y social que día a día vive el ser humano. Busca la transformación social desde el protagonismo de las personas mismas que están inmersas o están siendo afectadas por una determinada problemática social, respetando sus ideologías, culturas y creencias y retomándolas para poder establecer cambios a nivel personal, familiar y social. Permite brindarles acompañamiento y dotarlas de herramientas y estrategias que las pueden utilizar para la solución de conflictos y para mejorar sus condiciones de vida.

## **6.2.Áreas de intervención en las que el Trabajo Social se desarrolla profesionalmente**

El perfil del Trabajador (a) Social es muy amplio, gracias a esto puede intervenir desde y en distintas áreas en donde es importante la presencia de un profesional de esta disciplina, las funciones varían en dependencia de las características, metodologías de intervención y particularidad de cada institución u organización, a continuación se mencionan y describen brevemente cada una de estas áreas, cabe señalar que existen otras áreas de intervención pero en el presente apartado se retoman las más comunes e importantes a destacar.

Según especialistas en contenido y por productores debidamente preparados en diseño de material didáctico y técnicas de redacción en un manual titulado “Áreas de Intervención del Trabajo Social” en la universidad Rafael Landívar en la ciudad de Guatemala en enero, 1995, las diferentes áreas de intervención en el Trabajo Social son las siguientes:

### **6.2.1. Educación**

En el ámbito escolar, el Trabajador (a) Social se establece para fortalecer la relación y comunicación entre la escuela, los estudiantes, los padres de familia y la comunidad local. El Trabajo Social se dirige a beneficiar a la población escolar en cuanto a la manifestación de problemas: bajo rendimiento, adaptación, conflictos entre estudiantes y problemas familiares que interfieren en el adecuado rendimiento de los educandos.

Con la atención a esta problemática se previene la deserción estudiantil y se favorece la superación del rendimiento académico. En el nivel medio (pre vocacional o ciclo básico) existen oficinas de orientación escolar; se cuenta con algunos profesionales de Trabajo Social que

apoyan la relación escolar y contribuyen a la selección vocacional de los jóvenes, así como su apropiada orientación vocacional.

### **6.2.2. Vivienda**

La vivienda es el lugar dentro del cual se desarrolla una vida familiar, por lo tanto, se le considera una necesidad básica. La carencia de vivienda provoca insatisfacción y frustración en el ser humano, pues lo hace enfrentar problemas de pago de alquiler, vivir de posada o bien habitar en lugares inapropiados como barrancos o áreas marginales de las ciudades.

Los programas de viviendas van dirigidos a las personas que carecen de ella. La intervención del Trabajador (a) Social se orienta hacia la investigación socioeconómica de los solicitantes en los proyectos habitacionales, el Trabajador (a) Social promueve actividades educativo-formativas, como el uso adecuado del inmueble, las relaciones con el vecindario, actividades de organización para promover el bienestar de los usuarios, entre otros.

### **6.2.3. Salud**

En cuanto los servicios de salud se indica que es el área pionera en el Trabajo Social. El área de salud involucra a una mayoría de profesionales de Trabajo Social; a nivel estatal, incluye hospitales, centros de salud, y otras dependencias del ministerio que realizan programas preventivos. La relación en este campo de intervención se da entre el Trabajador (a) Social y el paciente. Además, se comunican y coordinan acciones directas con sus familias y su comunidad. En el Trabajo Social médico, en centros cuya atención es cerrada, el objetivo es ayudar al enfermo a cumplir las prescripciones médicas y proporcionarles el apoyo a sus necesidades, ya que presenta alteraciones en sus hábitos, costumbres y relaciones sociales.

### **6.2.4. Docencia**

La docencia en Trabajo Social se manifiesta cuando un profesional del Trabajo Social realiza acciones de capacitación, imparte, transmite y comparte sus conocimientos y experiencias o de la praxis a grupos de estudiantes de la carrera de Trabajo Social y personas interesadas en programas específicos (como cursos de capacitación grupal; cursos o charlas sobre temas especiales).

### **6.2.5. Bienestar social**

Bienestar social es el área encargada de velar por el bien de las personas y grupos sociales. Las personas que acuden a una institución de bienestar social buscan una solución total a su problemática y al no encontrarla su frustración aumenta. Por lo tanto, la labor del Trabajador (a) Social será indicar el camino para que encuentre la solución, sin descuidar la participación directa del solicitante. El Trabajador(a) Social debe responder a la inquietud del solicitante y respetar los principios de su profesión. Una respuesta inadecuada del Trabajador (a) Social puede encausar mal a las personas necesitadas de ayuda.

### **6.2.6. Jurídico**

En esta área se da una relación entre el Trabajador (a) Social y una persona que esté sujeta a un proceso por infringir la Ley. Esta situación justifica la presencia de Trabajadores (a) Sociales en juzgados (pena, civil, familiar, de menores y en bufetes populares). El trabajador (a) Social participa en un equipo de trabajo multidisciplinario (con un abogado, oficial, personas involucradas), encargado del estudio casuístico de acuerdo con la demanda de intervención, las funciones del Trabajador(a) Social consiste en realizar el estudio socioeconómico del acusado, interpretar las leyes, orientar en la obtención de documentos y la realización de los trámites legales necesarios, de acuerdo a cada caso.

### **6.2.7. Psiquiatría**

Las funciones del Trabajador(a) Social se encaminan a trabajar con un equipo multidisciplinario. La atención se proporciona a nivel individual, de terapia de grupo y familiar. El Trabajador(a) Social es el enlace entre el enfermo, su familia, psiquiatra, psicólogo y otros profesionales que participan en programas curativos, preventivos y de rehabilitación especial. El Trabajador(a) Social también debe participar en programas preventivos para la participación en general, que ayuden a difundir consejos sobre cómo evitar una enfermedad de tipo mental y promover una personalidad activa y sana, evitando los extremos que desencadenen crisis mentales.



### **6.2.8. Promoción social**

La promoción y el desarrollo social son acciones nacidas de programas que proponen el beneficio colectivo en una comunidad, para superar las limitaciones que frenan el desarrollo, la promoción social debe dirigirse tanto a la comunidad urbana como a la comunidad rural. El Trabajador (a) Social labora en horarios que la comunidad urbana pueda dedicar a la tarea de beneficio comunal (por la noche, fines de semana y asuetos), sin escatimar el esfuerzo encaminado hacia los logros de crecimiento comunal y auto gestor.

### **7. Fortalecimiento de la autoestima en adolescentes y jóvenes**

Para Bolívar (2006)," La autoestima que desarrollan las personas en su vida diaria, ya sean constructivas o destructivas influyen en la formación de su propio auto concepto. Para poder atender a las críticas, la persona debe tener seguridad de sí mismo para que pueda discernir cual crítica va a favor y cual en contra de su integridad como persona, debido a que una crítica negativa es capaz de hundir a una persona y de afectar en gran medida al amor propio, llevándolo incluso a sentirse que es un verdadero fracaso" (p.6).

El fortalecimiento de la autoestima no es más que un reforzamiento constante de habilidades sociales, cualidades internas y externas, acciones positivas, estímulos y logros, cabe recalcar que cada uno de estos aspectos deben ser enseñados, trabajados y reforzados desde los hogares y por la familia ya que son el primer medio de interacción de los adolescentes y jóvenes, de la buena construcción de un auto concepto positivo dependerá el desarrollo de una autoestima positiva.

La importancia de tener una buena autoestima radica en el sustento de la capacidad de las personas para responder de manera positiva y asertiva ante las diferentes situaciones y adversidades a las que se enfrentan día a día. Una persona con autoestima positiva tiende a desarrollarse y expresarse mejor ante los demás, aprende de los errores y se siente conforme y agradecida por su aspecto físico y emocional.

### **7.1.Importancia del desarrollo de la auto confianza en adolescentes y jóvenes**

Se puede decir que la autoconfianza es el convencimiento íntimo que tiene la persona en el cual se sienta capaz de realizar con éxito todo tipo de actividades. En el cual también una persona puede mostrar confianza en las propias decisiones y capacidades.

Es decir que una persona segura de sí misma siente que posee capacidades y habilidades en un nivel más o menos similar a los demás. En este aspecto posee una autoestima sólida, en el cual la persona no necesita la aprobación de los demás.

### **8. Interacciones sociales en los diferentes espacios de socialización de los adolescentes y jóvenes**

Según Arnett (2008): "Es durante la adolescencia cuando se fortalecen los procesos de socialización e interacción social y es mediante la socialización que, según algunas teorías psicosociales las personas aprenden e interiorizan elementos de su cultura, ya sea una cultura que favorezca la socialización amplia, que fomente el individualismo, la independencia y la expresión personal o una socialización restringida, que favorezca el colectivismo. Las personas adoptan para sí ciertas normas, valores, normas de conductas, entre otros aspectos; así mismo, todas las acciones y comportamientos sociales e individuales son resultados de la experiencia personal, de tal manera que las personas aprenden y se apropian de su cultura en su entorno" (p.11.).

La interacción social es cuando los adolescentes y jóvenes se relacionan y socializan con la familia, amistades, compañeros (as) de clases en dependencia de sus intereses en común, lo cual juega un papel muy importante en el desarrollo de sus expresiones y la manifestación de sus actitudes y comportamiento en la que se destacan sus principios, valores e ideologías.

### **9. Prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes**

La prevención de pensamientos suicidas en el colegio involucra la participación de los estudiantes, maestros y familias quienes pueden lograr identificar a tiempo a los adolescentes y jóvenes que tengan esta problemática, sin embargo es necesario que en los diferentes espacios se promueva la importancia de la vida, a través de estrategias, herramientas o actividades que

ayuden a sobre llevar un estilo de vida saludable, esto contribuiría a la prevención de baja autoestima y pensamientos suicidas.

Para prevenir pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes es indispensable e importante el trabajo y dedicación a fortalecer el auto concepto positivo y la autoestima desde la familia, de esta forma los adolescentes y jóvenes serán capaces de expresarse con confianza y seguridad, además de facilitarles el desarrollo de Resiliencia que les permita enfrentarse ante las diferentes adversidades de la vida con una mejor actitud y cada una de las experiencias que vivan las visualicen como parte del aprendizaje y sucesos inevitables en el diario vivir.

### **10. Contexto familiar como el primer espacio de socialización e interacción de los adolescentes y jóvenes.**

Para comprender mejor las actitudes de los miembros del núcleo familiar debemos conocer cómo se desenvuelve la relación de los adolescentes y jóvenes con sus padres, madres, tutores, hermanos y hermanas, ya que la familia representa la primera fuente de información y educación para los adolescentes y jóvenes, además de ser el primer medio de interacción en donde los integrantes establecen o no los primeros vínculos afectivos.

Según la Federación de Enseñanza de CC. OO de Andalucía (2009), "el Centro docente se configura cada día más como una Comunidad Educativa en la que se integran los Profesores, los padres y los alumnos. Dos de estos elementos constituyen fuera del marco escolar una institución básica en la sociedad que es la familia. Ésta es el primer grupo social en el que el niño inicia su desarrollo personal y su adaptación al conjunto de la sociedad" (P.5.).

Dentro del contexto familiar existen construcciones de enseñanza distintas en las cuales están presentes o forman parte las diferentes interacciones y socializaciones que se desarrollan dentro del núcleo familiar, a continuación, se describen parte de estos temas importantes y presentes para el desarrollo familiar.

### **10.1. Importancia de mantener relaciones sanas entre los integrantes de la familia**

Las relaciones sanas comienzan a establecerse desde la niñez de los adolescentes y jóvenes en el cual aprenden a relacionarse o socializar con otras personas, como por ejemplo siguiendo los modelos de comportamiento de los padres, amistades o de un miembro de la familia, para así contar con un buen desarrollo de relaciones sanas, implementando en sí, el respeto, la confianza, el apoyo y el placer de sentirse bien con uno mismo.

La importancia de mantener o establecer relaciones sanas dentro del núcleo familiar radica en el desarrollo de una salud mental sana de cada uno de los miembros, de que cada uno se sienta comprendido, escuchado, respetado, valorado, aceptado, motivado y sobre todo que la familia sea ese espacio seguro en el que se puede buscar refugio y en el que puedan sentir amados, sin perder de vista la necesidad de replicar y fortalecer límites, principios y valores.

### **10.2. Vínculos afectivos establecidos desde el núcleo familiar**

Los vínculos afectivos son fundamentales para un desarrollo afectivo sano y adecuado, para los adolescentes y jóvenes, ya que contribuye el desarrollo social. Es por ello que se debe prestar atención a los vínculos afectivos que creamos con los adolescentes y jóvenes.

De igual manera los vínculos afectivos se van creando desde la infancia ya que esto influye en la capacidad de tener relaciones sanas en la vida adulta, ya que fortalecen la autoestima, la seguridad y la confianza de los adolescentes y jóvenes. Por lo tanto, si no hay vínculos afectivos esto puede conllevar a la inseguridad, falta de autoestima y de confianza, sin embargo, esto puede llevar a relaciones afectivas poco sanas en el futuro.

## **11. Desarrollo de Resiliencia para sobrellevar las adversidades de la vida**

Según Armando Olsson (2003):

"El término Resiliencia se ha utilizado para describir una sustancia de cualidades elásticas, la capacidad para la adaptación exitosa en un ambiente cambiante, el carácter de dureza e invulnerabilidad y, más recientemente, un proceso dinámico que implica una interacción entre los procesos de riesgo y protección, internos y externos al individuo, que actúan para modificar los efectos de un evento vital adverso" (P. 128).

La importancia de la Resiliencia para los adolescentes y jóvenes es que pueden afrontar con capacidad y con éxito las adversidades como traumas, tragedias, amenazas, ansiedades entre otras, todas estas adversidades o dificultades ayudan a los adolescentes y jóvenes a que sean resilientes a cuanto a las tomas de decisiones.

## **12. Comunicación no violenta en las diferentes interacciones y relaciones interpersonales**

Según Rosenberg Marshall B (2013):

"Comunicación no Violenta un lenguaje de Vida", "La Comunicación no violenta se basa en las habilidades relativas al lenguaje y la comunicación que refuerzan nuestra capacidad de seguir siendo humanos incluso en las condiciones más extremas. No se trata de nada nuevo: hace siglos que se conocen todos los elementos de la Comunicación no violenta. El objetivo es que recordemos algo que ya sabemos –de qué modo hemos de relacionarnos los seres humanos– y que vivamos de una manera que manifieste abiertamente este conocimiento"(P. 18).

La comunicación no violenta es utilizada por las personas que quieren comunicarse entre sí de una manera clara, empática y eficaz, para evitar lenguaje inadecuados y en el cual puedan cumplir sus metas u objetivos para satisfacer sus deseos o peticiones que se requiere de la otra persona.

## **13. Comunicación asertiva, la mejor forma de expresar pensamientos, ideas, emociones, sentimientos y relacionarse con las demás personas**

La comunicación asertiva es diseñada o pensadas para transmitir de manera mucho más eficaz un mensaje, sacando provecho a factores propios del proceso comunicativo y a otros que, aun siendo externos al mismo, lo acompañan e inciden en su eficacia.

La comunicación asertiva es una de las formas más efectivas de resolver los conflictos creados por el medio o por las mismas personas, permite el establecimiento de límites con el cuidado de no dañar a los demás, pero dejando claras las cosas. "Comunicación Asertiva es un conjunto de principios y derechos que hacen a un modelo de vida personal enfocado a lograr el éxito en la comunicación humana. Su esencia radica en la habilidad para transmitir y recibir mensajes haciéndolo de forma honesta, respetuosa y oportuna"(Navarro, 2000, 36).

### **13.1. Beneficios de la Comunicación Asertiva para el fortalecimiento de autoestima y prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes**

La Comunicación Asertiva para los adolescentes y jóvenes es importante ya que es una estrategia de comunicación que permite defender opiniones y derechos de manera libre y respetuosa. Los beneficios de la comunicación asertiva son las siguientes:

- ✚ Permite tener una mayor sensación de control sobre el entorno y sobre nosotros mismos.
- ✚ Tener control sobre uno mismo y poner límites mejora la autoestima.
- ✚ No busca el conflicto, sino que se basa en la comunicación eficiente y, por tanto, empodera a la persona.
- ✚ Mejora el bienestar y la satisfacción vital y ayuda a vivir situaciones y experiencias más gratificantes.
- ✚ Mejora la comunicación entre los actores de una relación.
- ✚ Provoca una mejora en las relaciones interpersonales que es fruto de una mejor comunicación, honestidad y sinceridad.
- ✚ Mejora el autoconocimiento y la gestión emocional.
- ✚ Motiva a resolver conflictos y evitar que los problemas se magnifiquen fruto de la no expresión de las necesidades y las emociones de uno mismo.

### **13.2. Importancia de la Comunicación asertiva entre adolescentes y jóvenes**

La comunicación asertiva entre los adolescentes y jóvenes es importante porque permite expresar ideas, convicciones o preocupaciones de forma franca, clara, serena y respetuosa, sin necesidad de que las emociones se desborden ni de agredir a los demás, sin embargo, esto ayudaría a mejorar su autoestima y reduciría los pensamientos suicidas entre este segmento de población.

### **13.3. Escucha activa como estrategia para el buen manejo de conflictos**

Es importante saber que ante un conflicto la escucha activa facilita que la otra persona se siente escuchada y comprendida de tal forma que se le facilite poder expresar lo que realmente siente al momento de tener problemas, para poder ofrecer consejos positivos para mejorar las emociones de las personas.

### **14. Relaciones conflictivas, una forma de manifestación de violencia y poco interés de buscar soluciones**

“El conflicto como la esencia de un fenómeno de incompatibilidad entre personas o grupos y hace referencia tanto a los aspectos estructurales como a los personales, es decir, que el conflicto existe cuando se presenta cualquier tipo de actividad incompatible” (Jares, 2002, 267).

Es necesario recalcar que los conflictos es algo que está siempre presente en la familia generalmente a veces es por un malentendido, un problema de expectativas o una descarga de tensión, por ello es necesario utilizar estrategias que puedan mejorar las relaciones entre la familia para evitar o saber manejar los conflictos.

Las relaciones violentas entre los padres de familia e hijos muchas veces pueden darse por abuso de poder, nula comunicación, por desacuerdos o porque no existen vínculos de confianza establecidos que le permita expresar lo que piensan y sienten sin necesidad de excederse y llegar al irrespeto o acciones violentas por ambas o una de las partes.

### **15. Ausencia de comunicación en las diferentes relaciones e interacciones entre los adolescentes, jóvenes y sus familias**

La ausencia de comunicación de padres e hijos es una de las causas más frecuentes en las crisis familiares y muchas veces es la razón de que los adolescentes y jóvenes terminen integrando barreras o escudo de mecanismos de defensa o que se involucren en drogas ilícitas u otras adicciones.

### **16. Modelos de crianza tradicionales presentes en la sociedad nicaragüense**

"Los estilos de crianza son eficaces y efectivos para el bienestar de los niños, sin embargo, es importante destacar que existen estilos de crianza que no favorecen el desarrollo integral de los niños, e incluso atentan contra él" (Barraza, 2003, 21). Es importante señalar que los modelos de

crianza son fundamentales ya que esto puede establecer relaciones de confianzas con los hijos e hijas para mejorar la comunicación con ellos y así saber las necesidades y al desarrollo integral que tienen ellos.

### **16.1. Familias autoritarias, modelo generador de actitudes negativas y frustración en los adolescentes y jóvenes**

Se caracterizan por establecer normas abundantes y rígidas sin opción a negociarlas, por exigir demasiado a los hijos e hijas (demasiadas expectativas y control), por imponer más castigos (retirada de afecto) que premios y por criticar a la persona ("eres un inútil"), y no las acciones de la persona. Todo ello, genera en los hijos e hijas una baja autoestima y autonomía, rebeldía por impotencia, comportamientos agresivos o sumisos.

### **16.2. Familias permisivas o sobre protectoras, modelo de crianza generador de inseguridad y poca autonomía en los adolescentes y jóvenes**

Son poco exigentes y tratan de evitar que sus hijos e hijas se enfrenten a las dificultades de la vida, van quitándoles obstáculos. Consideran que los hijos e hijas son buenos y saben qué tienen que hacer y que hay que darles todo lo que piden, especialmente aquello que los adultos no pudieron tener. Son padres reacios a poner reglas y a imponer limitaciones a sus hijos, delegan en otros la educación. Todo ello genera, inseguridad e inconstancia, baja tolerancia a la frustración.

### **16.3. Familias democráticas, modelo de crianza generador de autonomía, respeto, comprensión y seguridad en los adolescentes y jóvenes**

Las relaciones parentales están definidas por el respeto mutuo y la cooperación. El adulto considera que se puede equivocarse en las decisiones. Buscan y potencian que los hijos e hijas puedan aprender autónomamente y que saquen lo mejor de sí mismos. Ayudan en la búsqueda de soluciones equidistantes del abandono y de la sobreprotección y consideran que los problemas son un reto para la superación personal.



#### **16.4. Familias indiferentes, modelo de crianza generadora de conflictos familiares, ausencia de comunicación asertiva e incumplimiento de los de los derechos de los adolescentes y jóvenes**

No son receptivas a las necesidades de los menores y son indiferentes afectivamente. No practican de forma coherente ningún tipo de disciplina. Genera, conductas antisociales, y dependencia. En este tipo de modelo de crianza se da el abandono físico de adolescentes y jóvenes por parte de los padres o tutores que ocurre cuando no se brinda la atención necesaria, ni tampoco se satisfacen las necesidades básicas que es responsabilidad de los padres, madres y tutores suplirlas.

Otro tipo de abandono presente en este modelo de crianza es el emocional que refiere falta de atención a las necesidades emocionales de los adolescentes y jóvenes. Se trata de una ausencia de respuestas a las expresiones emocionales (sonrisas, llantos) y los comportamientos de aproximación o interacción que inician las personas.

#### **17. Baja autoestima y auto concepto negativo en los adolescentes y jóvenes**

Martínez (2010), manifiesta que:

" la autoestima influye en el estado de ánimo, en el compromiso e iniciativa que la persona tiene al momento de realizar diversas actividades que necesitan o desean hacer". Por lo tanto, Lefrancois (2005) considera "que éste va a ser un aspecto a investigar en la conducta de individuos pertenecientes a varios grupos etarios, en áreas de observar cómo influye el desarrollo de la autoestima en la vida de las personas".

Valencia (2007) sostiene que "Maslow ha catalogado la autoestima dentro de una de las necesidades fundamentales que tiene el ser humano, la de reconocimiento, referida al respeto y la confianza que se tiene en sí mismo" (P.1).

La baja autoestima se define como la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás. Las personas con auto estima baja buscan a veces sin ser muy conscientes de ello la aprobación y el reconocimiento de los demás y suelen tener dificultad para ser ellas mismas y poder expresar con libertad aquello que piensan, sienten y necesitan en sus relaciones interpersonales, así como para poder decir "No" al otro sin sentirse

mal por ello. Una persona con baja autoestima suele pensar de forma negativa sobre sí misma, la baja autoestima se sustenta más en creencias que en hechos y las creencias si se puede cambiar.

"El auto concepto es la manera en que el adolescente define su persona usando una combinación de atributos, capacidades, actitudes y valores que supuestamente lo representan y lo hacen distinto del resto de la gente"(Kostelnik, 2009, 52).

### **18. Depresión, ansiedad, aislamiento, y poco involucramiento en actividades familiares**

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración.

OMS y OPS (2017). "La depresión en los adolescentes y jóvenes es un problema de salud mental grave que provoca un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades como socializar con la familia, amistades, amigos entre otros. Sin embargo, la depresión no es algo que se pueda superar con fuerza de voluntad, sino que también puede tener consecuencias graves y requiere tratamientos a largo plazo para poder conllevar una calidad de vida".

Según la Guía de Práctica Clínica (2010), "la ansiedad es un estado emocional que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos que puede presentarse como una reacción adaptiva, o como síntoma o síndrome que acompaña a diversos padecimientos médicos y psiquiátricos. Se considera que la ansiedad es patológica por su presentación irracional, ya sea porque el estímulo está ausente, la intensidad es excesiva con relación al estímulo o la duración es injustísimamente prolongada y la recurrencia inmotivada, generando un grado evidente de disfuncionalidad en la persona"(P.2).

Es importante recalcar que para combatir este tipo de trastornos presentes especialmente en la adolescencia y juventud es necesario el involucramiento en actividades físicas primeramente ya que tiene diferentes beneficios para los adolescentes y jóvenes, entre ellos; incrementa la autoestima, mejora la salud y disminuye la posibilidad de tener sobrepeso u obesidad, fortalece los músculos del cuerpo y también favorece tener un mejor descanso y alivia la ansiedad.

## **19. Canalización de emociones por los adolescentes y jóvenes para prevención de pensamientos negativos**

Según Denzin (2009), define" la emoción como 'una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional"(P.8).

Referente a los adolescentes y jóvenes es primordial que puedan aprender a canalizar y expresar sus emociones, a través de actividades como el yoga, la música, manualidades, entre otras. Estas actividades ayudarían a mejorar o evitar el mal manejo de todas las emociones que el ser humano puede llegar a experimentar, así mismo de las diferentes maneras existentes que contribuyen a que estas se puedan expresar con responsabilidad y de manera asertiva, de manera que la persona evite cargarse de energías negativas, al contrario, las transformen en propositivas y positivas, no significa que se van a dejar de sentir sino más bien la forma en la que se manejan y canalizan para no auto dañarse ni dañar a los demás. De esta manera contribuir a que se goce de una vida más saludable, feliz y plena.

### **19.1. Actividades que funcionan para canalizar las emociones y mejorar la calidad de vida**

- ✚ Intentar no pensar en lo que te preocupa
- ✚ Relajarse y respirar profundo
- ✚ Escribir en un diario las emociones día a día
- ✚ Tomar un respiro y un momento para recuperar el autocontrol
- ✚ Hacer Yoga
- ✚ Tener Distracción, entre otras.
- ✚ Practicar algún deporte
- ✚ Escuchar música relajante
- ✚ Buscar un espacio seguro y genere bienestar emocional
- ✚ Pintar o dibujar

## **20. Importancia del contexto social como medio de desarrollo de las interacciones y socializaciones de los adolescentes y jóvenes**

Según la Federación de Enseñanza de CC. OO de Andalucía en (2009):

"El Contexto social en el que vive, aprende y se desarrolla vitalmente cada persona. Este entorno está constituido por personas (las familias, los vecinos, el mismo alumnado...) con conocimientos, valores, vivencias, etc. es decir, no son sólo "habitantes", sino elementos activos y con valor propio. Así, se busca también la relación entre lo que se aprende fuera y dentro de la escuela (intentando que haya un acuerdo –bidireccional entre familia y escuela, aprovechando los aprendizajes informales, compensando las deficiencias) " (P.2).

Todavía sería necesario avanzar más si aceptamos que para que el alumnado y la comunidad escolar encuentren un sentido a lo escolar, las actividades de aprendizaje deben formar parte de las actividades sociales del alumnado y del entorno (utilización de lo que se hace en la escuela fuera de ella, participación en actividades reales, integración de los objetivos escolares en objetivos sociales y culturales). Esta necesidad viene dada al considerar a la escuela como un elemento dinámico, en interacción con la realidad social y a ésta como un conjunto de personas (con sus vivencias, problemas, etc.) y de grupos y asociaciones, que son agentes activos, más allá del hecho de ser "habitantes" de un lugar.

El contexto social constituye el entorno en el que transcurre y acontece el hecho educacional que influye e incide poderosamente en el desarrollo. La educación, como hemos afirmado anteriormente, tiene lugar siempre en el seno de la vida social, relacionándose en dicho contexto todos los sujetos que intervienen en el proceso educativo, fuera del cual sería imposible la relación interpersonal. Toda sociedad origina y transmite una educación.

### **20.1. Presión social ejercida en las diferentes relaciones e interacciones sociales**

La presión social es un fenómeno que se da en todas las aglomeraciones de población, donde los grupos dominantes aíslan al diferente. Este comportamiento es posible debido a los estereotipos y cánones establecidos por cada cultura, ya que estos son tomados como las leyes que establecen los parámetros de comportamiento, belleza, educación y salud; por ende, se tiene que es aquel que no se rige por dichas normas.

Es decir, la presión social por los amigos, vecinos, familiares, compañeros o compañeras afecta al comportamiento de los adolescentes y jóvenes, sin embargo, esto provoca tener sentimiento de miedo al ser rechazados por un grupo. La necesidad de pertenecer a un grupo conduce al adolescente y jóvenes a mentir sobre su personalidad, ya que tal vez no serían aceptados por algún grupo.

## **20.2. Adicciones: drogas legales e ilegales, internet, alcoholismo, pornografía, videos juego**

La definición de droga por la Organización Mundial de la Salud (OMS) se refiere a todas las sustancias psicoactivas como: «cualquier sustancia que, al interior de un organismo viviente, puede modificar su percepción, estado de ánimo, cognición, conducta o funciones motoras». Incluye el alcohol, el tabaco y los solventes y excluye las sustancias medicinales sin efectos psicoactivos.

Para las convenciones de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) para el control de drogas no establecen una distinción entre drogas legales o ilegales; sólo señalan el uso como lícito o ilícito. En general, se emplea el término droga ilegal o ilícita al hablar de aquellas que están bajo un control internacional, que pueden o no tener un uso médico legítimo, pero que son producidas, traficadas y/o consumidas fuera del marco legal.

## **20.3. Identidad sexual en los adolescentes y jóvenes**

Según la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (2000): "La identidad sexual incluye la manera como la persona se identifica como hombre o mujer, o como una combinación de ambos, y la orientación sexual de la persona. Es el marco de referencia interno que se forma con el correr de los años, que permite a un individuo formular un concepto de sí mismo sobre la base de su sexo, género y orientación sexual y desenvolverse socialmente conforme a la percepción que tiene de sus capacidades sexuales " (P. 7).

Para los adolescentes y jóvenes la identidad sexual es la etapa en que el joven empieza a conocerse a sí mismo desde un punto de vista más profundo. Así mismo es importante hablar sobre los temas de sexo, sexualidad e identidad de sexo o bien compartir información objetiva con los adolescentes y jóvenes en el cual se les brinde una correcta orientación de información para que tengan herramientas que les permita comprender lo que le está sucediendo mediante el desarrollo de la identidad sexual.

#### **20.4. Acoso sexual callejero producido por personas desconocidas**

"El acoso sexual son todos aquellos comentarios verbales y solicitudes sexuales, acciones no verbales como gestos con las manos o expresiones faciales y toqueteos" (Pina y Gannon 2012, 4). Es decir que el acoso callejero es producido por personas desconocidas en lugares públicos como la calle, en los transportes públicos, universidades, centros comerciales, parques entre otros, todos estos lugares son blancos para la víctimas que generalmente son mujeres, el acoso sexual callejero se vive día a día actualmente, los acosos sexuales pueden causar traumas psicológicos negativos para las personas más vulnerables, así como lo son las adolescentes y jóvenes.

### **21. Contexto escolar**

Es importante resaltar que el contexto escolar es un espacio donde los adolescentes y jóvenes pueden desenvolverse para tener relaciones sociales con los compañeros y un desarrollo emocional adecuado.

#### **21.1. Poca Participación escolar de los adolescentes y jóvenes en las clases**

“En este sentido, uno de los problemas más frecuentes entre los adolescentes es el desinterés por participar en actividades conjuntas, así como la reducción de sus interacciones sociales, lo que afecta considerablemente su forma de vida” (Passarotto, 2012, 327).

La poca participación de los alumnos es muchas veces la desmotivación que su medio o entorno les genera llámese familiar, social o escolar, no les permite concentrarse por todos los conflictos que en estos se generan y los trastoca de manera negativa, desinterés que como consecuencias les provoca fracaso escolar; lo que conlleva a un desempeño académico insatisfactorio afectando a toda la comunidad educativa ya que no se alcanzan las metas proyectadas a nivel personal, escolar, familiar, y social.

#### **21.2. Desinterés en establecer vínculos afectivos con compañeros, compañeras, amigos o amigas**

“En los vínculos hay manifestaciones de sentimientos y expresión emocional, de conductas, de personalidad y de patología. Con algunas personas se establece un vínculo más fuerte que con otras y se puede organizar un orden jerárquico de las personas más importantes a las personas

menos importantes en la vida de un sujeto” (Marrone, 2009, P.2). Sin embargo, el desinterés por parte de los adolescentes y jóvenes es muchas veces por la falta de comprensión de parte de sus compañeros de clase y amigos, también porque no se siente a gusto o aceptados por ellos.

### **21.3. Interés o desinterés de los adolescentes y jóvenes en las clases y en el rendimiento académico**

Para Caballero, Abello y Palacio (2007), "el rendimiento académico implica el cumplimiento de las metas, logros y objetivos establecidos en el programa o asignatura que cursa un estudiante, expresado a través de calificaciones, que son resultado de una evaluación que implica la superación o no de determinadas pruebas, materias o cursos." Por su parte, Torres y Rodríguez (2006, citado por Willcox, 2011), definen "el rendimiento académico como el nivel de conocimiento demostrado en un área o materia, comparado con la norma, y que generalmente es medido por el promedio escolar"(P. 3).

El interés en los alumnos de adolescentes y jóvenes genera la Resiliencia, y esta capacidad hará que el estudiante pueda sobrellevar las dificultades que se le presenten, para poder alcanzar su objetivo propuesto. Así mismo esto le proporcionara aquellos valores que fueron atraídos por su motivación personal. También el interés busca un valor didáctico, pero al mismo tiempo esta didáctica lo sobrepasa alcanzando niveles educativos importantes, logrando así un aprendizaje significativo para los alumnos.

El desinterés de los adolescentes y jóvenes es por desmotivación e interés por las actividades escolares donde los alumnos encuentran aburrida la metodología o las estrategias para transmitir los aprendizajes hacia los alumnos, cabe mencionar que es importante que los maestros se tomen la tarea de prestar atención sobre lo que le gusta a los estudiantes ya que esto ayudaría en gran manera al momento de planificar o implementar la metodología para la transmisión de conocimientos de una forma más lúdica y participativa.

### **21.3.1. Incumplimiento constante de las asignaciones escolares, trabajos y tareas**

“Algunos estudiantes consideran que las tareas escolares no tienen importancia debido a que no encuentran ninguna relación entre ésta y la vida diaria. Por ejemplo, para aquellos estudiantes que tienen problemas en matemáticas resulta completamente absurdo esforzarse por aprenderlas si no ven su utilidad” (Flores, 2006, 7).

Es decir que los estudiantes incumplen con sus obligaciones porque no le entiende a las asignaturas o por falta de motivación escolar, así como también la falta de cooperación por parte de los padres de familia en cuanto a orientar y revisar dichas obligaciones. Por otra parte, el incumplimiento de las asignaciones escolares es una dificultad que impide a los estudiantes tener una asistencia y permanencia en sus estudios puesto que no tiene disposición para realizar los deberes por cuanto no existe un aprendizaje eficaz por parte de los estudiantes.

### **21.3.2. Factores personales que conllevan al bajo rendimiento escolar**

"El rendimiento académico se ve influido por muchas variables interrelacionadas entre sí de manera compleja, lo cual dificulta las investigaciones al respecto, sin embargo se puede señalar que en el rendimiento académico intervienen factores como el nivel intelectual, la personalidad, la motivación, las aptitudes, los intereses, los hábitos de estudio, la autoestima o la relación profesor-alumno; cuando se produce una diferencia entre el rendimiento académico y el rendimiento que se espera del alumno, se habla de rendimiento discrepante; un rendimiento académico insatisfactorio es aquel que se sitúa por debajo del rendimiento esperado. En ocasiones puede estar relacionado con los métodos didácticos" (Chapana, 2012; Larrosa, 1994; Martí, 2003, cómo se citó en Lamas, 2015, 75).

El bajo rendimiento por los adolescentes y jóvenes es por falta de motivación, por problemas familiares, ausencia por los padres en la vida escolar, falta de reconocimiento a los esfuerzos de los hijos e hijas, falta de participación en el salón de clase, déficit de aprendizaje. Estos factores que impactan a los adolescentes y jóvenes de una manera que los ponen frustrados ante el hecho que tienen un bajo rendimiento académico.

### **21.3.3. Factores externos que ponen en peligro la integridad y rendimiento académico de los adolescentes y jóvenes (Bull ying escolar)**

“Las semillas del Bull ying brotan donde ha existido un aprendizaje de violencia y donde se ha acostumbrado a consentirla e incluso en sus manifestaciones más sutiles y rutinarias.”



(Rodríguez, 2004,20). refiere que el acoso escolar es toda forma de maltrato físico, verbal o Psicológico que se produce entre estudiantes de forma reiterada y a lo largo del tiempo. El Bull ying suele tener lugar en el aula de clases y en el patio de la escuela, este tipo de violencia por lo general afecta a los adolescentes y jóvenes entre las edades de 15 y 21 años, aunque puede extenderse a otras edades.

El bull ying puede manifestarse de distintas maneras tanto físicas como emocionales, por medio de golpes, insultos, burlas, chantajes, manipulación, jalones de cabello o alguna parte del cuerpo, tirar las cosas personales de alguien, arrebatarse las cosas, romper o destruir las cosas de los demás, manifestar comentarios despectivos de otra persona, empujones, hacer cosas que van en contra de los reglamentos internos de las instituciones educativas e inculpar a otros. Esta problemática trasciende en las personas de manera negativa en todas las áreas de su vida causando inestabilidad y desinterés en los asuntos escolares por temor y miedo, es importante prestar mucha atención a este tipo de conducta y estar alertas a cualquier señal que en los adolescentes y jóvenes se presente.

La inseguridad que también es generada por este tipo de comportamiento violento es una sensación de malestar, nerviosismo o temor asociado a multitud de contextos, que puede ser desencadenada por la percepción de que uno mismo se encuentra vulnerable ante distintas situaciones.

#### **21.4. Tomar los fracasos de forma constructiva**

Es importante recalcar que todas las personas se equivocan y también se permite hacerlo, ya que si no se comete errores jamás se aprenderá de los fracasos. A su vez hay que ver los fracasos como fuentes de aprendizaje que motive a ser una excelente persona con mejor actitud positiva.

“Fracaso escolar es toda insuficiencia detectada en los resultados alcanzados por los alumnos en los centros de enseñanza respecto a los objetivos propuestos para su nivel, edad y desarrollo, y que habitualmente se expresa a través de calificaciones escolares negativas”. Martínez-Otero Pérez (2009), siguiendo la propuesta de Ander Egg (1999, 74).

El fracaso escolar es aquella situación en la que un alumno sin limitaciones intelectuales conocidas no supera los niveles de aprendizaje esperados para su edad, dentro de un determinado plan de estudios y/o de una institución escolar dada.

### **21.5. Sentirse orgulloso consigo mismo**

Sentirse orgullo por uno mismo implica saber valorarse, saber ponerse muchos esfuerzos y esto permite desarrollar una relación más sana tanto con uno mismo como con los demás. A su vez ayuda a fortalecer la autoestima ya que esto ayuda tanto en la salud mental de las personas y tener una estabilidad emocional. Porque si se tiene una autoestima baja y un concepto pobre de uno mismo lleva en una elevada probabilidad a relaciones tóxicas que no aportan nada bueno. La persona que tiene una autoestima baja y carece de orgullo propio consiente los desprecios de la otra persona.

### **21.6. Metas académicas por parte de los adolescentes y jóvenes**

“Una meta académica se puede considerar como un modelo o estilo motivacional integrado de creencias, atribuciones y afectos/sentimientos que dirigen las intenciones de la conducta, de lo que los sujetos hacen o quieren hacer en el contexto educativo de enseñanza/aprendizaje.” (Pintrich y Schunk, 2006, P.849).

Es decir que las personas son capaces de ponerse metas, pero para llegar se debe trabajar con mucho esfuerzo, sin embargo se debe tener presente que se tiene que tener paciencia y claridad sobre lo que se quiere obtener para ser capaces de cumplirlo ya que si no se hace de esta forma sólo se creará inconformidad consigo mismo.

### **21.7. Importancia de la intervención y motivación de los decentes en los adolescentes y jóvenes con los que constantemente interactúan**

Entendemos que el concepto de intervención educativa debe estar orientado a favorecer el desarrollo de la autonomía de la persona en el planteamiento y en la resolución de sus problemáticas.

Asimismo, como lo dice Llena y Parcerisa (2008), "En la intervención y el acompañamiento en el que el educador o la educadora sea capaz de reconocer las capacidades y habilidades del educando, de escuchar sus demandas y necesidades, de dejarlo actuar y tomar decisiones, de mediar con el contexto y escenarios donde las potencialidades del educando puedan desarrollarse del mejor modo posible"(P. 57).

La motivación escolar posee una importancia fundamental para los alumnos y alumnas en el cual puedan mostrar interés en sus materias o en su educación con el único motivo de tener la disposición de aprender de una manera asertiva, y tener disposición de aprender. Cuanto más motivado esté un alumno mayor implicación tendrá en su estudio, mayor dedicación y atención prestará en sus tareas y como consecuencia, tendrá mayor facilidad para alcanzar sus metas académicas.

“La motivación escolar no es algo momentáneo, va más allá de la preparación y preocupación por el inicio de una lección, está constituida más bien por un conjunto de elementos que constituye el ambiente físico, social y emocional de la clase.”(García y otras, 2001, 34).

Sin embargo, la motivación permitirá a los alumnos a poder desarrollar sus habilidades y capacidades, así como superar sus limitaciones. Además, un alumno con motivación conseguirá buenos resultados y presentará un mayor interés por continuar con su etapa formativa y alcanzar metas cada vez de mayor complejidad.

#### **21.7.1. Acompañamiento por maestros y maestras en el proceso de aprendizaje académico de los adolescentes y jóvenes**

"El acompañamiento significa ponerse al lado de los estudiantes guiando sus actividades académicas en el devenir de su proceso de aprendizaje, escuchando sus necesidades e inquietudes, aportando perspectivas y compartiendo con ellos herramientas que los ayuden en su aprendizaje, e inclusive haciendo aportes al crecimiento personal y profesional como bien lo señalan"(Jaramillo, Osorio y Narváez 2011, 4).

El acompañamiento pedagógico brinda la oportunidad para recuperar, conformar y Fortalecer los espacios, procesos al interior de las instituciones educativas, lo que implicaría una participación reflexiva de la labor docente y la cual fortalecería las potencialidades, necesidades, cualidades, entre otras más.

En cuanto el acompañamiento por los maestros hacia los alumnos es necesario que el docente brinde confianza, seguridad y una oportuna de orientación y afianzamiento de las praxis que impulse el desarrollo personal y profesional. Además, es importante mencionar que el acompañamiento de los maestros ayuda a tener una buna comunicación asertiva, a tener una

actitud positiva y en muchas veces ayudan a la toma de decisiones de cualquier situación que se presente en el proceso de acompañamiento.

## **22. Marco jurídico**

El problema de baja autoestima y pensamiento suicida en una realidad que deja serias secuelas en las familias, principalmente en adolescentes y jóvenes, no solo a nivel nacional sino alrededor de todo el mundo, siendo una responsabilidad de todos y todas realizar acciones para prevenirlos y aportar al bienestar integral y educativo con calidad de los chavalos y chavalas, en la presente investigación se considera necesario e indispensable retomar Códigos y Leyes internacionales y nacionales, para soportar lo investigado.

Primeramente, la Constitución Política de la República de Nicaragua, la AIASP (Asociación Internacional Para la Prevención del Suicidio), en colaboración con la OMS (Organización Mundial de la Salud), y la OPS (Organización Panamericana de la Salud), Código Penal de la República de Nicaragua, Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287, Código de Familia. Ley No.870 y Ley General de Educación. Ley No. 582.

### **22.1. Constitución Política de la República de Nicaragua, publicada en la Gaceta, Diario Oficial No 32 del 18 de febrero del 2014**

La Constitución Política es la máxima autoridad que rige el comportamiento de todos los ciudadanos nicaragüenses, las demás Leyes y Códigos establecidos en el país están subordinadas a ésta y no pueden alterar los decretos establecidos por la misma.

El Estado nicaragüense reconoce a la persona, la familia y la comunidad como el origen y el fin de su actividad, y está organizado para asegurar el bien común, asumiendo la tarea de promover el desarrollo humano de todos y cada uno de los nicaragüenses, bajo la inspiración de valores cristianos, ideales socialistas, prácticas solidarias, democráticas y humanísticas, como valores universales y generales, así como los valores e ideales de la cultura e identidad nicaragüense.”

(Constitución Política de la República de Nicaragua, publicada en la Gaceta, 2014, Artículo 4).

El Estado garantiza a los nicaragüenses el derecho a la seguridad social para su protección integral frente a las contingencias sociales de la vida y el trabajo, en la forma y condiciones que determine la Ley. (Constitución Política de la República de Nicaragua, publicada en la Gaceta, 2014, Artículo 61).

## **22.2. AIASP (Asociación Internacional Para la Prevención del Suicidio), OMS (Organización Mundial de la Salud) y OPS (Organización Panamericana de la Salud)**

Retoman la importancia de crear medidas para la prevención del suicidio principalmente en los grupos que se encuentran vulnerables ante esta decisión y problemática, rescatando el día mundial para la prevención el 10 de septiembre, promovido por la AIASP (Asociación Internacional Para la Prevención del Suicidio), en colaboración con la OMS (Organización Mundial de la Salud), y la OPS (Organización Panamericana de la Salud) día en el que se fomenta en todo el mundo compromisos y medidas prácticas para prevenirlos, ya que la demanda de casos es alta y además es una desafío existente a nivel mundial y del que no se escapa ningún rango de edades.

“El suicidio es un grave problema de salud pública rodeado de estigma, mitos y tabúes. Cada año cerca de 800,000 personas se quitan la vida a nivel mundial, lo que equivale a que una persona muere por suicidio cada 40 segundos. Contrariamente a las creencias comunes, los suicidios se pueden prevenir con intervenciones oportunas, basadas en la evidencia y, a menudo de bajo costo. Se estima que por cada suicidio que se produce hay más de 20 intentos. El suicidio puede ocurrir a cualquier edad y es la tercera causa de muerte en tres los jóvenes de 20-24 años en la Región de las Américas”, OPS (Organización Panamericana de la Salud, 2019).

“Retomando las afectaciones que ha dejado la pandemia del COVID-19 en todos los niveles tanto económica, emocional, psicológica entre otros, ha provocado pérdidas, sufrimiento y estrés. Centrarse en la prevención del suicidio es especialmente importante ahora, para permanecer conectados unos con otros y ser conscientes de los signos de riesgo de suicidio y cómo responder. Aun en estos tiempos en que hay mayor distanciamiento físico, las personas aún pueden mantener conexiones sociales y cuidar su salud mental” (OPS, 2019).

### **22.3. Código Penal de la República de Nicaragua**

“Se considera al suicidio como un delito, si solo sí se comprueba participación de terceros, y dice “Quien induzca a otro al suicidio y/o coopere con actos necesarios y directos al suicidio de otro; será sancionado con pena de 2 a 6 años de prisión”. (Código Penal de la República de Nicaragua, 2013, Artículo 142).

Esto quiere decir que si un tercero ayuda a una persona a suicidarse ya sea incitándola a ello o proporcionándole los medios operacionales para que ésta cometa el acto, será sancionado por la Ley en Nicaragua, sin embargo, existe un conflicto constante en lo referente al derecho de las personas para disponer de su vida, sobre todo cuando estas padecen de alguna enfermedad crónica y les quedan pocos meses o años de vida.

### **22.4. Código de la Niñez y la Adolescencia. Ley No.287**

Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287. Aprobado el 24 de marzo de 1998, por la Asamblea Nacional de la República de Nicaragua, Publicado en la Gaceta No.97 del 27 de mayo de 1998, consta de tres libros; en el primero se abordan los derechos, libertades, garantías y deberes, en el segundo de la Política y el Consejo Nacional de Atención integral a la Niñez y Adolescencia y en el tercero Sistema de Justicia Penal Especializada. A continuación, se retoman los artículos fundamentales relacionados con la presente investigación.

Este Código regula la protección integral que la familia, la sociedad, el Estado y las instituciones privadas deben brindar a las niñas, niños y adolescentes (Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287, 1998, Artículo 1).

El presente Código considera como niña y niño a los que no hubiesen cumplido los 13 años de edad y adolescentes a los que se encuentren entre los 13 y 18 años de edad, no cumplidos (Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287, 1998, Artículo 2).

La familia es el núcleo natural y fundamental para el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de las niñas, niños y adolescentes. En consecuencia, la familia debe asumir plenamente sus

responsabilidades, su cuidado, educación, rehabilitación, protección y desarrollo (Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287, 1998, Artículo 6).

Es deber de la familia, la comunidad, el Estado y la sociedad en general asegurar, con absoluta prioridad, el cumplimiento de los derechos y garantías de las niñas, niños y adolescentes referentes a la vida, convivencia familiar y comunitaria, identidad, nacionalidad, salud, alimentación, educación, medioambiente, deporte, recreación, profesionalización, cultura, dignidad, respeto y libertad (Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287, 1998, Artículo 7).

Se entiende por interés superior de las niñas, niños y adolescentes todo aquello que favorezca su pleno desarrollo físico, psicológico, moral, cultural, social, en consonancia con la evolución de sus facultades que le beneficie en su máximo grado (Código de la Niñez y la Adolescencia, Ley No.287, 1998, Artículo 10).

El suicidio se tiene que asumir como un evento que no debe ser glorificado ni mucho menos hacerlo pasar por desapercibido, es un tema un tanto complejo pero que debe ser dialogado dentro de las familias, que en este sentido los principales responsables de estar atentos a cualquier señal de alertas y de brindarles información sólida, así como factores de riesgo y medidas de prevención son los padres, madres de familia o tutores, pero sin dar tantos detalles de los medios que las personas han utilizado para consumar suicidio, porque de cierta forma si no se es totalmente responsable con la información que se les brinda, podría causar daños psicológicos en los chavalos y chavalas.

Cabe recalcar que una de las medidas de prevención del suicidio es fomentar desde la infancia el desarrollo, construcción y fortalecimiento del auto concepto positivo y autoestima, ya que son temas que marcan la vida de una persona desde la niñez y si se fomenta de manera asertiva contribuiría a que las personas tengan una salud mental sana, proyectándose hacia los demás con seguridad y confianza interna, planteándose metas, proyectos de vida, propósitos y objetivos a nivel personal, familiar o social.

## **22.5. Código de familia. Ley No.870**

### **Ámbito de aplicación**

El presente Código de Familia, establece el régimen jurídico de la familia y sus integrantes. Comprende las relaciones jurídicas intrafamiliares, las de ésta con terceros y las entidades del sector público y privado vinculadas a ella. Las instituciones que regula son las derivadas de las relaciones familiares y los efectos jurídicos que de ellas surjan. El presente Código de Familia, se aplicará en todas las demandas que en materia de familia estén contenidas en el mismo. (Código de familia. Ley No.870, 2014, Artículo 1).

### **Concepto e integración de la familia**

La familia es el núcleo fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de ésta y del Estado. Está integrada por un grupo de personas naturales con capacidades, habilidades y destrezas diferentes, unidas por el matrimonio o unión de hecho estable entre un hombre y una mujer y vínculos de parentesco. De igual forma, las familias encabezadas por madres solteras, padres solteros, viudas, viudos, divorciados, divorciadas, abuelos, abuelas, así como por otros miembros de la familia, que ejerzan la autoridad parental, gozarán de la misma protección y tendrán los mismos deberes y derechos de solidaridad, respeto, tolerancia y buen trato establecidos en este Código. (Código de familia. Ley No.870, 2014, Artículo 37).

Obligaciones de los integrantes del núcleo familiar. Las personas que integran la familia, tienen la obligación de velar por la protección y conservación de ésta y promover el respeto e igualdad de derechos y oportunidades entre todas y todos sus miembros; además, han de contribuir a:

- a) Fortalecer los vínculos de cariño, ayuda y respeto recíproco entre sus integrantes.
- b) Fortalecer el matrimonio y la unión de hecho estable legalmente formalizado o reconocida, con fundamento en la absoluta igualdad de derechos del hombre y la mujer.
- c) El eficaz cumplimiento por los padres de sus obligaciones con respecto a la protección, formación moral, y educación de los hijos e hijas, para que se desarrollen plenamente en



todas las facetas de la vida para insertarse, armónicamente, como ciudadanos dignos en la sociedad; y

- d) La plena realización el principio de igualdad de todos los hijos e hijas (Código de familia. Ley No.870, 2014, Artículo 38).

### **Derechos y deberes de solidaridad, respeto, tolerancia, y buen trato en la familia**

La vida en familia obliga a todos y todas sus integrantes a tratarse con tolerancia, respeto y humanismo, brindándose un trato digno, a fin de que todos contribuyan al desarrollo de una familia unida, sana, fuerte y solidaria, promoviendo la erradicación de todo tipo de violencia intrafamiliar (Código de familia. Ley No.870, 2014, Artículo 48).

Siendo así, la familia, uno de los principales garantes del desarrollo integral de los adolescentes y jóvenes, fomentado desde el hogar prácticas que contribuyan al fortalecimiento de la autoestima y prevención de pensamientos suicidas. Acompañándoles en cada una de sus etapas en la vida, promoviendo valores y deberes de manera asertiva y afectiva, protegiendo la integridad de los chavalos y chavalas, escuchándoles y orientándoles a seguir conductas positivas que sean productivas en su diario vivir.

### **22.6. Ley General de Educación. Ley No 582**

Esta Ley tiene por objeto, establecer los Lineamientos Generales de la Educación y del Sistema Educativo Nacional, las atribuciones y obligaciones del Estado, los derechos y responsabilidades de las Personas y la Sociedad en su función educadora. Se regulan todas las actividades educativas desarrolladas por Personas Naturales o Jurídicas Públicas o Privadas en todo el País (Ley General de Educación. Ley No 582, 2006, Arto. 1).

La presente Ley es de observancia general y sus disposiciones son de orden público e interés social (Ley General de Educación. Ley No 582, 2006, Arto. 2).

## **Definiciones Generales de la educación nicaragüense:**

- a) La Educación como Derecho Humano: La educación es un derecho humano inherente a todas las personas sin distinciones de edad, raza, creencia política o religiosa, condición social, sexo e idioma. El Estado garantiza el ejercicio del derecho a una educación integral y de calidad para todos y todas. La sociedad tiene la responsabilidad de contribuir a la educación y el derecho a participar en su desarrollo.
- b) La Educación como Proceso Pedagógico es un proceso, a través del cual se prepara al ser humano para todos los ámbitos de la vida en la sociedad, a través de ésta se apropia de la Ciencia y la Técnica para transformar el medio en que se desenvuelve. Es un proceso democrático, creativo y participativo que promueve la formación científica y moral, utilizando la investigación científica como método de aprendizaje que permita la apropiación del conocimiento, el desarrollo de hábitos y habilidades de forma activa destacando el rol del maestro y la maestra como mediadores de este proceso (Ley General de Educación. Ley No 582, 2006, Arto. 6).

De la calidad en la Educación. La calidad en la educación apunta a la construcción y desarrollo de aprendizajes relevantes, que posibiliten a los estudiantes enfrentarse con éxito ante los desafíos de la vida y que cada uno llegue a ser un sujeto-actor positivo para la comunidad y el país (Ley General de Educación. Ley No 582, 2006, Arto. 9).

La educación además de ser un derecho de todos los ciudadanos nicaragüenses, también, contribuye a la prevención de distintas problemáticas, en este sentido, es una de las formas más eficaces de fortalecer la autoestima y prevenir pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes, puesto que nos muestra diferentes formas de educarnos para conocer de distintas dificultades en la vida cotidiana, así como también soluciones a éstas. Se considera que mediante la educación se puede contrarrestar los altos índices de baja autoestima y pensamientos suicidas en los chavalos y chavalas, considerando conveniente que es responsabilidad de todos y todas involucrarnos para poder hacer uso de este conocimiento y así darle salidas a conflictos internos o externos de manera asertiva y eficaz.

### **23. Preguntas directrices**

1. ¿Cómo es el contexto familiar, social y escolar en el que se desarrollan las relaciones e interacciones entre los adolescentes y jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua?
2. ¿Cuáles son las principales motivaciones personales que generan baja autoestima y pensamientos suicida, así como las afectaciones en las relaciones familiares, sociales y escolares de los adolescentes y jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua?
3. ¿Qué elementos debería contemplar un plan de intervención con enfoque socioeducativo para fortalecer la autoestima y la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua?

## Capítulo III

### 24. Diseño metodológico

#### 24.1. Metodología

El marco metodológico está referido a: “cómo se realizará la investigación, muestra el tipo y diseño de la investigación, población, muestra, técnicas e instrumentos para la recolección de datos, validez y confiabilidad y las técnicas para el análisis de datos” (Finol y Camacho, 2008, p.35).

La metodología se denomina la serie de métodos y técnicas de rigor científico que se aplican sistemáticamente durante un proceso de investigación para alcanzar un resultado teóricamente válido. En este sentido, la metodología funciona como el soporte conceptual que rige la manera en que aplicamos los procedimientos en una investigación. Para la metodología de la investigación se realiza un proceso donde se va describiendo y explicando el tipo de investigación, paradigma, enfoque, muestra, universo, población, técnicas o instrumentos utilizados para la recolección de información.

#### 24.2. Paradigma

Se hace necesario resaltar que la presente investigación intenta conocer, comprender, describir e interpretar el problema de la baja autoestima en Adolescentes y Jóvenes de colegio público Chiquilistagua y el desenvolvimiento de pensamientos suicidas, por ello se piensa en un plan de acción con **enfoque socioeducativo** que contribuya al fortalecimiento de la autoestima en los adolescentes y jóvenes de este centro de estudio.

"Un paradigma engloba un sistema de creencias sobre la realidad, la visión del mundo, el lugar que el individuo ocupa en él y las diversas relaciones que esa postura permitiría con lo que se considera existente"(Flores, 2004, 10).

### **24.3. Enfoque de investigación**

“Es importante tener claro el enfoque en que se inscribe la investigación, es por esta razón que el enfoque cualitativo de investigación se enmarca en el paradigma científico naturalista, el cual, es denominado naturalista-humanista o interpretativo, y cuyo interés se centra en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social” (Barrantes 2014, 82).

Es necesario resaltar que el enfoque de la investigación es la forma en la que el investigador se aproxima al objeto de estudio. Dicho de otra manera, es la perspectiva desde la cual se aborda la realidad social que variará dependiendo del tipo de resultados que se espera encontrar en situaciones determinadas. La presente investigación utiliza el enfoque cualitativo y paradigma interpretativo, dado que este permite razonar sobre la problemática que afecta a los adolescentes y jóvenes del Colegio Público de Chiquilistagua de la Comarca con el mismo nombre.

### **24.4. Tipo de estudio**

#### **24.4.1. Estudio descriptivo**

Es importante saber o identificar qué tipo de estudio se realizará, para poder seguir los pasos, técnicas y métodos. Según Hernández, Fernández y Baptista (2003), existen cuatro tipos de estudios, estos son: exploratorio, descriptivos, correlacionales y explicativos, se basan en la estrategia de investigación que se emplea, ya que el diseño, los datos que se recolectan, la manera de obtenerlos, el muestreo y otros componentes del proceso de investigación son distintos. Sirven para analizar cómo es y cómo se manifiesta un fenómeno y sus componentes. Permiten detallar el fenómeno estudiado básicamente a través de la medición de uno o más de sus atributos.

En los tipos de estudios descriptivos se “muestran, narran, reseñan o identifican hechos, situaciones, rasgos, características de un objeto de estudio), por tal efecto se detalla y analiza la realidad social.” (Bernal, 2010, 113). De acuerdo con el tiempo en que se sitúa esta investigación, debe referirse que la misma, se inicia como investigación descriptiva debido a que se describe la realidad social con sus características particulares en la que viven los Adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua situado en la Comarca Chiquilistagua del Distrito III en la ciudad de Managua.

#### **24.5. Contexto y tiempo de estudio**

Es necesario retomar el contexto familiar, social y escolar, espacios en los que los chavalos y chavalas desarrollan sus relaciones e interacciones para identificar las principales motivaciones que les generan baja autoestima y pensamientos suicidas, así como las afectaciones que les deja a nivel personal. Sin embargo, es fundamental e conveniente retomar y fortalecer la autoestima positiva en esta etapa en la que surgen muchos cambios a nivel físico y emocional, además de su importancia en la construcción de un autoconcepto positivo que contribuya al desarrollo de su personalidad e identidad con fundamentos fuertes que les permita identificar factores protectores para que disminuya su nivel de vulnerabilidad.

“La Comarca Chiquilistagua cuenta con una población de aproximadamente 5, 508 habitantes de la cual hombres menores de quince años es de 952, de quince años y más 1,762. En el caso de las mujeres menores de quince años es de 925, de quince años y más 1, 869. La comarca está ubicada en el Distrito III de la ciudad de Managua. Este Distrito se localiza en la zona Sur - Occidental de la ciudad, gran parte de su territorio se ubica en la cuenca de las Sierras de Managua y es el Distrito más grande de la Ciudad” INIDE (2005). “El distrito III está conformado por una parte que es urbana y otra rural, tienen en su territorio las comarcas de Nejapa, Chiquilistagua, Cedro Galán, San José de la Cañada, Pochocuape, San Isidro Libertador y Ticomó.

Cuenta con una extensión territorial de: 83.3505 Kilómetros cuadrados, equivalente a 8,335.0558 Hectáreas o 83.350,558.7831 metros cuadrados”. INIDE (2005). En el área de educación la comarca cuenta con los siguientes centros escolares entre públicos y privados: Colegio Público Pedro Rafael Dávila Carpio, Colegio Técnico Niño Jesús de Praga, Colegio Público Chiquilistagua, Colegio Covanic, Colegio Cristiano Monte Hermón, en donde se imparten los módulos de educación primaria y secundaria. La presente investigación dio inicio en el segundo semestre del 2019 finalizando en el segundo semestre del 2020 aproximadamente, en donde se convierte en un estudio transversal.

## **24.6. Métodos y técnicas para la recolección de datos**

Las técnicas que se utilizaron para la recopilación de información fueron las entrevistas y la observación. Cada una de esas técnicas fue de gran ayuda para obtener información sobre el fortalecimiento de la Autoestima.

### **24.6.1. Observación**

“La observación cualitativa no es mera contemplación (“es sentarse a ver el mundo y tomar notas”); nada de eso, implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atentos a los detalles, sucesos, eventos e interacciones. Esta técnica consiste en acercarse al fenómeno estudiado y ver directamente lo que sucede. Algo imprescindible en esta técnica es que la observadora debe pasar desapercibido, de lo contrario es altamente probable que los sujetos de investigación modifiquen su comportamiento normal” (Hernández, Fernández y Baptista, 2008, 587).

En trabajo social la técnica de la observación se aplica a campos muy diversos, como analizar problemas ligados a un territorio, así como la identificación de baja autoestima con pensamientos suicidas en los adolescentes y Jóvenes del colegio público Chiquilistagua, esta técnica sirvió para recolectar datos importantes y necesarios para el estudio que se realizó, es necesario resaltar que esta técnica es un método clásico de investigación y la más básica para obtener información sobre el mundo que nos rodea.

### **24.6.2. Entrevista**

"La entrevista es más íntima flexible y abierta. Esta se define como una reunión para intercambiar información entre una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados). En el último caso puede ser una pareja o un grupo pequeño como una familia (claro está, que se puede entrevistar a cada miembro del grupo individualmente o en conjunto esto sin llevar a cabo una dinámica grupal, lo que sería un grupo de enfoque)"(Hernández, Fernández y Baptista,2008, 597).

La entrevista abierta es otra técnica que cuyo objetivo es poder entrevistar a las personas comenzando desde una conversación profesional. En el cual esta misma fue de gran ayuda para conseguir información necesaria y realizar este estudio sobre el fortalecimiento de la Autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en con los Adolescente y Jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua. Cabe señalar que de la comunidad de Chiquilistagua se seleccionó como entrevistados a adolescentes y jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado de secundaria y maestras guías de estos años y a una madre de familia.

### **24.6.3. Método inductivo**

Este método se realizará a través de la tabulación y procesamientos de las respuestas de las entrevistas aplicadas.

“El método inductivo se aplica en los principios descubiertos a casos particulares, a partir de un enlace de juicios”. En la investigación se usa cuando se procesan y analizan los datos obtenidos de los cuestionarios aplicados y en el análisis e interpretación de la información” (Hernández, Collado y Baptista, 2008, 107).

### **24.7. Muestra**

“La muestra en el proceso cualitativo, es un grupo de personas, eventos, sucesos, comunidades, etcétera, sobre el cual se habrán de recolectar los datos, sin que necesariamente sea representativo del universo o población que se estudia. Subgrupo de la población del cual se recolectan los datos y deben ser representativo de dicha población” (Hernández, Fernández y Baptista, 2008, 236).

Para seleccionar una muestra, lo primero que hay que hacer es definir la unidad de análisis (personas, organizaciones, periódicos, comunidades, situaciones, eventos, etc.). El sobre qué o quiénes se van a recolectar datos depende del planteamiento del problema a investigar y de los alcances del estudio. Estas acciones nos llevaran al siguiente paso, que consiste en delimitar una población.



## **24.8. Criterios para selección de la muestra**

Los criterios que fueron tomados en cuenta para la selección de la muestra son los siguientes; en el caso de los alumnos que fuesen adolescentes y jóvenes estudiantes activos del Colegio Público Chiquilistagua en secundaria, específicamente de noveno, decimo y onceavo grado y que hayan sido identificados por los y las maestras con problemáticas de baja autoestima y pensamientos suicidas. Las maestras guías de estos años, las madres de familia que tuviesen al menos un hijo adolescente o joven en este centro escolar, la Psicóloga y Trabajadora Social con experiencia en intervención psicosocial con adolescentes y jóvenes en el ámbito escolar o social, espacios en los cuales sus atenciones hayan estado dirigidas a tratar temas de baja autoestima o pensamientos suicidas.

El tamaño de la muestra inicialmente fue de 28 entrevistas a estudiantes de secundaria de noveno, décimo y onceavo grado de los cuales se les aplicaron entrevistas a 18 adolescentes y 10 jóvenes con características de baja autoestima, depresión, pensamientos suicidas entre otras afectaciones.

Cabe señalar que de los 28 instrumentos realizados a los estudiantes se hizo una selección de información basándonos en los criterios de calidad y cantidad de respuestas de los adolescentes y jóvenes, rescatando toda la información y argumentos que son relevantes para la presente investigación. Para lo cual se seleccionaron solamente 14 estudiantes, de los cuales 8 son jóvenes y 6 adolescentes, en donde a su vez se encontró información veraz, misma que servirá para hacer un análisis de la forma y condiciones en las que vive este tipo de problemática los adolescentes y jóvenes, rescatando aportes desde sus experiencias de vida cotidiana.

Fue necesario resaltar que los informantes claves son 6 de las cuales son: 3 maestras guías de noveno, decimo y onceavo grado, una madre de familia que tiene hijo adolescentes estudiando en el colegio de Chiquilistagua, una Psicóloga y una Trabajadora Social que tienen experiencia en intervención con adolescentes y jóvenes con temas relacionados a los que la presente investigación describe entre las edades de 15 -19 y de 28-50 años de edad, dando a conocer el problema de baja autoestima y de pensamientos suicidas. Es importante señalar que las

profesionales son externas del colegio por lo que participaron en dar sus aportes y experiencias desde sus intervenciones.

#### **24.9. Aplicación de instrumentos**

Antes de la aplicación de entrevistas se solicitó la autorización a los entrevistados y la firma de un consentimiento informado (ver anexo 1), en donde ellos y ellas autorizaban o no que sus identidades aparecieran reflejadas en la investigación, en el caso de las personas mayores de edad, no hay problema, ya que éstas autorizaron la inclusión de sus nombres en la investigación, en el caso de los adolescentes por omisión se maneja que según el Código de la Niñez y Adolescencia no se les pueden violentar sus derechos con la exposición de sus identidades reales por lo que aún son menores de edad, asumiendo la responsabilidad de utilizar la información compartida, como sus testimonios y experiencias de vida, solo para fines académicos.

Una vez que se obtuvo el consentimiento se dejó claro que en el caso de los participantes mayores de edad en este sentido los jóvenes, se dejarían anónimos relejándolos a través de códigos como informante 1, 2, 3, así sucesivamente, en el caso de los informantes claves aparecerán las iniciales de sus nombres y apellidos, en cuanto a los adolescentes se decidió manejarlos también a través de códigos, los mismos utilizados para los jóvenes, además se les explicó el tema de la investigación, sus objetivos y la forma en la que ellos y ellas como informantes aportarían al estudio monográfico.

Se construyeron cinco tipos de instrumentos debido a que cada informante consta de características muy particulares y por el tipo de información que se pretendía obtener de cada uno de estos. Un tipo de instrumento dirigido a estudiantes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, otro a maestras guías de estos años, otro a madres de familia, uno a Psicóloga y el otro dirigido a la Trabajadora Social.

Los instrumentos aplicados fueron formatos de entrevistas dirigidas, las cuales estaban diseñadas para cinco tipos de informantes claves y además contenían una serie de preguntas abiertas diseñadas para obtener información basada en experiencias personales y profesionales sobre el tema en cuestión.

## **24.10. Entrada y salida del escenario de investigación**

### **24.10.1. Entrada al escenario**

En el segundo semestre del año 2019 se realizó la primera visita al Colegio Público Chiquilistagua para poder llevar a cabo la práctica de una de las asignaturas que en ese periodo las investigadoras estaban desarrollando en la universidad, la cual tenía como nombre Investigación Acción Participativa, para esta praxis se elaboró con anticipación un plan de acción con una serie de temáticas relacionados al fortalecimiento de la autoestima en adolescentes y jóvenes de secundaria, de tercero, cuarto y quinto año y contemplaba una serie de actividades adecuadas a las características de los estudiantes.

Inicialmente el propósito de la visita era plantearle a la directora la propuesta de intervención junto con todos los apartados que ésta contenía, y a través del dialogo con la directora después de su aprobación y autorización se llegó al acuerdo de ejecutar las actividades a través del acompañamiento y también autorización de los maestros guías de estos años.

Posteriormente se le entrego a la directora el cronograma de actividades por días, mismo que le facilito coordinar a sus maestros y alumnos , el proceso tuvo una duración de tres semanas y en total participaron 14 estudiantes con características particulares, una de ellas y la más importante es que fuesen alumnos monitores de su año, que apoyaran al resto de sus compañeros, se seleccionaron a estos estudiantes con el objetivo que ellos replicaran en sus aulas de clases la información y actividades que recibieran durante todo el proceso de implementación de talleres.

Cabe recalcar que previo al desarrollo del plan de acción se realizó una investigación aplicada en la comunidad la cual brindó pautas y antecedentes, a partir de los resultados se obtuvieron indicios de la necesidad de implementar el proceso anteriormente mencionado.

Después de haber llevado a cabo este plan de acción, la directora, maestros y estudiantes expresaron que les había gustado la propuesta e iniciativa y que les gustaría volver a formar parte de procesos parecidos pero que fuesen de tiempo más prolongado para que se logaran incluir al resto de los estudiantes de otros años que presentaban dificultades de baja autoestima.

Posteriormente las investigadoras retomando los antecedentes de la anterior investigación y proceso, deciden retomar esta información para convertirla en su modalidad de graduación y culminación de estudio, porque consideran como importante e indispensable culminar lo que en un momento de la carrera habían iniciado a investigar en la comunidad de Chiquilistagua y poder dejar impresa la investigación culminada y completa, de esta forma poderles devolver los resultados a las autoridades del colegio para que sirva de antecedente de la primera investigación con el tema de fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del colegio quien tiene el mismo nombre de la comunidad.

De esta manera los estudiantes, directora, maestros conozcan de esta realidad social que está dejando serias afectaciones en la población, especialmente en los adolescentes y jóvenes, con las intenciones que también sirva de orientación para que los futuros bachilleres con aspiraciones a estudiar una carrera universitaria puedan leerla y tener acceso a este tipo de información, puesto que en la pequeña biblioteca del colegio quedará una copia de esta investigación. Lo cual fue uno de los compromisos acordados con la directora del centro escolar.

Se realiza una segunda visita al colegio con el objetivo que la directora otorgara la autorización a las investigadoras de aplicar instrumentos (entrevistas) a los alumnos de tercero, cuarto y quinto año con características muy particulares. La directora en el momento que se realizó la visita al colegio no se encontraba, entonces las investigadoras hablaron con la subdirectora del centro escolar a quien se le comento del proceso que anteriormente se había realizado con los jóvenes y las intenciones de la aplicación de instrumentos y el objetivo de recopilar información de la muestra ya seleccionada, junto con la explicación a ella se le entregó un paquete de copias de los dos tipos de instrumentos que se aplicarían, consentimientos informados y la carta de respaldo y solicitud firmada por la decana de la carrera en la universidad.

La subdirectora expresó que le encantaba la idea y que ella estaba de acuerdo en que culmináramos nuestra investigación tomando como muestra a los estudiantes de este centro escolar puesto que en anteriores años y en el presente año habían estado presenciando casos de baja autoestima, desmotivación, pensamientos suicidas, comportamientos que no los consideran como normales y que por esa y muchas otras razones era importante el poder conocer las

versiones de los adolescentes y jóvenes para saber lo que realmente estaba sucediendo con ellos y ellas.

Mencionó que hablaría con la directora y que le entregaría los documentos que se le dejaron, además que se dejara un número telefónico de una de las investigadoras para poder avisar si la respuesta de la directora fue positiva o negativa, pero que para que la directora mirara lo interesadas que estaban en realizar el proceso de aplicación de entrevistas se le llamara brindando el número telefónico de la directora.

Al día siguiente una de las investigadoras se contactó con la directora para saber si le había llegado la información y preguntando cuál era su respuesta, ella estaba esperando la llamada mostrándose amable y brindando una respuesta positiva y preguntando por los horarios y días en los que se estarían aplicando los instrumentos.

Una vez que se establecieron los acuerdos con la directora se visitó nuevamente el colegio para la aplicación de instrumentos, estos se aplicaron en tres semanas, en la primera y el primer día la subdirectora llevó a las investigadoras a las aulas de los estudiantes, llamo a las maestras guías de estos años y también a la inspectora de secundaria, les explicó lo que iba a realizar con los y las estudiantes, posteriormente las investigadoras se reunieron con las maestras para explicarles a detalle el proceso y que era necesario contar con el apoyo de ellas para agilizar el proceso.

Las maestras guías comentaron su interés y agradecimiento por continuar con la investigación, expresaron que les gustaría conocer los resultados de la misma y se mostraron dispuestas a colaborar. Compartieron que ya tenían identificados por años a los adolescentes y jóvenes que presentaban algunas de las características que las investigadoras les mencionaron y que a esos estudiantes pedirían su colaboración.

Al primer grupo que se le aplicaron los instrumentos fue a onceavo grado, su aplicación tuvo una duración de tres semanas, debido a la pandemia por la que actualmente en el país se está viviendo el COVID-19, las autoridades del centro como medida de seguridad tienen dividida la asistencia de los estudiantes por días y años, en ese momento en el colegio solamente se encontraba onceavo grado. Así sucesivamente por semanas se fueron aplicando los instrumentos a cada grupo hasta culminar el proceso de aplicación.

Se asignó una sección específica para mover a los estudiantes a ésta y que ellos lograran concentrarse y responder a la entrevista. A cada grupo las investigadoras se les explicaban el proceso, objetivo, tema de la investigación y por qué ellos estaban siendo invitados a participar y que, si estaban dispuestos a participar y colaborar o no, que era importante su participación pero que así mismo la participación era totalmente voluntaria.

A cada uno de los estudiantes se le facilitó una copia de instrumentos y lapiceros para que cada uno respondiera de manera individual la entrevista, también se les facilitó hojas blancas y se les orientó que si tenían sugerencias, observaciones y preguntas que estaban en todo su derecho y libertad de hacerlo, siempre y cuando respetando los límites y normas establecidas por las investigadoras y dentro del marco del respeto y la escucha activa.

#### **24.10.2. Salida de escenario de investigación**

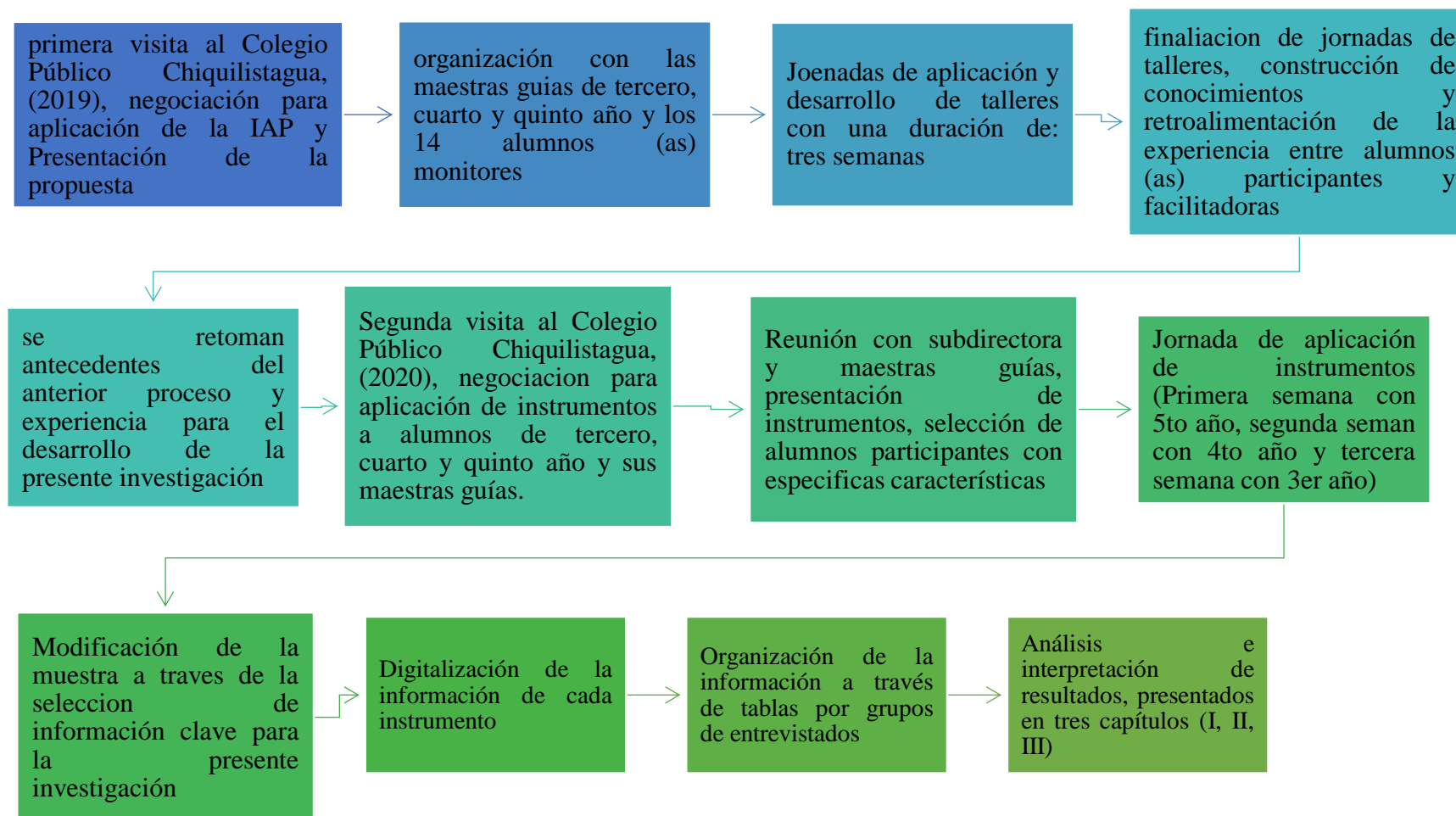
Una vez culminado el proceso de aplicación de entrevistas, se les agradeció a todos los estudiantes que participaron, a las maestras guías, subdirectora y directora por haber colaborado en brindar el permiso y acceso al centro escolar. Las investigadoras valoran el proceso como exitoso puesto que se logró recopilar mucha información importante e indispensable para fundamentar y retroalimentar la presente información y además la disposición que mostraron cada una de las personas que aportaron sus ideas, experiencias y conocimientos en el proceso.

Expresaron que les parecía excelente la iniciativa de investigar problemáticas en la comunidad ya que nadie lo había hecho anteriormente y que es un gran aporte al centro escolar, compartieron que las puertas del colegio estaban abiertas para conocer los resultados de la investigación y para próximos procesos de investigación o planes de intervención con los y las alumnas. Posteriormente se decidió a pasar a la siguiente etapa que es el procesamiento y análisis de la información.

#### **24.11. Plan de tabulación, procesamiento y análisis de información**

Se realizó primeramente la digitalización de las respuestas de las entrevistas aplicadas a los estudiantes e informantes claves. Por lo que se utilizó la herramienta del procesamiento y análisis de la información a través de matrices por grupo de informantes, para organizar y hacer el análisis de la información, (ver anexo 8), es necesario recalcar que no aparecerán todos los instrumentos aplicados puesto que previo a la organización de la información se realizó una selección de las entrevistas que contenían información clave e importante para el análisis de la presente investigación, ya que en algunas se encontraron muchas respuestas cerradas y otras sin responder y también para evitar la saturación de información.

## Esquema del proceso de entrada y salida del escenario



**Fuente:** Elaboración propia del equipo investigador Katherine Ivonne Espinoza Selva y Gabriela Yissell Zamoran González (2020)



## Capítulo IV

### 25. Análisis e interpretación de resultados

En éste primer capítulo se describen los resultados con base al objetivo uno de la presente investigación. Estos fueron adquiridos a través de la aplicación de instrumentos a los adolescentes y jóvenes con baja autoestima y pensamientos suicidas de secundaria de tercero, cuarto y quinto año, maestras guías del Colegio Público Chiquilistagua, madres de familia de la misma comunidad y además a Trabajadora Social y Psicóloga.

#### 25.1. Contexto familiar, espacio en el que se establecen los primeros valores, principios, normas, interacciones y relaciones interpersonales

Es importante reconocer que la familia es la principal escuela donde se enseña los valores y respeto al igual también influyen a la formación de personalidad y comportamiento de los adolescentes y jóvenes, siendo el primer espacio de interacción y socialización con la familia.

Es necesario resaltar que la familia es el lugar en donde los adolescentes y jóvenes deberían sentirse a gusto, protegidos, amados y felices. Pero para algunos adolescentes y jóvenes es todo lo contrario ya que a ellos no les gusta vivir con su familia porque se sienten inseguros e incómodos. El informante 1, menciona "*que su familia es completamente pésima desde su punto de vista, por lo que hay pleitos, peleas y problemas*"(12 noviembre, 2020). Esto es debido a que no todas las familias implementan la comunicación asertiva entre los que habitan en el hogar, si no que implementan una comunicación inadecuada provocando ciertas consecuencias como pensamientos negativos sobre su familia.

Por otra parte, el informante 7, refiere "*que su familia es un poco intensa pero que siempre están bien, que a veces sus padres lo ofenden y se pone triste, sin embargo, aun así, sus padres lo quieren*". (12 noviembre, 2020). Algunos adolescentes y jóvenes sienten por un momento que las familias no los quieren por la manera que les dicen las cosas o por las ofensas que reciben, sin embargo, los padres, hermanos y hermanas deberían de tener una mejor manera de comunicarse entre sí para evitar herir sus sentimientos y emociones.

Cabe mencionar, que la familia es un sistema compuesto de una estructura compleja en donde se vierten las emociones y sentimientos de los adolescentes y jóvenes, es decir en donde se mantienen los vínculos afectivos, valores y en donde se ponen más a prueba los conflictos.

En el núcleo familiar se producen procesos como: la expresión de sentimientos adecuados o inadecuados de tal modo que la familia tiene que ver mucho sobre la personalidad y la autoestima de los adolescentes y jóvenes, ya que ésta se desarrolla desde la infancia, de tal forma que para los adolescente y jóvenes, tener una adecuada formación de la autoestima contribuye a su desarrollo y crecimiento personal, familiar, social y escolar, además permite que estos tengan una mentalidad sana y con apertura o disposición para asumir cambios en su vida.

Al mismo tiempo, el entorno familiar es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de una familia que comparte el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular de manera lejana o cercana, tomando en cuenta que aunque no todo el tiempo estén juntos conviviendo en el mismo espacio o entorno, si ocurre un suceso estresante o impactante con uno de los miembros de la familia, el resto del sistema familiar se ve afectado y entra en crisis porque existe un vínculo de consanguinidad fuerte que trasciende los conflictos que a nivel interno existe en toda familia, de tal modo que, si se toca a uno de los integrante el resto reacciona de manera asertiva o negativa.

Es importante señalar lo que difiere a una familia de otra, unas tienen un entorno familiar positivo el cual promueve un entorno cálido y seguro que propicia el desarrollo adecuado de los adolescentes y jóvenes, en cambio, otras familias, no se relacionan e interactúan de la mejor manera, ya que estas siguen poniendo en práctica los modelos de crianza ambiguos heredados de sus padres en donde solamente los adultos tenían derecho a opinar y decidir lo que se hacía o no en el hogar, lo que provoca que el adolescente o el joven no adquiera de sus padres el mejor modelo de conducta o que tenga carencias afectivas por partes de sus padres y hermanos.

Sentirse confiando y seguro en el entorno familiar es importante ya que se puede construir una mejor relación o interacción familiar, pero lamentablemente no todos los adolescentes y jóvenes corren con la misma suerte de sentirse seguro y en confianza con su familia. El informante 11, menciona que *"físicamente se siente seguro, pero que emocionalmente no, por la falta de confianza a la hora de tratar de expresarse con su familia"* (12 noviembre, 2020).

Tener confianza y comunicación con la familia es indispensable, ya que se puede tener una mejor comunicación fluida y abierta con cero tabúes ya que esto permitiría que los padres tengan conocimiento de lo que les sucede a sus hijos e hijas y de cómo se puede evitar que se involucren en sucesos problemáticos a los que los adolescentes y jóvenes de cierta manera se encuentran expuestos y vulnerables. Para los adolescentes y jóvenes es importante sentirse apoyados y escuchados por la familia, porque para ellos, es una figura muy representativa y les genera bienestar físico, emocional, mental, económico y espiritual.

Para una de las maestras guías del colegio, informante 15, I.J.A.A, *“la familia representa el espacio en donde se debe orientar a los adolescentes y jóvenes sobre diferentes temas importantes para la vida como la orientación sexual, considerar los errores como un aprendizaje o como una señal de superación, no tener pensamientos negativos, fijarse metas y proyectos de vida.*

*Es la responsable de crear estrategias para atacar el problema de raíz, ya que la mayoría de las dificultades inician desde la familia y se reflejan en el comportamiento de los adolescentes y jóvenes, en los entornos en los que interactúan, dentro del seno familiar se debería promover charlas de autoestima, amor propio y la promoción de valores. El problema de baja autoestima es un tema importante que lo vivimos a diario con los adolescentes y jóvenes que se encuentran en situación de riesgo y vulnerabilidad”* (12 noviembre, 2020).

Los padres de familia deben actualizarse con información sobre diversos temas de interés, ya que por medio de estos les pueden brindar consejos para que puedan tomar decisiones que los lleven por el buen camino evitando que sus hijos e hijas sean influenciados por comportamientos negativos de otros, sin embargo, la familia es el mejor lugar para desarrollar resiliencia e inteligencia emocional, lo que contribuye a sobrellevar las adversidades que se les presente a lo largo de la vida cotidiana.

La familia debe ser la principal garante de derechos y desarrollo personal de sus integrantes, la promotora de crear condiciones tanto económicas como emocionales para garantizar y mantener estabilidad en el núcleo familiar, un espacio seguro y protector en donde se deben abordar temáticas importantes en la vida de los adolescentes y jóvenes, puesto que estos cuando trascienden de la etapa de niñez a la adolescencia y juventud despiertan curiosidades por saber de muchos temas y también de experimentarlos. Si no se da la debida información y orientación

en el hogar, serán buscados en personas ajenas a la familia, y no siempre les dan buenos consejos o tienen las mejores orientaciones.

La mejor forma de educar a los integrantes de una familia es con el ejemplo, iniciando desde los padres y madres, siendo coherentes con los que dicen y con lo que hacen, porque muchas veces corrigen acciones que las prohíben con palabras, pero que son puestas en práctica por ellos mismos, además de ganarse y promover el respeto y comunicación entre todos los miembros de la familia y evitar establecer normas imposibles de cumplir, que ni ellos mismos cumplen. Como padres de familia debe evitar el abuso de poder sobre sus hijos e hijas y brindarles un trato digno y amoroso para crear seres humanos estables emocionalmente, autónomos y con valores y principios.

La informante 16, T.D.A.E, refiere que la baja autoestima y pensamientos suicidas se debe muchas veces a *“factores muy variados, dentro de éstos están las dificultades de orientación sexual, la pérdida de un familiar, Bull ying, drogas en algunos casos, problemas familiares, económicos, emocionales, y falta de amor, también tiene que ver con la comunicación afectiva ausente en la familia, escuela y entre amigos y el medio en el que se desarrollan.* (12 noviembre, 2020).

Es importante que la familia esté pendiente y apoyando siempre a los adolescentes y jóvenes sobre lo que hacen ya que los chavalos y chavalas están en la etapa de vulnerabilidad, donde sienten que todos los problemas familiares tienen que ver con ellos, sin embargo, los padres y madres de familia deben de mantener una comunicación estable para evitar incomprensiones.

Tomando en cuenta que, si en el hogar no se ha promovido la expresión de emociones, difícilmente los adolescentes y jóvenes lo harán en esta etapa tan compleja en su vida, estos tienden a ser poco expresivos y se guardan las dificultades y emociones que a diario viven. Es importante que los padres y madres de familia constantemente hablen con sus hijos e hijas y les demuestren interés por saber lo que les pasa y lo que sienten para poder acompañarlos en cada una de las etapas por las que van atravesado.

A través de la comunicación asertiva y afectiva, así como también el buen trato hacia los adolescentes y jóvenes se puede prevenir baja autoestima y pensamientos suicidas porque cuando el ser humano se siente apoyado, escuchado, respetado y protegido por su familia no sale

a buscar afuera absolutamente nada, pero si sucede lo contrario, entonces están más expuestos a tomar decisiones incorrectas que a lo largo del tiempo trastocan su vida de manera negativa y empeoran la situación en lugar de mejorar.

La informante 17, G.E.C.A, plantea que, *“los factores de riesgo son aquellos que aumentan la probabilidad y que hacen más positivos los riesgos del suicidio entre los cuales tenemos falta de atención familiar, trastornos psiquiátricos, depresión, problemas personales, estrés acumulado. Ya que las relaciones interpersonales son importantes para la formación de valores y que hace que los adolescentes y jóvenes se desarrollen en un ambiente de paz y tranquilidad, si en el contexto viven en desigualdades y pleitos el entorno será conflictivo y si pasa todo lo contrario y se desarrolla la paz, armonía, seguridad, entonces, aprenderán a ser generadores de valores y creadores de ambientes positivos y sanos”* (12 noviembre, 2020).

La familia debería fijar su foco de atención hacia los modelos de crianza que actualmente están utilizando para educar a sus hijos e hijas, de esto dependerá la calidad de personas que formen para la sociedad, si a los adolescentes y jóvenes se les forma de manera asertiva desde la infancia, tendrán mejores resultados en la etapa de juventud, adultez o vejez porque serán capaces de sobrellevar los problemas de manera positiva, con buena actitud y con pensamientos propositivos.

Por otro lado, una de las madres de familia informante 18, J.M.G.R, compartió parte de su experiencia acerca de su relación con su familia la cual es extensa, *“sí tenemos comunicación clara y hablamos de todo, nos decimos todas las cosas de la familia y no hay secretos, sí creo que los roles y reglas en la familia son necesario ya que si uno de mis hijos necesita dinero para hacer algo que realmente vale la pena yo se lo doy, pero si es para vagancia o para algo que no es correcto le digo que no y el respeta lo que digo, sin embargo, para solucionar los conflictos, lo que hago es que si uno de mis hijos me cuenta algo malo de su hermano, no vengo y se lo cuento al otro porque si no provocaría un conflicto entre hermanos”*(12 noviembre, 2020).

Retomando lo que menciona la informante, es importante estar claros de los roles que juega cada uno de los integrantes en la familia, también lo sano que es como padres y madres de familia servir de puente entre sus hijos e hijas y demás familiares para evitar conflictos. Es importante definir los roles en la familia y asignarle a cada quien el que le corresponde y de esa manera, evitar sobrecargas en algunos y conflictos entre los familiares, principalmente entre los

hermanos. Cada uno debe asumir su rol con responsabilidad ya que estos juegan un papel muy importante en el hogar, pero si no se asignan con equidad e igualdad pueden también ser generadores de conflictos.

Los padres deben asignar responsabilidades a sus hijos e hijas de acuerdo a sus edades, capacidades y habilidades y de esta manera ellos serán más responsables con las decisiones que tomen en el futuro. De cierta forma hay que darles libertad a los adolescentes y jóvenes de escoger lo que les gusta hacer y no reprimirlos, ni encerrarlos a que hagan todo el tiempo lo que los padres dicen, sino que ellos vayan creando su propio espacio y modo de diversión sin exceder los límites ni de involucrarse en cosas dañinas para ellos.

Siendo la familia el primer espacio de socialización de los adolescentes y jóvenes, la primera escuela en donde se les enseña los valores, principios, normas, roles que deben desempeñar dentro de la familia y poder contribuir de manera positiva a su desarrollo personal sin dejar de un lado lo social que es en donde estos reflejan lo que han aprendido dentro de sus hogares, reflejan comportamientos adecuados o no, crean grupos de amigos, establecen vínculos afectivos con personas ajenas a la familia, interactúan y se adaptan al ambiente en el que normalmente se están relacionando, se involucran en grupos de interés para poder encajar y normalmente estos grupos poseen características similares entre ellos.

A continuación, se retoma el contexto social que no puede estar muy alejado de la relación con el contexto familiar, ya que ambos son espacios de socialización en donde los adolescentes y jóvenes de alguna u otra manera interactúan y establecen relaciones.

## 25.2. Contexto social, espacio en el que los adolescentes y jóvenes reflejan los valores, normas y principios aprendidos en el hogar

El contexto social es todo aquel entorno que rodea a los seres humanos, las diferentes situaciones que acontecen alrededor de ellos, muchas veces las personas se adaptan al medio o contexto en el que viven día a día.

De tal forma que, para los adolescentes y jóvenes el contexto social que vive día a día con sus amigos muchas veces genera una serie de situaciones como la presión social. Así lo refiere el informante 6, *“la presión social cuando no eres aceptado en un grupo social y para poder pertenecer te obligan a cambiar tu personalidad, tu manera de pensar o simplemente no te quieren como eres o cuando las demás personas te impulsan a hacer algo que no quieres hacer”*(12 noviembre, 2020).

Es importante señalar que la presión social tiende a ser común en los adolescentes y jóvenes, ya que es una etapa en donde se sienten y están más vulnerables y van decidiendo sus gustos, decisiones, entre otras cosas. Sin embargo, si no se educa correctamente a los adolescentes y jóvenes tienden ser personas con muchas inseguridades y ser el blanco perfecto de los demás grupos en donde te presionan para que hagas algo que no quieres hacer, pero muchas veces lo hacen para no ser rechazados por sus amigos o compañeros de clases, poder encajar en algún grupo y no sentirse excluidos o aislados.

Por otro lado, el informante 7, menciona *que la presión social como cuando una persona te obliga a tener algo que no quieres o no estás listo, porque muchas veces hacemos lo que dicen los demás para quedar bien con ellos. Por eso no me gusta hablar con nadie, no me gusta hacer las cosas en grupo porque odio trabajar con otras personas porque mucho me ofenden y me humillan”* (12 noviembre, 2020).

Muchos de los jóvenes y adolescentes se sienten frustrados porque no sienten que tienen a la familia que deberían, porque si no son violentos, son sobre protectores y ese entorno los hace reprimidos, que poco se expresen y que pierdan el interés por participar en otras actividades con chavalos y chavalas de su edad, además no se preocupan mucho por socializar o por estar acompañados.

Es importante que la familia brinde esos espacios a los adolescentes y jóvenes para que socialicen, establezcan vínculos afectivos y hagan amistades, es parte de la vida del ser humano socializar, de cierto modo, esto despierta otras habilidades e intereses, y en cada uno de los espacios en los que se muevan van a tener que interactuar y proyectarse, el mejor espacio para hacerlo es la familia y posteriormente la sociedad. Ellos pueden tomar ciertas decisiones, que les permita desarrollar su autonomía en algunas áreas de su vida, esto permite prepararlos para la vida y que puedan crear mecanismos de sobrevivencia una vez que ya la familia no esté.

El informante 10, comparte *“el ambiente familiar, escolar y social en el que me relaciono me genera tristeza, ansiedad, desesperanza, conducta negativa, baja autoestima, por el hecho de que cuando trato de expresar lo que me sucede casi nadie me comprende o me juzgan directamente sin preguntar el porqué de los hechos. La mayoría de las veces que una persona es sometida a la presión social es para cometer casos insanos o perjudiciales a la salud, esto lleva a los adolescentes y jóvenes a involucrarse en cosas no debidas, por deseo de hacer algo de lo que todos hablan”* (17 noviembre, 2020).

Es necesario que a los adolescentes se les escuche activamente sin prejuicios, sin emitir juicios, sin juzgarlos, señalarlos, sancionarlos o castigarlos, hay que mostrarles que tienen en quien confiar y quien los escuche y los aconseje porque muchas veces se ven empujados o forzados a buscar en otras personas lo que no poseen en sus hogares, se ven involucrados en adicciones u otras situaciones estresantes y pocas productivas, cuando ellos lo único que piden a gritos es ser escuchados y comprendidos.

Cabe recalcar que es importante corregir las actitudes o acciones que los adolescentes y jóvenes erróneamente cometen, pero hacerlo con asertividad, haciéndoles ver su error y enseñándole a corregirlos, porque de esta manera ellos aprenden que equivocarse también sirve para aprender de los errores y que es importante enmendarlos. Todos los seres humanos se equivocan, seguramente los padres y madres lo hicieron y lo seguirán haciendo por el simple de hecho de ser seres humanos, por ende, no se debe enjuiciar a los adolescentes y jóvenes, ni castigarlos o sancionarlos sin antes haberlos escuchado y que estos junto con su familia encuentren las mejores soluciones.

El informante 11, refiere todo lo contrario y menciona *“me siento en un ambiente que me genera confianza al estar con mis amigos, familiares y seres queridos, lo de la presión social depende*



*de cuánta importancia le pongas, porque si eres inteligente lo vas a ignorar”,* (12 noviembre, 2020). Sin embargo, en otros casos cuentan con la bendición de haber nacido y crecido en una familia en donde se sienten protegidos, confiados, escuchados, sobre todo amados y respetados, que es lo que una familia tiene que transmitirles y enseñarles a todos los miembros que la integran.

Cuando los adolescentes y jóvenes crecen en este tipo de espacio se proyectan de distinta manera, son muy seguros, toman decisiones que benefician a su vida, escuchan consejos, se interesan por prosperar, estudiar, se plantean metas y se colocan en distintos grupos en los que interactúan y se divierten de manera sana, no muestran interés por drogas u otro tipo de sustancias sino por otras cosas como la música, deportes, entre otras cosas.

Para los adolescentes y jóvenes es de mucha importancia realizar actividades con la familia aunque para otras personas no lo sea, a través de estas actividades se pueden hablar de muchos temas que se deben abordar en el seno familiar, compartir, contar historias de los abuelos e incluso de experiencias de los mismos padres y madres de familia de las cuales obtuvieron algún aprendizaje, hablar de lo que les sucede, sienten o piensan respecto a algo, tomar decisiones en conjunto, hacer planes como familia y de manera individual y que todos estén de acuerdo o no en todo, siempre se apoyen y acompañen en cada etapa y proceso de la familia, incluso una vez estando fuera de ésta.

Aunque a veces no lo parezca los adolescentes y jóvenes se ven afectados por la separación o divorcio de los padres, para ellos es muy complejo entender las razones por las que ya no quieren estar juntos. La afectación de estos sucesos tan estresantes es mucha, tanto a nivel físico como emocional, porque al final ellos siempre quieren que la familia esté unida y en armonía. Los padres deben ser muy cuidadosos en sus discusiones y evitar pelear frente a sus hijos e hijas, porque cuando la separación se torna un tanto violenta ellos quedan muy afectados y si no se les da el debido acompañamiento, es posible que esto les genere mucho estrés, comportamiento inusual, que bajen sus calificaciones, se aíslen y hasta que empiecen

En ocasiones, dentro de la misma familia no existe confianza y seguridad, los padres tienen que estar alertas y comunicarse todo constantemente porque a veces obligan a que sus hijos e hijas se queden solos con familiares con los que no se sienten a gusto, por algo tienen esa reacción. Es muy importante hablar con los adolescentes y jóvenes, preguntarles por qué no se sienten bien

cuando esas personas están en casa. Es responsabilidad de los padres crear un ambiente seguro para sus hijos e hijas y no exponerlos en su mismo hogar permitiendo la presencia y estadía de personas abusivas.

Todas las acciones tienen reacciones y es de carácter urgente que la familia esté siempre alerta a cualquier acontecimiento que pueda generar estrés a los miembros que la conforman, prestar mucha atención al comportamiento de los hijos e hijas. Muchas veces las demás personas refieren a los padres comportamientos extraños en los chavalos y chavalas, pero los padres lo tachan como malacrianza o rebeldía.

Retomando los aspectos más importantes del contexto social mencionados por los adolescentes y jóvenes entre los cuales tenemos la presión social, conductas negativas, baja autoestima, desesperanza, tristeza y prejuicios mismo que les genera pensamientos negativos y que los insta a tomar decisiones pocas beneficiosas para su vida, Usualmente los adolescentes y jóvenes no expresan lo que sienten con palabras, pero sí lo hacen a través de acciones, gestos, llanto, lesiones en su cuerpo, todas esas son señales de que les está pasando algo y que no saben cómo decirlo ni a quién decírselo, por temor a ser ignorados, castigados y acusados de mentirosos.

### **25.3. Contexto escolar, espacio en donde se refuerzan las habilidades, conocimientos, aprendizajes y valores en los adolescentes y jóvenes**

Es importante señalar que los maestros y maestras tratan de relacionarse con sus alumnos de una manera significativa y eficaz para poder sobre llevar el comportamiento del grupo de clase y brindar una mejor atención a través de las actividades lúdicas para la construcción de conocimientos y aprendizajes.

Por otra parte, la relación e interacción que tienen los maestros con los alumnos adolescentes y jóvenes es de gran importancia, ya que por medio de ese vínculo los maestros y maestras puedan identificar a los adolescentes y jóvenes con problemas o afectación de pensamientos suicidas o de baja autoestima, sin embargo, el informante 13, plantea *"que se lleva bien con los maestros porque todos le han brindado apoyo y amistad para seguir estudiando"* (17 noviembre, 2020). Esto quiere decir que la interacción y relación que tienen los maestros y maestras con sus alumnos es un factor importante ya que también les brindan consejos para su bienestar personal, como la ayuda de los aprendizajes académicos, de tal manera que, por este medio, el alumno marca el éxito o el fracaso escolar.

Resaltando lo que dicen los informantes, muchas veces los maestros tienden a interpretar lo que los alumnos hacen, sin embargo, hay algunos que no comprenden y no conocen los antecedentes de sus alumnos, creando una relación prejuiciada e interacción difícil entre maestros y alumnos. Por eso es de vital importancia crear vínculos de confianza con los maestros, respetando los roles de cada alumno y maestro.

Así mismo, la escuela y los maestros tienen un rol esencial en el desarrollo integral del adolescente y jóvenes, pues como toda figura de autoridad con la que se debe enfrentar o identificar a los adolescentes y jóvenes con indicios de baja autoestima o de pensamientos suicidas, los maestros deben ejercer en esta etapa una determinada influencia sobre posibles comportamientos y actitudes de los adolescentes y jóvenes. Por lo tanto, todos los maestros y maestras implicados en el proceso de identificación de problemas de autoestima o de pensamientos suicidas deben ser conscientes de los cambios que tengan en las distintas áreas de su día a día.

Para la maestra informante 15, I.J.A.A, plantea que la autoestima baja *"es una percepción de uno mismo que nos impide vernos como personas valiosas, sin ningún objetivo en la vida, sin talentos"*. Es decir que la autoestima baja para los adolescentes y jóvenes es un factor de riesgo, para la aparición de problemas psicológicos y sociales como los trastornos de alimentación, la preocupación exagerada por la imagen corporal, así como las ideaciones e intentos suicidas, sentimientos de inferioridad, depresión, aislamiento social, la ausencia escolar, entre otros(12 noviembre, 2020).

Otra de las maestras informante 16, T.D.A.E, menciona que la autoestima positiva *" es un estado mental, es el aprecio o el amor propio que uno tiene de sí mismo. Es decir, tener una percepción positiva de uno mismo de aprender a aceptarse como es"* (12 noviembre, 2020).Además, para desarrollar una autoestima positiva, se trata de crear un clima de relaciones personales en el que el adolescente y jóvenes experimenten seguridad, respeto, aceptación y libertad, donde sienta el apoyo de la familia y amigos.

Es importante resaltar que la autoestima positiva en los adolescentes y jóvenes, ayuda a ser eficaz y tiende a desarrollar relaciones muchos más sanas, y pueden ser personas capacitadas para aprovechar las oportunidades que se le presenten, como trabajar productivamente. Si los adolescentes y jóvenes terminan bien esta etapa de su vida, con una autoestima fuerte se vuelven personas autosuficientes y resilientes. La desmotivación entre los alumnos tiene que ver muchas veces con el interés en las asignaturas o la manera de recibir los conocimientos, por eso es importante establecer actividades socioeducativas que motiven a los alumnos a recibir las clases.

La maestra Informante 17, G.S.C.A, aporta *"que en el colegio algunos jóvenes se fijan metas para el aprendizaje y superación personal e involucramiento social positivo, los valores a través de actividades lúdicas, el colegio implementa estrategias para prevenir baja autoestima y problemas sociales con las consejerías escolares en las horas guiadas donde el papel del maestro es el de capacitador, también he logrado identificar estudiantes con baja autoestima y que presenten falta de motivación e interés por sus clases, aunque los docentes han hecho su mayor esfuerzo es preciso recalcar que según ellos el esfuerzo no es suficiente en comparación al número de demandas, y que los chavalos y chavalas necesitan otro tipo de atención más especializada"*(12 noviembre, 2020).

Los adolescentes y jóvenes tienen que fijarse metas para seguir adelante y mejorar su calidad de vida, tener un objetivo a cumplir ayudaría a no tener pensamientos negativos que lleven a tomar decisiones incorrectas, es por ello que es necesario que los maestros estén pendientes sobre el estado de ánimo de sus alumnos, contribuyendo con la identificación de alumnos con baja autoestima o pensamientos suicidas. Es importante que los colegios implementen diversas estrategias para que los maestros puedan ser capaces de crear un ambiente seguro y sano en donde los adolescentes y jóvenes sientan confianza para expresar sus emociones.

Es importante que los maestros implementen actividades socioeducativas en el que integren a los alumnos para fortalecer la autoestima y prevenir pensamientos negativos en los adolescentes y jóvenes, además no se debe olvidar el valor del rol y espacio que tienen los alumnos en el salón de clases, ya que es un lugar de encuentro y de relación social en el que se crean las primeras amistades y se aprende a vivir en la sociedad.

Es significativo tomar en cuenta lo indispensable que son las intervenciones de profesionales que trabajan en pro de la salud mental sana, en este sentido los Psicólogos y Trabajadores Social que en diferentes campos realizan sus atenciones uno desde un enfoque más individual y personalizado y otros con el núcleo familiar. A continuación, se refieren aportes extraídas de la aplicación de entrevistas a una Psicóloga y Trabajadora Social que tienen muchos años de experiencia trabajando con grupos de adolescentes y jóvenes en el ámbito educativo, con temas relacionados con la autoestima, pensamientos negativos, violencia, abuso, pensamientos suicidas, entre otros temas, las cuales cuentan con una ardua experiencia laboral y brindaron un relevante aporte a la presente investigación.

La Trabajadora Social informante 19, M.G.F, comparte su experiencia de intervención refiriendo lo siguiente: *“los ámbitos de intervención determinan la intervención misma, desde mi experiencia el ámbito educativo toca a pinceladas las problemáticas de adolescentes y jóvenes, e incluso es distinto cómo trabajar con adolescentes y jóvenes, más allá de eso, las inseguridades causadas por la baja autoestima las relaciono mucho con la presión social y el cumplimiento de roles asignados, por lo cual veo necesario se trabajen en espacios de escucha, exploración de emociones y construcción de identidades con chavalos y chavalas en un ambiente de confianza y seguridad.*

*Obviamente esto debe tener en paralelo proceso para crear un tejido social (llámese docentes, autoridades educativas, familias, organizaciones) que sostengan a estos chavalos y chavalas, que los reconozcan como sujetos de derechos, promuevan el respeto y visibilicen los sentirs de éstos” (12 noviembre, 2020).*

Rescatando uno de los aportes brindados por la Trabajadora Social es necesario tomar en cuenta la importancia de que en los centros educativos públicos posean aporte de profesionales en Trabajo Social para que esta pueda desde sus conocimientos intervenir y tratar con las diferentes problemáticas que se presenten en el ámbito escolar, claro está que no se le puede dejar toda la responsabilidad de mejora de las chavalas y chavalos, sino más bien, es un proceso en donde se necesita el involucramiento de otras entidades como la familia, maestros, otras autoridades de las escuelas e incluso del MINED (Ministerio de Educación).

Continuando lo que menciona la informante 19, M.G.F, *“ubicándome en la educación pública en Nicaragua, más allá de incluir en el currículo temas o talleres, creo que es un tema de respeto, escucha de interés por la vida de los chavalos y chavalas, sin reforzar estereotipos, más bien que pueda ser un espacio donde descubrir el mundo y descubrirse a sí mismos. Brindar información oportuna y objetiva sobre sus derechos, el ejercicio de estos y las responsabilidades que tiene el Estado, tendría que bastar, al menos desde el rol de la escuela. Procuero garantizar un ambiente de confianza, escucha, honestidad e inclusividad, eso también me obliga a actualizarme constantemente porque sus necesidades e intereses son dinámicos” (12 noviembre, 2020).*

Es importante que los docentes se capaciten en temas relacionados a la autoestima, respeto, derecho, identidades, resiliencia, entre otros que den salida a las diferentes dificultades que se les presenten en las aulas de clases con los adolescentes y jóvenes, promover la participación, confianza y ambiente agradable en donde se sientan escuchados, protegidos y valorados, sean capaces de expresarse con libertad sin que sean juzgados. Recordemos que el ambiente lo creamos todos y todas, por ende, si este se torna desagradable es responsabilidad de todos trabajar en pro de que cambie para bien y se mejoren las condiciones, libre de prejuicios, discriminación o exclusión.

Siguiendo con otro de los aportes de la informante 19, M.G.F, menciona que *“es importante tomar en serio la vida de los chavalos y chavalas, porque nuestra responsabilidad como*

*personas adultas donde quiera que estemos es facilitarles la información necesaria para que tomen sus decisiones lo más acertadas posibles, con un Estado que garantice el cumplimiento de sus derechos y la procuración de justicia en caso de que lo ameriten. Es esencial que toda aquella persona que trabaje con otras personas pueda tener ciertos conocimientos en intervención en crisis”* (12 noviembre, 2020).

Es de vital importancia que se preste atención a las demandas de los adolescentes y jóvenes, de esta manera se contribuye a que estos no tomen decisiones incorrectas, tenga pensamientos suicidas y además logren consumarlo, por la desesperanza que en muchas ocasiones es la propia familia quien se la transmite, hay que recordar que la familia debe estar pendiente de promoverles un espacio seguro y de confianza en donde ellos puedan prepararse para enfrentarse a las diferentes situaciones y adversidades en la vida. Además de brindarles la información que ellos necesitan saber en cada una de las etapas a lo largo de su vida.

Prosiguiendo con la opinión de la informante 19, M.G.F, *“en el caso de las escuelas siento que estamos pidiéndoles mucho a las y los docentes teniendo en cuenta que no están debidamente formados en este tipo de temática y la presión que existe únicamente para el cumplimiento de un currículo escolar desde esa visión de educación bancaria. Escuchar a las chavalas y chavalas hablar de su presente con entusiasmo y su futuro con esperanza”* (12 noviembre, 2020).

Se recomienda que en las escuelas se evite seguir promoviendo la educación bancaria ya que esta oprime las opiniones y demandas de los chavalos y chavalas, y más bien empezar a incluir y desarrollar los planes curriculares retomado la educación popular, la cual permite la participación de los y las alumnas quienes se convierten en los principales protagonistas de su proceso de aprendizaje y cambios. Además de incluir y tomar en cuenta sus opiniones, habilidades y capacidades, se hagan mejoras a las metodologías de los maestros en las asignaturas de esta forma los maestros estarían más dotados de herramientas metodológicas dinámicas y participativas.

Persistiendo en los comentarios de la informante 19, M.G.F, la cual a brevedad menciona algunas de las problemáticas por las que los adolescentes y jóvenes pasan, *“son víctimas de violencia, son invisibilidades en su familia, no les permiten construir sus propias identidades. Es importante que las chavalas y chavalos tengan al menos un miembro de su familia que les pueda brindar esa atención y afecto que necesitan, en caso de menores de edad, sin autorización de las*

*familias no puede haber atención a menos que intervenga el MIFAN (Ministerio de la Familia, Adolescencia y Niñez) (12 noviembre, 2020).*

Muchas veces los adolescentes y jóvenes no expresan a su familia lo que sienten o están viviendo por miedo a su reacción, por ese motivo se encierran en su mundo, prefieren hablarlo con otras personas lejanas a su familia. Sin embargo, lo ideal sería que la familia promueva espacios de confianza que le haga sentir a los adolescentes y jóvenes que son libres de expresar lo que sienten y piensan si temor alguno.

Evitar condenarlos por los errores que cometan, al contrario, deben orientarles y recalcarles que a pesar de sus errores su familia siempre estará dispuesta a formar parte de la solución y no del problema, haciéndoles ver que lo más importante es que reconozcan sus errores, corrijan su comportamiento, y que los problemas o dificultades no borran el amor que los padres, madres, abuelos, abuelas, tías, tíos, hermanos y hermanas les tienen.

La Psicóloga informante 20, A.S.S.L, (2020), quien también compartió su experiencia profesional de intervención Psicológica, refirió lo siguiente; *“las diferentes metodologías que utilizo para la contención de emociones son las psicosociales, lúdicas, técnicas de respiración, meditación, el dibujo, técnicas vivenciales. Las cuales funcionan para trabajar las diferentes temáticas que afectan a los adolescentes y jóvenes tales como; baja autoestima, presiones y dificultades familiares que les genera mucha angustia y estrés, sufriendo algún tipo de violencia, ya sea física, sexual psicológica, económica, abandonos afectivos y físicos de parte del padre o madre, se sienten muy solos, ellos solo necesitan ser escuchados, orientados, comprendidos”* (12 noviembre, 2020).

Las estrategias y técnicas utilizadas por la informante referida anteriormente se pueden poner en práctica en las aulas de clases intencionándolas para dar respuesta a una determinada situación, ya que en el momento que se presentan las crisis en el hogar o en la escuela no siempre está disponible una Psicóloga, de aquí parte la importancia de capacitar a los docentes, padres de familia en el manejo de emociones de los temas anteriormente abordados, además que hay cosas tan sencillas que se pueden realizar para poder apoyar a otros que lo demanden o necesiten, muchas veces los adolescentes y jóvenes solo necesitan ser escuchados activamente con una visión de permitirles expresar lo que sienten con seguridad y sin temor a ser juzgados o señalados.



Ampliando el pensamiento de la informante 20, A.S.S.L, quien menciona *“el papel que retoma la familia es determinante, ya que ellos son afectivos, comprensivos y un buen referente positivos; contribuyen a que los jóvenes se sientan apoyados, motivados en sus procesos, así serán más persistentes con las atenciones psicológicas, no abandonen el proceso y muestren mejoría en las actitudes personales, de esta manera se van sintiendo mejor más animado, se les ve reflejado en sus rostros y estados de ánimo, aprenden a solucionar sus problemas de una forma más positiva, prueba de ello es que se muestran más tranquilos y tienen más ganas de seguir adelante”*(12 noviembre, 2020).

La motivación familiar es importante para la vida de los adolescentes y jóvenes ya que ellos siempre necesitan tener el apoyo físico y emocional, éstos pueden darle un gran impulso para no caer en errores, y así salir adelante con las metas y sueños propuestos por ellos, sin embargo, la motivación familiar ayuda que se sientan queridos, amados y protegidos. Una vez que sientan motivación serán capaces de asumir retos, a tener riesgos y a comenzar a tener éxito en lo que se propongan en su día a día.

Continuando lo que menciona la informante 20, A.S.S.L, *“Considero que es importante que en los centros educativos contraten a Psicólogos(as) porque es necesario para abordar algunas situaciones difíciles que viven los adolescentes y jóvenes, pero también el docente debe de emplear herramientas o habilidades para crear un ambiente más seguro y de confianza, ya que la psicóloga solo podrá atender casos específicos para darles un mejor seguimiento, ambos estarían contribuyendo a su desarrollo personal, social y emocional, de habilidades para la vida y desafío, crisis personales y sociales generadas por el entorno, a su vez a que no busquen alternativas como el suicidio como una solución a sus problemas, conflictos personales y familiares”*(12 noviembre, 2020).

La contratación de psicólogos(as) en los centros educativos es indispensable e importante porque ayudarían a proporcionar estrategias para el desarrollo de las habilidades y resolución a problemas y atención en crisis que presenten los adolescentes y jóvenes, por eso los psicólogos y los docentes puedan crear un ambiente de seguridad a través de la implementación de estrategias o herramientas educativas para prevenir baja autoestima y pensamientos suicidas. Cabe recalcar que es fundamental que los maestros manejen técnicas y estrategias para contención de emociones, atención en crisis, manejo y resolución de conflictos.

Algunos de los aspectos más importantes del contexto escolar mencionados por los adolescentes y jóvenes son el aprendizaje, metas, participación confianza y ambiente, relaciones interpersonales, entre otros. Siendo la escuela en donde los adolescentes y jóvenes pasan la mayor parte del tiempo, es un espacio de socialización de los chavalos y chavalas, en donde demuestran sus habilidades, destrezas y capacidades, además de poner en práctica todos esos valores aprendidos en los hogares. En la escuela o colegio la función de los maestros es formar a los estudiantes en temas, conocimientos y aprendizajes para enfrentarse al campo educativo pero la formación de la integridad y desarrollo personal de los adolescentes y jóvenes es responsabilidad de la familia.

## **25.4. Principales motivaciones personales que generan baja autoestima, pensamiento suicida y afectaciones en las relaciones familiares, sociales y escolares en los adolescentes y jóvenes**

### **25.4.1. Motivaciones personales generadoras de baja autoestima y pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes presentes en el contexto familiar**

Muchos de los adolescentes y jóvenes no se sienten cómodos ni con los espacios en los que interactúan, ni con las personas que lo hacen por muchas situaciones que se generan en el ambiente, expresan que a veces pierden las ganas de seguir viviendo y luchando en la vida porque no encuentran salida positiva a todos estos problemas y aunque quisieran que la familia representara ese grupo de apoyo y de amor para acompañarlos o motivarles, lastimosamente no es así.

Según el informante 2, *“el ambiente familiar en el que me relaciono me genera tristeza, ansiedad, desesperanza, conducta negativa, baja autoestima por el hecho de que cuando trato de expresar lo que me sucede casi nadie me comprende o me juzgan”*. Si bien es cierto en ocasiones la familia representa el espacio seguro en los que los adolescentes y jóvenes se sienten protegidos y escuchados (17 noviembre, 2020).

En otros casos no es igual y es todo lo contrario porque es en donde más expuesto a situaciones de riesgo se encuentran los chavalos y chavalas. Creen que todo lo que expresan, manifiestan a través de su comportamiento es rebeldía o malacrianza y difícilmente se detienen a meditar que realmente lo que éstos están pidiendo a grito es que les muestren su afecto, cariño, respeto, admiración y que los dejen construir su propia identidad y forma de ser.

Según el informante 5, *“Me siento mal porque en mi familia hay muchas discusiones entre todos y mi papa se fue de la casa, casi no tenemos comunicación”*,(17 noviembre, 2020). Los acontecimientos fuertes como la separación de los padres y madres al parecer no afectan a los adolescentes y jóvenes, pero es en quienes mayor impacto genera y más si la ruptura se da de manera conflictiva o algunas de las partes hace un mal manejo de la comunicación y empieza a llenarles la cabeza de muchas cosas negativas en contra de uno de sus tutores, esto provoca confusiones, tristeza y ansiedad en los chavalos y chavalas.

Es importante y parte de la responsabilidad de los padres y madres de familia tomarse el tiempo para explicarles a sus hijos e hijas lo que está sucediendo y el porqué de los hechos, y hacerles ver que, aunque haya una separación entre las dos partes eso no significa que la relación entre ellos y sus familiares terminó, ya que es muy distinta la relación matrimonial con la obligación que tienen los tutores de dedicarles tiempo de calidad a los chavalos y chavalas.

Según el informante 8, *“actualmente mi relación con mi familia está como decimos por los suelos, no nos llevamos bien, todo el tiempo es pleito, en mi caso no tengo una relación buena con ellos y no hay ningún sentimiento bueno y esto me genera pensamientos negativos porque sólo discusiones”*, (17 noviembre, 2020). La relación y la comunicación que tiene los adolescentes y jóvenes con su familia debe ser prioridad e importante para ambas partes, ya que la familia de esta manera podría entender mejor los problemas o angustias que van sintiendo los chavalos y chavalas en el transcurso de su etapa, deben sentirse apreciados, ya que por medio de esta forma mostrarán ser más tolerantes ante las adversidades o dificultades en el transcurso de la vida.

Sin embargo, es importante mencionar que no todo los adolescentes y jóvenes tienen una comunicación asertiva con su familia ya que nunca han creado un vínculo afectivo en el cual sientan ese sentimiento, por lo tanto, cuando ellos no sienten ese afecto, se crean pensamientos negativos, para evitar todos esos sentimientos y convertirlos en positivo es importante que hagan actividades familiares, creando así una buena relación entre los miembros de la familia.

El informante 11, menciona que *“ha sido muy difícil para mí ya que crecí en un círculo con unas personas muy descuidadas, solo estoy con mi mamá y para mí es muy difícil platicar con ella, no me comunico con su familia, no me siento en confianza porque no creen en la persona que soy”* (12 noviembre, 2020). Es importante saber que la familia es el primer grupo social en donde se va interactuando o socializando, por lo tanto, es fundamental que la relación familiar sea sana ya que esto ayudaría a mantener una buena comunicación entre los padres de familia con sus hijos.

Según el informante 17, G.S.C.A, *“los factores de riesgo son aquellos que aumentan la probabilidad de pensamientos suicidas como ausencia de atención familiar, bullying, trastornos psiquiátricos, depresión, baja autoestima, esquizofrenia, problemas personales, drogadicción, estrés, en el contexto familiar viven en desigualdades, pleitos”*, (12 noviembre, 2020). En algunas familias no brindan apoyo a los adolescentes y jóvenes ya que creen que no se lo merecen o no lo necesitan, este comportamiento les provoca problemas emocionales como baja autoestima o pensamientos negativos, cuando los chavalos(as) no sienten el apoyo familiar estos se sumergen en distintas adicciones legales e ilegales lo que los expone a mucho peligro emocional y físico, en otros casos hasta el riesgo de muerte.

Según el informante 19, M.G.F, *“las inseguridades causadas por la baja autoestima las relaciono mucho con la presión social y el cumplimiento de roles socialmente asignados, prácticas adultitas, violencia, machismo, la invisibilizarían de los adolescentes y jóvenes en la familia”*, (12 noviembre, 2020). La baja autoestima es causada por muchos factores siendo todas las que mencionó relevantes, pero de las cuales la que más impacto genera en los adolescentes y jóvenes es la invisibilizarían de los chavalos y chavalas en su familia siendo uno de los primeros espacios que marca la vida de estos de manera positiva o negativa.

Según la informante 20, A.S.S.L, *los problemas más comunes que motivan a los adolescentes y jóvenes a desarrollar baja autoestima y pensamientos suicidas son variados, muchas presiones y dificultades familiares que les genera mucha angustia y estrés, algún tipo de violencia física, sexual, psicológica o económica, abandonos afectivos y físicos de parte del padre o madre, soledad, tristeza, crisis personales generadas por el entorno, conflictos personales y familiares”*, (12 noviembre, 2020). En conclusión, la mayoría de las motivaciones negativas que a los chavalos y chavalas los insta a concebir en su psiquis pensamientos suicidas y les genera baja autoestima tienen su génesis en el seno familiar.

Por lo tanto, los tutores o referentes afectivos deben ser muy cuidadosos con la forma en la que están criando o educando a sus hijos e hijas, los modelos de crianza que están implementando, porque de esto dependerá el comportamiento que tengan los chavalos y chavalas en el medio en el que se relacionan, establecen interacciones y crean vínculos afectivos. Se debería apuntar y

trabajar en pro de su autonomía, autoestima positiva, desarrollo de resiliencia, dejarlos decidir lo que quieren estudiar o en los deportes que quieren practicar, las amistades que deciden tener, siempre con el acompañamiento debido de los referentes de confianza.

#### **25.4.2. Motivaciones en el contexto social generadoras de baja autoestima y pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes**

Es importante saber que en la sociedad el nivel de autoestima de una persona depende mucho de los roles y presiones a los que están sometido el ser humano, los cuales no necesariamente son favorables para fortalecer la autoestima. Porque muchos jóvenes y adolescentes se someten a seguir conductas que afectan su salud y bienestar por querer encajar en distintos grupos, por querer encontrar su propia identidad, esto se debe a que son inseguros con su aspecto físico y forma de ser, no saben cómo actuar ante determinadas situaciones.

Sobre ello, el informante 1, menciona, *“no me siento muy bien en ninguno de los lugares que me relaciono”*. Muchas veces los adolescentes y jóvenes no se sienten bien en los diferentes lugares en los que socializan e interactúan por motivos a que les hacen bull ying, violencia manifestadas en distintas formas, críticas negativas, burlas, comentarios despectivos, sobrenombres, estereotipos, entre otras conductas negativas en contra de los adolescentes y jóvenes, por todas estas causas sus relaciones con lo demás y consigo mismos no son las mejores y son un tanto conflictivas, puesto que acumulan sentimientos negativos y esto favorece a que los chavalos y chavalas tengan baja autoestima y pensamientos suicidas.(.).

El informante 2, comparte que *“cuando alguien es sometido a la presión social es para cometer cosas insanas o perjudiciales para la salud”*, (17 noviembre, 2020). La presión social es uno de los factores que hacen a que grupos de chavalos y chavalas se motiven a participar en cosas que pueden ser perjudiciales para su salud tanto física, como mental y emocional, muchas veces por tener muchas preocupaciones en la vida de los adolescentes y jóvenes provocado por sus amigos o por compañeros, de tal forma que, ellos presionan hasta hacerlos sentir incómodos, por ejemplo robar en tiendas, consumir alcohol, drogas entre otras sustancias que te pueden provocarles consecuencias muy graves.

El informante 5, reitera: *sí, porque a veces cuando uno se siente demasiado presionado por hacer algo que no quieres hacer, a veces cometes el error de cometer eso también cuando se quiere unir a un grupo de amigos y ellos los primeros días te presionan y luego uno lo sigue haciendo repetidamente, (17 noviembre, 2020).*”.

La mayoría de la presión no es tan fácil de definir ya que algunos te dicen como debes de vestir, lo que debes de decir, adoptar algunas actitudes, sin embargo algunos adolescentes y jóvenes tienden a resistir más la presión y mantener firmemente su modo de pensar, es decir que si una persona no tiene confianza en sí misma, son personas que les cuesta tomar decisiones por ellos mismos y tienden a repetir comportamientos de las demás personas y son más propensos de involucrarse en muchas cosas incorrectas.

El informante 6, menciona: *“esto de presión social es como presión de grupo y eso te lleva a tomar decisiones malas, pero si tú eres una persona que te quieres tu misma no pones atención a eso, a veces tomas decisiones inadecuadas y te lleva a tener caos y problemas y a veces aquí llevamos el tema de suicidarnos o vicios o cosas así”* (12 noviembre, 2020). Los adolescentes y jóvenes sienten mucha presión y por eso cometen actos inadecuados como burlarse de sus amigos(as) o compañeros(as) de clases o también romperles sus pertenencias, estas conductas pueden provocar que los chavalos y chavalas no tengan el valor de ser diferente en frente de sus amigos, por temor a ser rechazados o a que se les burlen.

Según el informante 8, comparte que *“sí se necesita ayuda profesional porque hay muchos casos de suicidios, para evitar esas cosas como el acoso que te hacen para que hagas las cosas malas que tú no quieres hacer, porque a veces te someten a hacer cosas que no son”*(17 noviembre, 2020). Algunos adolescentes y jóvenes cometen suicidios por sentimientos y situaciones estresantes, depresión, ansiedad u otros factores, estos son producidos muchas veces por los grupos de amigos que instan u obligan hacer cosas en contra de su voluntad y autolesiones en sus cuerpos, ya que de esta manera sienten que liberan esas emociones negativas y de cierta forma los hace sentir mejor. Para poder prevenir el suicidio se debe fortalecer la autoestima positiva en los adolescentes y jóvenes y fomentar la resiliencia.

El informante 9, comparte: *“la verdad que no soy social y solo tengo de 3 a 6 amigos nada más. Esto debido a que hay personas hipócritas y traicioneras”* (23 noviembre, 2020). Los adolescentes y jóvenes a veces no son sociables porque se sienten traicionados o por

desconfianza en sus amigos, compañeros(as) de clases o por su misma familia, otra razón también es la tecnología ya que la mayor parte de su tiempo están en las redes sociales, es por ello que los adolescentes y jóvenes tienen poca comunicación y relación con sus amigos y familias.

#### **25.4.3. Motivaciones generadoras de baja autoestima y pensamientos suicidas emitidas en el contexto escolar**

Según el informante 2, una de las motivaciones sobre el tema está dado por *“la curiosidad o el deseo de hacer algo de lo que todos hablan, con mis compañeros de clases normal, que con algunos maestros no muy bien unos cuantos me tienen un poco disgustado por su forma de actuar y juzgar a los demás”*, (17 noviembre, 2020). Es importante que los maestros y alumnos tengan una buena comunicación asertiva ya que así pueden saber qué es lo que pasa en el entorno de los estudiantes que sienten presión por sus compañeros(as), qué ocurre cuando tratan de influenciarte o presionarte a que hagas algo que no estás de acuerdo en hacer como beber alcohol, fumar o consumir drogas entre otros.

Según el informante 3, *“en sí no hay compañerismo todos son raros y al parecer hay unos que, si necesitan ayuda, yo soy un poco necio no me gusta entrar a clases, pero si voy bien en clases porque siempre me pongo al día, pero si soy más o menos necio”*, (23 noviembre, 2020). Los estudiantes muchas veces no todos se llevan bien, ni son amigos ya que ellos no tienen una comunicación asertiva entre sí, ya que esto se debe a las indiferencias y exclusión que de alguna manera han sufrido.

Se les dificulta establecer relaciones de amistad, hay algunos grupos de estudiantes que pueden ser personas influenciables y fomentar el mal comportamiento y descontrol en el salón de clase así como hablar en la hora de clases o simplemente no entrar a clases, esto hace que algunos estudiantes hagan lo que quieren porque sienten que nadie les tiene que decir lo que deben hacer, algunas veces esto pasa porque tienen desmotivación escolar y además porque en los centros escolares de educación pública hay saturación de estudiantes en las aulas de clases y para los maestros es un tanto difícil controlarlos a todos .



El informante 12, menciona lo que ha captado en sus compañeros: *“he logrado identificar estudiantes con bajo autoestima y presentar falta de motivación interés por sus clases, participación y aspecto personal”*,(23 noviembre, 2020). Para los adolescentes y jóvenes la baja autoestima provoca la desvalorización en las tareas escolares y desinterés en su aspecto físico, esto también causa que bajen su rendimiento académico, por lo tanto, los estudiantes se desmotivan con facilidad, por desinterés en realizar las tareas escolares y por la ausencia de comunicación entre los maestro(as) y alumno(as) durante las jornadas de clases y actividades diarias, permitiendo que los estudiantes pierdan el interés y le resten importancia a sus obligaciones escolares.

Muchos de los adolescentes y jóvenes se encuentran involucrados en situaciones que no son beneficiosas para su vida, pero que por el momento para ellos representa la manera ideal para desahogar todos esos sentimientos y pensamientos negativos que a lo largo de su vida cotidiana van acumulando por la presión que sienten dentro de cada uno de los espacios en los que socializan. Necesitan recibir acompañamiento por parte de la familia, amigos, autoridades del centro escolar, maestros u otras personas de la comunidad que sean referentes de confianza y apoyo de los chavalos y chavalas, que se les pregunte sobre cómo se sienten y sus necesidades de manera asertiva.

### **25.5. Plan de intervención para el fortalecimiento de la autoestima y prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua**

Propuesta de Plan de Intervención “Creando redes para el Fortalecimiento de la Autoestima y prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua”.

Creando redes para el Fortalecimiento de la Autoestima y prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua es una propuesta que consiste en brindar atención directa e indirecta a adolescentes y jóvenes del colegio Público Chiquilistagua, que brinde herramientas para el fortalecimiento de la autoestima y prevención de pensamientos suicidas, iniciando desde, capacitar a adolescentes y jóvenes monitores del Colegio y que estos puedan servir de guía para el proceso de acompañamiento.

Primeramente, se crearán comisiones con alumnos que poseen nivel de liderazgo dentro de sus grupos de clases. Estos serán capacitados y preparados para dar intervención mediante herramientas socioeducativas que sirvan para identificar casos de baja autoestima y pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes, además de transmitir las herramientas adecuadas para encontrar una solución a la problemática.

Los beneficiarios del plan de intervención podrán ser directos e indirectos, como beneficiarios directos tenemos, estudiantes con problemas de baja autoestima y como beneficiarios indirectos están los docentes y las familias de los estudiantes. Así mismo esta propuesta contribuiría en el proceso académico de los adolescentes y jóvenes, así como también a fortalecer su autoestima y habilidades sociales.

## **Priorización de la necesidad**

Es importante tener claro que para poder elaborar una propuesta de intervención es necesario realizar la priorización de la necesidad más sentida de la población en la que se va a incidir o atender. Para ello es indispensable elaborar un diagnóstico situacional de necesidades sociales que permita la delimitación de la problemática y se tenga una mejor cosmovisión de las características propias de los habitantes, tomando en cuenta estos aspectos se puede elaborar propuestas que favorezcan y mejoren la calidad de vida de los grupos metas, a través de la implementación de actividades lúdicas educativas con una metodología participativa e inclusiva.

Para la delimitación de la problemática y el eje central de la investigación fue necesaria la aplicación de la técnica del árbol de problemas la cual facilitó tener claridad en lo que se pretende incidir o contribuir. Para la aplicación de la técnica fue necesario estar en el espacio, en este caso el colegio, en el que se observó a la comunidad estudiantil, su comportamiento, el entorno si es seguro, cómo es la relación de los adolescentes y jóvenes entre grupos pares y con docentes, si hay opciones de recreación sana para el grupo etario en cuestión. Además, fue indispensable la aplicación de entrevistas para conocer la opinión de los adolescentes, jóvenes, docentes y madre de familia desde sus experiencias vividas para profundizar en la problemática investigada.

Partiendo de este diagnóstico y de la aplicación de la técnica del árbol de problema, la problemática central encontrada es la baja auto estima y pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua. Son múltiples los factores detonantes de una baja autoestima y pensamientos suicidas en los diferentes grupos etarios, dentro de los cuales tenemos los familiares, sociales y escolares.

Muchos de los adolescentes y jóvenes manifiestan que en su núcleo familiar existe un alto nivel de violencia intrafamiliar en la que hay un de desorden de roles por parte de los miembros del hogar, ausencia de la figura materna o paterna lo cual genera violencia verbal, física y psicológica entre los parientes y el adolescente o joven. Los adolescentes y jóvenes consideran que si sus tutores estuvieran presentes y al tanto de lo que les ocurre los altos índices de baja autoestima y pensamientos suicidas disminuirían.

En algunos de los casos se descubrió la ausencia de comunicación en el hogar, generando conflictos en los espacios donde se relacionan los adolescentes y jóvenes. Los chavalos y chavalas expresaron sentirse solos y de no ser escuchados cuando quieren y tienen la necesidad de comunicar sus problemas, éxitos y dudas acerca de alguna situación, y que su único recurso es hablar con un amigo; lo cual no es viable porque muchas de sus amistades no son las más adecuadas, por que resultan ser grupos de personas más vulnerables y en otras situaciones de riesgo.

Para finalizar los adolescentes y jóvenes muchas veces tienen baja autoestima y pensamientos suicidas por múltiples factores, que pueden ser por tristeza, ansiedad, depresión, inseguridad, desesperanza, pensamientos negativos frecuentes, por presión social o por adicciones, por el abandono físico o emocional de uno de sus tutores, entre otros.

Para prevenir que los adolescentes y jóvenes tengan pensamientos suicidas es importante contribuir a su salud mental y emocional y potenciar en ellos sus habilidades sociales y capacidades para sobrellevar las diferentes situaciones difíciles que se les presentan. Además, es necesario realizar las intervenciones escolares correspondientes para la identificación temprana de estos casos e iniciar el tratamiento y atención oportuna en los chavalos y chavalas.

## **Descripción breve de la problemática**

En la comarca de Chiquilistagua existe la problemática de baja autoestima y pensamientos suicidios en adolescentes y jóvenes.

Los adolescentes y jóvenes expresaron que dentro de sus familias no siempre se sienten seguros porque la familia les genera tristeza, depresión y pensamientos negativos, algunos han tenido pensamientos suicidas porque se sienten en estados ansiosos por que nadie los escucha que los juzgan sin preguntar el porqué de los hechos, además de la ausencia de afecto por parte de sus familias lo cual es muy común en muchos hogares en esta comunidad lo que incide a que se aíslen y crean que siempre serán ignorados además de pensar “a nadie le importo”, “no sirvo para nada”, “no tiene sentido seguir viviendo”, expresiones que aparecen reflejadas en las entrevistas que se les aplicaron a los chavalos y chavalas.

Otros de los factores más comunes que incide en que los adolescentes y jóvenes tengan baja autoestima y pensamientos suicidas es la violencia que viven manifestada de distintas formas ya sea por gritos, golpes, humillaciones, e incluso por gestos como miradas acosadoras o tensión por el tono de voz. Cabe señalar que la violencia es una forma de ejercer poder sobre el otro y someter a las demás personas a que hagan lo que los agresores dicen o imponen y por ende estas causas hacen que algunas personas tomen la decisión de quitarse la vida porque sienten demasiada presión y porque no saben cómo salir de esa situación.

Otro de los factores también es el entorno social ya que es en donde los adolescentes y jóvenes establecen relaciones, interacciones y vínculos con las demás personas como la presión de la sociedad, ya sea por tener dificultades con su orientación sexual, por cumplir los roles socialmente asignados, por el hecho de no tener el mismo estatus social y nivel de vida que los demás, son excluidos, rechazados, discriminados o señalados.

El contexto escolar que es otro de los espacios en donde se encuentran aspectos que generan en los adolescentes y jóvenes baja autoestima y pensamientos suicidas porque se manifiestan comportamientos inadecuados que perjudican a los chavalos y chavalas.

## **Objetivos de la propuesta**

### **Objetivo general**

Contribuir al fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, a través de un plan de intervención que contenga actividades socioeducativas.

### **Objetivos específicos**

- ✚ Promover espacios de recreación sana y segura como talleres lúdicos con metodología participativa e inclusiva para exploración de emociones de los adolescentes y jóvenes.
  
- ✚ Fortalecer las habilidades sociales para la comunicación asertiva y afectiva en los diferentes espacios de socialización en los adolescentes y jóvenes para la prevención de pensamientos suicidas.
  
- ✚ Desarrollar procesos de acompañamiento emocional entre adolescentes y jóvenes con enfoque participativo para el mejoramiento de las condiciones de sus interacciones familiares, sociales y escolares y prevención de baja autoestima.

## **Modelo de intervención pertinente con la propuesta**

### **Modelo sistémico**

Se decide retomar el modelo sistémico para la propuesta del plan de intervención, ya que es uno de los más reconocidos en la actualidad y además, porque apunta a que se debe ver e intervenir al ser humano y al medio en el que se relaciona como un todo, porque uno no puede estar aislado del otro, debido a que si en una familia que es el primer sistema en la sociedad, uno de los miembros se ve afectado por alguna situación, esto también afecta al resto de la familia, puesto que establecen diferentes interacciones y relaciones entre todos, influenciándose a todos los miembros entre sí.

El modelo se aplica a la propuesta a través de la intervención que se pretende realizar con cada uno de los tres grupos, adolescentes y jóvenes, docentes y familia, ya que se diseñaron actividades que responden a los intereses y demandas de éstos. También porque se pretende que la información trascienda hacia otros grupos.

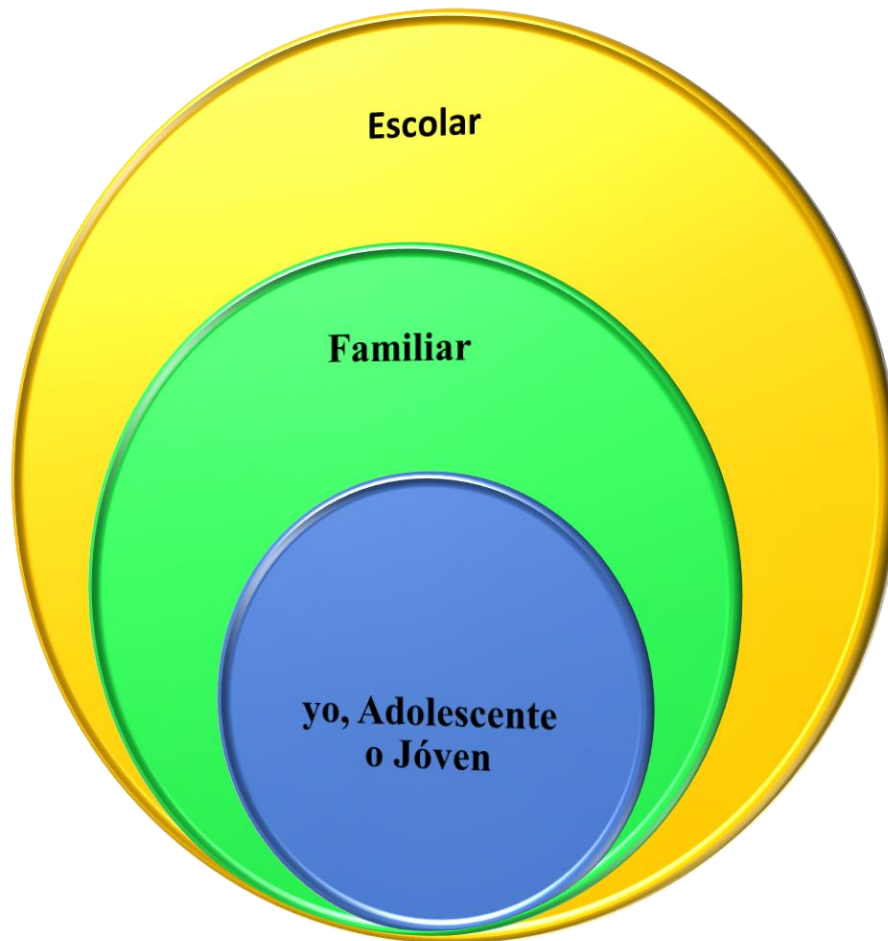
Este modelo aporta un referente teórico claro y una metodología que permite analizar, pensar, identificar y diseñar estrategias para la acción del Trabajo Social actual, además propone un modelo de intervención que permite que diferentes métodos prácticos de intervención puedan ser integrados dentro del mismo marco, tomando como referencia la teoría general de los sistemas. La teoría de los sistemas se enfatiza en las interacciones, transacciones y las interrelaciones, desplazando así el objeto del trabajador social, dejando de lado una concepción individualizada de la intervención, centrándose en una concepción en donde tiene más relevancia el entorno, los cambios que se producen en él y las transacciones con los mismos.

El Trabajo Social sistémico define unos propósitos principales para su intervención, mejora la interacción y la comunicación de las personas con los sistemas que les rodean, fortalece las capacidades de las personas para solucionar problemas, enlaza a las personas con aquellos sistemas que puedan prestarles servicios, recursos y oportunidades, exige que estos sistemas funcionen de forma eficaz y humana y contribuir al desarrollo y la mejora de la política social.

El enfoque sistémico trata de comprender el funcionamiento de la sociedad desde una perspectiva integradora, en donde lo importante son las relaciones entre los componentes, además no concibe la posibilidad de explicar un elemento si no es precisamente en su relación con el todo (Viscarret, 2009, p.335-340).

**Áreas de acompañamiento en las que la propuesta se fundamenta**

**Esquema áreas de acompañamiento plan de intervencion**



**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Ivonne Espinoza Selva y Gabriela Yissell Zamoran González.*



## **Actividades del plan de intervención para el fortalecimiento de la autoestima y prevención de pensamientos suicidio en adolescentes y jóvenes.**

Para la realización de este plan de intervención es necesario crea un ambiente de confianza y seguridad para los adolescentes y jóvenes del colegio público Chiquilistagua. De igual manera en este punto se presentarán las actividades que se consideran necesarias para lograr fortalecer la autoestima y prevenir los pensamientos suicidas en los chavalos y chavalas. De esta forma, las actividades están clasificadas por grupo, el primero es el de alumnos el cual esta titulada “Fortaleciendo mi autoestima”, el segundo con maestros “Docentes en acción” y el tercero familias “Trabajando con familias”. Con cada uno se pretende realizar procesos paralelos. Las diferentes actividades están clasificadas y ubicadas de acuerdo a la temática que se pretende abordar las cuales están intencionadas al fortalecimiento de la integridad de cada uno de los actores involucrados. Todas en el mismo orden que aparecen los grupos en la matriz del plan de intervención.

La clasificación de las actividades se realizó a través de matrices en donde se colocó la información resumida de cada uno de los aspectos en relación al proceso que se llevará a cabo con los diferentes grupos, es importante mencionar que las actividades retomadas en el presente plan de intervención fueron recopiladas de un programa completo de prevención (PIDE) de diferentes factores de riesgo a los que los adolescentes, jóvenes y grupos etarios se encuentran vulnerables, fueron retomadas de este programa porque su enfoque es totalmente escolar, sin perder de vista la importancia del involucramiento de las familias y docentes en el proceso de la educación y formación de los chavalos y chavalas. A continuación, se presenta la matriz y posteriormente el desarrollo de cada una de las actividades.

**Matriz de actividades del Plan de Intervención, clasificadas por grupos, adolescentes y jóvenes, docentes y familias**

Nombres y objetivos de los módulos.	Temáticas	Actividades por temática	Metodologías	Cantidad de Sesiones por temática	Total, de horas	Actividades dirigidas a:	Responsable de las actividades
<p><b>Proceso con chavalos y chavalas Fortaleciendo mi autoestima</b></p> <p>Reconstruir en los adolescentes y jóvenes su autoconcepto y autoestima positiva que les permita un desarrollo personal y educativo pleno y seguridad en sí mismo.</p>	<p>1. Concepto de autoestima, su importancia y estrategias para favorecerla</p> <p>2. Descubrimiento del propio “yo” a través del Estuche de las AES de la autoestima</p> <p>3. Amistad y relaciones entre compañeros para fomentar la autoestima</p>	<p>Autoestima e imagen corporal.</p> <p>Potenciando mis valores personales.</p> <p>-Construyendo nuestras redes de confianza.</p> <p>-Prevenir la violencia es nuestra responsabilidad</p>	<p>-Aprender a ser</p> <p>-Aprender a hacer</p> <p>-Aprender a vivir juntos/as</p> <p>-Aprender a conocer</p>	<p>18 sesiones (tres por cada tema)</p>	<p>18 horas</p>	<p>Alumnos (adolescentes y jóvenes)</p>	<p>Trabajadoras Sociales facilitadoras o Psicólogas facilitadoras</p>

		<p>- Individualidad y límites: nuestros amigos</p> <p>El tiempo cómo planificarlo.</p> <p>4. Organización del ocio y tiempo libre</p> <p>Mi proyecto</p> <p>5. Desarrollo personal</p> <p>6. Conocimiento e influencia del entorno</p> <p>Queremos ser positivos</p>					
<p><b>Proceso con docentes</b></p> <p><b>Docentes en Acción</b></p> <p>Sensibilizar a los docentes sobre la</p>	<p>1. Autoestima</p>	<p>Auto concepto que imagen tienen los demás de mí, y yo cual tengo.</p> <p>Como comunicarnos</p>	<p>-Aprender a ser</p> <p>-Aprender a hacer</p> <p>-Aprender a vivir juntos/as</p> <p>-Aprender a conocer</p>	<p>9 sesiones (tres por cada tema)</p>	<p>9 horas</p>	<p>Docentes de secundaria</p>	<p>Trabajadoras Sociales facilitadoras o Psicólogas facilitadoras</p>

<p>importancia de la autoestima dentro de la educación integral en los adolescentes y jóvenes.</p>	<p>2. Comunicación asertiva y afectiva</p> <p>3. Cultura de paz y buen trato</p>	<p>asertivamente</p> <p>Los valores del buen trato.</p>					
<p><b>Proceso con familias</b></p> <p><b>Trabajando con familias</b></p> <p>Promover la reflexión de los padres, madres y familias sobre los problemas que afectan a sus hijos e hijas y sus posibilidades de contribuir a su solución de manera afectiva y asertiva.</p>	<p>1. La familia como eje de la autoestima</p> <p>2. Relaciones interpersonales</p> <p>3. Construcción de una cultura de paz</p> <p>4. Técnicas de resolución no violenta de conflictos</p>	<p>Cómo fomentar la autoestima en los hijos e hijas.</p> <p>Formulación de críticas</p> <p>Construyendo una cultura de paz.</p> <p>Cómo enfrentar problemas desde mi mochila de cualidades.</p>	<p>-Aprender a ser</p> <p>-Aprender a hacer</p> <p>-Aprender a vivir juntos/as</p> <p>-Aprender a conocer</p>	<p>12 sesiones (tres por cada tema)</p>	<p>12 horas</p>	<p>Tutores/as</p>	<p>Trabajadoras Sociales facilitadoras o Psicólogas facilitadoras</p>

## **Actividades del Bloque I dirigidas a los adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua.**

**Temática 1:** Concepto de autoestima, su importancia y estrategias para favorecerla

**Actividad:** Autoestima e imagen corporal.

**Objetivo:** Fortalecer la autoestima de adolescentes y jóvenes mediante los procesos de reflexión generados acerca de lo que es la imagen corporal y la presión social sobre la misma.

### **Descripción de la actividad:**

Mediante el desarrollo de esta actividad los adolescentes y jóvenes trabajarán en el fortalecimiento de su autoestima personal y grupal a través de la deconstrucción de mitos y prácticas sobre lo que es la imagen corporal.

### **Procedimiento de la actividad:**

Se ubicarán en un semicírculo a los y las participantes, introducimos la actividad mediante la dinámica “Los sueños”. Para ello solicitamos se puedan reflejar anhelos e ilusiones mediante el dibujo de sus sueños. Esta actividad, debe permitir la reflexión colectiva para el cambio y la transformación de algún elemento o ámbito de nuestra vida que deseamos mejorar. Pida que dibujen sus sueños o anhelos en relación a ¿cómo desean ser como personas, en su futuro?

Se entregará una hoja de papel blanco y lápices de colores. Recordando que tienen 10 minutos para elaborar los dibujos, a los que deben colocarle su nombre. Una vez realizados los dibujos, cada uno de los y las participantes pasará a ubicarlos a la pizarra o paleógrafo, de modo que estén visibles para todos/as. Concluida la colocación de los sueños, cada uno irá presentando el dibujo elaborado, comentando cuáles son sus anhelos, la mediadora/o deberá levantar notas sobre cada intervención procurando generar el debate acerca de los conceptos de autoimagen y autoestima.

### **Materiales:**

- Trozos de papel, uno por participante.
- Lápices o lapiceros, uno por participante

**Temática 2:** Descubrimiento del propio “yo” a través del Estuche de las AES de la autoestima

**Actividad:** Potenciando mis valores personales.

**Objetivo:** Fortalecer en adolescentes y jóvenes sus valores personales, como premisa para su Desarrollo Personal.

**Descripción de la actividad:**

Mediante el desarrollo de esta actividad los adolescentes y jóvenes deberán Trabajar en el fortalecimiento de sus valores personales y grupales.

**Procedimiento de la actividad:**

La mediadora o el mediador de la actividad, entrega a los y las participantes una hoja, o tarjeta de colores, en las cuales se han plasmado las siguientes preguntas; Cómo soy, Cómo me siento, Mis metas, Reconozco una cualidad en mí.

Solicita a los y las participantes, plasmen en líneas muy breves sus respuestas a cada una de las preguntas presentadas.

Una vez concluidas, nos ubicamos en semicírculos y procedemos a expresar nuestras ideas; por ejemplo: Soy Lucia López, y soy una persona alegre, creativa, capaz de trabajar en grupo, reconozco, que soy muy trabajadora, me siento muy bien de estar con ustedes, espero poder fortalecer mis aprendizajes sobre los temas a tratar, tengo como meta, ponerlos en práctica en mi vida diaria. La cualidad central que reconozco en mí: es el ser solidaria.

Se deberá ir tomando notas, y una vez que todos y todas hayan hechos sus aportes procede a devolver lo expresado, tratando de rescatar las potencialidades del grupo, sus características comunes, y los aspectos positivos que han vertido en todas las presentaciones.

**Materiales:**

- Hojas de papel blanco
- Masquin Tape
- Lápices de colores o crayola.
- Papelógrafo

**Temática 3:** Amistad y relaciones entre compañeros para fomentar la autoestima

**Actividad:** Construyendo nuestras redes de confianza.

**Objetivo:** Permitir que los y las participantes reconozcan la importancia de contar con redes de relaciones personales, familiares y comunitarias en su entorno

**Descripción de la actividad:**

Estaremos abordando en esta actividad elementos esenciales de nuestro quehacer cotidiano, primero la necesidad de vivir en comunidad, recordando la importancia que los y las otras tienen para mi vida, y como el juntar fortalezas nos permite avanzar.

**Procedimiento de la actividad:**

A través de la dinámica “Lánzala” los y las participantes construyen su red de relaciones. Con esta actividad pretende generar un proceso de reflexión en relación a cómo podemos resolver dificultades intercambiando o buscando apoyo en los otros/as, explorarán sus diferencias y puntos en común, asimismo visualizarán los puntos de convergencia entre sí.

Se forman en círculo, cuyos miembros inician en el mismo diciendo sus nombres y mencionan un recurso personal que posean (los recursos personales suelen estar asociados a las posibilidades que las personas tienen, bien porque cuentan con amigos/as con algún tipo de bienes no materiales sino personales o porque, ellos/as mismos los detentan, cuáles son estos recursos, por ejemplo; tengo un amigo/a médico, dentista, comerciante, artesano, maestro, sacerdote, albañil, estilista, costurera, oficinista, o por ser personas con determinados atributos o cualidades, como; solidaridad, creatividad, amigable, cooperador, responsable, altruista, buen alumno/a, etc.). Los demás escuchan atentamente, procurando recordar el recurso personal mencionado por algún miembro del grupo y que consideran les pueda ser valioso e importante.

Concluida la presentación, un miembro del grupo recibe una bola de lana, ata un cabo a la muñeca de su mano y lanza la bola de lana a alguien cuyo recurso personal considere le puede ser útil, él o la que recibe la bola de lana introduce la muñeca en el hilo antes e inmediatamente lanzarlo a otro/a, que posea el recurso que para sí, es importante. Y así seguirán sucesivamente hasta que todos/as hayan recibido la lana y lanzado la misma. Todas/os deben estar atentos a fin

de que al recibir la bola puedan reenviarla de inmediato, debe procurar que la lana quede lo más entrelazada posible.

Al finalizar se pregunta a los participantes que significado ha tenido esta experiencia para ellos. Procure que logren identificar mensajes referidos a la importancia de la unidad, trabajo en equipo, articulación en red, vínculo, necesitarse, apoyarse, tener todos/as algo importante que compartir o que poner a disposición de los otros/as. La importancia de nuestras relaciones con otras personas, y cómo pueden contribuir, a fin de que se pueda salir de problemas, ¿en qué puede contribuirnos el tener una red de relaciones?, ¿por qué es válido mantener nuestras relaciones con nuestros amigos/as?

**Materiales:**

- Hilo de Lana, o sondaleza
- Algún tipo de cuerda de amarre, organizada en moño o pelota.
- Sillas.

**Actividad: Prevenir la violencia es nuestra responsabilidad**

**Objetivo:** Mejorar nuestra forma de relacionarnos con los y las personas que nos rodean.

**Descripción de la actividad:**

A través de esta actividad los adolescentes y jóvenes identifican en qué consisten las relaciones inter personales positivas, reflexionando sobre las conductas o comportamientos que asumimos al relacionarnos con los y las demás personas.

**Procedimiento de la actividad:**

Inicie el procedimiento comentando en qué consisten las relaciones interpersonales, a continuación, haciendo preguntas generadoras, motive al grupo a realizar las siguientes reflexiones: ¿Qué dificultades tenemos las personas para relacionarnos?, En alguna ocasión nos hemos sentido mal por la forma en que otras personas nos han tratado ¿Por qué?

Inicie explicando en qué consiste la conducta del ogro, el ratón y seres humanos asertivos, oriente que a continuación realizaremos una reflexión individual de situaciones recientes, que al relacionarse con otras personas nos hemos comportado como ogros, ratones y seres humanos asertivos.



Una vez concluida la actividad anterior, divida a los y las participantes en 5 grupos e indíqueles que nombren un(a) secretario relator, para que modere la discusión del grupo y realice un resumen de la discusión, oriente que procedan a compartir los resultados de su reflexión individual. Para ello iniciaran comentando la ocasión en que se comportaron como Ogros, a continuación, como ratón y para finalizar como seres humanos asertivos.

**Materiales:**

- Papelógrafo
- Marcadores
- Masking tape

**Actividad:** Individualidad y límites: nuestros amigos

**Objetivo:** Contribuir a la definición de nuestra identidad y con ello al establecimiento de nuestra individualidad y límites personales.

**Descripción de la actividad:**

En esta actividad los y las participantes precisarán sus características personales distintivas como elementos de su identidad, elementos que contribuyen a establecer su individualidad y con ello los límites necesarios para el desarrollo personal. A su vez, reconoceremos como esta individualidad y establecimiento de límites contribuye a decir no a ofrecimientos y presiones que pueden afectar y dañar nuestras vidas.

**Procedimiento de la actividad:**

Introduzca realizando una presentación breve sobre lo que significa la identidad y los elementos que la componen; enfatice que por las características de la identidad que asumimos las personas somos diferentes a los demás.

A continuación, oriente a los y las participantes se reúnan en parejas, por afinidad con las personas con las que más se conocen, donde construirán su propio perfil de identidad; en esta actividad además describirán, en qué se diferencian de la pareja con la cual están trabajando.

Cuando han concluido oriente que compartan con su compañera/o el perfil elaborado, precisando aquellos aspectos que los diferencian y entre ambos reflexionen si aun siendo diferentes pueden ser amigos(as) y/o pertenecer a los mismos grupos.

Una vez concluido todo el proceso realice una plenaria solicitando que al menos varias parejas comenten su experiencia.

**Materiales:**

- Marcadores o lapiceros
- Papel blanco recortado en tarjetas

**Temática 4:** Organización del ocio y tiempo libre

**Actividad:** El tiempo como planificarlo.

**Objetivo:** Identificar acciones que cada participante puede hacer durante su tiempo libre.

**Descripción de la actividad:**

Con el presente ejercicio se podrá contribuir a que adolescentes y jóvenes planifiquen actividades productivas durante su tiempo libre, tratando de que encuentren en ellas satisfacciones en su realización

**Procedimiento de la actividad:**

Inicie la actividad ubicándolos en círculo, solicíteles se pongan en pie, se tomen de las manos, cierren sus ojos, a fin de prepararse para realizar la “danza al viento. Nuestra danza la iniciamos dando vueltas suaves alrededor del círculo en el que nos hemos ubicado, inhalando, expirando despacio, soltando su cuerpo, primero un paso suave al lado, con manos abajo, al otro lado con manos abajo, luego un paso al frente, con manos arriba, un paso atrás, con manos arriba, repita 10 veces por cada paso.

Pídales no abran los ojos, con vos suave, vaya induciéndoles a la relajación corporal y mental; para ello indíqueles que se dejen llevar, adelante, atrás, al lado, suavemente, danzando en la punta de nuestros pies, soñando, olvidando, relajándose, inhalando, expirando suavemente, olvidando, expulsando, despojándonos de los problemas cotidianos, inhalando, exhalando suavemente, desechando la ira, el enojo, la agresividad, sintiéndonos libres, felices, danzando,

adelante, atrás, manos arriba, manos abajo, danzando, respirando, olvidando. Procure tener música suave de fondo (Esta danza no debe durar más de 10 minutos).

Pídales tomen asiento, a fin de iniciar la actividad, introduzca el tema: “El tiempo libre; Cómo planificarlo”, mediante una lluvia de ideas, promueva el debate entre el grupo apoyándose con preguntas generadoras que permitan reflexionar sobre lo que es “tiempo libre”, Procure llevar al grupo a identificar el “tiempo libre” como aquel periodo de tiempo que le queda a la persona después de llevar a cabo sus obligaciones diarias: laborales, educativas, sociales, familiares.

### **Materiales:**

- Papel, lápiz, Papelógrafo, marcadores

### **Temática 5:** Desarrollo personal

**Actividad:** Mi proyecto de vida

**Objetivo:** Sensibilizar acerca de la necesidad de que adolescentes y jóvenes estructuren su Proyecto de Vida a partir de la discusión sobre su importancia y la preparación metodológica para su elaboración.

### **Descripción de la actividad:**

Con esta actividad se pretende que los y las participantes puedan diseñar su proyecto de vida personal, buscando como éstos y éstas incorporen en el mismo, los aprendizajes obtenidos en cada uno de los temas de desarrollo personal abordados en el bloque.

Se reflexionará acerca de la importancia de elaborar nuestro proyecto de vida, y se presentará una pequeña propuesta metodológica para su formulación.

### **Procedimiento de la actividad:**

Presente el tema “Mi Proyecto de Vida”, inicie la actividad generando la reflexión acerca de la importancia que reviste en cada uno/a la elaboración de nuestro proyecto de vida.

Vaya anotando las respuestas y completando las ideas, apoyándose en la información contenida en el inciso “Lo que necesitamos saber”.

Explique cómo se construye la MISIÓN, LA VISIÓN, Y LOS VALORES PERSONALES, Invítelos a escribir su misión, visión y valores que guiarán su vida. Para ello pídeles cierren los ojos, se relajen, ¿piensen en cómo son ahora, y cómo se piensan en el futuro? ¿Cuáles son los valores que desean prevalezcan es sus vidas?, una vez que se han respondido, pueden elaborar su propuesta de misión, visión, valores.

Pídeles a algunos voluntarios/as compartir su MISIÓN, VISIÓN, VALORES. Anímelos a organizar su vida para poder alcanzar sus metas y planificar la forma de llegar a ellas.

Entrégueles la ficha uno, “Mi Proyecto de Vida” e invítelos a elaborar su proyecto personal a partir de los elementos contenidos en ésta. Seguramente el tiempo no será suficiente para esta actividad, déjela orientada y esté pendiente de su cumplimiento, a través del seguimiento a la misma.

**Materiales:**

Marcadores

Papelógrafo

**Temática 6:** Conocimiento e influencia del entorno

**Actividad:** Queremos ser positivos

**Objetivo:** Mejorar la habilidad de los y las participantes para establecer relaciones positivas con otras personas.

**Descripción de la actividad:**

A través de esta actividad nuestros adolescentes y jóvenes reconocerán y practicarán los pasos necesarios para relacionarse de forma positiva con otras personas, aplicándolos a situaciones ficticias o reales

**Procedimiento de la actividad:**

Se inicia comentando que ser optimistas nos ayuda a vivir mejor, pero ser positivos significa mucho más que ser optimistas, las personas positivas saben cómo rescatar lo mejor de cada situación y están más preparadas para enfrentar los problemas. A continuación, apoyándose en

un cartel que ha elaborado previamente, explique las recomendaciones que tenemos que observar para ser positivos, construya el cartel con el modelo que se presenta a continuación, deje la columna de los ejemplos vacía y escriba cada uno de ellos en tarjetas separadas:

¿Qué tenemos que hacer para ser positivos?	
Recomendaciones	Ejemplos
Aprovecha las ocasiones, por pequeñas que sean para decir algo bueno a los que te rodean.	Tu mamá se ha cortado el pelo “Qué bien que te queda ese corte de pelo”.  Qué bonitas zapatillas te has comprado.  Me gusta mucho ese gesto que tuviste conmigo.  Qué buena persona eres.
Esforzarse en crear un clima positivo para enfrentarnos a los problemas de la mejor manera posible, en lugar de asustarte, quedarnos llorando, sin fuerzas. Para ello, cuando te veas en una situación difícil:	
Mira lo poco o mucho que de bueno tenga la situación.	No entiendo cómo puedo resolver los problemas de matemática, pero María ofreció ayudarme.

Después de haber explicado las recomendaciones, se les solicita a los participantes que se agrupen en parejas, entregue a cada pareja la tarjeta con un ejemplo, solicite que la revisen y decidan en cuál de las recomendaciones cabe; dé un espacio para que tomen la decisión de donde la colocarán, oriente que procedan a ubicar las tarjetas donde consideran que corresponde, una vez que todos han pasado revise con apoyo del grupo cómo fueron ubicadas, corrijan posibles equivocaciones y comenten.

**Materiales:**

- Papelógrafo
- Marcadores
- Masking tape
- Cartelón de cartulina
- Papelógrafo con procedimientos

## **Actividades del Bloque II dirigidas a Docentes**

### **Temática 1: Autoestima**

**Actividad:** Auto concepto que imagen tienen los demás de mí, y yo cual tengo.

**Objetivo:** Contribuir a que los y las participantes mejoren y mantengan su autoestima personal e imagen corporal saludables.

#### **Descripción de la actividad:**

Mediante el desarrollo de esta actividad los adolescentes y jóvenes deberán trabajar en el fortalecimiento de su autoimagen a través de la deconstrucción de mitos y prácticas sobre lo que es la imagen corporal.

Presente la actividad mediante lectura grupal del fragmento, Manuela y Alfredo

#### **Procedimiento de la actividad:**

Ubique a los y las participantes en un semicírculo, seguidamente inicie la actividad mediante la lectura del siguiente fragmento:

“Manuela, la amiga de Alfredo, lo invitó a pasar el día en el lago con su familia. Manuela opinaba que Alfredo era un chico divertido con el que una se lo podía pasar bien y además era atractivo. Manuela tenía la esperanza de que le dijera que sí. Alfredo rechazó la oferta de Manuela. A él también le gustaba Manuela, pero le daba vergüenza quitarse la camiseta. Le preocupaba que la familia de Manuela y las demás personas que hubiera en el lago vieran lo mismo que veía él cuando se miraba al espejo un chico escuálido y poca cosa. Alfredo llevaba más de un año sin ir nadar porque le acomplejaba su aspecto” (Tomado de Guía sobre la Imagen Corporal de los Chicos)

Solicite a los y las participantes reflexionen acerca de la lectura, procurando responderse; ¿Alguna vez te has sentido mal contigo por algún aspecto relacionado a tu físico?, ¿Alguien te ha hecho sentir mal por características referidas a tu apariencia?, ¿Consideras que existen elementos a nivel personal en cada individuo/a que sean de mayor relevancia que los referidos a la apariencia? ¿Cuáles son esos otros aspectos? Se deberá ir anotando en la pizarra las ideas que vayan surgiendo, procurando identificar los elementos claves que conforman la definición de auto concepto y su importancia en nuestras vidas.

**Materiales:**

- Hojas de papel
- Lapiceros
- Marcadores
- Lápices de colores
- Papelógrafo
- Cinta de pegamento

**Temática 2:** Comunicación asertiva y afectiva

**Actividad:** Como comunicarnos asertivamente

**Objetivo:** Mejorar nuestras formas de comunicación personal e interpersonal

**Descripción de la actividad:**

De manera práctica y sencilla se dotará a los y las participantes de las herramientas para el desarrollo de una buena comunicación asertiva

**Procedimiento de la actividad:**

A continuación, divida a los y las participantes en grupos de 3 personas y entregue a cada grupo el caso o problema; solicite que para practicar las recomendaciones de las personas que se comunican asertivamente, asuman roles, uno será la persona que tiene la dificultad o problema, el otro(a) el comunicador(a) asertiva y otro(a) observador(a). Entregue fotocopias del caso a cada grupo y la lista de chequeo para los comunicadores(as) asertivos contenidos en la ficha 1,

oriente que cambien de roles entre los miembros de su grupo, de manera que todos realicen el rol de la persona que tiene el problema, comunicadores(as) asertivos y observadores.

#### El Caso de Milton

Milton es un muchacho de 15 años, de pequeño le gustaba mucho el arte y particularmente la pintura; fue de los mejores estudiantes en su escuela de primaria, gozaba mucho del aprecio de su familia y vecinos por ser un niño cariñoso, servicial e inteligente. Al entrar a la secundaria, se relacionó con un grupo de amigos(as) que consumen drogas y casi sin pensarlo en un momento él también está en la misma situación, en compañía de sus amigos(as) cometen actos delictivos para comprar las drogas. Su comportamiento actual le ha acarreado problemas y rechazo de su familia y vecinos, quienes ya no le tienen el cariño y tolerancia de antes; en sus momentos de lucidez se siente muy triste y deprimido y quiere recuperar la vida que llevaba antes, inclusive ha pensado en el suicidio, en uno de esos momentos se ha acordado de Manuel su mejor amigo(a) de la primaria y decide ir a conversar éste sobre su situación.

Al finalizar el ejercicio en los grupos realice, un plenario - debate con las siguientes preguntas: ¿Qué dificultades enfrentamos al momento de hacer el rol de comunicadores(as) asertivos?, ¿Qué consideramos hicimos bien y qué debemos mejorar? ¿Qué sentimientos y emociones experimentamos?

#### **Materiales:**

- Marcadores
- Papelógrafo
- Masking Tape

#### **Temática 3:** Cultura de paz y buen trato

**Actividad:** Los valores del buen trato.

**Objetivo:** Posibilitar el desarrollo de valores cívicos en los y las participantes como elementos importantes para la convivencia pacífica.

#### **Descripción de la actividad:**



Se trata de generar partiendo de situaciones cercanas la reflexión en los y las participantes acerca de la importancia de conocer los valores cívicos, bases para los valores de buen trato y como elementos para la convivencia pacífica.

### **Procedimiento de la actividad:**

Inicie la reflexión con los y las participantes a través de preguntas generadoras sobre el tema “Valores del Buen Trato”. Algunas de éstas pueden girar en torno a precisar: ¿Qué entienden como buen trato?, ¿cuáles serían los valores que se deben de poner en práctica para generar una cultura de buen trato?, ¿alguna vez alguien les ha tratado mal?, ¿cómo se sintieron con esa experiencia?

Haga una síntesis acerca de los aportes, procure que la reflexión les lleve a concluir que el buen trato se realiza, sobre todo, en las relaciones normales con los y las demás, en esas que se van desarrollando día a día. En casa, en el trabajo, en la calle. Los seres humanos se relacionan entre sí con pequeños detalles, con gestos pequeños, con acciones de poca entidad. Así se construye la convivencia. A esas conductas “cotidianas”, las llamamos “virtudes cívicas” o “civismo”.

Organice al grupo en tríos, y entrégueles la ficha de trabajo número 1, solicíteles que lean la ficha y que resuelvan según lo pedido.

Al finalizar el llenado de la ficha, despléguela en la pizarra y proceda a llenarla grupalmente, cuidando que se analice y razone el porqué de la clasificación que han realizado.

### **Materiales:**

- Papelógrafo
- Marcadores
- Masking Tape/tirro, cinta adhesiva.

### **Actividades del Bloque III dirigidas a familias.**

**Temática 1:** La familia como eje de la autoestima

**Actividad:** Cómo fomentar la autoestima en los hijos e hijas

### **Objetivo:**

- Tomar conciencia que como padres, madres y familias valorando positivamente y expresando afecto desde los primeros años de vida, ayudamos a fomentar en nuestros

hijos e hijas su propia autoestima; desarrollando así ellos y ellas una buena imagen de sí mismos/as y gustándose.

- . Fomentar la autoestima en nuestros hijos e hijas con mensajes positivos, con valoraciones desde la comunicación verbal, afectiva, a través de gestos y del cuerpo (besos, abrazos, guiños...).

### **Descripción de la actividad:**

Mediante esta actividad las y los participantes reflexionaran acerca de la fomentación de la autoestima en los hijos e hijas.

### **Procedimiento de la actividad:**

Se les pide a los y las participantes que piensen en sus hijos e hijas durante unos minutos, y que recuerden los aspectos más positivos que cada uno de ellos y ellas tienen. Posteriormente se les entregará una hoja de papel en blanco pidiendo que escriban el nombre de un hijo o hija que ellos elijan y debajo escribirán los

Siguientes apartados:

*Normalmente es....*

*En algunas ocasiones también es.....*

*Lo que hace muy bien a veces es.....*

Solo se escribirán cualidades positivas. En la primera cuestión deberán escribir palabras positivas correspondientes a su forma de ser en todo momento.

En la segunda deben señalar otras cualidades menos frecuentes pero que también se dan en algunas ocasiones, y por tanto también las tiene. Y en la última cuestión escribirán trabajos o actividades que hagan bien: trabajar, ordenar sus cosas, ayudar en las tareas domésticas...

Si tienen suficiente tiempo se puede pedir que este mismo ejercicio lo hagan con todos los hijos e hijas. Después se indicará que acaban de hacer un ejercicio sobre la imagen en positivo de sus hijos e hijas y que es importante reconocer lo valiosos que son nuestros hijos e hijas.

### **Materiales:**

- Hojas blancas.
- Lápices de grafito, marcadores o lapiceros.

## **Temática 2:** Relaciones interpersonales

**Actividad:** Formulación de críticas

**Objetivo:** Facilitar en los y las participantes la expresión de críticas constructivas de manera correcta y sin temores

### **Descripción de la actividad:**

A partir del análisis de frases y la práctica de casos de la vida cotidiana, nuestros adolescentes y jóvenes adquieren confianza y habilidad para formular críticas.

### **Procedimiento de la actividad:**

Inicie realizando una lluvia de ideas utilizando las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Qué es para nosotros(as), la crítica?
- ¿Cuándo hemos realizado una crítica a alguien, qué dificultades personales hemos afrontado?
- ¿Qué reacciones han tenido las personas a quienes hemos realizado las críticas?

Una vez realizada la lluvia de ideas, explique a los y las participantes que el propósito de la crítica debe ser el bien común y la prevención de los problemas; seguidamente explique los elementos que debe contener una crítica bien formulada y qué frases de acusación, queja o imperativos, no son críticas.

### **Materiales:**

- Papelógrafo
- Marcadores
- Masking tape

## **Temática 3:** Construcción de una cultura de paz

**Actividad:** Construyendo una cultura de paz

**Objetivo:** Introducir a los y las participantes en el concepto y práctica de la Cultura de Paz como medio para generar un nuevo modelo de convivencia

**Descripción de la actividad:**

En esta actividad se propone trabajar el concepto de Cultura de Paz, así como el promover compromisos para la Paz desde nuestra vida cotidiana, estableciendo el decálogo de principios para la Paz que nos guiarán

**Procedimiento de la actividad:**

El o la mediadora introduce el tema “Construyendo una Cultura de Paz”, para ello hace uso de la descripción de la actividad. Seguidamente solicita que los y las participantes se ubiquen en círculo, se acomoden en sus asientos, cierren sus ojos y sueñen cómo desearían que fuera su vida sin conflictos: sueñen con su familia en paz, donde se irradia tranquilidad aún con los problemas cotidianos; cómo sería su comunidad sin problemas vecinales, grupales; sueñen su escuela libre de alteraciones, discusiones innecesarias; sus relaciones de pareja y de amistades llenas de armonía, sinceridad, trato amable; construyan en su sueño cómo anhelan su vida en armonía, sin temores, con ilusión. Invítelos a que abran sus ojos suavemente.

Posteriormente se les orientará que plasmen mediante un dibujo en una hoja de papel, cómo anhelan que sea su comunidad, familia y escuela, en armonía, amor, paz. Una vez concluido su dibujo, uno a uno (a), irá colocándolo en el “Rincón de los sueños por la paz”. Para ello usted ha preparado el espacio donde se colocarán los dibujos en el que será nuestro mural para la Paz.

Solicite que compartan algunos sueños. Concluidas las presentaciones, a través de las siguientes preguntas generadoras, motive la reflexión: ¿Por qué tratamos de dar respuestas a los problemas desde el uso de la violencia o la fuerza?, ¿por qué solemos ser agresivos/as en nuestros comportamientos? Solicite que traten de definir qué es una Cultura de Paz, y qué importancia tiene en nuestras vidas. En base a las ideas del grupo, vaya escribiendo la síntesis en la pizarra o Papelógrafo. Finalizadas las intervenciones haga un breve conclusivo de los aportes.

**Materiales**

- Papel blanco
- Papel de colores
- Marcadores/ plumones
- Papelógrafo

- Masking Tape, tirro, cinta adhesiva

#### **Temática 4:** Técnicas de resolución no violenta de conflictos

**Actividad:** Cómo enfrentar problemas desde mi mochila de cualidades.

#### **Procedimiento de la actividad:**

Ubique al grupo en un círculo, deje un espacio amplio y libre al centro, para que puedan moverse con facilidad, sin peligro de darse con algún obstáculo. Explique al grupo que van a soñar con ser un ave de gran tamaño. Oriente que se pongan de pie y cierren los ojos. Ahora levanten los brazos. Levanten también las puntas de los pies, como si quisieran tocar el techo con la punta de los dedos. Traten de llegar más alto... un poco más... (Aguántelos unos 10 segundos en esta posición).

Ahora abran los ojos y siéntense cómodamente. Cierren de nuevo los ojos. Busquen una posición más cómoda. Respiren profundamente: imaginen que el aire se les mete hasta las piernas, hasta los brazos, les recorre todo el cuerpo. Ahora expiren bien de modo que echen fuera todo el aire. Imaginen que están en la cima de una montaña nevada. El viento trae una ligera brisa y respiran el aire limpio, puro, frío. Inspiren y expiren profundamente (durante 15 segundos). Ahora empiecen a volar suavemente, dejándose llevar por el viento suave, cálido. Noten entre los dedos de los pies los copos de nieve fina y mojada. Sienten curiosidad por ver qué han dejado los copos de nieve acumulada junto a las hojas de los árboles y miren con atención. Ven unas hojas de distinta índole, trozos de madera... Les gustaría encontrar algo distinto. Ven moverse entre las hojas una banderita roja. Se acercan con curiosidad y se dan cuenta de que algo está atado la banderita... es pergamino, atado con una cinta. Se acercan más al suelo, van despacio, planeando en el viento suavemente, jugando con sus brazos, dejando el cuerpo al aire libre, al fin logran alcanzar el suelo, se sientan en la nieve. Ven que está un pequeño pergamino amarrado con un cinto rojo. Lo desatan suavemente..., el lienzo del pergamino se expande... y encuentran dentro el texto de una carta. ¿De quién vendrá este mensaje?

Se quedan con el mensaje en su mente y abren despacio los ojos. Se sientan y respiran profundamente. Organícelos en grupos de seis integrantes cada uno, solicite nombre un/a secretaria relator/a, y un/a moderador grupal; pídale escriban una carta colectiva donde le expresen a su amigo/a lejano que envió el mensaje, las cualidades que poseen como grupo y cómo logran ponerlas en práctica en sus vidas cotidianas, ofrézcanle su amistad. Cuide de recordarles deben cumplir todos y cada uno de los pasos a considerar en la redacción de una carta.

Concluida la redacción de la misma, se procederán a leer en plenaria, al finalizar socializamos ideas, sugerimos recomendaciones. Concluimos expresando que las cualidades son aquellos atributos que permiten a las personas desenvolverse en su vida cotidiana, superando problemas, siendo asertivos, generándose autonomía y capacidad de respuesta correcta ante situaciones adversas, todo ello generando seguridad sobre sí mismo y nuestras acciones.

Se les pide a los y las participantes expresen cómo han sentido la actividad y en qué manera ésta les ha contribuido en su desarrollo personal, a su vez se les solicita expliquen; ¿por qué poseer estas cualidades es importante para resolver problemas satisfactoriamente? La mediadora/o plasma ideas en lugar visible, seguidamente realiza la reflexión grupal.

**Materiales:**

- Lapiceros
- Hojas limpias
- Masking Tape
- Marcadores
- Papelógrafo

## Capítulo V

### 26. Conclusiones

En este último apartado se realiza una breve exposición de los principales hallazgos encontrados durante el análisis de la información recolectada en el proceso de la investigación vinculado a la problemática social, objetivo, preguntas directrices e interpretación de los resultados obtenidos.

Para concluir se considera que la problemática de baja autoestima y pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes ha existido por muchos años en las familias, sociedad y centros escolares, pero que poco se trabaja en la prevención de ello, por lo tanto, la familia debe ser la principal interesada en establecer estrategias para evitar el aislamiento de los adolescentes y jóvenes dentro de los diferentes espacios de socialización, integrándose de manera permanente y constante desde el inicio de la identificación de la problemática.

Deben participar de manera activa en las diferentes intervenciones que se realicen y no dejarles todo el trabajo a las diferentes instituciones, profesionales en la salud mental o maestros (as), ya que la familia es el principal foco de intervención y se podría lograr un buen avance con la disposición de querer establecer cambios a nivel familiar, trato afectivo, comunicación asertiva y respeto, con el fin de que los chavalos y chavalas puedan expresar adecuadamente sus sentimientos, emociones y dificultades que están presentes en cada etapa de su desarrollo personal, social y familiar con toda libertad sabiendo que serán escuchados, apoyados y acompañados por su familia.

Resaltan lo importante que es para ellos la atención, apoyo y comprensión de su familia, pero se lamentan de no poder contar con ello, de su familia reciben trato inadecuado, en ocasiones los corren de su casa, no los apoyan en sus actividades cotidianas, pero les exigen que cumplan con roles y funciones que no les corresponden, además que saquen buenas calificaciones, no les permiten tomar decisiones porque consideran que no están capacitados para hacerlo, eso los convierte en jóvenes en situación de riesgo.

Las principales problemáticas encontradas en el entorno familiar repercuten y afectan su desarrollo personal, social y escolar. La mayoría de los adolescentes no tienen comunicación con su familia, por el contrario, constantemente viven en conflictos, son chavalos y chavalas que

necesitan al menos ser escuchados y comprendidos porque la etapa de la adolescencia y juventud representa un reto difícil y complicado de sobrellevar.

Según los resultados de la investigación, para los adolescentes y jóvenes que tienen baja autoestima y que han tenido pensamientos suicidas, se debe a que se sienten solos porque sus familias están tan enfocadas en otras cosas afectando emocionalmente y en otros casos, físicamente están ausentes en sus vidas, sienten que tienen demasiados problemas a nivel familiar principalmente. Esto incide a que tengan afectaciones también a nivel social y escolar. La mayoría de los adolescentes y jóvenes entrevistados no tienen un buen comportamiento en clases, tienen bajo rendimiento académico, además han perdido el interés por estudiar y asistir a clases porque no se sienten motivados.

La presente investigación precisamente fija su interés en la prevención de baja autoestima y pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes, ya que en esta comunidad de Chiquilistagua es una realidad y las consecuencias que deja en la vida de los chavalos y chavalas es muy significativa porque produce afectaciones en todos los niveles de su vida.

Resultado que se pretende alcanzar a través de la implementación de estrategias preventivas como la ejecución de un plan de intervención que dé respuesta a la presente problemática y que se puedan crear espacios en donde los adolescentes y jóvenes puedan liberar sus emociones, sentimientos y puedan aprender herramientas para el manejo de éstos con el acompañamiento no solo de las profesionales en la salud mental, maestros(as) sino también con apoyo incondicional de su familia, quienes deberán ser los principales interesados en hacer que esta situación disminuya.



## 27. Recomendaciones

Una vez concluida la presente investigación, se considera importante sugerir a las familias, comunidad, escuelas, instituciones como el MINED. Sugerencias que se originaron durante el proceso de la realización del estudio, dichas recomendaciones tienen que ver para la prevención de la autoestima y pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua.

### **A la familia,**

La familia es el principal lugar más importante, desde el cual se puede desarrollar una acción preventiva muy efectiva, ya que es la primera red de relaciones sociales que establecen los adolescentes y jóvenes, a quien se le recomienda lo siguiente.

- ✚ Establecer roles claros y equitativos a cada miembro de la familia, a fin de desarrollar en los hijos e hijas valores de responsabilidad, respeto a las normas y roles,
- ✚ Brindar también confianza que favorezca la buena comunicación de cada miembro de la familia.
- ✚ Aprender a escuchar a los adolescentes y jóvenes ya que ellos están en una etapa de vulnerabilidad.
- ✚ Animarlos o motivarlos para que puedan seguir adelante y miren la vida desde otra perspectiva para evitar baja autoestima y pensamientos negativos.
- ✚ Integrarlos o hacerlos participar en las actividades familiares y recreativas.
- ✚ Buscar ayuda profesional en caso que lo requieran para que haya un acompañamiento profesional junto con la familia y prevenir que los adolescentes y jóvenes se hagan daño así mismo.

### **A la comunidad**

- ✚ Los líderes de la comunidad deben evaluar los factores de riesgo y de protección asociados, con los problemas de la baja autoestima y pensamiento suicida en la comunidad, esto con el fin, de que puedan ejecutar actividades, talleres, ferias, en pro de

la prevención de baja autoestima y pensamientos suicidas, para evitar muertes en la comunidad.

- ✚ Organizarse para crear redes de trabajo en coordinación con instituciones como el MINED, MIFAN, entre otras para que trabajen en la prevención de baja autoestima y pensamiento suicida y que se pueda fortalecer la autoestima y los pensamientos positivos.
- ✚ Sensibilizar a la comunidad de Chiquilistagua para que puedan saber qué hacer ante la detección de personas con baja autoestima o pensamientos suicida, romper mitos y creencias acerca de este comportamiento.

### **Ámbito Escolar**

- ✚ Que se realicen acciones de prevención de la conducta suicida y de baja autoestima en los estudiantes de noveno, décimo, onceavo grado donde se requiera temas que fortalezcan el cuidado, bienestar y protección de la salud física y mental.
- ✚ Que se vea la educación como un derecho dinámico, participativo y democrático en donde el conocimiento se construye de manera colectiva y no responda precisamente a un mercado laboral sino a un plan nacional pensado en el desarrollo humano sostenible de un país y el mejoramiento de las condiciones de vida de los chavalos, chavalas y sus familias.

### **A las instituciones**

- ✚ A las instituciones involucradas en priorizar la educación integral y de calidad para los adolescentes y jóvenes como el MINED creando un ambiente sano, seguro y creativo para los adolescentes y jóvenes en el cual pueda expresarse libremente sobre lo que sienten sin temor a ser rechazados, señalados o sancionados, ya que para que un estudiante pueda rendir en clases necesita como prioridad encontrarse bien física, mental y emocionalmente, o bien, coordinar apoyo con prácticas profesionales con las disciplinas requeridas en todo el país.

- ✚ Gestionar vínculos para que exista colaboración interinstitucional entre los colegios y universidades, de tal manera, que puedan existir procesos de prácticas aplicados con enfoque comunitario con profesionales en Trabajo Social y Psicología para contribuir en las comunidades con diferentes intervenciones psicosociales, para esto es necesario que las autoridades escolares les respalden y se involucren, de tal manera que se elaboren reportes de casos y situaciones que están afectando a la comunidad estudiantil y puedan brindar acompañamiento. También podrían contribuir al fortalecimiento de conocimiento y capacidades con formación en temáticas importantes que contribuya a la atención inmediata de chavalos y chavalas que en algún momento entren en crisis.

## 28. Bibliografía

Asamblea Nacional de la República Nicaragua. (1998), Compendio de Leyes, Convención sobre los Derechos del Niño, Código de la Niñez y La Adolescencia Ley No. 287, Código de Familia Ley 870, Nicaragua, GRAFI PRINT.

Asamblea Nacional de la República Nicaragua. (2014), Compendio de Leyes, Convención sobre los Derechos del Niño, Código de la Niñez y La Adolescencia Ley No. 287, Código de Familia Ley 870, Nicaragua, GRAFI PRINT.

Asamblea Nacional de la República de Nicaragua. (2014), Constitución Política de la República de Managua, Nicaragua, SENICSA.

Área de intervención del Trabajo Social. (1995), Universidad Rafael Landívar, Guatemala, recuperado de:  
[http://recursosbiblio.url.edu.gt/publicjlg/biblio\\_sin\\_paredes/tec\\_univer/intro\\_trabsoc/cap/05.pdf](http://recursosbiblio.url.edu.gt/publicjlg/biblio_sin_paredes/tec_univer/intro_trabsoc/cap/05.pdf)

Aguilar, Y., Valdez, J., González, I., López, A., Rivera., Carrasco, C., & Vidal S. (2015), "Apatía, Desmotivación, Desinterés, Desgano y Falta de Participación en Adolescentes" Mexicanos, México, Enseñanza e Investigación en Psicología, 20 (3), recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/292/29242800010/html/index.html>

Alfaro, A., & Chavarría, G. (2002), "La motivación: Una actividad inicial o un proceso permanente", Costa Rica, Revista pensamiento actual, 3 (4) 34, recuperado de:  
[file:///C:/Users/Isabel/Downloads/8238-Texto%20del%20art%C3%ADculo-11456-1-10-20130313%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Isabel/Downloads/8238-Texto%20del%20art%C3%ADculo-11456-1-10-20130313%20(2).pdf)

Barraza, P. (2003), "El buen trato, visto por los Niños", Chile, recuperado de:  
[https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/2005\\_El%20buentrato%20visto%20por%20los%20Ni%C3%B1os\\_Chile.pdf](https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/2005_El%20buentrato%20visto%20por%20los%20Ni%C3%B1os_Chile.pdf)

Barrera, M. (2012), "Influencia de la Autoestima, el Auto concepto y la Autoimagen Social en las Dimensiones de la Socialización de Estudiantes Universitarios", recuperado de:  
<http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAS4126.pdf>

Barca, A, Almeida, L., Porto, A., Peralbo, M., & Brenlla, J. (2012), "Motivación escolar y rendimiento: impacto de metas académicas, de estrategias de aprendizaje y autoeficacia", España, *anales de psicología*, 28 (3), 848-859, recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/61918873.pdf>

Bernal, C. (2010), "Metodología de la Investigación", Colombia, recuperado de: <file:///C:/Users/Isabel/Downloads/Bernal%20Cap%C3%ADtulo%207.pdf>

Begoña E. (2006), "Resiliencia: Definición, Características y Utilidad del concepto", Universidad de Santiago de Compostela, *Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología*, 11 (3), 125-146, recuperado de: <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/viewFile/4024/3878>

Carrasco, S. (2009). "Metodología de investigación científica: pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación". Lima Perú, P .236., Recuperado de: [www.tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com](http://www.tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com)

Castaño, A. (1998), "Unidad de análisis y estudios criminológicos en conjunto con la División de Secretaria Ejecutiva, Policía Nacional, Suicidio: una salida falsa cuaderno No. 2 Nicaragua", recuperado de: <https://www.policia.gob.ni/cedoc/sector/revistas/Sicidio.pdf>

Chilca A, Manuel L. (2017). "Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios", Lima Perú. *Propósitos y Representaciones*. 5 (1), 71-127. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/83615795.pdf>

Código Penal de la República de Nicaragua, ley 641, & Código Procesal Penal de Nicaragua, ley 406. (2013), BITECSA, Managua, Nicaragua.

Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía (2009), "Temas para la Educación, revista digital para los profesionales en la enseñanza, la importancia del contexto en el proceso de enseñanza-aprendizaje", N (5), 2-5, Recuperado de: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6448.pdf>

Fernández, M. (2015), "El suicidio una perspectiva criminológica", España Madrid. Recuperado de:

<https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/30255/Fernandez%20Domaica%2CMar%C3%ADa.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Federación internacional de Trabajo Social. (2014), "Definición Global del Trabajo Social Aprobada en la Asamblea General de la FITS, En Melbourne", Australia, Recuperado de: <https://www.adasu.org/prod/1/487/Definicion.Global.del.Trabajo.Social..pdf>

Fundación imagen & Autoestima, (2013), "Definición de autoestima", recuperado de: <http://www.f-ima.org/es/factores-de-proteccion-para-la-prevencion/autoestima>

Fuquen, M. (2003), " Los Conflictos y las Formas Alternativas de Resolución", Bogotá Colombia, Tabula Rasa, (1), 265-278, recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/396/39600114.pdf>

Galeano, E., Mairena, G., & Salas, L. (2017), "Principales factores del ámbito escolar que inciden en el cumplimiento de tareas en la asignatura de Química de 10º grado “B” del Instituto Rubén Darío, municipio de San Juan de Limay-Estelí durante el primer corte evaluativo 2016", recuperado de: <https://repositorio.unan.edu.ni/7507/1/18065.pdf>

Gasia, M. (2015), "El compromiso organizacional y su incidencia en el desempeño de los trabajadores del sector alimenticio de la zona industrial de Cagua Cagua– edo. Aragua", Venezuela, recuperado de: <http://riuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/123456789/2042/1/mgasia.pdf>

García, J. (2020), "Drogas Ilícitas", México, recuperado de: <https://www.uv.mx/cendhiu/general/drogas-ilicitas/>

Garduño, R., Gómez, K., & Peña, A. (2011), "Suicidio en Adolescentes y la Tanatología que presentan en México DF", Recuperado de: <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/27%20Suicidio%20en%20adolescentes.pdf>

Giné, N., & Parcerisa, A. (2014), "La Intervención Socioeducativa desde una Mirada Didáctica", Barcelona España, recuperado de: <file:///C:/Users/Isabel/Downloads/Dialnet-LaIntervencionSocioeducativaDesdeUnaMiradaDidactic-5010267.pdf>

Guerri, M. (2021), " ¿Que son las emociones?", recuperado de: <https://www.psicoactiva.com/blog/que-son-las-emociones/>

Guía de Práctica Clínica (2010), "Diagnóstico y Tratamiento de los Trastornos de Ansiedad en los Adultos", México, Secretaria de Salud. Recuperado de: [http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392\\_IMSS\\_10\\_Ansiedad/GR\\_R\\_IMSS\\_392\\_10.pdf](http://www.cenetec.salud.gob.mx/descargas/gpc/CatalogoMaestro/392_IMSS_10_Ansiedad/GR_R_IMSS_392_10.pdf)

Gutiérrez, O., Paulina, N.; Uribe, J., & Isaac. (2015). "Sentido de la interacción social mediada por Facebook en un grupo de adolescentes, estudiantes de bachillerato público de colima", México. Estudio sobre las culturas contemporáneas, 21(42), 9-37. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/316/31642649002.pdf>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2008), "Metodología de la Investigación", cuarta edición, McGraw-Hill. México, D.F.

Hidrobo, Y. (2015), "Riesgo suicida en adolescentes y jóvenes :estado sobre el riesgo suicida en adolescentes y jóvenes latinoamericanos", Bogotá D.C, recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/3805/39632085.pdf;jsessionid=E63C27CEE35FFDC59B02ABCE5324A3A0.jvm1?sequence=1>

Lamas, A. (2015), "Sobre el rendimiento escolar, Propósitos y Representaciones", Lima Perú, 3 (1), 313-386, recuperado de: [file:///C:/Users/Isabel/Downloads/Dialnet-SobreElRendimientoEscolar-5475216%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Isabel/Downloads/Dialnet-SobreElRendimientoEscolar-5475216%20(2).pdf)

Lara, B., González, A., González, M., & Martínez, M. (2014), "Fracaso escolar: Conceptualización y Perspectivas de Estudio", México, recuperado de: [http://smip.udg.mx/sites/default/files/30\\_lara.pdf](http://smip.udg.mx/sites/default/files/30_lara.pdf)

Manzo , M. (2017), "El Vínculo Afectivo del Estudiante Universitario con sus Compañeros como Factor de Permanecía", San Luis Potosí México, recuperado: <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/0098.pdf>

Manzano, A., & Martín, J., "Los estilos educativos en la familia", Centro Universitario de Psicología de la Familia", recuperado de: <https://www.legazpi.eus/files/Etxadi/cas/47.pdf>

Mesén, R., Trabajo Social y Recursos Humanos, en Costa Rica, pág. 3, recuperado de: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/v23n531998/art3.pdf>

Merlo , M. (2018), "Libro electrónico de investigación cualitativa, para los estudiantes de la maestría en actividad física, del instituto de postgrado de la universidad técnica del norte", Ibarra Ecuador, recuperado de: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/8975/2/PG%20717%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Muñoz, C. (2018)," El Tratamiento de las Emociones Negativas a través de la Literatura Infantil: EL Miedo Y La Tristeza", recuperado de: [file:///C:/Users/Isabel/Downloads/TFM\\_2018\\_Mu%C3%B1ozPascual\\_Carmen.pdf](file:///C:/Users/Isabel/Downloads/TFM_2018_Mu%C3%B1ozPascual_Carmen.pdf)

Murillo & Ministerio de la Familia, Adolescencia y Niñez (MIFAN). (2017), "Capacitación de alerta temprana en las consejerías de la comunidad educativa y consejerías familiares", Nicaragua, recuperado de: <https://www.mifamilia.gob.ni/wp-content/uploads/2018/01/CAP-ALERTA-TEMPRAMA.pdf>

Naciones Unidas. (2015), "Objetivos de Desarrollo Sostenible", recuperado de: <http://onu.org.ni/objetivos-de-desarrollo-sostenible-ods/>

Obando, C. (2006), "UNAN-LEÓN. Perfil, psicológico de las personas que cometieron suicidio", León Nicaragua, recuperado de: <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/retrieve/5470>

Organización Panamericana de la Salud Organización Mundial de la Salud, en colaboración con la Asociación Mundial de Sexología (WAS) (2000), "Promoción salud sexual de la Recomendaciones para la acción", antigua Guatemala, Guatemala, recuperado de: [https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/promocion\\_salud\\_sexual.pdf](https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/promocion_salud_sexual.pdf)

Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, (2017), "Día Mundial de la salud", recuperado de: [https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1246:dia-mundial-de-la-salud-2017&Itemid=597](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=article&id=1246:dia-mundial-de-la-salud-2017&Itemid=597)

Organización Mundial de la Salud, (2017), "Depresión", Recuperado de: <https://www.who.int/topics/depression/es/>



Organización Panamericana de la Salud, y Organización Mundial de la Salud, (2019), "Prevención del suicidio". Recuperado de: [www.paho.org/prevencion-suicidio](http://www.paho.org/prevencion-suicidio)

Ortega, A. (2013), "Manifestaciones de la Agresión Verbal entre Adolescentes Escolarizados", Cuenca Ecuador, recuperado de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4536/1/tesis.doc.pdf>

Panesso, K., & Arango, M. (2017), "La Autoestima, Proceso Humano", Medellín Colombia, Psiconex 9 (14), pág., 1 recuperado de: [file:///C:/Users/Massiel/Contacts/Downloads/328507-Texto%20del%20art\\_culo-129909-1-10-20170803.pdf](file:///C:/Users/Massiel/Contacts/Downloads/328507-Texto%20del%20art_culo-129909-1-10-20170803.pdf)

Palacios, Y. (2011), "Manejo de intentos de suicidios en adolescentes atendidos en la unidad de intervención en crisis del hospital docente de atención psicosocial Dr. José Dolores Fletes Valle", Managua-Nicaragua, recuperado de: <https://repositorio.unan.edu.ni/7425/1/t668.pdf>

Pérez, J., & Merino, M, (2010),"Definición de intervención", recuperado de: <https://definicion.de/intervencion>

Pérez, J., & Merino, M. (2010),"Definición de sentimientos", recuperado de:<https://definicion.de/sentimientos>

Pérez, J., & Merino, M. (2015), "Definición de Trabajo Social", recuperado de: <https://definicion.de/trabajo-social>

Pérez, J., & Merino, M. (2015)," Definición Tanatología", recuperado de: <https://definicion.de/tanatonologia>

Poder Legislativo. (2006), Ley General de Educación. Ley No. 582, Managua –Nicaragua.

Puerta G., Augusto. C. (2016), "El acompañamiento educativo como estrategia de cercanía impulsadora del aprendizaje del estudiante, Revista Virtual Universidad Católica del Norte", 49, 1-6, recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1942/194247574001.pdf>

Ramos, C. (2015), "Los paradigmas de la investigación científica", Universidad de las Américas, Ecuador, recuperado de: [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015\\_1/Carlos\\_Ramos.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Carlos_Ramos.pdf)

Ríos, M., & Rubio, L. (2010). "Actitud de estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria del Instituto Jonathan González", Sauce León, recuperado de: <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/handle/123456789/5102>

Rivera, L., Salvany, M., Jódar, I., & Fundación de Ayuda contra la Drogadicción. (2009), "Programa Integral de Desarrollo educativo PIDE", edición FAD. Madrid.

Rodríguez, P. (2020), "Acoso Sexual Callejero: Un Análisis Criminológico y con Perspectiva de Género", Grado de Criminología en la Universidad Autónoma de Barcelona, recuperado de: [https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2020/229050/TFG\\_prodrigueztorrente.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2020/229050/TFG_prodrigueztorrente.pdf)

Rosenberg, B. (2013), "Comunicación no Violenta un lenguaje de Vida", Buenos Aires, recuperado de: <https://c15208330.ssl.cf2.rackcdn.com/uploads/public/3f3a23b05a0dcb7e26f24fb69a9d899b.pdf>

Román, V., & Abud, C. (2017), "Comunicación infancia y adolescencia guía para periodistas", Argentina, recuperado de: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Suicidio.%20Comunicaci%C3%B3n,%20infancia%20y%20adolescencia%20Gu%C3%ADas%20para%20periodistas%20.pdf>

Royo, J., & Fernández, N. (2017), "Depresión y suicidio en la infancia y adolescencia", Navarro España. Recuperado de: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Depresi%C3%B3n%20y%20suicidio%20%20en%20la%20infancia%20y%20adolescencia%20.pdf>

Terroni, N. (2009), "La Comunicación y la Asertividad del Discurso durante las Interacciones Grupales Presenciales y por Computadora", Argentina, Psico - USF, 14 (1), 35-46 recuperado de: <http://www.scielo.br/pdf/pusf/v14n1/a05v14n1.pdf>

Viscarret, J. (2009), "Modelos de intervención en Trabajo Social", recuperado de: <https://juanherrera.files.wordpress.com/2009/09/capitulo-8-modelos-de-intervencion-en-ts.pdf>

Instituto Nacional de Información de Desarrollo, (2005), "Cifras oficiales, censos nacionales", Nicaragua, recuperado de: <https://www.inide.gob.ni/docu/censos2005/CifrasCompleto.pdf>

## 29. Anexos

### Instrumentos aplicados



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

### *Anexo 1. Entrevista 1, dirigida a Adolescentes y Jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua*



*Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas*

*Trabajo Social V año*



Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

**Introducción:** A continuación, se presenta de manera clara y precisa una serie de preguntas sobre autoestima y pensamientos suicidas, la presente entrevista deberá ser respondida por Adolescentes y Jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado. Esta conversación podrá ser anónima si usted así lo desea por motivos de seguridad y de protección a su identidad.

**Objetivo:** Recopilar información sobre los conocimientos y experiencias que poseen los adolescentes y jóvenes de secundaria, cuarto y quinto año en relación a los temas de autoestima y pensamientos suicidas.

**Entrevista dirigida a:** Adolescentes y Jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del colegio Público Chiquilistagua.

**Nombre del/la alumno/a:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Nombre de la entrevistadora:** \_\_\_\_\_

1. ¿Cómo te sientes ahora mismo?
2. ¿Qué entiendes por auto estima?
3. ¿Qué entiendes por pensamientos suicidas?
4. ¿Actualmente como es la relación con tu familia?
5. ¿Qué tipo de actividades realizas con tu familia?
6. ¿Dentro de tu familia te sientes seguro (a), si/no? Explique
7. ¿El ambiente familiar, social y escolar en el que te relacionas te genera tristeza, ansiedad, depresión, confianza, seguridad, desesperanza, pensamientos negativos, conducta negativa, baja autoestima o autoestima positiva?, menciona cuales y explica el porqué.
8. ¿Consideras importante y pertinente que en el colegio se implemente un plan de acción que contribuya al fortalecimiento de la autoestima positiva y la prevención de pensamientos suicidas, si/no, explique?
9. ¿Qué es presión social?
10. ¿Consideras que la presión social te lleva a tomar malas decisiones, si/no, por qué?
11. ¿Qué es una adicción?
12. ¿Qué situaciones lleva a adolescentes y jóvenes a involucrarse en adicciones?
13. ¿Actualmente, como es la relación con tus compañeros(as) de clases, maestros(as)?
14. ¿Cómo es tu comportamiento en clases?
15. Te consideras una persona con autoestima positiva, si/no, por qué?
16. ¿Alguna vez has tenido pensamientos suicidas, si/no, en qué momento?
17. ¿Cómo te sentiste durante la entrevista?
18. ¿Te gustaría agregar algo más?

***¡Tú aportación es muy valiosa e importante para el proceso de investigación, agradecemos tu colaboración!***

**Firma:**

***Fuente: Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran***

## Anexo 2. Entrevista 2, dirigida a maestros de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

*Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas*



*Trabajo Social V año*



Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

**Introducción:** La presente entrevista está dirigida a maestras del colegio público Chiquilistagua con el fin de conocer sus opiniones acerca de los temas de baja autoestima y pensamientos suicidas, y profundizar en conocimientos desde la perspectiva profesional de los maestros, ya que son quienes están en constante interacción y relación con los adolescentes y jóvenes en el ámbito escolar.

**Objetivo:** Conocer la opinión y conocimientos sobre el tema de baja autoestima y pensamientos suicidas, de los docentes de educación secundaria del colegio público Chiquilistagua.

**Entrevista dirigida a:** Maestros de secundaria del colegio Público Chiquilistagua.

**Nombre del/la maestro/a:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Nombre de la entrevistadora:** \_\_\_\_\_

1. ¿Qué es pensamiento suicida?
2. ¿Cuáles son los factores de riesgo que instan al desarrollo de pensamientos suicidas?
3. ¿Qué es baja autoestima y autoestima positiva?
4. ¿Qué acciones contribuyen al fortalecimiento de la autoestima positiva?
5. ¿El contexto o espacio en el que desenvuelven los adolescentes y jóvenes influye en su comportamiento y estado de ánimo?, Explique
6. ¿Qué medidas pondría en práctica para prevenir la baja autoestima y pensamientos suicidas en sus alumnos(as)?
7. ¿Cree que, si el colegio implementa técnicas socioeducativas para la prevención de baja autoestima y pensamientos suicidas, estas tendrían eficacia y así los adolescentes y jóvenes optarían por participar y considerar un cambio de actitud?
8. ¿Considera que las medidas o técnicas implementadas serían llevadas a la práctica dentro y fuera del centro educativo por los adolescentes y jóvenes? Explique
9. ¿Actualmente, ha logrado identificar señales de baja autoestima o pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes en las aulas de clases?
10. ¿Si llegara a detectar un caso o varios, qué medidas o decisiones implementaría?
11. ¿Cómo docente, de qué manera contribuiría a la prevención de baja autoestima y pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes del colegio?
12. ¿Considera importante la presencia de una o un profesional de la salud mental en el colegio para que atienda a los adolescentes y jóvenes que presenten este tipo de problemáticas?
13. ¿Actualmente, el colegio cuenta con consejería escolar?
14. ¿Cómo se sintió durante la entrevista?
15. ¿Le gustaría agregar algo más?

*¡Tú aportación es muy valiosa e importante para el proceso de investigación, agradecemos tu colaboración!*

**Firma:**

*Fuente: Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

### Anexo 3. Entrevista 3, dirigida a Lic. Trabajo Social



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

*Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas*

*Trabajo Social V año*



Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

**Introducción:** La presente entrevista está dirigida a Lic. Trabajo Social que haya desarrollado su trabajo profesional en el ámbito educativo con intervención en diferentes grupos etarios.

**Objetivo:** Conocer la opinión profesional de la Trabajadora Social desde su experiencia acerca de estrategias de intervención para abordar temas relacionados a baja autoestima y pensamientos suicidas con adolescentes y jóvenes.

**Entrevista dirigida a:** Lic. Trabajo Social con intervención en el ámbito educativo.

**Nombre del/la maestro/a:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Nombre de la entrevistadora:** \_\_\_\_\_

1. ¿De qué manera interviene ante situaciones de baja autoestima y pensamientos suicida en adolescentes y jóvenes?
2. ¿Considera que es relevante elaborar e implementar un plan de acción con enfoque socioeducativo que contribuya al fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes y jóvenes?
3. ¿Considera usted que en los planes curriculares de clases de los maestros/as debería inducir temas relacionados al fortalecer la autoestima en los adolescentes y jóvenes?
4. ¿Cree usted que es importante contratar a una Trabajadora Social en los centros educativos? Si/no, porque
5. ¿Qué estrategias o metodologías implementa en sus intervenciones para brindar una mejor atención y servicio a los adolescentes y jóvenes?
6. ¿A través de la implementación de talleres, charlas o grupos focales se lograría motivar y fortalecer la autoestima en los adolescentes y jóvenes?
7. ¿Considera importante prestar atención a temas relacionados con baja autoestima y pensamientos suicidas? Si/no porque
8. ¿Considera que es importante e indispensable que los maestros/as manejen técnicas y estrategias de intervención en crisis?
9. ¿De qué manera contribuiría un Trabajador/a Social en un centro educativo?
10. ¿Qué recomendaría al MINED para que en los centros educativos se implementen acciones que contribuyan al fortalecimiento de la autoestima y la prevención de pensamiento suicidas?
11. ¿Qué es lo más gratificante para usted de las intervenciones que realiza con adolescentes y jóvenes?
12. Usted brinda un informe escrito, ¿si es así a quiénes?
13. ¿Cuánto tiempo después de la atención le comunica los resultados a los padres y madres de familia?
14. ¿En la consulta o en el informe escrito usted ofrece sugerencia específica sobre la forma de resolver o disminuir la intensidad del problema?
15. ¿Cuáles son los problemas más frecuentes que usted ha encontrado en los adolescentes y jóvenes?



16. ¿Qué papel cree usted que juegan los padres en este proceso de atención a los adolescentes y jóvenes de principio a fin?
17. ¿Qué aspectos de su experiencia profesional le han preparado para su intervención con adolescentes y jóvenes en el ámbito educativo?
18. ¿Cómo psicóloga que servicio ha ofrecido en el ámbito educativo?
19. ¿Cómo se sintió durante la entrevista?
20. ¿Le gustaría agregar algo más?

***¡Tú aportación es muy valiosa e importante para el proceso de investigación, agradecemos tu colaboración!***

**Firma:**

***Fuente:*** Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran

## Anexo 4. Entrevista 4, dirigida a Lic. Psicología



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

*Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas*

*Trabajo Social V año*



Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

**Introducción:** La presente entrevista está dirigida a Lic. Psicóloga que haya desarrollado su trabajo profesional en el ámbito educativo con intervención en diferentes grupos etarios.

**Objetivo:** Conocer la opinión profesional de Lic. Psicóloga desde su experiencia acerca de estrategias de intervención para abordar temas relacionados a baja autoestima y pensamientos suicidas con adolescentes y jóvenes.

**Entrevista dirigida a:** Lic. Psicólogo

**Nombre del/la maestro/a:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Nombre de la entrevistadora:** \_\_\_\_\_

1. ¿De qué manera interviene ante situaciones de baja autoestima y pensamientos suicidas en los adolescentes y jóvenes?
2. ¿Cómo evaluaría a un adolescente o joven para determinar si él o ella tiene problema de baja autoestima y pensamientos suicidas?
3. ¿Qué estrategia utiliza para contención de emociones y atención en crisis?
4. ¿Usted brinda un informe escrito, si es así a quienes?
5. ¿Cuánto tiempo después de la atención le comunica los resultados a los padres y madres de familia?
6. ¿En la consulta o en el informe escrito usted ofrece sugerencia específica sobre la forma de resolver o disminuir la intensidad del problema?
7. ¿Cuáles son los problemas más frecuentes que usted ha encontrado en los adolescentes y jóvenes?
8. ¿Qué papel cree usted que juegan los padres en este proceso de atención a los adolescentes y jóvenes de principio a fin?
9. ¿Qué aspectos de su experiencia profesional le han preparado para su intervención con adolescentes y jóvenes en el ámbito educativo?
10. ¿Cómo psicóloga que servicio ha ofrecido en el ámbito educativo?
11. ¿Qué es lo más gratificante para usted de las intervenciones que realiza con adolescentes y jóvenes?
12. ¿Considera que es relevante elaborar e implementar un plan de acción con enfoque socioeducativo que contribuya al fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes y jóvenes?
13. ¿Considera usted que en los planes curriculares de clases de los maestros/as debería inducir temas relacionados al fortalecer la autoestima en los adolescentes y jóvenes?
14. ¿Cree usted que es importante contratar a una Psicóloga en los centros educativos? Si/no, porque
15. ¿Considera importante prestar atención a temas relacionados con baja autoestima y pensamientos suicidas? Si/no porque

16. ¿Considera que es importante e indispensable que los maestros/as manejen técnicas y estrategias de intervención en crisis?
17. ¿Cómo se sintió durante la entrevista?
18. ¿Le gustaría agregar algo más?

***¡Tú aportación es muy valiosa e importante para el proceso de investigación, agradecemos tu colaboración!***

**Firma:**

***Fuente:*** Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran

## Anexo 5. Entrevista 5, dirigida a Madre de familia

### Entrevista 5, dirigida a Padres y Madres de Familia



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

*Facultad de Humanidades y Ciencias Jurídicas*

*Coordinación Trabajo Social*



Trabajo social en el ámbito escolar, fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del colegio público Chiquilistagua, en el periodo comprendido del II semestre del 2019 al II semestre del 2020.

**Introducción:** La presente entrevista está dirigida a Padres y madres de familia con el fin de conocer sus opiniones acerca del tema de fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes, ya que son quienes están en constante interacción y relación con ellos.

**Objetivo:** Conocer la opinión de los padres y madres de familia sobre el tema de fortalecimiento de la autoestima para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes.

**Entrevista dirigida a:** Padres y Madres de Familia.

**Nombre las/los padres de familia:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Nombre de la entrevistadora:** \_\_\_\_\_

1. ¿Con su familia mantiene una comunicación clara, coherente y afectiva?
2. ¿Cree que es necesario que las reglas y roles establecidos en la familia sean flexibles?
3. ¿Qué acciones pone en práctica para solucionar los conflictos familiares? ´
4. ¿cree que es importante establecer jerarquía, roles, y límites claros en la familia?
5. ¿Para usted que significa darle buen trato a sus hijos e hijas?
6. ¿En su familia abordan todo tipo de tema sin ningún problema?
7. ¿Por qué cree que los adolescentes y jóvenes dejan de sentir entusiasmo y de tener pensamientos positivos?
8. ¿Cómo fundamentaría en su familia relaciones fuertes y sanas?
9. ¿Cómo está estructurada su familia?
10. ¿Cómo fomenta usted en su familia la autoestima positiva?
11. ¿Conoce algunos factores de riesgos que conlleven a la baja autoestima y a los pensamientos suicidas?
12. ¿Conoce usted algunas actividades que funcionen para canalizar las emociones para prevenir pensamientos suicidas?
13. En su familia ¿quién establece roles, normas, deberes y obligaciones?
14. ¿Suele expresar sus emociones a su familia o prefiere ocultarlas?
15. ¿Les ha brindado a sus hijos/as información sobre sexualidad?
16. ¿Les ha enseñado a sus hijos/as factores protectores y riesgos ante el abuso sexual?
17. En su interacción familiar ¿pone en práctica la comunicación no violenta?
18. ¿Cómo se ha sentido durante la entrevista?
19. ¿le gustaría agregar algo más sobre este tema?

***¡Su aporte es muy valioso e importante para el proceso de investigación, agradecemos su colaboración!***

**Firma:**

***Fuente:*** Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran

## Consentimientos informados

### Anexo 6. Consentimiento informado 1



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA



UNAN-MANAGUA

### Consentimiento Informado



Yo, \_\_\_\_\_, con número de cédula \_\_\_\_\_ acepto participar voluntariamente en la investigación titulada: fortalecimiento de la autoestima positiva para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua siendo su principal objetivo: Analizar principales situaciones contextuales que inciden en que los adolescentes y jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua tengan baja autoestima y los inste al desenvolvimiento de pensamientos suicidas, en el II semestre del 2019 al II semestre del 2020. Cuyas autoras son las Bres: Katherine Ivonne Espinoza Selva y Gabriela Yissell Zamoran González.

Declaro que he comprendido las condiciones de mi participación en este estudio, de acuerdo con la explicación de las investigadoras, he tenido la oportunidad de hacer preguntas y han sido respondidas, por lo que autorizo que mi información sea utilizada para fines académico-científicos, con la salvedad de cuidar la protección de mi identidad, sustituyendo mi nombre por seudónimo o código asignado por las investigadoras.

\_\_\_\_\_  
Firma Participante

\_\_\_\_\_  
Firma Investigador

### Lugar y fecha:

*Fuente: Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

## Anexo 7. Consentimiento informado 2



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA



### Consentimiento Informado

Yo, \_\_\_\_\_, con número de cédula \_\_\_\_\_ acepto participar voluntariamente en la investigación titulada: fortalecimiento de la autoestima positiva para la prevención de pensamientos suicidas en adolescentes y jóvenes del Colegio Público Chiquilistagua siendo su principal objetivo: Analizar las principales situaciones contextuales que inciden en que los adolescentes y jóvenes de noveno, decimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua tengan baja autoestima y los inste al desenvolvimiento de pensamientos suicidas, en el II semestre del 2019 al II semestre del 2020. Cuyas autoras son las Bres: Katherine Ivonne Espinoza Selva y Gabriela Yissell Zamoran González.

Declaro que he comprendido las condiciones de mi participación en este estudio, de acuerdo con la explicación de las investigadoras, he tenido la oportunidad de hacer preguntas y han sido respondidas, por lo que autorizo que mi información e identidad sea utilizada para fines académico-científicos en la presente investigación.

\_\_\_\_\_  
Firma Participante

\_\_\_\_\_  
Firma Investigador

**Lugar y fecha:**

*Fuente: Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*



## Matriz de Procesamiento y Análisis de Entrevistas

**Anexo 8.** Matriz 1 de Procesamiento y Análisis de Entrevistas dirigidos a estudiantes de noveno grado de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua

Numero de entrevistas	Números de preguntas																		Observación o Análisis	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
1																				
2																				
3																				
4																				

**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamora*

**Anexo 9.** Matriz 2 de Procesamiento y Análisis de Entrevistas dirigidos a estudiantes de décimo grado de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua

Numero de entrevistas	Números de preguntas																Observación o Análisis	
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		

**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

**Anexo 10.** Matriz 3 de Procesamiento y Análisis de Entrevistas dirigidos a estudiantes de onceavo grado de secundaria del Colegio público de chiquilistagua

Números de preguntas

Numero de entrevistas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Observación o Análisis
1																			
2																			
3																			

**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

**Anexo 11.** Matriz 4 de Procesamiento y Análisis de Entrevistas dirigidos a maestras guías de tercero, cuarto y quinto año de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua

Numero de entrevistas	Números de preguntas															Observación o Análisis	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1																	
2																	
3																	

**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

**Anexo 12.** Matriz 5 de Procesamiento y Análisis de Entrevistas dirigidos a Profesionales en Psicología y Trabajo Social

Numero de entrevistas	Números de preguntas																				Observación o Análisis	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
1																						
2																						
3																						

**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

**Anexo 13.** Matriz 6 de Procesamiento y Análisis de Entrevistas dirigidos a madres de adolescentes y jóvenes estudiantes del Colegio Público Chiquilistagua

Numero de entrevistas	Números de preguntas																		Observación o Análisis		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		19	
1																					
2																					
3																					

**Fuente:** *Elaboración propia del equipo investigador Katherine Espinoza y Gabriela Zamoran*

#### Anexo 14. Matriz de variables y/o descriptores cualitativos

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
Explicar el contexto familiar, social y escolar en el que se desarrollan los adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, en el periodo comprendido II semestre del 2019 al II semestre del 2020.	Contexto familiar	Tipo de relación de los adolescentes y jóvenes con su familia: Sana, conflictiva, débil, violenta, comunicación ausente, sobreprotectora, con libertinaje.	-Comunicación clara, coherente y afectiva  -Flexibilidad de las reglas y roles para la solución de conflictos en el sistema familiar	¿De qué manera se podría establecer una comunicación clara, coherente y afectiva dentro de la familia?  ¿Por qué es necesario que exista flexibilidad en las reglas y roles establecidas en la familia? ¿Qué acciones se podrían poner en práctica como estrategias para la solución de conflictos familiares?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas y fotos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Modelos de crianza tradicionales	-Autoritario -Permisivo o sobreprotector -Democrático -Indiferente	¿Qué modelo de crianza es el más utilizado por las familias nicaragüenses? ¿Qué modelo de	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
		-Violencia intrafamiliar	-Buen trato	<p>crianza es el más adecuado para educar a los hijos e hijas?</p> <p>¿Qué es el buen trato?</p> <p>¿Cómo identifica que estas recibiendo un buen trato?</p> <p>¿Cómo identificas si en una familia existe o no comunicación asertiva?</p> <p>¿En tu familia ponen en práctica la comunicación asertiva?</p> <p>¿Crees que en tu familia puedes abordar todo tipo de tema sin ningún</p>	videos	Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
			-Comunicación asertiva			





Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
			-Que el sistema familiar sea capaz de adaptarse a los cambios y condiciones.	biológico o cultural espiritual?  ¿Qué aspectos se deberían fortalecer en la familia para que se les facilite a todos los integrantes adaptarse a cambios y nuevas condiciones?		
		-Relaciones de poder entre padres, madres, hermanos, hermanas y otros familiares.	-Relaciones fuertes y sanas  -Modo de interacciones de los integrantes de la familia  -Vínculos estables	¿Qué acciones fomentaría relaciones fuertes y sanas dentro de la familia?  ¿De qué manera interactúas con tu familia?  ¿Con qué miembros de la familia has logrado establecer vínculos	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
				estables?		
		-Baja autoestima y auto concepto negativo en los adolescentes y jóvenes.	-Entusiasmo y pensamientos positivos	¿Por qué los adolescentes y jóvenes dejan de sentir entusiasmo y de tener pensamientos positivos?		
			-Auto concepto positivo y Autoestima positiva	¿Cómo crees que se fomenta en los adolescentes y jóvenes auto concepto y autoestima positiva?		
			-Reforzamiento de cualidades, habilidades y aspectos positivos entre los integrantes de la familia.	¿Quiénes son los responsables en la familia de fomentar y reforzar las cualidades, habilidades sociales y aspectos positivos en los adolescentes y jóvenes?		

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
		-Depresión, ansiedad, llanto inexplicable repentino y constante, aislamiento, poco involucramiento en actividades familiares como cumpleaños u otras celebraciones.	-Inteligencia emocional desarrollada.	¿Qué es inteligencia emocional? ¿Te consideras una persona con inteligencia emocional desarrollada?, si, no, Por qué. ¿Qué acciones promueven el desarrollo de la inteligencia emocional?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Cambio de humor repentino	-Canalización de emociones	¿Qué es canalización de emociones? ¿Conoces algunas actividades que funcionen para canalizar las emociones? ¿Enumera las emociones que	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
			<p>-Expresión de emociones con responsabilidad</p> <p>-Práctica de actividades para trabajar las emociones</p>	<p>experimentas con más frecuencia?</p> <p>¿Qué acciones realizas para controlar tus emociones?</p> <p>¿Eres de las personas que expresa sus emociones o de las que prefieren ocultarlas?</p> <p>¿Qué actividades realizas cuando te sientes enojado(a), triste, alegre, con miedo o en calma?</p>		libros
		-Comunicación violenta, no violenta o asertiva.	-Escucha activa	<p>¿Qué es escucha activa?</p> <p>¿En tus interacciones con tu familia, amigos(as) y compañeros (as) de clases pones en práctica la escucha activa?</p> <p>¿Dentro de tu</p>	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
			<p>-Existencia de vínculos afectivos</p> <p>-Comunicación no violenta</p> <p>-Comunicación basada en el respeto y flexibilidad en la modificación de alguno roles y normas establecidas dentro de la familia</p>	<p>familia con quienes has establecido vínculos afectivos?</p> <p>¿Qué son vínculos afectivos?</p> <p>¿Qué es comunicación no violenta?</p> <p>¿En tus diferentes interacciones pones en práctica la comunicación no violenta?</p> <p>¿Dentro de tu familia se promueve la comunicación no violenta?</p> <p>¿En tu familia son flexibles en cuanto a la modificación de algunos roles y normas establecidas?</p>		
	Contexto Social	-Presión social por parte de amigos, vecinos, familiares, compañeros o	-Toma de decisiones personales	¿Qué significa para ti tomar decisiones	Método cualitativo, técnicas de	Directora, maestros y alumnos de

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
		compañeras de clases.		personales? ¿Qué retos implica tomar decisiones personales?	observación, entrevistas, fotos y videos	secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Adicciones: drogas legales e ilegales, internet, pornografía, videos juego.	-Responsabilidad ante el consumo de algún tipo de drogas.	¿Actualmente consumes algún tipo de drogas? ¿Qué tan seguido y en compañía de quién la consumes? ¿Crees que tienes control y dominio para no excederte en el consumo de estas drogas? ¿Cuándo una persona se vuelve adicta a algún tipo de drogas? ¿Cómo identificas que una persona tiene algún tipo de adicción?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Identidad sexual	-Autoconfianza	¿Eres una persona que tiene auto confianza?	Método cualitativo, técnicas de	Directora, maestros y alumnos de

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
			-Auto aceptación de la identidad sexual	¿Por quién debemos ser aceptados con nuestras cualidades y defectos, por las demás personas o por nosotros mismos? ¿Por qué es importante tener una identidad sexual clara y definida?	observación, entrevistas, fotos y videos	secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Acoso sexual callejero	-Identificación de factores de riesgo y protectores para prevención del acoso sexual callejero  -Identificación de personas referentes y lugares de	¿Qué factores protectores y de riesgo y protección conoces para prevenir el acoso sexual callejero? ¿Qué acciones se puede realizar para prevenir el acoso sexual callejero?  ¿En tu comunidad has logrado identificar a personas referentes	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	



Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
			referencia que sirvan de apoyo en situaciones de emergencia.	a las que se puede acudir en caso de alguna emergencia?		
	Contexto escolar	-Poca o nula integración en los grupos de clases.	-Participación escolar  -Integración grupal	¿Qué es para ti participación escolar?  ¿Usualmente te integras en los diferentes grupos escolares?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Desinterés en establecer vínculos afectivos con compañeros, compañeras, amigos o amigas.	-Intereses en común	¿En el colegio has encontrado grupos de compañeros que tengan los mismos intereses que tú?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Incumplimiento constante de las asignaciones escolares, trabajos y tareas.	Responsabilidad en el cumplimiento de las tareas y trabajos	¿Cumples con responsabilidad con tus tareas y trabajos escolares?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas,	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
					fotos y videos	Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Rendimiento escolar: bajo, medio y alto.  -Interés o desinterés en las clases y en el rendimiento académico.	-Rendimiento escolar alto y satisfactorio  -Preocupación y dedicación en las clases  -Calificaciones altas	¿Consideras que tu rendimiento escolar es alto y satisfactorio para ti?, si, no, por qué  ¿Normalmente sueles darles mucha importancia a tus clases o no?  ¿Es importante para ti obtener calificaciones altas?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Violencia escolar (Bullying)	-Relaciones e interacciones sanas y positivas  -Compañerismo	¿Cómo alumno(a) qué acciones realizas para establecer interacciones sanas y positivas?  ¿Cuál es la importancia del compañerismo?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
			-Promoción de valores claves que prevengan el Bull ying escolar.	<p>¿Cuáles son los beneficios del compañerismo?</p> <p>¿En el colegio usualmente, quienes promueven valores claves que prevengan el Bull ying escolar?</p>		libros

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
Identificar las principales motivaciones personales que generan baja autoestima y pensamiento suicida, así como las afectaciones en las relaciones familiares, sociales y escolares de los adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua, en el periodo comprendido II semestre del 2019 al II semestre del 2020.	Motivaciones personales	-Depresión o aflicción constante	-Estado de ánimo positivo	¿Cómo es tu estado de ánimo normalmente positivo o negativo?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
			-Autoestima positiva	¿Te consideras una persona con autoestima positiva?		
			-Plan de vida basado en metas positivas y reales	¿Alguna vez te has tomado el tiempo para elaborar un plan de vida con metas positivas y reales? ¿Qué beneficios consideras que obtienes al elaborar un plan de vida?		
		-Baja autoestima	-Seguridad	¿Te consideras una	Método	Directora,

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
		-Inseguridades	personal  -Auto confianza desarrollada -Reforzamiento de la seguridad a nivel personal  -Reforzamiento del auto concepto positivo	persona segura de ti misma?  ¿Qué acciones realizas para reforzar tu auto concepto positivo?  ¿Por qué crees que es importante sentirse seguros a nivel personal?	cuantitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Inconformidad con la apariencia física	-Auto aceptación y auto confianza del aspecto físico	¿Te sientes conforme con tu aspecto físico?, si no, por qué ¿Si se te presentara la oportunidad de cambiar o transformar una parte de tu físico, qué parte te cambiarías?, por qué		

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
		-Nulo sentido de la vida	-Inteligencia emocional desarrollada	¿Cuál crees que es la importancia de ser emocionalmente inteligentes?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Expectativas positivas de la vida		¿Tienes expectativas positivas o negativas de la vida? ¿Cuáles son esas expectativas de la vida?		
		-Ausencia de metas y proyecto plan de vida.	Establecimiento de metas y proyecto de vida personal	¿Acostumbras a fijarte metas a corto, mediano o largo plazo?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Abandono físico y emocional de los padres y madres	-Paternidad y maternidad responsable	¿Actualmente vives con tu mamá y papá? ¿Consideras que	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas,	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
				tus padres han asumido su rol con responsabilidad?	fotos y videos	Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Ausencia de comunicación asertiva	-Presencia de comunicación asertiva en las diferentes relaciones e interacciones	¿En tus diferentes interacciones sociales pones en prácticas la comunicación asertiva?  ¿En qué te beneficia comunicarte asertivamente?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		Dificultad para afrontar las tensiones de la vida	-Resiliencia ante las adversidades	¿Tienes conocimientos de resiliencia?  ¿Te consideras una persona resilientes?  ¿Para qué etapa de tu vida consideras que es importante y necesario desarrollar la resiliencia?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
	Motivaciones familiares	-Vínculos afectivos rotos o no establecidos	-Vínculos afectivos establecidos	¿Dentro de tu familia con quienes has establecidos vínculos afectivos?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Cuestionamiento negativo constante	-Críticas constructivas constantes	¿Sueles recibir crítica constructiva constante mente?  ¿Sientes que obtienes algún beneficio de las críticas constructivas?  ¿Las críticas constructivas con importante para tu vida?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Aislamiento y alejamiento de los integrantes de la familia	-Apoyo familiar mutuo	¿De qué miembros de la familia recibes apoyo constantemente?  ¿A que miembros	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público



Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
				de la familia le brindas constantemente tu apoyo?	videos	Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
		-Desinterés u olvido de fechas importantes como cumpleaños o logros de alguno de los integrantes de la familia.	-Elogios y estímulos por logros o fechas importantes	¿Recibes regalos o detalles por parte de tu familia cuando cumples una meta o alcanzas un logro?  ¿Recibes elogios constantemente de tu familia?  ¿En tu cumpleaños te organizan alguna fiesta o convivio con tus amigos (as)?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
	Motivaciones sociales	-Inclinación a ciertos grupos que no tienen un sentido claro o positivo de la vida.	-Selección responsable de amistades y grupos sociales	¿Qué aspectos tomas en cuenta para seleccionar tus amistades o grupos sociales?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en

Objetivos	Variables	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
						libros
	Motivaciones escolares	-Desinterés en establecer interacciones interpersonales con compañeros, compañeras, maestros o maestras	Establecimiento de interacciones constantes con el medio escolar	¿Mantienes interacciones constantes con el medio escolar?  ¿Actualmente te mantienes en grupos sociales variados o prefieres estar solo (a) o en un solo grupo?	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros
Establecer un plan de Intervención que contribuya al fortalecimiento de la autoestima en adolescentes y jóvenes de noveno, décimo y onceavo grado del Colegio Público Chiquilistagua en el periodo comprendido	Charlas	Motivación	-Estímulos constantes	¿Normalmente los alumnos reciben algún tipo de estímulos de sus compañeros (as) o maestros (as)?  ¿Considera que es importante estimular y motivar a los alumnos? Si /no, porque	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
II semestre del 2019 al II semestre del 2020.						
	-Atención individual o personalizada	Escucha activa por maestros hacia los alumnos y alumnas	-Atención a las demandas de los estudiantes	¿Considera que en el colegio toman en cuenta las sugerencias u opiniones de los estudiantes?		
	-Talleres	Capacitación del personal no especializado con técnicas y métodos de gestión de conducta suicida, ansiedad y otros estados de crisis.	-Manejo de técnicas y herramientas para contención de emociones y atención en crisis.	¿En algún momento han recibido capacitaciones en temas relacionado con las emociones y atención en crisis?  ¿En caso de no haber recibido	Método cualitativo, técnicas de observación, entrevistas, fotos y videos	Directora, maestros y alumnos de secundaria del Colegio Público Chiquilistagua, Revisión documental en la web y en libros

Objetivos	VARIABLES	Sub variables	Indicadores	Preguntas	Métodos y técnicas	Fuentes de información
				ningún tipo de capacitación relacionado a las emociones cree que es importante retomar y capacitarse en este tipo de tema? Si/ no, porque		

*Fuente:* Elaboradas por el equipo investigador Katherine Ivonne Espinoza Selva y Gabriela Yissell Zamoran González, (2020).

**Anexo 15. Galería de fotos**



*Visita al Colegio Público Chiquilistagua*

*Dirigiéndose hacia las aulas de clases de los adolescentes jóvenes con la subdirectora*



*Negociación con las maestras guías de los adolescentes y jóvenes para establecer los días de aplicación de entrevistas*



*Aula asignada para la aplicación de las entrevistas a los adolescentes y jóvenes*



*Jornada de aplicación de entrevistas a los adolescentes y jóvenes*