

CONSEJERÍA DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL



PROPUESTAS
PARA LA PROMOCIÓN DEL
DESARROLLO POSITIVO
ADOLESCENTE

PROPUESTAS para la promoción del desarrollo
positivo adolescente [Recurso electrónico] / autoría,
Alfredo Oliva ... [et al.]. -- [Sevilla] : Consejería
de Salud y Bienestar Social, 2012

Texto electrónico (pdf), 95 p.

1. Desarrollo del adolescente 2. Promoción de la
salud 3. Relaciones familiares 4. Relaciones
interpersonales 5. Psicología del adolescente I. Oliva
Delgado, Alfredo II. Andalucía. Consejería de Salud y
Bienestar Social

WS 462

AUTORÍA:

Alfredo Oliva Delgado

Miguel Ángel Pertegal Vega

Lucía Antolín Suárez

M^a Carmen Reina Flores

Águeda Parra Jiménez

Ángel Hernando Gómez

Diana Pascual García

Rosa Estévez Campos

Moisés Ríos Bermúdez



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons

[Reconocimiento-NoComercial-Sin obras derivadas 3.0 España](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/)

Edita: Junta de Andalucía. Consejería de Salud y Bienestar Social. 2012

Diseño y maquetación: OBEMEDIA/ Paco Oca

PROPUESTAS PARA
LA PROMOCIÓN DEL
DESARROLLO POSITIVO
ADOLESCENTE

ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN	7
2. PROPUESTAS PARA LA PROMOCIÓN DE LOS ACTIVOS FAMILIARES	11
2.1. LA IMPORTANCIA DE LA FAMILIA PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE	11
2.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN	13
LÍNEA 1: EVALUACIÓN DE LOS ACTIVOS FAMILIARES	13
LÍNEA 2: EL TRABAJO CON GRUPOS DE MADRES Y PADRES	14
LÍNEA 3: OTRAS ESTRATEGIAS FORMATIVAS	15
2.3. REFERENCIAS	17
3. PROPUESTAS PARA LA PROMOCIÓN DE LOS ACTIVOS ESCOLARES	21
3.1. LA IMPORTANCIA DE LA ESCUELA PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE	21
3.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN	23
LÍNEA 4: LA EVALUACIÓN DE LAS FORTALEZAS Y DEBILIDADES DE CADA CENTRO EDUCATIVO	23
LÍNEA 5: LA VINCULACIÓN CON EL CENTRO ESCOLAR	24
LÍNEA 6: FOMENTO DE UN CLIMA SOCIAL CÁLIDO Y SEGURO ENTRE IGUALES	30
LÍNEA 7: EL ESTABLECIMIENTO DE UN ENTORNO BIEN ESTRUCTURADO Y REGULADO Y EL FOMENTO DE LA CLARIDAD DE NORMAS Y VALORES	34
LÍNEA 8: EMPODERAMIENTO Y VISIÓN POSITIVA DE LA ADOLESCENCIA	37
3.3. REFERENCIAS	42
4. PROPUESTAS PARA LA PROMOCIÓN DE LOS ACTIVOS COMUNITARIOS	45
4.1. LA IMPORTANCIA DE LA COMUNIDAD PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE	45
4.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN	47
LÍNEA 9: EVALUACIÓN DE LOS ACTIVOS COMUNITARIOS	48
LÍNEA 10: REALIZACIÓN DE CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA COMUNIDAD PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE	50
LÍNEA 11: OFERTA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES PROMOTORAS DEL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE	52
LÍNEA 12: FORMACIÓN EN HABILIDADES Y ESTRATEGIAS DE FOMENTO DEL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE PARA MONITORES DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DE LA COMUNIDAD	67
LÍNEA 13: DESARROLLO DE RECURSOS FORMALES DE APOYO	68
LÍNEA 14: CONSTITUCIÓN DE UN GRUPO DE TRABAJO INTERINSTITUCIONAL	69
4.3. PUESTA EN MARCHA DE LAS LÍNEAS DE INTERVENCIÓN PLANTEADAS	71
4.4. REFERENCIAS	73
5. PROPUESTAS PARA LA PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS EMOCIONALES Y DEPRESIVOS EN CHICAS ADOLESCENTES	77
5.1. LOS TRASTORNOS EMOCIONALES DURANTE LA ADOLESCENCIA.	77
5.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN	79
LÍNEA 15: FOMENTO DE LA COMPRESIÓN DE LAS EMOCIONES Y LA REGULACIÓN DE LOS ESTADOS DE ÁNIMO	79
LÍNEA 16: EL FOMENTO DE LA AUTOESTIMA Y LA SATISFACCIÓN VITAL	82
LÍNEA 17: LA PROMOCIÓN DE TÉCNICAS DE CONTROL ALTERNATIVAS AL CONTROL PSICOLÓGICO POR PARTE DE MADRES Y PADRES	85
LÍNEA 18: EL FOMENTO DEL VÍNCULO CON LOS IGUALES	89
5.3. REFERENCIAS	92

I. PRESENTACIÓN

En este documento se presentan una serie de propuestas de intervención para la promoción del desarrollo positivo adolescente. Estas propuestas representan la última fase de un estudio realizado a lo largo de los últimos años, con el que se analizó la relación que algunas variables o activos de los contextos de la familia, la escuela y el barrio mantenían con el desarrollo y ajuste de una muestra de adolescentes andaluces. Por lo tanto, parten de la evidencia empírica obtenida en este estudio, cuyos resultados pueden encontrarse en los documentos “Desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven: Un estudio en centros docentes andaluces”, de forma resumida, y en “Activos para el desarrollo positivo y la salud mental en la adolescencia”, de forma más extensa.

De forma previa a la realización de la investigación, se llevó a cabo un estudio cualitativo sobre profesionales expertos en adolescencia que sirvió para definir las competencias que, desde su punto de vista, conforman un desarrollo positivo adolescente. Estas competencias se agruparon en cinco grandes bloques o áreas: personal o fortalezas del yo, cognitiva, social, moral y emocional (Oliva et al., 2008; Oliva et al., 2010).

En una segunda fase se llevó a cabo el estudio cuantitativo en 20 centros de edu-

cación secundaria que sirvió para validar y baremar tanto las escalas para la evaluación de las competencias anteriores, como las que permiten evaluar los activos presentes en el contexto familiar, escolar y comunitario o del barrio. Por otra parte, también permitió analizar cuáles eran los activos que se relacionaron con las competencias estudiadas.

Las propuestas de intervención que se presentan en este documento están dirigidas a la promoción de los activos familiares, escolares y comunitarios. También se ofrecen propuestas de intervención para la prevención de los problemas emocionales en chicas adolescentes.

En primer lugar se presentan las propuestas dirigidas a la promoción de los activos familiares, que fueron aquellos que mostraron en el estudio una relación más significativa tanto con las competencias de desarrollo positivo como con el ajuste emocional y comportamental. Se trata de una propuesta en la que se aportan una serie de materiales como una guía para trabajar con grupos de padres y madres, revistas, y otros documentos que pueden emplearse para la formación de madres y padres de adolescentes. El objetivo es favorecer una parentalidad positiva en la que los padres puedan comunicarse con sus hijos, apoyarlos, supervisarlos, y resolver los conflictos que surgen en la convivencia cotidiana.

El segundo bloque de propuestas está dirigido al contexto escolar, y ofrece sugerencias de acciones encaminadas a mejorar el clima escolar y la seguridad, favorecer las relaciones interpersonales entre el alumnado, y entre alumnado y profesorado, o a fomentar la vinculación de los estudiantes con el centro educativo. El instrumento validado y baremado en el estudio previo permite también realizar un diagnóstico sobre las fortalezas y debilidades del centro educativo, a partir de las opiniones de docentes y alumnos y alumnas.

El tercer bloque se dirige a la promoción de los activos del barrio o vecindario que se asociaron al desarrollo positivo adolescente. Se ofrece un buen catálogo de actividades que persiguen el objetivo de que el barrio en el que residen los chicos y chicas adolescentes sea un buen contexto para su desarrollo. Así, se trata de fomentar la seguridad del barrio, la oferta de actividades extraescolares de ocio, el empoderamiento de la juventud, o su vinculación con la comunidad. Muchas de estas acciones exceden el ámbito escolar y deben ser promovidas a nivel comunitario. Al igual que ocurría con la escuela, también se ofrece una escala que permite evaluar la percepción que los residentes jóvenes tienen de su barrio, para así detectar sus puntos fuertes o activos, y también sus carencias.

Finalmente, se ofrecen estrategias para la prevención de problemas emocionales en chicas adolescentes. Aunque el estudio realizado se centró en el desarrollo positivo durante la adolescencia, también ofreció algunos resultados interesantes sobre los problemas emocionales y comportamentales que presentan chicos y chicas a estas edades, detectándose un importante incremento con la edad de síntomas ansioso-depresivos en la población femenina. Así, a los 17 años las chicas se situaron significativamente por encima de los chicos en la prevalencia de problemas internalizantes. Estos datos, y la corroboración empírica del efecto preventivo de la promoción de activos, nos conduce a incluir en este último bloque medidas para la prevención de los trastornos emocionales y depresivos en chicas adolescentes.

Esperamos que las propuestas que figuran a continuación sean de utilidad para todos aquellos profesionales interesados en la promoción del desarrollo, la salud y el bienestar adolescente.

2. PROPUESTAS PARA LA PROMOCIÓN DE LOS ACTIVOS FAMILIARES

**Alfredo Oliva, Águeda Parra, Moisés Ríos, Lucía Antolín,
Rosa M^a Estévez y Diana M^a Pascual**

2.1. LA IMPORTANCIA DE LA FAMILIA PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE

Durante la adolescencia, la familia continúa siendo un contexto de desarrollo fundamental para el bienestar de chicos y chicas, y junto con la escuela y la comunidad, representa uno de los contextos proveedores de *recursos* o *activos* para el desarrollo más importante en este momento evolutivo.

En nuestro estudio se analizaron las relaciones que una serie de variables o dimensiones familiares guardaban con las competencias del desarrollo positivo adolescente, así como con los problemas emocionales y conductuales. Entre las variables familiares se tuvieron en cuenta aspectos como la comunicación y afecto, la promoción de la autonomía del chico o chica, el control conductual de su comportamiento mediante la supervisión y el establecimiento de normas y límites, la revelación por parte del adolescente a sus padres de algunos asuntos personales (amigos, lugares a los que acude), y el optimismo y sentido del humor parental. También se tuvo en cuenta el control psicológico por parte de los padres mediante el uso de estrategias manipuladoras como el chantaje emocional o la inducción de culpa.

Los resultados del estudio encontraron asociaciones significativas entre la mayoría de las dimensiones anteriores y el desarrollo y ajuste adolescente. Así, el afecto mostrado por los padres se asoció fuertemente, tanto con la competencia personal de sus hijos como con su ajuste emocional. Este resultado coincide con la evidencia empírica disponible que indica que cuando el afecto, el apoyo y la comunicación positiva caracterizan las relaciones entre padres y adolescentes, éstos últimos muestran un mejor ajuste psicosocial (Steinberg y Silk, 2002).

Otra dimensión que también mostró una fuerte asociación con la competencia fue la promoción de autonomía, aunque no se relacionó con el ajuste, lo que coincide plenamente con los datos disponibles de otros estudios, que indican que los padres que promueven la autonomía tienen hijos más individualizados y con más competencia social (Hodges, Finnegan y Perry, 1999). Estos padres y madres suelen usar prácticas o estrategias educativas que van encaminadas a que niños o adolescentes desarrollen una mayor capacidad para pensar, formar opiniones propias y tomar decisiones por sí mismos, sobre todo mediante las preguntas, los intercambios de puntos de vista y la tolerancia ante las ideas y elecciones discrepantes, por lo que también tienden a favorecer el desarrollo cognitivo y mejorar el rendimiento académico (Kurdek y Fine, 1994), algo que también hemos encontrado en nuestro estudio.

Nuestros resultados encontraron que el control conductual favoreció la competencia socioemocional y académica y se asoció a un menor consumo de sustancias. Lo que subraya la importancia de que madres y padres supervisen a sus hijos, y establezcan normas y límites claros, especialmente en los primeros años de la adolescencia (Steinberg y Silk, 2002). No obstante, una de las mejores estrategias que pueden emplear los padres para supervisar y obtener información sobre el comportamiento de sus hijos e hijas es la revelación espontánea por parte de ellos, más que mediante preguntas directas que a veces suscitan reacciones defensivas en el adolescente (Stattin y Kerr, 2000). En nuestro estudio, la revelación apareció asociada de forma significativa tanto a la competencia académica como al ajuste externo, ya que aquellos adolescentes que tenían más informados a sus padres consumían menos sustancias y presentaban menos problemas externos. Por lo tanto, el favorecer esta revelación por parte de los hijos puede considerarse una buena estrategia de control parental.

Si el control conductual se asoció a un mejor desarrollo adolescente, con el control psicológico sucedió todo lo contrario, ya que la utilización por parte de los padres de tácticas disciplinarias basadas en el chantaje emocional o la inducción de culpa se rela-

cionó de forma significativa con la presencia de problemas internos y externos, y también con una menor competencia socioemocional y académica. Así, nuestros resultados coinciden con los de otras investigaciones en las que el control psicológico apareció asociado a problemas emocionales (Barber, 1996; Barber y Harmon, 2002; Silk, Morris, Kanaya y Steinberg, 2003) y conductuales (Conger, Conger y Scaramella, 1997; Parra y Oliva, 2006).

Aunque no era una dimensión incluida en el estilo parental, también fue evaluada la percepción que tenía el adolescente de los conflictos entre sus padres. Los resultados indicaron que los bajos niveles de conflictividad marital estuvieron asociados a una baja incidencia de problemas internos y externos y a una mayor competencia personal en sus hijos e hijas. En cuanto a los conflictos entre padres e hijos, aunque no fueron evaluados en este estudio, en investigaciones previas habíamos encontrado resultados que apuntaban a la importancia que disponer de unas buenas estrategias de resolución de conflictos tenía para favorecer la armonía familiar y el ajuste y bienestar adolescente (Parra y Oliva, 2007).

2.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

A partir de los resultados del estudio, a continuación se proponen una serie de líneas de intervención dirigidas a fomentar el desarrollo positivo y ajuste adolescente mediante la promoción de activos familiares y competencias parentales, todo ello en el marco de un modelo de parentalidad positiva.

LÍNEA I: EVALUACIÓN DE LOS ACTIVOS FAMILIARES

En este estudio se llevó a cabo la validación y baremación de una escala para evaluar el estilo educativo parental, y que podría ser utilizada para la medición de los activos familiares que chicos y chicas adolescentes de una determinada localidad, barrio o escuela, tienen en casa.

OBJETIVOS

- Reunir información sobre las necesidades de los padres y madres con adolescentes en una determinada comunidad.
- Conocer las fortalezas o activos de dichos padres y madres.
- Detectar sus carencias o debilidades.
- Ajustar la intervención a las necesidades de los padres y madres.

METODOLOGÍA

La aplicación al alumnado de la escala para la evaluación del estilo parental puede aportar muchas pistas acerca de aquellos aspectos que deberían ser tratados con más intensidad en un programa formativo dirigido a madres y padres. Esta escala, con sus baremos correspondientes y las instrucciones para su corrección, puede encontrarse en el documento “Instrumentos para la Evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven”.

LÍNEA 2: EL TRABAJO CON GRUPOS DE MADRES Y PADRES

El trabajo directo con madres y padres de adolescentes representa una de las principales estrategias para fomentar la parentalidad positiva. Este modelo parte del supuesto de que todas las familias poseen competencias y capacidades que pueden fomentarse de cara a mejorar la calidad del contexto familiar como promotor del bienestar y desarrollo positivo de niños y adolescentes.

En esta línea, el programa formativo que proponemos intenta ir más allá de las intervenciones centradas en la adquisición pasiva por parte de los padres y las madres de conocimientos o de técnicas que le permitan mejorar sus prácticas educativas. Así, nuestra propuesta pretende, más que proporcionar conocimientos y técnicas de forma pasiva, utilizar una metodología activa y experiencial, basada en la observación y reflexión por parte de los padres y las madres tanto de sus propias prácticas educativas como de las de otros progenitores ante las mismas situaciones. Se trata, por tanto, de partir de la reflexión de cada madre y padre sobre sus propias creencias y actuaciones con el objetivo de que reelaboren sus conocimientos, creencias y actitudes. Los procedimientos que permiten conseguir estos objetivos son los métodos inductivos basados en la reflexión, la discusión y el trabajo de elaboración en grupo. Por otra parte, este tipo de metodología experiencial no requiere del coordinador del grupo una formación muy especializada en temas relacionados con la adolescencia.

OBJETIVOS

- Aumentar el nivel de conocimientos de los padres y madres acerca de los procesos de cambio que tienen lugar durante la adolescencia.
- Dar a conocer a madres y padres una visión positiva de la adolescencia como una etapa de transición normalizada en la que no tienen por qué surgir conflictos serios.
- Facilitar la adaptación de los padres y las madres al cambio en la dinámica familiar que supone la llegada de sus hijas e hijos a la adolescencia.

- Aumentar los sentimientos de seguridad, competencia y satisfacción de los progenitores con su papel como educadores.
- Posibilitar un lugar de encuentro entre padres y madres de adolescentes que sirva para facilitar el intercambio de experiencias y para potenciar redes de apoyo informales.
- Promover interacciones satisfactorias entre progenitores y adolescentes, enseñando a los padres y a las madres que hay formas de relación que son mejores y más eficaces que otras y que ellos las pueden usar cotidianamente.

METODOLOGÍA

Nuestra propuesta consiste en trabajar con padres y madres siguiendo las pautas metodológicas y los materiales ofrecidos en la página web del programa Forma Joven. Concretamente, entre estos materiales se encuentran una guía para trabajar con grupos de madres y padres de adolescentes y tres revistas que pueden distribuirse entre los asistentes a estos grupos. La guía incluye 10 sesiones de trabajo sobre aspectos como los cambios en el adolescente y en la familia, la mejora de la comunicación, la resolución de conflictos, la sexualidad, las drogas, etc. Cada sesión recoge una pequeña introducción teórica, una serie de actividades y las transparencias para que el coordinador del grupo de padres pueda sacar el máximo provecho de las mismas. Los contenidos tratados en las sesiones se refieren a la mejora de la comunicación, la resolución de conflictos, la sexualidad, las drogas, etc. En cuanto a las revistas, inciden en los mismos contenidos de la guía y ofrecen un formato atractivo y parecido a las revistas comerciales, incluyendo secciones como artículos de opinión, entrevistas a expertos, consultorios, consejos, etc.

LÍNEA 3: OTRAS ESTRATEGIAS FORMATIVAS

Aunque ya hemos comentado que el trabajo directo en sesiones grupales con madres y padres representa a nuestro juicio el enfoque metodológico más recomendable, existen otras posibilidades formativas que no deben descartarse.

En nuestros días son muchas las alternativas mediáticas existentes que podrían ser utilizadas para la difusión de los contenidos incluidos en el Programa de Apoyo a Madres y Padres de Adolescentes: radios municipales, revistas o boletines del ayuntamiento o de otras instituciones o asociaciones, cadenas locales de televisión, internet, etc. Muchos de los contenidos del programa (cómo mejorar la comunicación, cómo poner límites, cómo resolver los conflictos...) podrían ser adaptados a cualquiera de estos medios y difundidos más ampliamente.

OBJETIVOS

- Aumentar el nivel de conocimientos de los padres y madres acerca de los procesos de cambio que tienen lugar durante la adolescencia.
- Dar a conocer a madres y padres una visión positiva de la adolescencia como una etapa de transición normalizada en la que no tienen por qué surgir conflictos serios.
- Facilitar la adaptación de los padres y las madres al cambio en la dinámica familiar que supone la llegada de sus hijas e hijos a la adolescencia.
- Aumentar los sentimientos de seguridad, competencia y satisfacción de los progenitores con su papel como educadores.

METODOLOGÍA

En este caso resulta difícil proponer una metodología concreta, ya que dependerá de los recursos que piensen utilizarse para difundir la información. A continuación se ofrecen algunas posibilidades de intervención.

- *Programa de radio.* Desde una emisora local se podría crear un programa semanal centrado en las relaciones entre padres y adolescentes en el que incluir contenidos sobre parentalidad positiva, ofrecer consejos y sugerencias, responder a preguntas planteadas por los oyentes, y ofrecer entrevistas a personajes locales relacionados con la educación, la salud, los servicios sociales o las actividades deportivas.

- *Página web.* Cada día es mayor el número de ciudadanos que tienen acceso a internet, por lo que es una alternativa para llegar a madres y padres que puede usarse con mucho provecho. Se podría diseñar una página web, vinculada, por ejemplo, a la página del ayuntamiento o del colegio o instituto, en la que se colgarían materiales dirigidos a padres y madres. En ella también se podrían plantear dudas y pedir consejo acerca de las dificultades que surgen en la relación con un hijo o hija adolescente.

- *Blogs.* Es otra alternativa para llegar a los padres a través de internet. El Blog tiene algunas ventajas sobre la página web, como su actualización frecuente, la facilidad para navegar por él, la flexibilidad para interactuar tanto con el administrador del blog como con otros usuarios del mismo, etc.

- *Folletos o publicaciones locales.* Además de las revistas que incluye nuestro pro-

grama, existen algunas publicaciones de carácter local en las que pueden añadirse contenidos referidos a la parentalidad positiva durante la adolescencia. También pueden elaborarse trípticos o folletos centrados en aspectos concretos: la sexualidad de los hijos/as, la comunicación, la resolución de conflictos, etc.

2.3. REFERENCIAS

- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: revisiting a neglected construct. *Child Development, 67*, 3296-3319.
- Barber, B. K., y Harmon, E. L. (2002). Violating the self: parental psychological control of children and adolescents. En Barber B. K. (Ed.), *Intrusive parenting: how psychological control affects children and adolescents*, 15-52. Washington: American Psychological Association.
- Conger, K., Conger, R. y Scaramella, L. (1997). Parents, siblings, psychological control and adolescent adjustment. *Journal of Adolescent Research, 12*, 113-38.
- Fletcher, A. C., Steinberg, L. y Williams-Wheeler, M. (2004). Parental Influences on Adolescent Problem Behavior: Revisiting Stattin and Kerr. *Child Development, 75*, 781-796.
- Hodges, E. V. E., Finnegan, R. A. y Perry, D. G. (1999). Skewed autonomy-relatedness in preadolescents' conceptions of their relationships with mother, father, and best friend. *Developmental Psychology, 35*, 737-748.
- Kurdek, L. A. y Fine, M. A. (1994). Family warmth and family supervision as predictors of adjustment in young adolescence: linear, curvilinear, or interactive effects. *Child Development, 65*, 1137-1143.
- Parra, A. y Oliva, A. (2006). Un análisis longitudinal sobre las dimensiones relevantes del estilo parental durante la adolescencia. *Infancia y Aprendizaje, 29*, 453-470.
- Parra, A. y Oliva, A. (2007). Una mirada longitudinal y transversal sobre los conflictos entre madres y adolescentes. *Estudios de Psicología, 28*, 93-107.

Silk, J., Morris, A., Kanaya, T. y Steinberg, L. (2003). Psychological control and autonomy granting: Opposite ends of a continuum or distinct constructs? *Journal of Research on Adolescence*, 13, 113-128.

Stattin, H. y Kerr, M. (2000). Parental monitoring: A reinterpretation. *Child Development*, 71, 1072-1085.

Steinberg, L. y Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. En I. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Children and Parenting*, 1, 103-134. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates



3. PROPUESTAS PARA LA PROMOCIÓN DE LOS ACTIVOS ESCOLARES

Miguel Ángel Pertegal, Ángel Hernando y Alfredo Oliva

3.1. LA IMPORTANCIA DE LA ESCUELA PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE

La escuela representa un entorno de vida cotidiana durante la infancia y adolescencia, ya que el alumnado que acude a los centros de enseñanza secundaria pasa aproximadamente unas 6 horas diarias en dicho contexto. Esa cotidianidad y la sistematicidad y continuidad de la acción educativa en el tiempo, hace presuponer que el ambiente escolar influya sobre múltiples aspectos del desarrollo adolescente. Asimismo, las experiencias positivas vividas en el centro educativo pueden jugar un papel de protección ante muchas conductas de riesgo, especialmente para aquellos adolescentes que viven en entornos desfavorecidos. Por ello, tanto desde la perspectiva de la promoción de la salud como desde la óptica del desarrollo positivo adolescente, resulta crucial conocer las características del contexto escolar que contribuyen de forma significativa a un desarrollo saludable de sus miembros.

Partiendo de la especial significación que tiene el contexto escolar para la infancia y la adolescencia, el estudio de la contribución de la escuela a la promoción del desarrollo ha sido enfocado desde diferentes perspectivas y propósitos. En ese sentido, a riesgo de simplificar la realidad investigadora, se hace necesaria distinguir entre la in-

investigación dirigida a evaluar los factores que contribuyen a la eficacia de la escuela para promover el rendimiento académico, de aquellos otros estudios –más minoritarios- que permitan dar cuenta de su contribución a la optimización del desarrollo sociopersonal del alumnado (Oliva et al, 2010).

Desde la perspectiva de la evaluación de la calidad educativa, el constructo de clima escolar, ha sido uno de los más utilizados para explicar el buen funcionamiento del centro y el rendimiento y desarrollo del alumnado (Cohen et al., 2009; González Galán, 2004). Hoy en día, dada la creciente preocupación por la convivencia escolar en la educación secundaria, resulta vital que los centros educativos proporcionen un entorno acogedor en el que el alumnado y el profesorado encuentren un buen lugar no solo para aprender, sino también para vivir y convivir. El clima escolar, en sentido amplio, en principio sería un factor que tendría una relación fundamental con la doble faceta o función de la escuela: la eficacia en el logro del rendimiento académico y la contribución educativa para optimizar el desarrollo sociopersonal del alumnado.

Incluso desde este enfoque, se hacen consideraciones sobre las características de la vida del centro, que superan los límites de la instrucción y enseñanza eficaz. Así, cada vez más estudios añaden evidencias empíricas y apoyan propuestas muy sugerentes sobre las dimensiones o procesos de centro que contribuyen al éxito escolar en el rendimiento académico y el desarrollo del alumnado. De acuerdo con estas propuestas, la escuela en sí misma –independientemente de los programas que se lleven a cabo en ella- puede constituir un entorno promotor no solo de la eficacia escolar sino también de la salud ya la competencia personal. Entre las principales dimensiones podrían destacarse aquellas que nuestro estudio identificó como relevantes de cara a la promoción del desarrollo positivo y la prevención de los problemas de conducta:

1. *La creación de un “ambiente positivo” que represente un clima afectuoso y seguro como base para la convivencia en el centro.* El centro educativo debe ser un contexto que haga experimentar una experiencia física y psicológica de seguridad que sea la plataforma para el propio desarrollo personal y para el establecimiento de relaciones constructivas y positivas con los iguales.

2. *El establecimiento de vínculos con la escuela.* Aunque la escuela es un contexto que favorece enormemente el desarrollo de las relaciones con iguales, debe además promover vínculos positivos con los educadores del centro, que sean contruidos a través de una relación afectuosa y sostenida adulto-joven. Todo

ello contribuye a la denominada conexión o vinculación con la escuela reflejada en el desarrollo del sentido de pertenencia al propio centro.

3. *La construcción de “un entorno educativo estructurado, organizado y coherente” que, por un lado, presupone la existencia de una comunidad educativa a nivel del profesorado, y que de cara al alumnado suponga una guía clara para la regulación de su comportamiento en el centro.* Ello contribuirá no solo al ajuste y adaptación del alumnado, sino también a la promoción de conductas positivas en base a unas expectativas claras sobre las normas y valores promovidos en el centro educativo.

4. *La oferta de oportunidades positivas para el desarrollo de competencias en el adolescente.* En el centro educativo se debe contemplar el dar oportunidades para el “empoderamiento”, que supongan para el alumnado la posibilidad de participación y coliderazgo en diversas actividades y programas desarrollados, que van a generar una percepción de su influencia en la vida del centro.

3.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

Partiendo de la evidencia empírica obtenida, a continuación se expone un conjunto de líneas de intervención destinadas a favorecer los activos escolares que, según nuestros resultados, inciden en mayor medida en el desarrollo positivo de los jóvenes. Para ello, se presentarán cada una de las líneas, detallando en qué consisten, cuáles son sus objetivos, sobre que activos del centro educativo inciden y un breve exposición de la estrategia que podría emplearse para el desarrollo de cada una de ellas, así como propuestas concretas de actuación.

LÍNEA 4: LA EVALUACIÓN DE LAS FORTALEZAS Y DEBILIDADES DE CADA CENTRO EDUCATIVO

Los centros educativos potencialmente presentan distintos activos que pueden promover el desarrollo adolescente positivo (Benson et al., 2006). Un primer paso para la toma de decisiones respecto a la mejora de los centros como entornos educativos es la evaluación a modo de screening de las fortalezas y debilidades de cada centro en particular.

OBJETIVOS

- Detectar algunas características de los centros educativos que podrían ser

consideradas como fortalezas o activos del centro.

- Detectar algunas características de los centros educativos que podrían ser consideradas como debilidades o aspectos a mejorar del centro.

METODOLOGÍA

Para la evaluación de los activos y necesidades se podría optar por facilitar a los miembros de la comunidad educativa, tanto al alumnado como al propio profesorado, un breve cuestionario o escala que permita valorar la visión que poseen de los recursos existentes en su centro educativo así como de sus necesidades y debilidades. Para ello, podrían aplicarse sendas escalas que validamos y baremamos en nuestro estudio, y que recogen los activos escolares más citados en la literatura tanto en el caso del alumnado (clima social, vínculos con el centro y profesorado, claridad de normas y valores, empoderamiento y oportunidades positivas para el desarrollo) como en el caso del profesorado (clima de convivencia, cohesión, seguridad, vinculación, implicación, empoderamiento percibido).

Un aspecto a tener en cuenta para la realización de esta evaluación es contar y partir de la opinión de los propios adolescentes, ya que su visión e implicación en la toma de decisiones permitirá que tengan una percepción de que se les escucha y se les tiene en cuenta, lo que puede favorecer su participación en las actividades y programas que posteriormente se realicen de cara al fomento del desarrollo positivo. La aplicación de la escala de activos escolares sería una manera rápida, económica y eficaz de obtener la visión de los adolescentes de sus propios centros educativos como entornos o contextos de desarrollo. En cuanto a la visión y opinión del profesorado, es indispensable obtener una cuota representativa que nos permita poder comparar y contrastar la opinión de los propios adolescentes, para tener una visión más ajustada y realista de las fortalezas y debilidades de los centros como entornos educativos. Aunque nuestro estudio ha revelado que existe cierta coincidencia entre las percepciones de alumnado y profesorado, también son frecuentes las discrepancias.

LÍNEA 5: LA VINCULACIÓN CON EL CENTRO ESCOLAR

EL DESARROLLO DE VÍNCULOS POSITIVOS CON LOS EDUCADORES Y EL FOMENTO DEL SENTIDO DE PERTENENCIA AL CENTRO

Entre las características de los centros escolares que funcionan como verdaderos promotores del desarrollo adolescente destacó en nuestra investigación, el establecimiento de vínculos personales positivos con los educadores y con el centro en general. Aunque el contexto escolar favorece el desarrollo de las relaciones con los iguales, debe además promover vínculos positivos con los educadores del centro.

Siguiendo a Yoneyama y Rigby (2006), los dos principales elementos que constituyen el clima escolar son la calidad de la relación profesorado-alumnado y la calidad de

la interacción entre compañeros. Los «adultos positivos» son aquellos que son percibidos como responsivos a las necesidades de apoyo de los y las adolescentes (Rooth y Brooks-Gunn, 2003). En los centros de secundaria, especialmente en aquellos en los que existe mucho personal, es importante que el alumnado adolescente sea capaz de acceder a apoyos de algunos adultos (Jiménez, Moreno, Murgui y Musitu, 2008; Rooth y Brooks-Gunn, 2003).

La vinculación con el centro educativo, es decir, el sentimiento de pertenencia a una escuela o instituto, es otro factor que nuestro estudio encontró relacionado con el desarrollo y ajuste adolescente. De hecho, fue el activo que se reveló como más importante. Pero también hay que destacar la importancia del sentimiento de vinculación con el centro por parte del profesorado, ya que cuando los profesores se sienten más vinculados a la escuela también lo está el alumnado, probablemente porque ese sentimiento conlleva una mayor implicación del personal docente y un mayor apoyo y atención a alumnos y alumnas.

OBJETIVOS

- Favorecer el desarrollo de vínculos positivos entre el alumnado y el profesorado.
- Aumentar en el alumnado los sentimientos positivos hacia sus educadores y el centro.
- Fomentar entre el alumnado el sentido de pertenencia y vinculación al centro en el que estudia.
- Aumentar las interacciones de tipo positivo entre los distintos componentes de la comunidad educativa (alumnado, profesorado y familias).
- Fomentar la integración del centro educativo en la localidad o distrito en la que se encuentra ubicado.

METODOLOGÍA

Son muchas las actuaciones que pueden llevarse a cabo en los contextos escolares para promover las relaciones saludables entre adolescentes que permitan el establecimiento de vínculos estrechos, tanto entre ellos como con sus educadores y centros. Para la consecución de los anteriores objetivos se contemplan actuaciones específicas para el alumnado, el profesorado, y el centro escolar. En algunos casos también se propondrán acciones sobre las familias y el contexto en el que esté ubicado el centro.

ALUMNADO

Con respecto al alumnado, para favorecer el desarrollo de vínculos afectivos con los educadores, sería conveniente la creación de grupos de trabajo, en torno a distintas temáticas y actividades (no violencia, igualdad, etc.), con la participación de miembros de

ambos colectivos, ya que el hecho de trabajar conjuntamente facilitaría una mayor vinculación positiva. Algunas de estas actividades pueden vehicularse a través de la creación de una emisora de radio o prensa escolar, del ensayo y representación de obras de teatro, o del diseño y realización de campañas de divulgación y sensibilización. Otras acciones podrían ser más específicas y centrarse en acciones de voluntariado conjuntas entre alumnado y profesorado que faciliten otras el conocimiento mutuo.

La programación de actividades, complementarias o extraescolares, fuera del centro educativo, como pueden ser excursiones, convivencias, acampadas o visitas, puede servir igualmente para crear y fortalecer vínculos positivos con los educadores ya que estas actividades se desarrollan en contextos más informales que el del aula y posibilitan otro tipo de interacciones.

Con respecto al fomento entre el alumnado del sentido de pertenencia al centro, son varias las medidas y acciones que se pueden llevar a cabo, pero todas pasan por la participación en la gestión y representación de éste. En cuanto a la gestión, es necesario que funcionen las distintas instancias en las que el alumnado puede participar. La representación estudiantil se articula en base a la elección de los miembros de la Junta de delegados, que debe ser la que transmita a los representantes del alumnado en el Consejo Escolar del Centro todas sus propuestas. Que el alumnado vea que sus propuestas son debatidas en el Consejo Escolar y, si procede y se valora su interés, llevadas a término, aumentará su sentido de pertenencia al centro y la consideración del mismo como algo propio.

También pueden servir para aumentar este sentimiento de pertenencia las campañas de decorado y limpieza del centro por parte del alumnado.

En el Plan de Organización y Acción Tutorial (POAT) se debe contemplar, al inicio de cada curso y en función del nivel en el que se encuentren, una serie de sesiones de tutoría que faciliten el conocimiento, por parte del alumnado, del centro y del equipo educativo que le imparte clase.

Otra medida que favorece el sentido de pertenencia al centro es la creación de distintos equipos deportivos o de «debate» (actividades deportivas y culturales), de los que formen parte un elevado número de alumnos y alumnas, ya que éstos representan al centro en las distintas competiciones en las que se participa.

También consideramos conveniente la creación de la Asociación de Alumnos. Para ello, el centro debe implementar un programa de intervención para el fomento del

movimiento asociativo en el alumnado, ofreciéndole asesoramiento con respecto a los trámites administrativos necesarios para su constitución.

PROFESORADO

Con respecto al profesorado, también se pueden plantear una serie de medidas que favorezcan una correcta vinculación del alumnado con ellos, y que pasen por el fomento del conocimiento y el respeto mutuo. Es necesario que profesores y profesoras tengan un adecuado conocimiento de las características del periodo evolutivo en que se encuentra el alumnado con el que interactúa. Para ello es conveniente que desde el Departamento de Orientación se programen acciones de formación, a desarrollar en las reuniones de tutores y en las del Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica (ETCP), donde se forme e informe al profesorado sobre las características, actividades y dinámicas más adecuadas para trabajar con este periodo de edad. Este tipo de acciones deben estar contempladas en el POAT del Centro. Para el buen desarrollo de estas actividades es importante que el profesorado de secundaria disponga de la formación adecuada para poder llevarlas a cabo en el aula, por lo que deberían estar incluidas tanto en su formación inicial como en la permanente.

Otra posible intervención consistiría en facilitar al profesorado, vía cursos de formación en el CEP o en Proyectos de Formación en Centros, información sobre la importancia que tienen sus expectativas respecto a sus alumnos y alumnas, ya que dichas expectativas son un elemento importante en el desarrollo de un autoconcepto escolar negativo y actitudes desfavorables hacia el centro y los educadores (Cava y Musitu, 2000).

CENTRO

Si la Dirección de un centro educativo pretende fomentar que el alumnado sienta éste como suyo es preciso proveer en los Centros espacios específicos a los que el alumnado pueda tener libre acceso, como la cafetería, o que puedan sentirlo como un espacio propio, como la Sala de alumnos/as. El sentido de vinculación con el centro es incompatible con acciones y actitudes como que el alumnado tenga que salir obligatoriamente al patio en las horas de recreo, sin poder permanecer dentro y solo pueda acceder al centro para entrar directamente al aula a fin de recibir las clases.

También facilita la vinculación del alumnado y sus familias con el centro, el hecho de que sea de puertas abiertas, es decir, que esté acogido al Plan de Apertura de los Centros Educativos, ya que, de acuerdo con este Plan, los centros educativos pueden ampliar su horario de modo que estén abiertos todos los días de la semana y todos los meses del año excepto agosto, y ofrecer, si hay una demanda mínima, los servicios complementarios

de aula matinal, comedor y actividades extraescolares.

Otra medida que facilita la vinculación es la realización de Jornadas de convivencia en la que todos los miembros de la comunidad educativa se desplacen para llevar a cabo actividades lúdicas y deportivas, durante un día, y fuera del centro escolar (campo, playa, etc.).

A nivel de centro se puede plantear también la realización de acciones conjuntas de los tres sectores que conforman la comunidad educativa (alumnado, profesorado y familias) del tipo de proyectos de colaboración/voluntariado, radio o prensa escolar, página web, campañas de sensibilización, el diseño de campañas de decoración del centro etc.

Además de los programas o actividades enfocadas a enseñar habilidades sociales, también es posible que en los centros de educación secundaria se ponga un mayor énfasis en la utilización de actividades de aprendizaje cooperativo y de dinámicas grupales en el aula que favorezcan la prosocialidad y la cooperación entre el alumnado, ello redundaría en la creación de un entorno favorecedor de los vínculos positivos.

Es preciso también hacer referencia a la importancia que tiene que el alumnado realice la transición a la educación secundaria acompañado de algunas amistades y teniendo conocimiento de hacia dónde se desplaza, para ello resulta preciso el diseño de Programas de Tránsito de Primaria a Secundaria. El tránsito de Educación Primaria a Educación Secundaria se produce en plena adolescencia, etapa difícil para los niños y niñas pero también para las familias. Es recomendable que los centros educativos, el de Primaria y el Secundaria, se encarguen de que tanto el alumnado como sus familias conozcan la realidad a la que van a acceder para así no sentir «miedos». Se trata de hacerles ver que el tránsito de un centro de Primaria a otro de Secundaria no es tan trágico como parece. Aunque el alumnado tendrá que adaptarse a una nueva organización de etapas, espacios, horarios y profesorado, la vida escolar se desarrollará en un contexto educativo con características muy similares al centro de primaria de donde proviene.

FAMILIAS

En relación a las familias también hay determinadas medidas que se pueden llevar a cabo y es preciso informarles lo importante que es su influencia en la forma en la que sus hijos e hijas se vinculan afectivamente a sus educadores y al Centro. Es importante informar a padres y madres sobre la necesidad y conveniencia de manifestar en el hogar expresiones positivas acerca de lo adecuado de ese centro de enseñanza y no verbalizar

nunca delante de sus hijos ningún tipo de descalificación sería del profesorado. Es preciso que este tipo de conflictos, si se dan, se resuelvan entre la familia y el centro y nunca con opiniones negativas sobre la competencia o idoneidad del profesorado, o sobre el centro. Las familias también deben valorar la importancia de la educación, recordándoles que ellos deben ser modelos positivos de conducta, y no cuestionar, delante de sus hijos, la autoridad de maestros y profesores ya que es algo fundamental si pretenden que sus hijos valoren la educación y se vinculen al centro.

Para aumentar la vinculación del alumnado es conveniente que éste vea y sienta que sus familias también están vinculadas y participan en el centro. Entre las diferentes vías de participación de las familias, las Escuelas de Padres y Madres se alzan como una de las posibilidades de actuación más deseables y convenientes, tanto para la propia formación de los progenitores como por la repercusión indirecta que tiene en la dinámica de los centros.

Además de buscar una mayor formación de los padres y madres e incrementar el nivel de comprensión e implicación de las familias en el centro educativo, creemos que se debería aumentar la participación en los centros de secundaria de las familias, ya que ésta va disminuyendo progresivamente desde la Etapa Infantil. Para ello es preciso que los padres y madres dispongan de un espacio dentro del Centro para la realización de reuniones y el diseño de acciones y que se potencie la pertenencia y participación en las Asociaciones de Madres y Padres de Alumnos/as (AMPA) de los centros. También resulta importante promocionar el uso de la plataforma educativa «PASEN» que pone a disposición de los centros la Junta de Andalucía y que facilita el seguimiento educativo del alumnado, permitiendo mantener una comunicación más práctica y fluida de las familias con los docentes. Asimismo, es preciso que se articule la figura del padre-madre delegado, contemplada en los documentos educativos pero no desarrollada.

ENTORNO O CONTEXTO

A nivel de entorno, es necesario que el Centro se vea como algo integrado en la localidad o barrio, que sus instalaciones sean utilizadas para la realización de actividades sociales y deportivas, y que la ciudadanía tenga libre acceso de manera que el alumnado vea (y comparta) cómo sus progenitores lo utilizan al igual que ellos.

Sería de mucha ayuda la participación real y no solo nominativa del representante del ayuntamiento en los consejos escolares de los centros. Igualmente, sería conveniente la realización de campañas institucionales de valoración de los centros escolares y de las acciones que se llevan a cabo en ellos por parte de los ayuntamientos. Estas pueden llevarse

a cabo mediante audiovisuales, páginas web, revistas o folletos, televisión local, etc.

En esta línea, es preciso también que el centro cree o refuerce la colaboración con recursos externos a éste: Asuntos Sociales del Ayuntamiento, Delegación de Asuntos Sociales, Asociaciones, Centros de Salud, Fundaciones, Consejería de Empleo, Empresarios, etc. estableciendo canales de información permanente y evitando la discontinuidad y la fragmentación en sus actuaciones.

LÍNEA 6: FOMENTO DE UN CLIMA SOCIAL CÁLIDO Y SEGURO ENTRE IGUALES

Los centros de secundaria no son solo lugares donde se realizan aprendizajes fundamentales, sino que son el centro de la vida social de muchos adolescentes, en los que la mayoría de ellos encuentra y desarrolla sus amistades. La importancia, por tanto, de las relaciones que se establecen en el contexto escolar para el desarrollo adolescente, de forma particular con los iguales, y de la escuela como contexto socializador, está fuera de toda duda.

Los estudios apuntan además que la adaptación socio-emocional y la integración escolar dependen, en buena parte, de las relaciones que los adolescentes mantienen con sus compañeros (Díaz-Aguado, 2005). Es bien sabido que aumentando el sistema de apoyo entre iguales se produce una mejora del ambiente y se crea un marco de trabajo en el cual los mismos alumnos pueden afrontar asuntos como los conflictos y acosos entre compañeros (Cowie y Hutson, 2005).

Los beneficios o correlatos de un clima social positivo percibido son numerosos. Es por ello, que la percepción por el alumnado tanto del clima social del aula como del centro en general ha sido considerado como un factor clave y central en su vivencia subjetiva del contexto escolar, al estar ampliamente relacionado tanto con el ajuste como con una serie de beneficios positivos tanto a nivel académico como socioemocional (Brand et al., 2003). Así, por un lado, en diversos estudios tanto nacionales como internacionales, se destaca la notable influencia de dicho clima social tanto sobre la motivación escolar como sobre el desempeño y logro académico de los estudiantes (Roeser, Midgely y Urdan, 1996).

Por otro lado, es innegable que el clima social tiene un papel fundamental de cara al ajuste personal y social (Trianes et al., 2006). Por ejemplo, si los alumnos perciben un entorno positivo son más proclives al cumplimiento de las normas del centro, se implican más activamente en conductas prosociales o incluso su autoestima logra

ser más positiva. Un clima social adecuado presenta efectos positivos sobre el ajuste psicológico del alumnado en general, pero particularmente en estudiantes de entornos con mayor riesgo de presentar dificultades académicas, emocionales o comportamentales (Felner, Brand, DuBois, Adan, Mulhall y Evans, 1995). Además, dicho clima social positivo se asocia a índices de ajuste comportamental, como son la disminución de los problemas de conducta relacionados con la convivencia, la reducción de las conductas agresivas y violentas (Westling, 2002) e incluso un estilo de vida más saludable (King et al., 1996).

OBJETIVOS

- Dar oportunidades para desarrollar el establecimiento de vínculos personales con los iguales.
- Fomentar en el alumnado las habilidades y competencias para el desarrollo de unas relaciones positivas e igualitarias.
- Fomentar redes “positivas” de apoyo entre iguales y sistemas de ayuda mutua dentro del contexto escolar.
- Favorecer un clima positivo de convivencia a nivel de aula y centro
- Favorecer la cooperación entre iguales tanto a nivel de la vida del aula como de centro.
- Desarrollar el sentido de corresponsabilidad sobre los otros, sobre el clima del centro y la gestión de la vida del centro.

METODOLOGÍA

El contexto escolar brinda una amplia gama de posibilidades de intervención para el fomento de un clima social cálido y seguro como base para la buena convivencia en el centro. Estas actuaciones para el desarrollo de un clima social positivo pueden ir dirigidas tanto al alumnado como al profesorado, así como al centro escolar como entorno educativo.

ALUMNADO

Con respecto al alumnado, para favorecer al desarrollo de relaciones positivas con los iguales sería necesario que se dieran oportunidades para la toma de iniciativa respecto a ciertas actividades, como la creación y gestión de grupos de teatro, deportivos, culturales, artísticos, musicales, etc. Para ello es fundamental que el alumnado perciba que puede tener iniciativas y que tiene un espacio para ello dentro de las instalaciones del centro. Evidentemente, también la programación de actividades, extraescolares dirigidas al fomento de la convivencia, como excursiones, jornadas de convivencias, acampadas,

visitas o intercambios con otros centros, van a contribuir igualmente a crear y fortalecer los vínculos positivos con los compañeros.

Este tipo de actividades no solo va a desarrollar vínculos positivos con los iguales, sino que, además, fomentará la vinculación con el centro, lo que puede tener repercusiones positivas sobre el compromiso y rendimiento académico.

Para favorecer un clima positivo a nivel del alumnado en el centro y la corresponsabilidad en la gestión de ciertas parcelas de la vida escolar, se pueden adoptar medidas como la creación de diversos grupos de trabajo (convivencia, celebraciones, oferta de actividades, acompañamiento, etc.), preferentemente bajo el paraguas de una auténtica Asociación de Alumnos. Creemos firmemente que la corresponsabilidad en la gestión de dichos asuntos va a fomentar el desarrollo de redes de apoyo positivas, redes que van a tener claras repercusiones en la mejora del bienestar personal de los adolescentes.

Así mismo, en la acción tutorial pueden tener cabida, además del fomento de diversas dinámicas grupales a nivel del aula, el desarrollo de jornadas de convivencia externa a nivel de centro.

Una actividad que estimamos puede ayudar a fomentar la corresponsabilidad sobre los otros, es el establecimiento de sistemas de tutorización o mentorización entre iguales, no solo, por ejemplo, como ayuda a la transición e integración escolar inicial en la educación secundaria, sino que puedan formar parte de otras acciones dentro del denominado acompañamiento personal del alumnado.

Finalmente, un aspecto esencial para la buena convivencia en el centro educativo es la implicación y cogestión del alumnado en los asuntos relativos a la convivencia y mediación de conflictos, estableciendo un sistema de ayudantes o mediadores entre el propio alumnado.

PROFESORADO

El profesorado como agente educativo protagonista en el centro tiene en el día a día diversas herramientas y posibilidades para contribuir al fomento de unas relaciones positivas y vínculos personales entre iguales. Muchas actuaciones tienen cabida dentro de lo que podríamos denominar como la gestión del aula. En su labor tutorial puede desarrollar diversas dinámicas grupales o la implicación del alumnado en la toma de decisiones en el aula y centro, aspectos que contribuirán a su integración y ajuste escolar. Pero

además, puede contribuir de forma decisiva a dicha integración, a la cooperación y ayuda mutuas si, acorde con el proyecto educativo del centro, promueve de forma preferente fórmulas de aprendizaje cooperativo dentro del grupo-clase. El trabajo cooperativo, por lo visto en la literatura de investigación, debe fomentarse, con más énfasis si cabe, al término de la etapa de secundaria. Ello contribuirá al desarrollo de la vinculación y a evitar la alienación y el fracaso escolar de muchos adolescentes.

Por otro lado, el profesorado va a tener un papel crucial en la sensibilización sobre la importancia del respeto mutuo y de unas relaciones igualitarias entre chicos y chicas adolescentes. También será necesaria y vital su implicación en el fomento y la ayuda en la cogestión de la asociación e iniciativas del alumnado, además de su compromiso con diversos programas a desarrollar a nivel de centro. Para tal fin, un aspecto esencial será su formación para el entrenamiento en habilidades sociales e inteligencia emocional que les capacite para facilitar unas relaciones positivas y vínculos personales con los iguales.

CENTRO

Ciertos aspectos relacionados con la dirección y gestión de la vida del centro resultan fundamentales para el fomento de vínculos positivos con los iguales. En ese sentido, el equipo directivo debe promover los espacios de uso para el alumnado, más allá de los lugares de trabajo y estudio.

El desarrollo de actividades extraescolares fuera del horario escolar, va a dar oportunidades para la creación y fortalecimiento de vínculos positivos y redes de apoyo entre iguales.

Los distintos centros de secundaria deberían hacer una apuesta decidida dentro de su proyecto educativo por privilegiar el trabajo cooperativo en el aula, lo cual no solo contribuirá a la integración y cohesión de los grupos-clase, sino que tendrá repercusiones positivas a nivel del clima y la convivencia positiva en el centro. Estas actuaciones deberían superar el ámbito del aula, y para el fomento en el entorno escolar de la conducta prosocial, sería conveniente establecer sistemas de reconocimiento de dicho comportamiento, como por ejemplo, el premio al "alumno" del mes por los propios compañeros.

El desarrollo de una buena acción tutorial, y de diversas iniciativas dentro de ella, pueden no solo favorecer las buenas relaciones entre iguales y la integración y ajuste escolar, también puede ser una herramienta decisiva para capacitar al alumnado para el establecimiento de relaciones igualitarias y vínculos personales positivos. En primer lu-

gar, nos parece relevante la posibilidad de establecer sistemas de tutorización o mento- rización entre iguales que ayude a la transición e integración escolar, y formen parte del acompañamiento personal del alumnado.

Como ya hemos tenido ocasión de comentar, es importante el fomento de la co- rresponsabilidad en la gestión de la convivencia y la mediación de conflictos, establecien- do un sistema de ayudantes o mediadores a nivel del alumnado. A su vez, es necesario el desarrollo de un sistema de supervisión y mediación para garantizar las relaciones positi- vas y la detección de posibles casos de acoso escolar.

Finalmente, una actuación decisiva sería la incorporación de programas dirigidos a la adquisición de habilidades sociales e inteligencia emocional para llegar a capacitar al alumnado a tener unas relaciones interpersonales sanas y satisfactorias, que contribuyan a su bienestar personal .

LÍNEA 7: EL ESTABLECIMIENTO DE UN ENTORNO BIEN ESTRUCTURADO Y REGULADO Y EL FOMENTO DE LA CLARIDAD DE NORMAS Y VALORES

Un buen funcionamiento y una organización clara son aspectos fundamentales en la vida de un centro educativo. El ambiente escolar será un lugar para el desarrollo positivo adolescente si además de un clima seguro y cálido, y unos vínculos positivos con iguales y educadores, establece límites claros y saludables. Los adolescentes necesitan esos límites tanto como la propia escuela. Por ello, defendemos que la eficacia de la dis- ciplina mejora cuando se dan las siguientes condiciones: si las normas están claramente definidas, el profesorado se comporta coherentemente con ellas y se favorece una partici- pación activa en su elaboración de alumnos y alumnas.

Por un lado, las normas y su claridad para los adolescentes constituyen un elemento imprescindible para el clima escolar (Trianes et al, 2006) y la educación para la convivencia (Díaz Aguado, 2005). Las normas deben entenderse como un conjunto de estrategias encaminadas a conformar un entorno estructurado con límites, donde aprender y socializarse en unos comportamientos deseables. Por tanto, la claridad de normas en el centro debe ser una medida organizativa básica para facilitar la conviven- cia de la comunidad educativa y supone en sí misma una línea de actuación preventi- va de los problemas disciplinarios. Cuando los alumnos tienen claras las normas y las consecuencias que se derivan de su incumplimiento y saben a qué atenerse en cada

momento, les resultará más fácil autorregular su comportamiento y ajustarse a las demandas del entorno escolar.

Pero, además, otro aspecto fundamental es la promoción de valores positivos a nivel de centro. La adolescencia es uno de los períodos más relevantes para la adquisición y conformación del sistema de valores (Damon, 2010). Durante esta etapa, la mayoría de los adolescentes de los últimos cursos de educación secundaria pueden llegar a un nivel de razonamiento moral caracterizado por estar orientado hacia valores interiorizados; frente a lo que ocurría en una etapa anterior, el adolescente va siendo capaz de justificar sus acciones por los valores, normas y obligaciones que ha asumido como propios y la creencia en la dignidad, derechos e igualdad de todos los individuos.

Durante las últimas décadas, la investigación y aplicación de programas de educación para el desarrollo emocional y social, que incluyen la formación en valores, han ido en aumento en diversos países (Pertega, Oliva y Hernando, 2010). En dicha labor educativa del centro, existen valores democráticos centrales como la igualdad, el respeto, la tolerancia y la solidaridad, cuya asunción contribuyen a la mejora de la convivencia y el clima escolar.

OBJETIVOS.

- Perseguir un consenso real con el alumnado sobre las normas que regulen la vida del centro.
- Hacer explícitas las normas disciplinarias y los valores que se intentan promover.
- Desarrollar la corresponsabilidad y una gestión más democrática y participativa de las normas y disciplina en el centro.
- Capacitar al alumnado y al profesorado para la gestión efectiva de la disciplina y la mediación de conflictos.
- Fomentar la coherencia educativa a nivel del profesorado y el fomento de valores personales y sociales positivos entre el alumnado en el marco de un ideario singular de valores propio de cada centro.

METODOLOGÍA

El contexto escolar, por sus propias metas educativas, pretende ser un entorno estructurado cuya acción educativa se base en la claridad de normas, su cumplimiento, el ajuste a patrones de comportamiento ajustado, así como el fomento de valores positivos entre el alumnado. Para ello, se pueden realizar diversas acciones dirigidas tanto al alumnado como al profesorado, así como al centro escolar como entorno educativo.

ALUMNADO

Para favorecer el ajuste y la asunción propia de las normas, es necesario partir de fórmulas que desarrollen un consenso real sobre las mismas o sobre las posibles consecuencias disciplinarias derivadas de su incumplimiento a partir de la discusión en equipos integrados por alumnos y profesores. Para ello, la formación de estos equipos de trabajo de ayudantes o mediadores se antoja esencial.

PROFESORADO

El profesorado tiene un papel fundamental en la gestión de la disciplina y convivencia con el alumnado. Para ello, resulta prioritaria su formación para el desarrollo de habilidades de mediación, gestión y atención personalizada con el alumnado. Además, en su acción educativa es importante hacer tomar conciencia de la importancia de la coherencia de la acción educativa en cuanto a la claridad de las normas disciplinarias y de los valores que el centro trata de promover entre el alumnado, para evitar incoherencias y posibles favoritismos, aspecto distintivamente percibido como injusto en el tramo de la adolescencia, según la literatura de investigación (Marchesi y Martín, 2002).

Por otro lado, los educadores pueden ser agentes activos en el desarrollo de iniciativas para el fomento de valores personales y sociales positivos. Así, por ejemplo, valores, como la responsabilidad personal, pueden ser desarrollados a través del mentozazo del profesorado como complemento a la acción tutorial desarrollada. Asimismo, es muy recomendable la realización de acciones comunitarias y la participación conjunta de alumnos y profesores en proyectos de voluntariado y acción social para el fomento de valores como la justicia e igualdad social.

CENTRO

El centro en su globalidad, entendido como comunidad educativa, y el equipo directivo en particular, tienen que situar como prioridad en su acción educativa la educación en valores y la formación del propio profesorado de cara a desarrollar un ideario de valores propios acorde con el proyecto educativo del centro. A su vez, para el fomento de valores como la igualdad de género, sería conveniente promover desde el centro el establecimiento de cuotas de género o la alternancia en los sistemas de representación y participación del alumnado.

Es importante que el alumnado participe en la elaboración del sistema de normas y sanciones que regulan la vida del centro. Cuando el alumnado participa es más probable que respete la disciplina del centro.

El sistema de normas y sanciones debe hacerse explícito, por ejemplo mediante carteles en los tabloneros del centro y en las aulas, para que el alumnado sea plenamente conocedor de las mismas. Este sistema disciplinario también debe ser conocido por madres y padres del alumnado.

LÍNEA 8: EMPODERAMIENTO Y VISIÓN POSITIVA DE LA ADOLESCENCIA

Los cambios que se han producido en la relación entre los adultos y los jóvenes, tanto en el ámbito social como en el familiar, repercuten de forma directa en el entorno escolar. Los modelos de relación basados en la autoridad reconocida, el respeto y reconocimiento social, han dado paso a modelos más complejos basados en el empoderamiento. La justificación evolutiva es muy clara: a medida que el adolescente se desarrolla tiene una mayor necesidad de autonomía y autorregulación. Así, partiendo de los límites y valores deseables del centro educativo, como ya hemos comentado antes, se deben fomentar las vías de participación del alumnado, ya sea en la elaboración de normas, o en la propuesta de iniciativas y actividades. Ello lleva al fomento de la corresponsabilidad y, a su vez, a la mejora de la convivencia. El contexto escolar debe brindar oportunidades de participación y prestar reconocimiento a los esfuerzos del adolescente para que éste se sienta, a su vez, motivado a tener iniciativas positivas (Hawkins, Catalano y Miller, 1992; Rodrigo López et al., 2006).

Es más, esta participación va a favorecer a su vez el sentimiento de pertenencia del alumnado al propio Centro. Conviene tener en cuenta, en este sentido, que algunos de los problemas de convivencia escolar que más preocupan hoy están estrechamente relacionados con el desapego que algunos estudiantes sienten hacia la escuela. Para superar estas dificultades, deben promoverse tres condiciones básicas que incrementan a cualquier edad la disponibilidad de un individuo para vincularse con un determinado contexto (Catalano y Hawkins, 1996):

1. La percepción de que tiene oportunidades para interactuar en dicho contexto, para participar activamente.
2. La participación efectiva en las actividades que allí se producen.
3. El hecho de que dichas actividades supongan algún tipo de beneficio para el individuo, tal como éste las percibe.

Las oportunidades positivas para el empoderamiento y el desarrollo saludable del adolescente suponen ir más allá de algunas iniciativas desarrolladas hasta ahora a través

de la acción tutorial. Por ello, a pesar de la existencia de algunas propuestas e iniciativas interesantes, creemos necesario un salto cualitativo de cara a apostar por la implementación de programas que supongan una promoción más intensiva, integral y eficaz del desarrollo positivo adolescente, apoyada en evidencias empíricas contrastadas y la evaluación tanto de su implementación como de su eficacia.

Uno de los obstáculos con que suelen encontrarse las acciones dirigidas a fomentar el empoderamiento de jóvenes y adolescentes, es la concepción negativa que existe sobre esta etapa evolutiva. Así, las ideas que muchos educadores, y la sociedad en general, sostienen sobre la adolescencia suelen estar muy sesgadas hacia la inmadurez y la irresponsabilidad, lo que lleva a considerarlos como aún insuficientemente preparados para tomar ciertas iniciativas y asumir determinadas responsabilidades. Esa concepción negativa y sesgada, que actúa como un freno del empoderamiento del alumnado de secundaria, debe ser sustituida por otra más realista.

OBJETIVOS

- Sensibilizar al profesorado y a las familias sobre la importancia de tener una visión positiva sobre la adolescencia.
- Favorecer la autonomía y autorregulación del alumnado.
- Promover el empoderamiento del alumnado.
- Fomentar las vías de participación del alumnado en la elaboración de normas y en la propuesta de iniciativas y actividades.
- Fomentar la corresponsabilidad del alumnado en la gestión del Centro y en la mejora de la convivencia.

METODOLOGÍA

Hay una gran variedad de actuaciones que pueden desarrollarse para favorecer, dentro de los centros escolares, el empoderamiento del alumnado. Asimismo se pueden plantear acciones que permitan tener una visión positiva de la adolescencia. Para la consecución de los objetivos planteados se formulan medidas específicas planteadas para el alumnado, el profesorado, las familias, el centro escolar y el contexto en el que está ubicado.

ALUMNADO

Entre las primeras acciones a llevar a cabo estaría el fomento de la participación del alumnado en los organismos que lo representan o en los que tienen participación, como la Junta de Delegados y el Consejo Escolar de Centro. Como hemos tenido ocasión de comentar en una línea previa de intervención, es necesario fomentar y facilitar la

labor de representación estudiantil. También hemos destacado la conveniencia de animar y ayudar al alumnado en la creación y participación en la Asociación de Alumnos.

Otra medida a considerar sería el refuerzo de la participación del alumnado en todas las acciones que se llevan a cabo en torno a los procesos evaluativos. Las sesiones de evaluación son un acto aislado, pero éstas deben ser preparadas antes, para ello es preciso contemplar en el POAT la realización de la Preevaluación y la Postevaluación como sesiones de tutoría que «envuelven» la evaluación. Ello posibilitaría que los delegados y subdelegados transmitan al profesorado que conforma los equipos educativos, en las sesiones de evaluación, la opinión de la clase y que, con posterioridad, los delegados comuniquen a sus compañeros y compañeras las recomendaciones y resultados a los que se ha llegado en la sesión de evaluación.

También resulta recomendable que el alumnado participe en el diseño, implementación y gestión de las actividades complementarias y extraescolares que desarrolle el centro, como las actividades que se realizarán en la «semana blanca», la excursión de fin de curso o etapa, la participación en acciones de voluntariado, etc.

Se debe también fomentar que sea el alumnado el que se responsabilice de algunas acciones que se desarrollan periódicamente en los centros escolares, entre ellas todo lo relacionado con determinados eventos: día de la paz, de Andalucía, de San Valentín, etc. El hecho de que sean ellos los responsables, además de facilitar su empoderamiento, aumentaría significativamente la participación de sus compañeros y compañeras en este tipo de eventos.

Otra posibilidad importante de participación se encuentra en los programas de mediación escolar que, además de crear en el centro un ambiente más relajado y productivo, pueden contribuir al desarrollo de actitudes de interés y respeto por el otro, ayudar a reconocer y valorar los sentimientos, intereses, necesidades y valores propios y de los demás, aumentar el desarrollo de actitudes cooperativas en el tratamiento de los conflictos, etc. Ello favorece el empoderamiento de todos los alumnos y alumnas que participan en el programa ya que les permite ser parte activa en la gestión de la convivencia en el centro. Junto a esta medida, y de forma muy similar, es preciso incentivar la formación de la red de «mediadores de salud» dentro del programa Forma Joven.

Otras formas de participación y corresponsabilidad se pueden aglutinar en base a la creación y colaboración en acciones relacionadas con los medios de comunicación

tales como pueden ser la radio escolar, el periódico escolar, la página web del centro o la utilización de la plataforma de formación virtual Helvia del centro.

El alumnado que participa en todas las acciones que hemos planteado, contribuye de forma directa a cambiar la imagen negativa de la adolescencia en todas aquellas personas con las que se relaciona.

PROFESORADO

Con respecto al profesorado consideramos básico el trasladarle la necesidad de fomentar la responsabilidad del alumnado y que cale en ellos la idea de que el desarrollo integral del ser humano va de la heteronomía a la máxima autonomía. Es conveniente explicar, cómo de los posibles estilos docentes a utilizar, es el democrático, por su fomento de la participación y la autonomía, el que más favorece el empoderamiento del alumnado.

La difusión entre profesores y profesoras de una imagen más realista y menos negativa de la adolescencia resulta una prioridad, no solo para promover el empoderamiento del alumnado sino, también, para prevenir el surgimiento de conflictos entre profesorado y alumnado. Ello puede realizarse a través de diversas estrategias de formación.

También es conveniente la realización de talleres en los que se forme al profesorado en la utilización de técnicas de análisis y dinamización grupal que faciliten la participación del alumnado y la realización de actividades de tipo cooperativo.

Otra medida a contemplar sería la creación de grupos de profesores, intracentro o intercentros, que realicen y presenten proyectos de innovación/investigación, a las convocatorias anuales de la Junta, con temáticas relacionadas con la promoción del desarrollo positivo adolescente y con el fomento de la autonomía y participación del alumnado.

Otra posible intervención consiste en facilitar al profesorado, vía cursos de formación en el CEP o en Proyectos de Formación en Centros, cursos específicos o talleres sobre estas temáticas y sobre las características de la adolescencia y sus implicaciones educativas.

CENTRO

A nivel de centro se puede favorecer el empoderamiento del alumnado mediante la promoción de su participación en programas como Forma Joven, Mediación Escolar u otros similares a éstos que favorezcan la participación activa del alumnado. Distintos

tipos de mediación son útiles para este fin. Otra medida a adoptar dentro de los centros escolares, en esta línea de intervención, sería el desarrollo de actuaciones que promuevan una imagen positiva, optimista y realista de la etapa evolutiva de la adolescencia. Esto es posible realizarlo mediante el diseño de revistas, páginas web o cualquier otro documento de consulta, o bien a través de charlas o sesiones de trabajo coordinadas por el Departamento de Orientación.

ENTORNO O CONTEXTO

En lo que respecta al entorno en el que está ubicado el centro escolar, es recomendable el desarrollo de campañas institucionales que desmitifiquen la adolescencia como un periodo negativo y traslade a la ciudadanía una visión de la adolescencia en positivo. En el ámbito comunitario, es evidente la influencia que los medios de comunicación ejercen en las representaciones sociales sobre cuestiones como la adolescencia, la familia, o la educación. En este sentido, y siendo conscientes de cómo calan en todos nosotros los modelos de familias con hijos e hijas adolescentes que se nos presentan en la publicidad, las series televisivas o incluso los noticieros, podrían llevarse a cabo acciones educativas, en las que se hiciera hincapié en la importancia de una correcta «lectura» de los mensajes que nos trasladan los medios, lo que nos lleva a plantear la necesidad de llevar a cabo campañas de alfabetización mediática.

También consideramos conveniente desarrollar actividades que despierten el interés del alumnado en colaborar con los diferentes agentes sociales de la zona, de manera que se fomente la plena participación de éste en la vida del centro y del barrio bajo principios democráticos. Esto hace que se promueva en los alumnos y alumnas el sentimiento de identidad y pertenencia a su entorno, además de fomentar una actitud positiva respecto a la transformación de aquellos factores, de la localidad en la que viven, que consideran negativos o perjudiciales.

En la línea de lo propuesto en otros apartados pensamos que las actividades extraescolares son un importante recurso comunitario, sobre todo si constituyen auténticos programas de desarrollo positivo que persigan, entre otros objetivos, la adquisición de competencias sociales, tales como la correcta codificación e interpretación de las claves sociales o la generación de soluciones efectivas ante los problemas interpersonales. Estas actividades deben fomentar el empoderamiento adolescente, animando a chicas y chicos a implicarse en actividades útiles de las que sean responsables, con las que tengan que comprometerse, y que contribuyan a generar un fuerte sentimiento de pertenencia al grupo.

3.3. REFERENCIAS

- Brand, S., Felner, R., Shim, M., Seitsinger, A., y Dumas, T. (2003). Middle school improvement and reform: Development and validation of a school-level assessment of climate, cultural pluralism, and school safety. *Journal of Educational Psychology, 95*, 570–588
- Cava, M.J. y Musitu, G. (2000). La potenciación de la autoestima en la escuela. Barcelona: Paidós.
- Catalano, R. y Hawkins, J. (1996). The social development model: A theory of antisocial behavior. En J. Hawkins (Ed.) *Delinquency and crime*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cowie, H., y Hutson, N. (2005). Peer support: a strategy to help bystanders challenge school bullying, *Pastoral Care in Education, 23*, 40-44.
- Cohen, J., McCabe, E., Michelli, N., y Pickeral, T. (2009). School climate: Research policy, practice, and teacher education. *Teachers College Record 111, 1*, 180-213.
- Damon, W. (2010). The bridge to character: To help students become ethical, responsible citizens, schools need to cultivate students' natural moral sense. *Educational Leadership, 67(5)*, 36-41.
- Díaz-Aguado, M. J. (2005). Educar para la tolerancia y prevenir la violencia un año después del 11-M. *Cuadernos de Pedagogía, 344*, 54-58.
- Felner, R.D., Brand, S., DuBois, D.L. Adan, A.M., Mulhall, P.F. y Evans, E.G. (1995). Socioeconomic disadvantage, proximal environmental experiences and socio-emotional and academic adjustment in early adolescence: investigation of a mediated effects model. *Child Development, 66*, 774-792.
- González Galán, A. (2004). *Evaluación del clima escolar como factor de calidad*. Madrid: La Muralla.
- Hawkins, J., Catalano, R. y Miller, J. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence an early adulthood: Implications for substance abuse preventive. *Psychological Bulletin, 112(1)*, 64-105.

- Jiménez, T., Moreno, D., Murgui, S. y Musitu, G. (2008). Factores psicosociales relacionados con el estatus social del alumno en el aula: el rol de la reputación social, la amistad, la conducta violenta y la relación con el profesor. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8, 227-236.
- King, A., Wold, B., Tudor-Smith, C. y Harel, Y. (1996). *The Health of youth. A cross-national survey*. Canada: WHO.
- Oliva, A., Ríos, M., Antolín, L., Parra, A., Hernando, A. y Pertegal, A. (2010). Más allá del déficit: Construyendo un modelo de desarrollo positivo adolescente. *Infancia y Aprendizaje*, 33, 223-234.
- Pertegal, M. A., Oliva, A. y Hernando, A. (2010). Los programas escolares como promotores del desarrollo positivo adolescente. *Cultura y Educación*, 22 (1), 53-66.
- Rodrigo López, M.J., Maiquez, M.L., García, M., Medina, A. Martínez, M.A. y Martín, J.C. (2006). La influencia de las características personales y contextuales en los estilos de vida en la adolescencia: aplicaciones para la intervención en contextos de riesgo psicosocial. *Anuario de Psicología*, 37 (3), 259-276.
- Roeser, R.W., Midgley, C.M., y Urdan, T.C. (1996). Perceptions of the school psychological environment and early adolescents' psychological and behavioral functioning in school: *The mediating role of goals and belonging*. *Journal of Educational Psychology*, 88, 408-422.
- Roth, J. L. y Brooks-Gunn, J. (2003). What exactly is a youth development program? Answers from research and practice. *Applied Developmental Science*, 7, 92-109.
- Trianes, M.V., Blanca, M.J., De la Morena, L., Infante, L., y Raya, S. (2006). Un cuestionario para evaluar el clima social del centro escolar. *Psicothema*, 18(2), 272-277.
- Westling, M. (2002). A two level analysis of classroom climate in relation to social context, group composition and organization of special support. *Learning Environments Research*, 5, 253-274.
- Yoneyama S y Rigby K (2006). Bully/victim students and classroom climate. *Youth Studies Australia*, 25, 34-41.

4. PROPUESTAS PARA LA PROMOCIÓN DE LOS ACTIVOS COMUNITARIOS

Diana M^a Pascual, Rosa M^a Estévez, Lucía Antolín y Alfredo Oliva

4.1 LA IMPORTANCIA DE LA COMUNIDAD PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE

El interés por el estudio de las influencias que el barrio de residencia ejerce sobre el desarrollo y ajuste de niños y adolescentes no es nuevo, ya que surgió durante el siglo pasado, cuando el desempleo, los movimientos migratorios y la pobreza provocaron una concentración de población desfavorecida en algunos suburbios de grandes ciudades de Europa y EEUU, en los que se observó una mayor incidencia de problemas comportamentales en su población joven.

La preocupación por estos problemas hizo que algunos modelos teóricos, como la psicología de la Gestalt, o la Psicología Ecológica, dieran mucha importancia a la influencia del contexto sobre el sujeto. No obstante, tal vez haya sido Bronfenbrenner, con su modelo ecológico, uno de los autores que ha realizado una contribución más sólida al estudio de los contextos donde viven las personas. Y aunque la familia y la escuela representan en su modelo microsistemas fundamentales para el desarrollo infantil, el vecindario también supone una importante fuente de influencia, especialmente durante la adolescencia, ya que a partir de la pubertad cada vez es mayor el tiempo que chicos y

chicas pasan fuera de la casa y la escuela, lo que supone una mayor exposición a influencias extrafamiliares y extraescolares (Larson, Richards, Moneta, Holmbeck y Duckett, 1996; Steinberg y Morris, 2001).

Si el origen del estudio de las influencias comunitarias lo encontramos en la evidencia de que los entornos desfavorecidos promueven la aparición de problemas de conducta, en los últimos años ha ido ganando peso la idea de que algunas características del barrio o comunidad pueden favorecer el desarrollo de niños y adolescentes (Leventhal, Dupéré y Brooks-Gunn, 2009). En el marco del modelo de desarrollo positivo adolescente, algunos autores han propuesto el concepto de activos para el desarrollo (Developmental Assets) para hacer referencia a aquellos recursos presentes en el sujeto, en la familia, la escuela o la comunidad que resultan esenciales para la promoción del desarrollo positivo adolescente (Benson, Scales, Hamilton y Sesman, 2006).

Entre estos activos comunitarios se encuentran la seguridad, la disponibilidad de actividades extraescolares estructuradas, o la valoración positiva y la asignación de responsabilidades y roles a jóvenes y adolescentes por parte de la comunidad, que puede contribuir de forma decisiva a que los jóvenes maduren, se empoderen, se sientan útiles e importantes para la comunidad y quieran contribuir de forma activa a su mejora. De alguna forma este activo guarda similitudes con el concepto de capital social, entendido como aquellas características de la organización social, tales como las redes sociales existentes y la confianza recíproca que facilitan la acción y cooperación para el beneficio mutuo entre los miembros de una comunidad (Halpern, 2005; Putnam, 1993). Según algunos autores este capital social influiría positivamente sobre el sentimiento de vinculación emocional o pertenencia al barrio en que se reside, lo que aumentaría el deseo de implicarse de forma activa en beneficio de la comunidad, algo que ha sido definido por algunos autores como eficacia colectiva (Cancino, 2005).

Esta eficacia colectiva tendría, entre otras consecuencias, un mayor control y supervisión del comportamiento juvenil por parte de personas adultas dispuestas a intervenir en caso de detectar conductas incívicas y contrarias a las normas de la comunidad. Este control social es otro importante activo para el desarrollo que podría considerarse como el equivalente comunitario del control o supervisión parental, y que, al igual que éste, está relacionado con la prevención de comportamientos antisociales (Sampson y Groves, 1989).

La falta de seguridad es otra variable comunitaria muy relacionada con el ajuste comportamental adolescente, pues son muchos los estudios que encuentran que aque-

llos chicos y chicas que residen en vecindarios en los que no hay fácil acceso a las drogas, y en los que la violencia entre grupos y los actos antisociales son poco frecuentes muestran un mejor ajuste, no sólo conductual sino también emocional (Duncan, Duncan y Strycker, 2002). Por el contrario, la disponibilidad de sustancias ilegales en el vecindario es un importante predictor de su consumo, así como de las conductas violentas y de la afiliación a bandas (Lambert, Brown, Phillips y Jalongo, 2004).

La existencia de actividades extraescolares o de ocio estructuradas a las que los adolescentes puedan dedicar su tiempo libre también está relacionada con la competencia académica y con el desarrollo personal y social, y cada vez es mayor la evidencia que destaca la importancia de la implicación este tipo de actividades para la formación integral de la juventud y para la reducción de muchos problemas conductuales, especialmente en jóvenes en situación de riesgo psicosocial (Eccles y Gootman, 2002; Gardner, Roth y Brooks-Gunn, 2008; Mahoney y Stattin, 2000). Por lo tanto, se trata de unos de los activos que pueden considerarse más relevantes cuando se trata de residentes en la etapa adolescente.

Nuestro estudio ha aportado una importante evidencia empírica acerca de la importancia de los activos situados en el barrio en que residen los adolescentes, ya que se encontraron relaciones muy significativas entre la competencia y el ajuste adolescente y algunas dimensiones comunitarias, como la seguridad, el control social, el empoderamiento de la juventud y el sentimiento de pertenencia a la comunidad o barrio. Aunque la disponibilidad de actividades extraescolares de ocio o tiempo libre no se asoció a un mejor ajuste o competencia de chicos y chicas, sí lo hizo su participación en ellas.

Ello supone que cualquier intervención holística que persiga la promoción del desarrollo adolescente y la prevención de problemas comportamentales incluya el fomento de los activos comunitarios como una actuación prioritaria.

4.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

Partiendo de la evidencia empírica obtenida, a continuación se expone un conjunto de líneas de intervención destinadas a favorecer los activos comunitarios que, según nuestros resultados, inciden en mayor medida en el desarrollo positivo de los jóvenes. Para ello, se presentarán cada una de las líneas, detallando en qué consisten, cuáles son sus objetivos, sobre qué activos comunitarios inciden y un breve desarrollo de la estrategia que podría emplearse para el desarrollo de cada una de ellas, así como propuestas concretas de actuación.

LÍNEA 9: EVALUACIÓN DE LOS ACTIVOS COMUNITARIOS

Partiendo de la idea de que para poder dar respuesta a las necesidades del barrio, resulta imprescindible conocer sus limitaciones y fortalezas, no podemos proponer nuevas intervenciones sin considerarlas. Para ello, debe ser la propia comunidad, a partir de sus propios residentes (tanto jóvenes como adultos) y de los técnicos y/o profesionales conocedores de los recursos y limitaciones de la misma, los que proporcionen la información sobre la que se basarán las actuaciones. Éstas últimas pretenderán cubrir las necesidades detectadas, sin olvidar el fomento de los activos con los que ya cuenta la propia comunidad y que pueden facilitar la cobertura de alguna de las propuestas presentadas.

OBJETIVOS

- Reunir información sobre las necesidades del barrio.
- Recopilar información sobre las fortalezas y/o recursos con los que ya cuentan.
- Obtener datos cuantitativos y cualitativos sobre la situación actual.
- Ajustar recursos a las necesidades del municipio.
- Evaluar de forma continua la evolución y consecuencias de las propuestas implantadas.
- Favorecer la implicación de los residentes en la evaluación de los activos y necesidades de su comunidad.
- Fortalecer la participación de los jóvenes en la valoración de los activos y recursos de su comunidad.
- Fomentar el sentimiento de pertenencia y vinculación con el barrio.
- Promover actividades solicitadas por los propios jóvenes.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Apego al barrio.
- Seguridad.
- Control social.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA

Para obtener una visión ajustada de los activos y necesidades de los barrios, se proponen dos actuaciones complementarias. Por una parte una evaluación cuantitativa basada en la aplicación de escalas y por otra, una evaluación cualitativa a partir de técnicas de consenso.

Para la realización de la evaluación cuantitativa de los activos y necesidades, se po-

dría optar por facilitar a los residentes del barrio, tanto adolescentes y jóvenes como adultos y ancianos, un breve cuestionario o escala que permita valorar la visión que poseen tanto de los recursos existentes en su barrio como de las necesidades que consideran necesarias cubrir. Para ello, podría aplicarse la escala que empleamos en nuestro estudio, que recoge los activos comunitarios más citados en la literatura (apoyo, control, apego, la seguridad, actividades extraescolares, recursos e infraestructuras existentes en la comunidad).

Un aspecto a tener en cuenta para la realización de esta evaluación, es contar con la colaboración y participación del mayor número de residentes, recomendándose la representación ajustada de las distintas generaciones de edad. De esta forma y tal y como hemos recogido en las conclusiones de nuestro estudio, es imprescindible en esta fase contar con la participación de los jóvenes del barrio, dado que su implicación en la toma de decisiones permitirá que tengan una percepción de que se les escucha y se les tiene en cuenta, percepción que puede favorecer su participación en las actividades que posteriormente se desarrollen. Precisamente, para facilitar y fomentar la participación de los adolescentes, podría resultar interesante aplicarles la escala de comunidad en sus propios centros educativos. Sería una manera rápida, económica y eficaz de asegurar la participación de la mayor parte de los jóvenes. En cuanto a la participación de los adultos se podría seleccionar varios puntos de interés donde se dispensarán los cuestionarios, así como utilizar algunos técnicos o residentes representantes de pequeñas zonas para ser los encargados de distribuir, aplicar y recoger los cuestionarios.

Como se comentó anteriormente, la evaluación cuantitativa debería complementarse con una actuación más cualitativa, en la que se contase con la apreciación de profesionales expertos en la oferta y valoración de recursos y necesidades. Para ello, podrían constituirse grupos de discusión, en los que anualmente se pidiera la participación de profesionales de Forma Joven, técnicos del ayuntamiento, etc. quienes acudirían a dichas reuniones para aportar una visión lo más realista posible sobre los recursos con los que ya se cuentan y aquellos que serían conveniente fomentar, así como para aportar propuestas sobre cómo podría aprovecharse dichos recursos, y de qué manera responder a las necesidades del propio barrio. Además, se les podrían hacer partícipes de las percepciones expuestas por los propios residentes en los cuestionarios administrados, asegurándose así de que los recursos que puedan surgir de esas reuniones, dan respuesta a las necesidades expuestas por los propios residentes.

A pesar de las aportaciones que este tipo de intervenciones puede ofrecer a todo tipo de municipios, cabe señalar la importancia de priorizar estas actuaciones en aquellos barrios o comunidades más desfavorecidas.

LÍNEA 10: REALIZACIÓN DE CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA COMUNIDAD PARA EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE

Esta segunda línea de actuación consiste en la elaboración de una campaña de sensibilización que cuente con anuncios publicitarios, trípticos, carteles y otros recursos dirigidos a la población general y que promueva un fomento de los valores comunitarios.

OBJETIVOS.

- Sensibilizar e implicar a los adultos en la educación de los adolescentes.
- Sensibilizar a los adolescentes en el cuidado de la comunidad.
- Promoción de valores comunitarios tanto en jóvenes como en adultos.
- Proporcionar información relacionada con aquellos recursos con los que se cuentan en el barrio.
- Aumentar la seguridad de los barrios.
- Fomentar el apoyo comunitario ofrecido a los jóvenes.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Apego al barrio.
- Seguridad.
- Control social.

METODOLOGÍA

Para el desarrollo de esta campaña de sensibilización, se podría recurrir a varios recursos que se detallan a continuación.

Anuncios y vallas publicitarias.- Podrían elaborarse varios spots en los que se insistiera en la promoción de las variables y objetivos concretos expuestos anteriormente. Para ello, se podrían elaborar algunos anuncios donde, se promueva una visión positiva del adolescente, como un agente que, por sus propias características, puede favorecer a la propia comunidad. Algunos ejemplos ilustrativos podrían ser adolescentes enseñando a sus mayores al manejo de las nuevas tecnologías; o bien implicados en actividades de voluntariado; mostrando su creatividad en el acondicionamiento de zonas urbanas; participando en las actividades de su comunidad; adolescentes y adultos apoyándose en sus actividades cotidianas; o participando conjuntamente en el cuidado del barrio. Estos

anuncios podrían acompañarse de eslóganes tales como QUIERE TU BARRIO, CUIDA TU BARRIO o TU BARRIO Y TÚ.

Por otra parte, estos anuncios podrían complementarse con otros en los que, por el contrario, se mostrase una visión más negativa. Por ejemplo, podrían mostrarse situaciones en las que los adultos piden a los jóvenes que hagan cosas que ellos mismos no cumplen: limpieza del barrio cuando ellos son los primeros que tiran papeles o colillas en cualquier sitio, cuidar el mobiliario público, cuando a lo mejor si ven a alguien descuidándolo (que no son hijos suyos o familiares) no son capaces de decirles nada, etc. En este caso, el eslogan podría orientarse a la idea de “SITÚ NO LO HACES, CÓMO LO VAN A HACER ELLOS” o “TÚ ERES SU EJEMPLO”.

Para la difusión de dichos anuncios podrían emplearse los medios de comunicación tradicionales (televisión, radio, vallas publicitarias, periódicos,...), así como otros medios de mayor auge en la actualidad, como son los diferentes recursos que Internet nos ofrece: redes sociales –Facebook, Tuenti, Twitter, etc.-, páginas o espacios webs, etc. Entre las ventajas que aportan estos medios más telemáticos se pueden citar el ahorro económico, la disponibilidad de la información permanente así como una cobertura de difusión bastante amplia. Si a todo ello unimos que la utilización de los recursos de Internet hoy por hoy es uno de los medios de comunicación más utilizado tanto por jóvenes y adultos, resulta imprescindible su incorporación en el desarrollo e implantación de esta campaña de sensibilización.

De este modo, podría optarse por la creación de una página o espacio web diseñado con objeto de difundir esta campaña, que a su vez, podría emplearse como recurso para hacer llegar, tanto a jóvenes como adultos, información y detalles de las actividades, concursos, voluntariado y recursos con los que cuentan en sus respectivos barrios o zonas. Para ello, podría habilitarse un buscador en dicha página en la que el usuario, introduciendo su provincia y localidad, pueda tener acceso a todos aquellos recursos dirigidos a su localidad, así como información detallada de los mismos. Además, cabría la opción de hacerse usuario de dicha página y recibir por ello información periódica en su correo electrónico o por eventos en Facebook, Tuenti, u otras redes sociales, de las nuevas actividades que se vayan promoviendo en su zona y localidades cercanas.

Folletos o trípticos.- Pueden utilizarse para ilustrar las ideas que se exponen en los anuncios, favoreciendo así que la iniciativa llegue por todos los medios posibles. Dichos folletos y trípticos podrían colocarse y/o repartirse en los centros educativos, centros

de salud, centros cívicos, etc. Además, en ellos podrían recogerse a su vez propuestas o recursos con los que el barrio puede contar y que no quedan reflejados en los anuncios comentados anteriormente. Por ejemplo, podrían ofrecerse alternativas dirigidas a los adultos sobre cómo deben inculcar a sus jóvenes los valores que se pretenden promocionar en esta campaña y el valor que tiene que se involucren en el control y apoyo de los más jóvenes.

LÍNEA II: OFERTA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES PROMOTORAS DEL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE

Diseñar una cartera actividades para jóvenes y adolescentes que fomenten su desarrollo positivo, haciendo un especial énfasis en la elaboración de aquellas actividades dirigidas a los colectivos más necesitados según los resultados del estudio: jóvenes que se encuentran en la etapa final de la adolescencia, residentes de los barrios más desfavorecidos y a las chicas adolescentes en general. El estudio presentado muestra que lo relevante no es ofrecer una amplia variedad de actividades, sino conseguir la participación continuada de los jóvenes a las mismas. Para ello, deberán promocionarse actividades que se ajusten a las necesidades detectadas en cada barrio. En Parra, Oliva y Antolín (2009) se describen las características que deben tener estas actividades para que pueden constituirse en verdaderos programas de desarrollo positivo.

La información sobre las actividades disponibles en la comunidad puede obtenerse a través de la evaluación de los activos comunitarios (propuesta nº 1) dónde se habrán detectado tanto los recursos disponibles como las necesidades específicas de cada barrio, las cuales serán de gran utilidad para el posterior desarrollo de las propuestas correspondientes y la difusión de las mismas. Además, y de forma más específica, en relación con la oferta de actividades extraescolares dirigidas a jóvenes y con el objetivo de conseguir aumentar su participación en las mismas, sería necesario contar previamente con su opinión.

OBJETIVOS

- Cubrir las necesidades de cada barrio.
- Promover el desarrollo positivo adolescente mediante la participación en actividades destinadas a su promoción.
- Promocionar actividades que fortalezcan los vínculos entre los residentes,

- independientemente de su edad.
- Promocionar aquellas actividades propuestas por los propios jóvenes, insistiendo en escuchar las propuestas de las chicas.
 - Incrementar la participación de los jóvenes de la comunidad en las actividades que en ella se promueven.
 - Difundir la información pertinente a las actividades promovidas en la propia comunidad o barrio.
 - Fomento de iniciativas seguras para el desarrollo del ocio saludable en los jóvenes.
 - Incrementar la percepción que los jóvenes pueden tener sobre la importancia de su participación en las propuestas organizadas en su comunidad.

ACTIVOS COMUNITARIOS PROMOVIDOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Apego al barrio.
- Control social.
- Seguridad.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA

A continuación, se detallan actuaciones generales que se consideran pertinentes que se lleven a cabo para favorecer la participación de los residentes en las actividades organizadas, así como ejemplos de posibles propuestas y actividades específicas que podrían cubrir los objetivos y variables anteriormente citados.

Necesidades.- Como ya se recogió anteriormente, debe contarse tanto con la valoración y preferencias de los propios residentes, como con el asesoramiento de los profesionales expertos en la temática y conocedores de la realidad del barrio o comunidad en cuestión. A partir de las necesidades subrayadas por ambos grupos, se pasará a ofrecer propuestas diseñadas para la cobertura de dichas necesidades. Es importante que estas actividades cuenten con los recursos existentes en la propia comunidad, para reforzar que se sigan manteniendo y ofrecer un uso adecuado y completo de los mismos.

Difusión.- Para favorecer la difusión de las nuevas propuestas y actividades, además de los recursos publicitarios tradicionales, podría apostarse por algunas de las siguientes iniciativas:

- Empleo de las redes sociales para la difusión de dichas actividades, así como

para recopilar información acerca de las propuestas más votadas o demandas por los jóvenes de la comunidad.

- Elaboración de un calendario donde se especifiquen las ofertas de actividades durante el año y la fecha de comienzo y finalización de las mismas, así como los datos de contacto para solicitar más información. Puede optarse por presentarlo como un folleto informativo que cada residente recibirá en su hogar, y/o que, además, se encontrará disponible en distintos puntos de interés de la zona (centros cívicos, centros de salud, etc.).
- Seleccionar a un técnico o profesional que se encargue de visitar un barrio o comunidad determinada. Desde allí, la primera tarea de este profesional será intentar captar a uno o varios residentes del barrio que actúen como mediadores (representantes o personas de referencia de su zona), estando entre sus responsabilidades informar y difundir las actividades que se desarrollarán próximamente en el barrio, así como asesorar sobre las mismas.

Iniciativas de fomento de participación.- Para promover y estimular tanto la motivación como la participación de los residentes en general, y de los jóvenes en particular, es necesario que se sientan escuchados y tenidos en cuenta en aquellas decisiones que se llevan a cabo en su comunidad. Para fomentar la participación se podrían llevar a cabo algunas de las siguientes iniciativas:

- Elaboración de un breve cuestionario (screening), con formato abierto o semi-estructurado, que será aplicado al inicio del curso escolar con la idea de recoger cuáles son las sugerencias y propuestas de ocio que los adolescentes les gustaría tener en su barrio. El análisis de estas encuestas debe permitir diferenciar en las respuestas según el sexo, curso escolar y barrio de procedencia del entrevistado. Una vez recogidas y analizadas las encuestas, se evaluará la viabilidad de cada una de las propuestas y, en el ayuntamiento o institución responsable, se decidirán cuáles desarrollar e implantar. De esta forma, intentamos ofrecer una oferta de actividades ajustadas a las necesidades de los adolescentes y con ello aumentar la motivación de participar en las mismas.
- Abrir una convocatoria donde los residentes (jóvenes y adultos) puedan presentar su propuesta de programa o taller destinado a impulsar el desarrollo de su barrio o comunidad. La temática puede ser diversa: educación, cultura, salud, deporte

u otros. De entre todos los presentados, podrá realizarse un concurso donde, a partir de la puntuación de cada uno de los puntos clave de la propuesta, se seleccionará aquellos programas de mayor puntuación para ser implantados en el barrio con un presupuesto otorgado por el ayuntamiento y con la colaboración y dirección de los autores del programa.

- Contar preferiblemente con mediadores jóvenes, expertos en un área que implanten y monitoricen por sí mismos las actividades promovidas en su comunidad, de manera que sean ellos mismos los que en esta ocasión enseñen a otros. Esta iniciativa además de fomentar la participación e implicación de los jóvenes más mayores, es pertinente para trabajar numerosos valores de desarrollo positivo.
- Para fomentar la participación de los jóvenes a las actividades realizadas por los distintos clubes juveniles (de arte, cultura, deporte), se podrían realizar concursos de exposiciones, representaciones, etc. En la difusión de estos concursos debe informarse, además de sus bases, de los premios a los que podrán optar. Se recomiendan que los premios estén relacionados con la temática del concurso y que fomenten la formación continua del adolescente en ese ámbito (por ejemplo, entradas a festivales u obras de teatro conocidas, museos, visita a instalaciones deportivas, etc.).

Actividades.- Siempre partiendo de las necesidades y recursos con los que cuentan cada barrio, se optaría por el fomento de actividades que promuevan los vínculos de los residentes en general y los jóvenes en particular a su barrio. Para ello, a continuación proponemos a modo de ejemplo, varias ideas de actividades que podrían favorecer el establecimiento de dichos vínculos, así como la promoción de valores y competencias propias del desarrollo positivo.

EJEMPLOS DE ACTIVIDADES

1.- Grupos de teatro

Se ofertará a los jóvenes de cada barrio la posibilidad de crear grupos de teatro, con la intención de que se preparen para una representación sobre la realidad de su barrio. Dicha representación, deberá ser expuesta en alguna fecha determinada donde los grupos de teatros de diferentes barrios competirán entre sí para la consecución de un

premio. De este modo, los chavales trabajarán para dar a conocer su barrio, por lo que previamente deberán de informarse de todas sus necesidades y potencialidades, fortaleciendo de este modo sentimientos de vinculación al mismo, así como a sus compañeros. A su vez, conocerá las realidades de otros municipios colindantes al suyo. Además de representar la realidad de su comunidad, podrán exponer en dichas representaciones posibles propuestas de mejoras, de manera que se conciencie a los vecinos.

OBJETIVOS

- Dar a conocer su barrio con sus recursos y sus aspectos positivos.
- Promover la vinculación y sentimientos de pertenencia al barrio.
- Ofrecer nuevas realidades posibles.
- Promover competencias promotoras del desarrollo positivo.
- Promoción de alternativas de ocio saludable.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Control social.
- Empoderamiento de la juventud.
- Apego al barrio.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA.

Para la puesta en marcha de esta actividad, se podrá contar con monitores, que pueden ser incluso residentes de la propia localidad con formación en dramatización o similar. Debe de ofrecerse como un recurso gratuito para que todos los jóvenes interesados puedan participar sin obstáculos de tipo económico.

Es recomendable que los monitores reciban previamente formación en competencias y valores de promoción del desarrollo positivo (habilidades sociales, comunicación, empatía, etc.) para que, de manera transversal y disfrazada, las transmita y trabaje con los chicos y chicas participantes. Además, el monitor/a deberá inculcar a los y las adolescentes la idea de que el teatro es un vehículo de comunicación muy poderoso, por lo que ellos mismos pueden emplearlo para ofrecer su opinión, de una forma más visual e impactante.

La evolución de los jóvenes y la muestra del trabajo realizado durante las sesiones, serán percibidos por el resto de residentes a través de distintas representaciones

teatrales que expondrán en algunas de las celebraciones organizadas en su comunidad. Se recomienda que la temática principal de la obra esté relacionada con la historia, costumbres u otros aspectos del propio barrio, de modo que los jóvenes deberán recopilar información de la circunstancias de su localidad para poder representarla con el mayor realismo posible. A su vez, con la ayuda del monitor, estas representaciones pueden servir de vehículo para denunciar situaciones sociales, expresar sus valores o plasmar la realidad que ellos mismos perciben, entre otras finalidades. Además, podrán ofrecer posibles soluciones que promuevan la mejora de su barrio.

2.- Fotografía

Crear un archivo fotográfico común a todas las familias de la localidad, libre y accesible, a través de la participación ciudadana. Esta actividad ya ha comenzado a ser promovida en algunas localidades, a través de proyectos promovidos por los propios Ayuntamientos. Por ejemplo, en www.mairenaconmemoria.org, se presenta una de estas propuestas, en las que todos los residentes de esta localidad tienen la oportunidad de participar aportando sus fotografías de la zona y de sus gentes, abarcando pasado, presente y futuro.

OBJETIVOS

- Promover la vinculación y sentimientos de pertenencia al barrio.
- Proporcionar una actividad que puede ser realizada por jóvenes, pero que implica que éstos se comuniquen con sus mayores.
- Reflexionar sobre la realidad del barrio.
- Sentimientos de pertenencia y vinculación
- Promoción de alternativas de ocio saludable.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Control social.
- Empoderamiento de la juventud.
- Apego al barrio.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA

En la propuesta llevada a cabo en Mairena del Aljarafe (Sevilla), el proyecto va más allá de la red y llega hasta la calle para su divulgación, a través de la presentación de la propuesta en institutos, así como en asociaciones, hermandades y demás colecti-

vos sociales. Por ejemplo, se instalan estudios en la calle para que los vecinos se retraten vestidos de época; regalan cámaras de usar y tirar para que colaboren en el proyecto; se realizan gymkhanas fotográficas, consistentes en localizar zonas antiguas del pueblo para comparar pasado y presente; o se toman fotografías de calles desde una zona alta para que los ciudadanos, al ampliarlas en Internet, se localicen en ellas y etiqueten.

El único requisito para participar es ser residente de la localidad en cuestión. Además, pueden organizarse concursos en los que los más jóvenes expongan su visión sobre su localidad por medio de sus fotografías (murales, collage, etc.). Pueden ayudarse de sus mayores para documentarse sobre la vida en esa misma localidad en décadas anteriores. Para promover una mayor difusión, las fotos podrán ser colgadas en la red, y todos los vecinos tendrán la oportunidad de hacer comentarios sobre las mismas para ayudar a sus jóvenes a tener una visión más clara de la realidad histórica de su localidad, barrio o municipio.

Como incentivo, se podrán premiar aquellos trabajos más valorados por los vecinos, además de con el diploma de reconocimiento correspondiente, con otros premios que fomenten la propia actividad (cámaras de fotos y/o entradas a exposiciones de fotografía, por ejemplo).

3.- Celebraciones: Intercambio de aprendizajes

Organizar diferentes propuestas para implicar al barrio o comunidad en las celebraciones claves que se presenten a lo largo del año: Halloween, Reyes, Veladas, Cruz de Mayo, Carnavales, entre otras. Para ello, unos meses antes, en cada localidad, los jóvenes apoyados por sus mayores se encargarán de preparar su participación en cada una de las mismas.

OBJETIVOS

- Promover la vinculación y sentimientos de pertenencia al barrio.
- Proporcionar una actividad que puede ser realizada por jóvenes, pero que implica que éstos se comuniquen con sus mayores.
- Promoción del cuidado del barrio y propuestas de mejoras ofrecidas por los propios jóvenes.
- Fomento de iniciativas seguras para el desarrollo del ocio saludable en los jóvenes.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS.

- Control social.
- Empoderamiento de la juventud.
- Apego al barrio.
- Actividades para jóvenes.
- Seguridad.

METODOLOGÍA.

Las celebraciones que se organicen irán en concordancia con las festividades que de por sí ya sean consideradas en el municipio. Por ejemplo, debe entenderse que no en todos los municipios se celebre Halloween, aunque hay que considerar que es una práctica cada vez más extendida entre los jóvenes, como puede ocurrir con carnavales. Lo mismo puede ocurrir con propuestas como las cruces de Mayo, que no se encuentran extendidas en todas las localidades o que son promovidas más por adultos, siendo más escasa la participación de los jóvenes. Lo ideal será fomentar aquellas actividades que tengan más relación con la comunidad a la que se va a dirigir, e incorporar la participación de los jóvenes en aquellas en las que no se promueva demasiado su participación, presentando nuevas oportunidades más atractivas y que se ajusten a sus gustos. A continuación se detallan varias propuestas que se acogen a la temática de la fiesta y que promueven a su vez la participación de los jóvenes en consonancia con el resto de los residentes de su comunidad.

Iniciativas para Halloween y Carnavales: Dado que el motivo principal de estas fiestas son la diversión a través de los disfraces, la música típica o la transmisión de historias, podrían organizarse actividades que promuevan este espíritu, sin olvidar el objetivo de crear lazos entre sus participantes ya que son fiestas que tienden a celebrarse en grupos y en un contexto proclive para interactuar.

Una de las propuestas para trabajar la vinculación entre los residentes de un mismo barrio así como facilitar la interacción con jóvenes y adultos de barrios colindantes sería recurrir a la organización de un concurso en el que todos los residentes de un barrio deban disfrazarse y decorar su barrio sobre una temática determinada seleccionada por los jóvenes de cada barrio. Para Halloween, la temática resulta evidente, pero para Carnavales, la selección del tema podría realizarse varios meses antes en los propios centros educativos, donde se pedirá a los chicos su opinión sobre aquellos temas que les gustaría representar y que serán sometidos a votación entre todos los alumnos y alumnas de los centros de la localidad. Una vez concretada la temática, los jóvenes, así como sus mayores, deberán participar en la decoración del barrio y la elaboración de los disfraces correspondientes. Los disfraces, decorados y demás recursos,

serán elaborados por los propios residentes, con materiales reciclados o reutilizados con otros fines de los originales (vestidos viejos que se emplearán para los disfraces, botellas de plástico y cartones o bricks para los decorados, etc., de manera las fiestas resultarán más económicas al mismo tiempo que se promoverán valores de cuidado del medio ambiente.

En el transcurso de las celebraciones, cada barrio, localidad o municipio, será valorado por técnicos del ayuntamiento o similares que puntuarán, tanto la presencia que ofrezca el barrio con respecto a la temática de partida, como la ratio de participantes o edad de los mismos en relación al total de participantes de cada barrio.

Los premios serán proporcionados a los barrios y además, se les dará la posibilidad de que el año próximo, los ganadores sean los que elijan la temática a representar. Entre estos premios podrían figurar ayudas para la rehabilitación de zonas de sus localidades, o su acondicionamiento para propuestas que pueden ser presentadas por los propios jóvenes. Además, de estos premios comunitarios, los jóvenes participantes en los distintos concursos que se realicen en estas fiestas (por ejemplo, en concurso de disfraces y/o chirigotas en el caso de los Carnavales) podrán conseguir premios individuales como reconocimiento a su esfuerzo, originalidad, dedicación, etc., de manera que les sirva de aliciente para su participación en ediciones venideras.

Iniciativas para Navidades y Reyes: Consistirá en la organización de actividades tales como: cabalgatas, entrega de regalos en las plazas principales de la localidad por reyes o pajes, decoración del barrio, concursos de christmas, villancicos, fotografías, relatos navideños, etc. que promuevan la participación de todos los residentes del barrio y de todos aquellos jóvenes vinculados a alguna de las actividades promovidas a lo largo del año en la localidad (fotografía, canto, baile, periódico, etc.).

Propuestas para Cruz de Mayo y Veladas: Este tipo de fiestas, aunque suelen celebrarse por motivos religiosos, aparecen en ellas algunas actividades o valores dignas de ser fomentadas. Por ejemplo, en barriadas donde tradicionalmente se celebran las Cruces de Mayo, éstas son decoradas por los vecinos del barrio, a la vez que se cuida la presentación y limpieza de la plaza donde se va a colocar la misma. Además de los concursos que suelen promoverse (premios a las mejores cruces, concursos de bailes por sevillanas, etc.), se puede aprovechar la oportunidad para presentar otras actividades que podrían ajustarse a la promoción del cuidado del barrio.

Un ejemplo de la misma sería organizar un concurso con el emblema “*Cómo mejorar mi barrio*”. En él, los jóvenes de la comunidad podrán hacer propuestas sobre cómo

aprovechando los recursos con los que ya cuenta el barrio, podrían resolverse algunas de las necesidades que presenta. Para la justificación de sus propuestas, podrán contar con algunos de los recursos expuestos en actividades anteriores. Por ejemplo, con el material recopilado a través del proyecto relacionado con las fotografías de la localidad que muestran la evolución del barrio, los jóvenes pueden reflexionar a cerca de los cambios de su zona, pudiendo incluso anticipar qué cambios creen que se desarrollarán en su localidad en años venideros, o qué propuestas considera oportunas tener en cuenta para mejorar su barrio en el futuro. Además, podrán realizar sus peticiones, siempre y cuando los proyectos puedan promoverse con los propios recursos con los que cuenta el barrio. Las mejores propuestas serán premiadas y llevadas a cabo en la comunidad.

En estos eventos, y bajo el mismo emblema ("*Cómo mejorar mi barrio*") podrán representarse las obras de teatro que los grupos de jóvenes correspondientes a cada localidad han ido preparando a lo largo del año; exponerse los trabajos fotográficos realizados a partir de la muestra de la evolución del barrio (ver actividad de fotografía), etc.

4.- Periódico

Creación de un periódico elaborado por los jóvenes del barrio, donde puedan exponer las noticias que afectan a su comunidad, su punto de vista sobre sucesos o acontecimientos que se dan en su zona, las actividades que en ella se promueven, etc.

OBJETIVOS

- Permitir que la voz de los jóvenes sea escuchada.
- Difundir información sobre actividades, concursos y eventos donde se requiere la participación de los jóvenes.
- Fomentar el interés de los jóvenes por su comunidad, así como por las iniciativas que en ella se promueven.
- Denunciar aquellas situaciones que estén pasando desapercibidas por los residentes de la comunidad.
- Incrementar el espíritu crítico de los jóvenes que participen en esta iniciativa, así como el de aquellos que lean este periódico.
- Promoción de alternativas de ocio saludable.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Control social.

- Apego al barrio.
- Seguridad.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA

Para la difusión e incremento de la participación de los jóvenes en esta iniciativa, se podría comenzar captando a los jóvenes en los propios centros educativos. Para difundir esta propuesta y captar jóvenes responsables y motivados en participar en esta iniciativa de creación de un periódico a nivel de barrio o local, se podría informar de la misma, desde la asignatura de lengua y literatura, al tratar el tema de textos periodísticos, pudiendo presentarse como una actividad que se desarrollaría a nivel extraescolar.

Esta actividad debe de contar con un monitor que, además de ofrecer a los jóvenes los recursos para que puedan llevar a cabo la actividad, fomente el libre pensamiento y permita integrar las propuestas realizadas por los propios jóvenes. Por ejemplo, entre todos podrán elegir el nombre de su periódico, su diseño, las secciones de las que constará el periódico, etc. Sin embargo, el monitor/a insistirá en la idea de que en el periódico deben ofrecerse las noticias desde un punto de vista objetivo, pero que a su vez, cada joven podrá incorporar sus propias visiones sobre el asunto, de manera que se convierta en un vehículo de opinión y debate. Tras cada edición, podrá pedirse la colaboración de la comunidad y por supuesto, de otros jóvenes que, a pesar de no participar en la actividad, se hayan podido sentir con ganas de ofrecer su opinión sobre algunas de las temáticas abordadas. Para ello, para la creación de este periódico y facilitar su difusión podría emplearse Internet como recurso. Dicho periódico puede contar con una versión impresa y otra versión en web (para aquellas comunidades en las que se disponga de pocos recursos, podría contarse únicamente con la segunda versión, dado que es más económica y puede difundirse, al menos entre los jóvenes, con mayor facilidad).

Tras cada noticia, la redacción de las posturas de algunos de sus autores, se abrirá un espacio de opinión en el que todos los lectores podrán ofrecer su visión sobre las noticias, y podrán valorar las opiniones de sus vecinos, así como la de los redactores. De las opiniones, se publicarán tanto los nicks, y la edad de sus autores, de manera que se fomente la idea de que cualquiera puede participar y sus valoraciones son igual de valiosas que las del resto de sus vecinos.

A su vez, en cada edición, se pedirá a los lectores que envíen sus propuestas sobre secciones que podrían incluirse en el periódico, noticias de interés, que serán valoradas y

tenidas en cuenta en próximas ediciones. Además, podrán enviarse fotos y documentos que puedan servir a los redactores de materiales sobre los que fundamentar sus artículos. De este modo, se fomentaría la participación de toda la comunidad, y los jóvenes involucrados en la actividad podrán apreciar que sus propuestas están siendo útiles, además de incrementar el sentimiento de unidad y colaboración entre vecinos.

Por otro lado, podrían crearse secciones en las que, en cada edición, los jóvenes destacasen a alguna personalidad de la comunidad: alguna celebridad, personalidades destacadas por su trayectoria, “el vecino del mes” (elegido por sus méritos para potenciar los activos de su comunidad, por su compromiso con la misma, etc.). Para esta propuesta, los propios vecinos podrán aportar recomendaciones a los redactores de quiénes creen que deberían ser destacados y por qué. Las propuestas más votadas indicarán a los redactores sobre que personaje pueden hablar y los argumentos aportados por sus vecinos se utilizarán como justificaciones, además de las propias averiguaciones que realicen los jóvenes encargados de la noticia. De todas formas, en ocasiones, los propios redactores podrán seleccionar a personas que pueden no esperarse este nombramiento: algún compañero/a de clase que suela ayudar a los suyos, etc. de manera que fomente el interés de sus lectores.

A través de este medio, podrán difundirse todas aquellas actividades, concursos, y demás acontecimientos que se estén organizando en el barrio para que llegue al mayor número de personas. A su vez, se detallarán los requisitos que deben cumplirse para participar en estas actividades, información sobre las mismas, lugar de contacto donde podrán inscribirse, posibles premios, etc. Además, se publicarán los ganadores de los diferentes concursos, entrevistas con ellos/as, las fotografías, textos y otras creaciones premiadas, etc.

5.- Voluntariado

Medidas a partir de las cuales los jóvenes participan en la mejora de la comunidad, rehabilitando zonas que se encuentren en desuso y/o deterioradas y en las que se puedan, una vez acondicionadas, celebrar actividades o eventos de interés para la juventud; dirigiendo actividades en las que pueda ayudar a otras personas de la comunidad que no disponen de dichos conocimientos (jóvenes que enseñan a otros menores o a adultos en el uso de ordenadores, internet y otras tecnologías, etc.).

OBJETIVOS

- Mostrar a la comunidad una visión positiva de la juventud.
- Fomentar la promoción de actividades de ocio alternativas.

- Fomentar el apego de los jóvenes a su comunidad o barrio.
- Promover iniciativas de ocio seguras y saludables en jóvenes en situación de riesgo.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Control social.
- Apego al barrio.
- Seguridad.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA.

Aunque en general esta actividad estaría dirigida a todos los jóvenes de la comunidad, sería importante estimular la participación principalmente en este tipo de iniciativas de aquellos jóvenes más conflictivos.

En relación a la rehabilitación de zonas de la propia comunidad, para la captación de los jóvenes se procuraría que la iniciativa la percibieran como una oportunidad de disponer de un espacio para ellos, en el que ellos mismos serán los que propongan las actividades que podrían desarrollarse en las zonas una vez sean acondicionadas y restauradas por ellos mismos.

La finalidad es ofrecer a los jóvenes la ocasión de ser escuchados, luchando así contra la imagen negativa que en la comunidad puedan tener de ellos, y recompensarlos con la posibilidad de organizar actividades que hasta entonces puede que no se hubiesen desarrollado por falta de infraestructuras, recursos, u oportunidades. Por esto mismo, la toma de decisión sobre las actividades que se promoverán, serán seleccionadas por los jóvenes que participen en la rehabilitación de la zona en cuestión, de manera que se podrá despertar así su interés e implicación.

Durante la rehabilitación, el o los adultos encargados de dirigir la actividad, fomentarán el desarrollo de valores y habilidades que potencian el desarrollo positivo del adolescente, tales como el trabajo en grupo, habilidades de comunicación, tolerancia a la frustración, empatía, autoestima, etc. Del mismo modo, se ofrecerá la oportunidad de que cada joven pueda hacer propuestas sobre qué elementos incorporaría (diseño de elementos creados por ellos mismos –papeleras, murales, graffiti, letreros, esculturas, etc.-), y se recurriría a las aportaciones y conocimientos de los diferentes miembros del grupo para llevarlos a cabo.

En estas mismas infraestructuras, se podrían incluso llevar a cabo *talleres comunitarios*, a través de los cuales, los propios jóvenes del barrio expertos en alguna actividad pudieran ofrecerse como voluntarios para desarrollar, en forma libre y gratuita, talleres que aborden diferentes temáticas. Lo distintivo de esta propuesta es que no se circunscribe a una disciplina artística determinada, sino que se toman los aportes y saberes previos de los propios voluntarios.

6.- Programas de fortalecimiento y promoción del ocio alternativo

Promoción de programas destinados al fomento del ocio alternativo que están dando buenos resultados en otras comunidades.

OBJETIVOS.

- Ayudar a los padres y madres a promover la adaptación saludable de sus hijas e hijos adolescentes.
- Aportar recursos y fórmulas a los jóvenes que faciliten su desarrollo personal y su adaptación saludable.
- Entrenar a los jóvenes en las habilidades necesarias para elegir las conductas más saludables.
- Generar alternativas de ocio.
- Crear espacios de convivencia en los que se fomente respetar y compartir con los demás.
- Generar vínculos con redes de apoyo positivas.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS.

- Empoderamiento de la juventud.
- Control social.
- Apego al barrio.
- Seguridad.
- Promoción de nuevas actividades.

METODOLOGÍA

A continuación, se detallan algunas de las iniciativas que ya se aplican en algunas comunidades y podrían ayudar en la promoción de los objetivos comentados.

Por una parte, nos encontramos con la iniciativa "Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes" (Ruiz-Lázaro, Puebla, Cano y Ruiz, 2000). Trabajan con

jóvenes entre 12 y 16 años de una determinada comunidad, y con sus madres y padres.

Surge desde los servicios de salud, y sus objetivos generales son tres:

- Ayudar a los padres y madres a promover la adaptación saludable de sus hijas e hijos adolescentes.
- Aportar recursos y fórmulas a los jóvenes que faciliten su desarrollo personal y su adaptación saludable.
- Y entrenarlos en las habilidades necesarias para elegir las conductas más saludables.

Ejemplos de objetivos específicos respecto al trabajo con los padres serían reflexionar sobre cómo mejorar las habilidades de diálogo con sus hijas e hijos o favorecer una actitud positiva hacia los jóvenes que favorezca el desarrollo personal de los chicos y chicas. Como ejemplos de objetivos concretos para el trabajo con los jóvenes podemos citar el comprenderse y conocerse mejor a sí mismos y a los demás, saber afrontar los conflictos interpersonales o desarrollar la capacidad de controlar de forma libre y responsable sus deseos, emociones y conductas. Estos objetivos se logran con una metodología activa, participativa y basada en el diálogo, que utiliza una gran diversidad de técnicas como la exposición teórica, la lluvia de ideas, el juego de papeles, el estudio de casos, el entrenamiento o las tareas para casa.

Las actividades se planifican en dos ciclos de tres talleres –uno para padres y dos para adolescentes que constan de tres y cinco sesiones cada uno. Cada sesión es de hora y media, y los grupos, de entre 12 y 15 personas, son coordinados por un médico y dos diplomados en enfermería, dos observadores externos –educador y sanitario- y dos expertos externos –técnico de salud y psiquiatra-. En cada una de las sesiones se realizan entre tres y cinco actividades destinadas a trabajar los objetivos comentados anteriormente. Según los autores, la evaluación del proyecto ha sido sobresaliente, demostrando su factibilidad y utilidad (Ruiz-Lázaro, 2004).

Otro programa a destacar es el de “Abierto hasta el amanecer” (Rotella, 2000). Pretende generar alternativas de ocio activo y participativo, basado en actividades deportivas y culturales en instalaciones municipales durante las noches de los fines de semana - como su nombre sugiere-.

Aunque surge con el propósito inicial de prevenir el abuso de las drogas a través de un uso alternativo del tiempo libre, persigue también otros objetivos como el estable-

cimiento de redes sociales positivas, la creación de espacios de convivencia en los que se fomenta respetar y compartir con los demás, y el empoderamiento adolescente.

En este sentido, uno de sus aspectos más interesantes es que está diseñado y ejecutado por y para los jóvenes. Los participantes son adolescentes y jóvenes de la comunidad, al igual que los trabajadores que se forman como animadores y mediadores. Los usuarios no se limitan a asistir a las actividades propuestas, sino que pueden también ofertar otras participando en su diseño y gestión, lo que aumenta su responsabilidad y autonomía y potencia la efectividad del programa. Las actividades son de una gran diversidad y surgen en muchos casos de la iniciativa juvenil. Como ejemplos podemos citar talleres de ligar, de supervivencia doméstica o de primeros auxilios, noches multiculturales, mecánica de bicis y automoción o reciclado de papel, juguete y ropas.

Este programa surgió en 1997 en un barrio de Gijón y, como prueba de su éxito, ya se han realizado 15 ediciones -de hecho sigue vigente en la actualidad- y se ha extendido a diferentes comunidades autónomas, entre ellas, Madrid, Andalucía, Castilla y León o Canarias. Los jóvenes que participan en Abierto Hasta el Amanecer aprenden conocimientos y adquieren experiencias que pueden poner en práctica en otros espacios sociales. Así, la participación reduce el riesgo de consumo de drogas, no sólo porque la realización de las actividades es incompatible con el consumo, sino porque el propio aprendizaje que se extrae de esa experiencia ayuda a que los jóvenes conozcan más maneras de divertirse y comprendan que el consumo de alcohol sólo es una opción más, no la única. Al mismo tiempo este programa evidencia día a día que la juventud puede desempeñar un papel muy importante en la vida comunitaria (Arenas, Legaza y Muñoz, 2007).

LÍNEA 12: FORMACIÓN EN HABILIDADES Y ESTRATEGIAS DE FOMENTO DEL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE PARA MONITORES DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DE LA COMUNIDAD

Contar con técnicos que formen en la promoción del desarrollo positivo adolescente a aquellos profesionales o jóvenes expertos que monitoricen actividades en la comunidad.

OBJETIVOS

- Fomento de las actitudes, valores y habilidades que favorecen el desarrollo positivo del joven en su comunidad.
- Insistir en el desarrollo de dichas habilidades, valores y actitudes de manera

transversal al progreso del joven en una actividad de su interés.

- Fortalecer al joven con el aprendizaje de otros recursos que facilitan su desarrollo.
- Promover la vinculación y sentimientos de pertenencia al barrio.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Control social.
- Apego al barrio.

METODOLOGÍA

La intención de esta medida es la de capacitar a aquellos monitores que van a dirigir sesiones con jóvenes en el fomento de actitudes, habilidades y valores promotores del desarrollo positivo. Para ello, un técnico especializado se encargará de su formación previa a la impartición del taller o actividad.

Dichas estrategias deberán ser empleadas por los monitores a lo largo del desarrollo de su actividad de manera transversal y ajustándose a las necesidades que presente el grupo destinatario. Además, dichos conocimientos y estrategias deberán ir implantándose progresivamente, evitando que los jóvenes puedan tener la percepción de que se les intenta dogmatizar. Deben acoger estas nuevas ideas como un intento de ofrecerles nuevos recursos que faciliten su relación con su comunidad, su grupo de iguales, sus familiares y vecinos, etc. Del mismo modo, se procurará inculcar en los chicos y chicas un espíritu crítico que les permita valorar las nuevas enseñanzas antes de acogerse a las mismas sin más.

LÍNEA 13: DESARROLLO DE RECURSOS FORMALES DE APOYO

Creación de servicios de mediadores que apoyen a los residentes de la comunidad en la resolución de posibles dificultades o problemas que pudieran darse en la misma (desacuerdos entre vecinos, peticiones para la comunidad, información sobre ayudas y requisitos para adquirirlas, etc.).

OBJETIVOS.

- Satisfacer las necesidades más urgentes de los residentes de la comunidad.
- Evaluación continua de las necesidades comunitarias.
- Proporcionar a la comunidad de un recurso con el que contar para la resolución de problemas.

- Potenciar el empleo de habilidades y estrategias promotoras de valores acordes al desarrollo positivo.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS.

- Empoderamiento de la juventud.
- Control social.
- Apego al barrio.
- Seguridad.

METODOLOGÍA.

Para la puesta en marcha de esta medida, resulta indispensable contar con un espacio en la comunidad al que el residente pueda acudir para pedir información o ayuda para mediar en alguna problemática o dificultad en la que se encuentre. Debe de encontrarse situado en una zona de fácil acceso para todos los residentes de la zona. Una posibilidad sería contar con algún espacio del centro cívico de la comunidad, por ejemplo.

En dicho espacio, deberán encontrarse mediadores tanto adultos como jóvenes con habilidades y conocimientos adecuados para dar solución a las posibles dificultades con las que se encuentren los vecinos. Dichos mediadores deberán previamente haber recibido formación de formadores expertos en el tema.

LÍNEA 14: CONSTITUCIÓN DE UN GRUPO DE TRABAJO INTERINSTITUCIONAL

Creación de un grupo de trabajo conformado por profesionales de varias instituciones que se encargarán de valorar la viabilidad de las propuestas y adaptarlo a la realidad de cada comunidad.

OBJETIVOS

- Adecuar cada propuesta a las necesidades reales del barrio o la comunidad en la que se pretende implantar.
- Realizar un seguimiento de la evolución de cada actividad iniciada en la comunidad.
- Evaluación y propuesta de las mejoras o recursos que deben proporcionarse para una correcta puesta en marcha de las actividades y para favorecer la satisfacción de los usuarios.

- Favorecer la coordinación interdisciplinar en las decisiones comunitarias.
- Diseñar líneas de intervención que fomenten los activos comunitarios.

ACTIVOS COMUNITARIOS IMPLICADOS

- Empoderamiento de la juventud.
- Control social.
- Apego al barrio.
- Seguridad.
- Actividades para jóvenes.

METODOLOGÍA

Resultará necesario que estas valoraciones se realicen en un mínimo de ocasiones:

1ª Valoración: Previa a la puesta en marcha de las correspondientes propuestas. Para ello se tendrá en cuenta los resultados obtenidos a partir de la evaluación de los activos de la comunidad en cuestión (ver procedimiento seguido en la propuesta 1ª).

2ª Valoración: Una vez realizada la difusión, teniendo en cuenta la cantidad de jóvenes y demás residentes apuntados a cada actividad. En aquellas actividades que hayan sido propuestas en la valoración anterior y que no resulten suficientemente ocupadas, deberá estudiarse si deben volverse a difundir a través de otros medios o si debe obviarse o potenciarse otras en su lugar.

3ª Valoración: Se podrán realizar seguimientos trimestrales de aquellas actividades desarrolladas a lo largo de todo el año.

4ª Valoración: Evaluación final en la que se tendrán en cuenta los resultados obtenidos en las diferentes actividades promovidas, la valoración del seguimiento realizado de la actividad, el nivel de satisfacción y punto de vista de los monitores/as, y el nivel de satisfacción ofrecido por los propios usuarios. A partir de todas estas informaciones, se realizará una valoración final de la actividad, se contemplará la posibilidad o no de organizar la misma actividad en el futuro y se tendrán en cuenta posibles propuestas de mejoras para ediciones posteriores.

4.3. PUESTA EN MARCHA DE LAS LÍNEAS DE INTERVENCIÓN PLANTEADAS

Una vez presentadas todas las posibles intervenciones o líneas de actuación que podrían llevarse a cabo teniendo en cuenta los resultados ofrecidos por nuestro estudio, pasaremos a proponer el orden que consideramos debería seguirse, así como una breve justificación sobre el porqué de esta ordenación.

Para comenzar, consideramos imprescindible llevar a cabo la **evaluación de los activos de comunidad** como punto de partida previo a la puesta en marcha de cualquier otra intervención. Esto se debe a que necesitamos contar previamente con una valoración de las necesidades contempladas por los propios residentes y por el grupo de expertos para asegurar que las iniciativas que se promuevan a partir de los resultados obtenidos se adecuan a las necesidades de la propia comunidad. No comenzar por esta propuesta, podría dar lugar tanto a una pérdida considerable de recursos (económicos, humanos, materiales, temporales, etc.), como al desinterés por parte de los residentes del barrio en general, y de los jóvenes en particular, que volverían a contemplar que su voz no está siendo tenida en cuenta y de nuevo, son otros los que deciden por ellos.

Seguidamente, el **grupo de trabajo interinstitucional** debería comenzar con las primeras valoraciones sobre la viabilidad de las propuestas en referencia a las necesidades del barrio, así como las medidas que podrían seguirse para llevarlas a cabo. Nuevamente destacamos que dichas decisiones deben contemplar los resultados obtenidos a partir de la puesta en marcha de las actuaciones correspondientes a la evaluación de los activos comunitarios, unido a los recursos con los que cuenta el barrio en cuestión y el propio criterio profesional de cada uno de los integrantes de este grupo.

Una vez seleccionadas y organizadas las actividades y/o propuestas que pretenden llevarse a cabo, se procederá a la adecuada **difusión** de cada una de ellas a partir de los medios ya señalados. Además, paralelamente, deberá realizarse la **formación de los monitores** que se encargarán de llevar a cabo dichas actividades en desarrollo positivo. Estos nuevos conocimientos y estrategias deben integrarse en la evolución natural de la actividad a desarrollar, objetivo para el cual las y los monitores deberán ser preparados con tiempo, de modo que sus discursos y propuestas resulten espontáneos y coherentes ante la percepción de los jóvenes destinatarios.

De manera transversal a todas estas actuaciones, podrá iniciarse la **campaña de**

sensibilización, y las **iniciativas de fomento de participación**, que ayudará a reforzar los objetivos que se pretenden inculcar en la comunidad, y motivarán a los residentes a participar en el cambio de la misma, así como en las actuaciones que se propongan.

Una vez promovida la difusión, contando ya con el número de residentes interesados en cada actividad, el **grupo interinstitucional** continuará con la siguiente valoración (2ª valoración), para procurar ajustar al máximo las propuestas a los intereses de los residentes y recursos con los que se cuenta para darles respuesta. Las medidas que este grupo podrá aportar en esta fase serán, por ejemplo, proponer nuevas instalaciones en las que llevar a cabo las actividades en el caso de que se apunten más personas de las previstas, ofrecer alternativas a esos residentes que se hayan quedado sin la posibilidad de participar en una actividad (organizar nuevos grupos en horarios diferentes para procurar que puedan participar el máximo de interesados posibles, buscar nuevos monitores que puedan llevar a cabo dicha actividad, etc.).

Contemplado todo lo anterior, podrán implantarse aquellas **actividades** que hayan resultado ser las más apropiadas para la comunidad. A su vez, se contemplará la posibilidad de llevar a cabo la propuesta que titulamos en el apartado anterior como **recurso formal de apoyo**.

Por último, volverán a valorarse a partir del **grupo de trabajo interinstitucional**, tanto durante el desarrollo de las actividades como al final de las mismas, el alcance de los objetivos que promueven cada una de ellas, así como la satisfacción y propuestas de mejoras presentadas por los propios usuarios/as y los profesionales monitores y/o expertos implicados. Del mismo modo, se decidirá si los resultados permiten concluir que la actividad debe seguirse promocionando en ediciones futuras, y de ser así, que mejoras deberían incluirse para el siguiente curso.

4.4. REFERENCIAS

- Arenas, C., Legaza, A. I. y Muñoz, J. (2007). *Informe de evaluación del impacto social del programa Abierto Hasta el Amanecer*. Instituto Asturiano de la Juventud (www.abiertohastaelamanecer.com).
- Benson, P.L., Scales, P.C., Hamilton, S.F. y Sesman, A. (2006). Positive youth development: Theory, research and applications. En Lerner R.M. (Ed.), *Theoretical models of human development. Volume 1 of Handbook of Child Psychology 6th ed.*, 894–941. Editors-in-chief: W. Damon y R.M. Lerner. Hoboken, New Jersey: Wiley.
- Cancino, J. M. (2005). The utility of social capital and collective efficacy: social control policy in nonmetropolitan settings. *Criminal Justice Policy Review*, 16, 287-318.
- Duncan, S.C., Duncan, T.E., y Strycker, L.A. (2002). A Multilevel Analysis of Neighborhood Context and Youth Alcohol and Drug Problems. *Prevention Science*, 3, 125-134.
- Eccles, J. S. y Gootman, J. A. (Eds.) (2002). *Community programs to promote youth development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Gardner, M., Roth, J. y Brooks-Gunn, J. (2008). Adolescents' participation in organized activities and developmental success two and eight years after high school: Do sponsorship, duration, and intensity matter? *Developmental Psychology*, 44, 814-830.
- Lambert, S. F., Brown, T., Phillips, C. M. y Jalongo, N. S. (2004). The relationship between perceptions of neighborhood characteristics and substance use among urban African American adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 34, 205-218.
- Larson, R. W., Richards, M. H., Moneta, G., Holmbeck, G. y Duckett, E. (1996). Changes in adolescents' daily interactions with their families from ages 10 to 18: Disengagement and transformation. *Developmental Psychology*, 32, 744-754.
- Leventhal, T. y Brooks-Gunn, J. (2000). The neighborhoods they live in: Effects of neighborhood residence upon child and adolescent outcomes. *Psychological Bulletin*, 126, 309–337.

- Leventhal, T., Dupere, V. y Brooks-Gunn, J. (2009). Neighborhood influences on adolescent development. En R. M. Lerner y L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 411-443). New York: John Wiley and Sons.
- Mahoney, J. y Stattin, H. (2000). Leisure time activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of Adolescence*, 23,113-127.
- Parra, A., Oliva, A. y Antolín, L. (2009). Los programas extraescolares como recurso para fomentar el desarrollo positivo adolescente, *Papeles del Psicólogo*, 30 (3), 3-13.
- Putnam, R.D. (1993). The prosperous community: social capital and public life. *The American Prospect*, 13, 35-42.
- Rotella, I. (2000). Abierto hasta el amanecer. Un programa de intervención juvenil. En Comas, D. (Coord.). Ocio y tiempo libre: identidades y alternativas. *Revista de estudios de juventud*, 50, 89-97.
- Ruiz-Lázaro, P. J. (2004). *Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Ruiz-Lázaro, P. J., Puebla, R., Cano, J. y Ruiz, P. M. (2000). Proyecto de educación para la salud "Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes". *Atención Primaria*, 26, 51-57.
- Sampson, R.J. y Groves, W.B. (1989), Community structure and crime: testing social disorganization theory. *American Journal of Sociology*, 94, 774-802.
- Scales, P. C., Benson, P. L., Leffert, N. y Blith, D. A. (2000). The contribution of developmental assets to the prediction of thriving among adolescents. *Applied Developmental Science*, 4, 27-46.
- Steinberg, L. y Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83-110.



5. PROPUESTAS PARA LA PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS EMOCIONALES Y DEPRESIVOS EN CHICAS ADOLESCENTES

Alfredo Oliva, Águeda Parra y M^a Carmen Reina

5.1. LOS TRASTORNOS EMOCIONALES DURANTE LA ADOLESCENCIA.

Los trastornos emocionales y depresivos alcanzan una importante incidencia a partir de la pubertad, como indica la abundante evidencia empírica disponible. Aunque los problemas externos o conductuales suelen generar una mayor preocupación social, probablemente por su mayor visibilidad, las graves consecuencias que pueden derivarse de estos trastornos internalizantes (consumo de drogas, fracaso escolar, tentativas de suicidios) hacen que no debamos perder de vista que representan un importante problema de salud pública. De hecho, los trastornos depresivos, que suelen comenzar en la adolescencia, van a convertirse en las próximas décadas en la segunda enfermedad con mayor impacto y carga social en los países desarrollados (WHO, 1998; Call et al, 2002).

Las alteraciones físicas y hormonales, unidas a los muchos cambios personales y contextuales que chicos y chicas han de afrontar durante la adolescencia podrían justificar el surgimiento de estos trastornos. Entre estos cambios se pueden mencionar el distanciamiento emocional de sus padres, el establecimiento de vínculos sólidos con los iguales, el inicio de las relaciones de pareja, la definición de la orientación sexual, la bús-

queda de una identidad personal o el paso del colegio al instituto, por citar sólo algunos de los más relevantes.

Sin duda, uno de los resultados más relevantes del estudio sobre desarrollo positivo adolescente es el relativo a las desigualdades de género en salud que han sido detectadas. Así, estas diferencias se pusieron de manifiesto en la mayor incidencia de problemas de ajuste, sobre todo interno, así como en la menor competencia personal entre las chicas, mientras que los chicos presentaron puntuaciones más bajas en competencia socioemocional y académica. El aumento de los problemas emocionales en las chicas a lo largo de la adolescencia es un dato preocupante que requiere de una atención especial. Los resultados obtenidos han indicado que algunas variables son muy determinantes del ajuste emocional femenino, y que deberían ser tenidas en cuenta. Entre las variables familiares merece la pena destacar el escaso afecto o apoyo parental o el uso de técnicas de control psicológico, como el chantaje emocional o la inducción de culpa, por lo que debería informarse a madres y padres sobre la conveniencia de no emplear estas tácticas manipuladoras, y sustituirlas por técnicas de control o supervisión más eficaces, al igual que sobre la importancia de respetar y promover la autonomía adolescente.

También el apego al grupo de iguales se reveló como un factor de protección muy significativo, lo que indica que las relaciones con los compañeros lejos de constituir un factor de riesgo son un activo muy importante para el desarrollo emocional durante la adolescencia, por lo que su promoción debería incorporarse como un objetivo prioritario en los programas de desarrollo positivo. Algo parecido podríamos decir de la autoestima que se reveló como un importante factor de protección frente a los problemas de ajuste de las chicas.

Algunos factores relacionados con el desarrollo emocional también mostraron una relación significativa con los problemas emocionales femeninos, así mientras que la atención a las propias emociones y la empatía ante las emociones ajenas, se asociaron a un mayor número de problemas internos, la capacidad para entender y regular las propias emociones y para modificar a voluntad el estado de ánimo, se relacionaron con un mejor ajuste externo.

A continuación se presentan algunas sugerencias sobre líneas de intervención que podrían llevarse a cabo para prevenir la aparición de los trastornos emocionales durante la adolescencia. Estas líneas de intervención que se proponen parten de una concepción holística o sistémica del desarrollo y ajuste adolescente, que considera la impor-

tancia de factores personales, familiares, escolares y comunitarios. Por ello, se plantean actividades que van dirigidas a promover activos o suprimir factores de riesgo en cada uno de estos contextos. Pensamos que una intervención ideal sería aquellas que incluyese un mayor número de actuaciones a todos los niveles mencionados, aunque no siempre ello será posible. En esos casos intervenciones concretas pueden generar efectos positivos, aunque de menor alcance, sobre la salud mental de las adolescentes.

5.2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

LÍNEA 15: FOMENTO DE LA COMPRESIÓN DE LAS EMOCIONES Y LA REGULACIÓN DE LOS ESTADOS DE ÁNIMO

Aunque pueden existir factores genéticos y temperamentales implicados, tanto la comprensión como la regulación de las emociones son susceptibles de verse influidas por las experiencias que niños y adolescentes tienen en los distintos contextos en los que participan. Igualmente, pueden ser entrenadas mediante técnicas y programas, tanto escolares como extraescolares, dirigidos a tal fin. Algunas actividades y programas de ocio y tiempo libre deportivos o culturales pueden tener un gran potencial para la promoción de estas competencias emocionales.

OBJETIVOS

Promover la competencia del adolescente para comprender las emociones propias y ajenas, así como regular sus emociones y estados de ánimo.

- Favorecer la formación de un vínculo de apego seguro en la primera infancia.
- Fomentar la comunicación sobre emociones y sentimientos en la familia y escuela.
- Incluir en el currículum escolar y/o en los Planes de Acción Tutorial contenidos relacionados con el entrenamiento en la comprensión de las emociones y la regulación de los estados de ánimo.
- Hacer que las técnicas de control y regulación emocional estén presentes en las actividades y programas de ocio y tiempo libre infantil y adolescente.

METODOLOGÍA

Para la consecución de los anteriores se podrían llevar a cabo diversas actuaciones en los ámbitos familiar, escolar y comunitario.

En el contexto familiar deberían llevarse a cabo actuaciones desde el sector sa-

nitario o social encaminadas a promover las competencias parentales y la parentalidad positiva, para así favorecer el establecimiento de un vínculo de apego seguro entre el menor y sus cuidadores. Hay que tener en cuenta que una importante evidencia empírica indica que el sistema de apego construido en la infancia es uno de los mejores predictores de la autoregulación emocional a partir de la infancia, puesto que este sistema evoluciona hacia algo más complejo: un sistema de regulación de las emociones (Allen y Manning, 2007). Esta intervención debería ser muy precoz, comenzando a ser posible en el último trimestre del embarazo, y prolongarse a lo largo del primer año de vida del bebé. El proyecto Apego puede ser un magnífico marco para esta intervención.

También el proyecto Apego, y todo tipo de intervenciones dirigidas a fomentar la parentalidad positiva (grupos de formación de padres, folletos, revistas, videos) pueden ser el marco para aquellas actuaciones que persigan el fomento de la comunicación emocional entre padres e hijos. Este tipo de programas deben hacer hincapié en la importancia de que padres y madres hablen a sus hijos sobre sentimientos y emociones, les animen a que lo hagan ellos, y les ayuden a identificarlos. Esta comunicación, que va a favorecer del desarrollo de la inteligencia emocional, puede ser muy importante tras la pubertad, momento en el que chicos y chicas deberán afrontar diversos cambios que pueden generarles estrés, y en que sus herramientas intelectuales le permitirán definir, comprender y expresar mejor sus emociones y estados de ánimo. No obstante, es importante comenzar este intercambio en la infancia.

El contexto escolar puede ser un ámbito ideal para llevar a cabo un entrenamiento eficaz en reconocimiento y manejo de emociones. A partir de la Conferencia sobre Promoción de la Educación para la Salud, celebrada en Estrasburgo en 1990, y la consiguiente creación de la red de escuelas promotoras de salud (Weare, 2004), se ha destacado el papel de la escuela no solo en la prevención de diversas problemáticas de salud, sino también para el desarrollo de competencias emocionales y sociales en el alumnado. Así, durante las últimas décadas, la investigación y aplicación de programas de educación para el desarrollo emocional y social en diversos puntos del mundo han ido en aumento (Catalano, Berglund, Ryan, Lonczak y Hawkins, 2004; Payton et al., 2008; Wilson, Gottfredson y Najaka, 2001). Un ejemplo de estos programas son los de Aprendizaje Socio Emocional (SEL) surgidos en EEUU, aunque también existen experiencias interesantes en nuestro país (Pertegal, Oliva y Hernando, 2010). Algunas de las actividades para el desarrollo de competencias emocionales incluidas en estos programas podrían incluirse en los planes de acción tutorial. También podrían llevarse a cabo talleres sobre reconocimiento y manejo de emociones dirigidos sobre todo al alumnado de secundaria.

Más allá de los programas o actividades con contenidos específicos de entrenamiento emocional, el profesorado es un modelo fundamental para sus alumnos y un agente directo para el desarrollo de competencias emocionales, sobre todo en las primeras etapas educativas, en que asumen un rol similar al parental. Así, Abarca, Marzo y Sala (2002) señalan algunas estrategias útiles, como la estimulación afectiva y la expresión regulada de los sentimientos y emociones; la creación de ambientes adecuados para la expresión emocional, o el aprendizaje de habilidades empáticas.

Otras actividades podrían llevarse a cabo tanto en el contexto escolar como en el ámbito comunitario del barrio o vecindario, sobre todo mediante la realización de actividades extraescolares o de ocio que pudieran incluir entre sus objetivos el entrenamiento emocional. Ello requeriría que estas actividades fueran planificadas y contasen con monitores con cierta formación en técnicas de entrenamiento emocional. Aunque pueden ser muy variadas las actividades que pueden resultar eficaces para este fin, algunas pueden resultar más adecuadas. Un buen ejemplo serían las actividades relacionadas con el teatro, ya que van a permitir al adolescente un mayor control sobre la expresión de las emociones, al tener que identificar emociones, revivirlas y generarlas de forma intencionada. Este aprendizaje puede resultarles muy eficaz para la identificación y regulación de emociones en situaciones cotidianas.

Más evidencia existe acerca de la utilización de la música para regular los estados emocionales y anímicos. Algunos estudios han mostrado la capacidad de la música para la regulación de estados de ánimo en diferentes contextos sociales, como lugares de trabajo, escenarios deportivos u hospitales. La música parece contribuir a modificar estados de ánimo negativo, identificar las emociones propias, o aliviar la tensión mediante la liberación catártica de las emociones negativas (Sloboda & O'Neill, 2001). Probablemente los usos más frecuentes de la música como regulación emocional sean para activar y levantar el ánimo. Si tenemos en cuenta que los adolescentes sienten una gran atracción por la música, la utilización de talleres de música sería una buena estrategia para el entrenamiento emocional, algo que ya ha sido utilizado con éxito (Saarikhalho & Erkkila, 2007). La simple audición, pero también la interpretación con instrumentos musicales o con la voz pueden ser muy eficaces.

También existe alguna evidencia acerca de la eficacia de la utilización de la danza como terapia para tratar trastornos emocionales, lo que pone de manifiesto la relación entre el movimiento corporal y los estados de ánimo, y la posibilidad de su uso a nivel preventivo. Un tipo de práctica es la Dance movement meditation (DMM), propuesta por Gabrielle Roth

(1997), que consiste en movimientos rítmicos y danza acompañada de música, que puede ser practicada en grupo, y que ha mostrado efectos positivos para reducir el estrés y la ansiedad, mejorar el estado de ánimo o incrementar la autoestima (Hong et al., 2005).

CUADRO 1. ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN DEL ESTADO DE ÁNIMO

Conductas centradas en la situación

Acciones dirigidas al problema: ¿qué está causando mi mal humor y cómo puedo cambiarlo?

Hacer planes para evitar este problema en el futuro

Hablar con alguien, buscar consejo de un amigo o mentor

Alejarme de la situación

Conductas centradas en el estado de ánimo

Hacer algo que me distraiga

Recompensarme a mí mismo haciendo algo divertido o agradable

Buscar compañía

Expresar la emoción, darle rienda suelta.

Inhibir la expresión de la emoción, suprimirla.

Hacer ejercicio

Ingerir sustancias naturales que mejoren mi estado de ánimo

Estrategias cognitivas que cambian la forma de pensar sobre la situación

Cambiar la forma de ver la situación

Pensar en éxitos o cosas que vayan bien la vida para poner la situación en perspectiva

Pensar en personas en situaciones peores que la tuya para comprobar que no te va tan mal

Usar la meditación o la relajación

Pensar que la adversidad te fortalecerá

Fantasear sobre un futuro mejor

Olvidar de forma activa, renunciar a pensar sobre sentimientos negativos

LÍNEA 16: EL FOMENTO DE LA AUTOESTIMA Y LA SATISFACCIÓN VITAL

Una buena autoestima posibilita a los adolescentes un buen ajuste psicológico y a su vez tiene un efecto positivo sobre la satisfacción vital. Tanto la autoestima como la satisfacción vital facilitan la adaptación social del adolescente y son considerados como indicadores de bienestar psicológico. Ambas variables son susceptibles de ser modificadas en bases a las experiencias vivenciales positivas, de ahí la necesidad de ofertar diferentes estrategias de intervención que posibiliten su fomento. Existe abundante evidencia empírica que indica que la satisfacción vital en la infancia y adolescencia se relaciona con indicadores de funcionamiento adaptativo (Huebner, 2004), al igual que la autoestima (Parra, Oliva, y Sánchez-Queija, 2004). Con respecto al sexo, variable relevante si hablamos de ajuste adolescente, es destacable que la mayor parte de las investigaciones encuentran

diferencias significativas en la autoestima y observan menores puntuaciones en las chicas (Chabrol et al., 2004; Khanlou, 2004; Walker, 2000), dato especialmente relevante de cara las propuestas de intervención.

OBJETIVOS

- Fomentar la autoestima de chicas y chicos.
- Sensibilizar a madres y padres sobre su importante papel en el fomento de la autoestima de sus hijos e hijas.
- Sensibilizar a madres y padres sobre la importancia de ofrecer un trato igualitario a hijas e hijos con independencia de su sexo.
- Los mismos principios anteriores respecto al profesorado
- Ofrecer a los jóvenes oportunidades de implicarse activamente en el asociacionismo y en actividades extraescolares y de voluntariado que contribuyan a su autorrealización.
- Fomentar el establecimiento de vínculos positivos con los iguales.

METODOLOGÍA

Las propuestas de intervención en la línea de fomento de la autoestima y la satisfacción vital se estructuran en función del contexto de aplicación de dichas estrategias.

En el contexto familiar sería conveniente la elaboración de materiales para madres y padres que favorezcan una imagen positiva de la adolescencia, los estereotipos vigentes sobre los adolescentes les confieren una imagen distorsionada y en muchos casos errónea, que a su vez puede generar una serie de actitudes negativas de los padres hacia el comportamiento de sus hijos. En un periodo de desarrollo en el que se van demandando mayores niveles de autonomía el hecho de que los padres conciban esta etapa evolutiva como algo negativo puede influir en el grado de autonomía que confieran a sus hijos, lo que sería claramente perjudicial para los mismos. Este dato está avalado por estudios que indican que los chicos y chicas cuyos padres favorecen la autonomía suelen usar prácticas educativas que promueven una mayor capacidad para pensar, formar opiniones propias y tomar decisiones (Allen, Hauser, Eickholt, Bell y O'Connor, 1994), fomentan las autovaloraciones favorables (Ash y Huebner, 2001; Lee, Daniels y Kissinger, 2006) y en definitiva contribuyen al desarrollo positivo de sus hijos (Reina, Oliva y Parra, 2010).

La diferencia de género en la variable autoestima en detrimento de las chicas es una dato destacado en muchas investigaciones (Chabrol et al., 2004; Khanlou, 2004), de ahí la importancia de proponer intervenciones con madres y padres que favorezcan un trato

igualitario, sin distinción de sexo, entre sus hijas e hijos. Estas intervenciones pueden realizarse a través de material audiovisual o actividades formativas para padres y madres donde se pueden tratar los temas que más les preocupen, y en los que además se destaque la relevancia del apoyo, el afecto y la comunicación la principal herramienta que tienen los padres a su disposición para ayudar al desarrollo de la autoestima de sus hijos (Reina, et al., 2010).

El contexto escolar también brinda una amplia gama de posibilidades de intervención en el fomento de la autoestima adolescente. En la promoción de la autoestima los agentes sociales con más peso, fuera del ámbito familiar, lo conforman sin duda el profesorado del centro escolar, por ello han de ir dirigidas hacia los mismos gran parte de las posibles actuaciones en esta línea. Actuaciones como la promoción una imagen positiva, optimista y realista de la etapa evolutiva de la adolescencia. Bien a través de revistas, páginas web o cualquier otro documento de consulta, bien a través de charlas o sesiones de trabajo coordinadas por el Gabinete de Orientación. Otra posible intervención consiste en brindar al profesorado información sobre la importancia de sus expectativas respecto a sus alumnos, ya que dichas expectativas son un elemento importante en el desarrollo de un autoconcepto escolar negativo y actitudes desfavorables hacia el centro y los educadores (Birch y Ladd, 1998; Cava y Musitu, 2000; Molpeceres, Lucas, y Pons, 2000).

Dado que la autoestima puede considerarse como uno de los más potentes predictores del grado de ajuste psicológico durante la adolescencia y la adultez (DuBois, Bull, Sherman, y Robert, 1998; Parra, Oliva, y Sánchez-Queija, 2004), resulta imprescindible el desarrollo de programas y actividades de fomento de la autoestima para los y las adolescentes que podrían planificarse dentro del Plan de Acción Tutorial.

En esta línea de intervención y dado que los resultado de diferentes estudios ponen de manifiesto que las chicas adolescentes presentan una autoestima más desfavorables que los chicos (Reina et al., 2010, Chabrol et al, 2004; Parra, et al., 2004) se hace imprescindible la propuesta de intervención dirigidas fundamentalmente a las adolescentes. Actividades como las encaminadas al análisis de la imagen que la publicidad ofrece sobre la mujer o la elaboración de materiales (vídeos, cuadernillos, comic...) en el que se aborden los cambios físicos y socio-emocionales que van a experimentar durante su pubertad y adolescencia, este material podría tratarse de 2 o 3 cuadernillos en función de las tareas evolutivas a resolver en cada etapa.

En el ámbito comunitario y dada la importancia que desde los medios de co-

municación se le da a la apariencia física, la propuesta de intervención iría encaminada al desarrollo de campañas publicitarias en la que la valía personal de las mujeres no sólo resida en su belleza, ya que la autoestima física de las adolescentes tiene un gran peso sobre la autoestima global durante toda la adolescencia inicial (Usmiani y Daniluk, 1997).

LÍNEA 17: LA PROMOCIÓN DE TÉCNICAS DE CONTROL ALTERNATIVAS AL CONTROL PSICOLÓGICO POR PARTE DE MADRES Y PADRES

El control psicológico es un control intrusivo y manipulador de los pensamientos y sentimientos de hijas e hijos, caracterizado por la utilización de métodos como el sentimiento de culpa o la retirada de amor, y que viola claramente la individualidad del niño o adolescente impidiendo su autonomía (Barber y Harmon, 2002; Barber, Olsen y Shagle, 1994). Frente a este tipo de control tendríamos otro de carácter más conductual, también denominado monitorización, a través del cual padres y madres pondrían límites y supervisarían la conducta de sus hijos e hijas con el fin de facilitarles un desarrollo más saludable (Gray y Steinberg, 1999; Steinberg, 1990).

Hay bastantes resultados que demuestran que el control psicológico y el conductual tienen efectos diferentes sobre el ajuste adolescente. Mientras que el control psicológico lleva a la aparición de problemas internos como baja autoestima o sentimientos depresivos, el conductual previene los problemas de comportamiento (Barber, 1996; Barber y Harmon, 2002, Parra y Oliva, 2006). En este sentido, es fundamental informar a madres y padres sobre los efectos negativos que el control psicológico tiene sobre el bienestar de sus hijos e hijas, y enseñarles otras alternativas de supervisión que pongan límites a la conducta de los y las adolescentes fomentando al mismo tiempo su autonomía e individuación.

OBJETIVOS

- Promover entre padres y madres la utilización de formas de supervisión contrarias al control psicológico que fomenten la autonomía de hijas e hijos.
- Que madres y padres entiendan lo importante de supervisar y guiar el comportamiento de sus hijos e hijas sin utilizar formas de control psicológico.
- Que madres y padres conozcan y aprendan a utilizar formas de control alternativas al psicológico.
- Que madres y padres guíen y supervisen a sus hijas e hijos fomentando al mismo tiempo su autonomía e individuación.

METODOLOGÍA

Para la consecución de los anteriores objetivos la mayoría de las actuaciones se llevarían a cabo en el contexto familiar, aún así, se podrían realizar algunas en el ámbito comunitario.

En el contexto familiar es fundamental sensibilizar a madres y padres sobre el papel protagonista que siguen desempeñando en la vida de hijos e hijas. Es un hecho que las amistades y el grupo de iguales se convierte en un contexto de socialización básico durante la adolescencia (Larson y Richards, 1994). De hecho, y como comentamos en este mismo documento, las relaciones con amigos y amigas son claros activos durante estos años y facilitan el ajuste psicológico adolescente (Hartup, 1993; Berndt, y Savin-Williams, 1993). No obstante, es mucha también la evidencia de que madres y padres siguen teniendo un papel fundamental en la vida y en el bienestar de sus hijas e hijos, y que lo que hacen, o no hacen, influye enormemente en su desarrollo (Oliva y Parra, 2004; Parra y Oliva 2006). En este sentido, son abundantes las investigaciones que insisten en los efectos positivos que unas buenas relaciones familiares, caracterizadas por el afecto y la comunicación así como por la supervisión y el fomento de la autonomía, tienen para el desarrollo y ajuste adolescente.

Respecto a la supervisión, durante décadas la investigación ha mostrado bastante consenso en considerar que el establecimiento de límites y el control previenen la aparición de problemas conductuales (Fletcher et al., 2004). Obviamente, madres y padres deben ajustar sus niveles y formas de supervisión a las crecientes capacidades y necesidades de autonomía de hijas e hijos (Collins y Steinberg, 2006). Pero este reajuste no supone dejar de supervisar, sino establecer límites y guiar el comportamiento adolescente fomentando y respetando mayores cotas de independencia y madurez.

Este último aspecto, el fomento de la autonomía, es central, ya que el control psicológico, un tipo de control intrusivo y manipulador de los pensamientos y sentimientos de hijas e hijos, se relaciona con toda una serie de indicadores de desajuste adolescente tales como menor satisfacción vital, mayor consumo de drogas y más problemas conductuales (Barber y Harmon, 2002; Parra y Oliva, 2006). No es de extrañar que si chicas y chicos se sienten emocionalmente presionados en el hogar, con unos padres que dificultan su desarrollo autónomo, busquen una salida fuera de la familia, una salida que pase por el consumo de drogas o incluso por el comportamiento delictivo (Steinberg y Silk, 2002).

Si bien acabamos de comentar que la supervisión parental se relaciona con el ajuste adolescente, y que no todas las formas de control son igualmente efectivas para el

bienestar de chicas y chicos, el control a través de la auto-revelación, lo que unos y otras cuentan espontáneamente, es una forma de control especialmente efectiva durante estos años (Kerr y Stattin, 2000). Según Margaret Kerr y Hakan Stattin, profesores de la Universidad de Örebro (Suecia), durante la adolescencia madres y padres supervisan el comportamiento de hijas e hijos básicamente en base a tres procedimientos: con preguntas directas sobre su conducta, por el control explícito a través por ejemplo de normas como la hora de llegada a casa, y por lo que chicos y chicas cuentan espontáneamente, lo que ellos denominan auto-revelación. Esta auto-revelación es una forma de control especialmente efectiva durante la adolescencia porque permite un mayor conocimiento de los padres de las actividades del adolescente, un conocimiento que a la postre, se convierte en forma de control. Por otro lado, la auto-revelación es probablemente fruto de un vínculo afectivo entre el adolescente y sus padres que sin duda influye positivamente en su bienestar emocional al mismo tiempo que le hace más sensible y receptivo a la influencia de la familia (Collins y Laursen, 2004). En este sentido, cuando existe una buena relación, todo lo que los padres representan, sus valores y conductas, son más atractivos para el adolescente, lo que aumenta su poder de influencia, disminuyendo la posible implicación del adolescente en conductas problemáticas.

Como consecuencia de todo lo anterior, madres y padres deberían ser conscientes de la importancia de supervisar el comportamiento de sus hijas e hijos evitando técnicas como el control psicológico y buscando alternativas a este tipo de control. Así, padres y madres deberían, por un lado, aprender a identificar en qué consiste el control psicológico y conocer sus consecuencias negativas para el desarrollo de hijas e hijos, y por otro, desarrollar alternativas a esta forma de control que fomenten la autonomía adolescente y su capacidad para tomar decisiones. Para todo ello, los programas de formación de padres y madres son un instrumento privilegiado. Estos programas, que suponen un lugar de encuentro y aprendizaje sobre cuestiones relacionadas con la educación a través de la reflexión colectiva, son un contexto privilegiado en el que trabajar todo lo relativo a las relaciones familiares y al bienestar de hijas e hijos, por lo que serían un marco ideal para abordar el tema del control psicológico.

Maternidad y paternidad no son tareas fáciles y mucho menos con la llegada de la adolescencia, incluso podría decirse que las necesidades de apoyo para desempeñar adecuadamente las tareas como padre y madre aumentan con la llegada de la adolescencia (Oliva et al., 2006). Algo que contrasta paradójicamente con el hecho de que no aumenten los recursos para estas edades sino que más bien, se oferten menos programas de educación de madres y padres y menos servicios de orientación.

La Junta de Andalucía ha impulsado desde el año 2001 un programa de acción intersectorial denominado Forma Joven con el objetivo de dar una respuesta eficaz a los problemas de salud de jóvenes y adolescentes. En el marco de este programa general ha desarrollado diversos programas de formación y apoyo para padres y madres entre los que se encuentran por ejemplo el Programa de Apoyo a madre y padres de adolescentes (Oliva et al., 2007) y la serie de revistas Adolescentes.

En la línea de estos materiales y con el objetivo de facilitar el aprendizaje y la utilización de técnicas de control alternativas al control psicológico, se podrían elaborar una serie de audiovisuales, páginas web, revistas o folletos para que madres y padres aprendieran a identificar en qué consiste el control psicológico y conocieran sus consecuencias negativas para el desarrollo de hijas e hijos, al mismo tiempo que plantearan alternativas a este tipo de control. Estas revistas, que deberían resultar atractivas y de fácil lectura para los usuarios, incluirían diferentes secciones como testimonios de padres y madres reales, problemas de la vida cotidiana, respuestas de expertos o ejercicios concretos para practicar las habilidades aprendidas.

Otro tipo de intervenciones dirigidas al aprendizaje de estrategias de supervisión positivas podrían llevarse a cabo a través de talleres, enmarcados de nuevo en los programas de formación de padres y madres. De forma semejante a lo expuesto en el párrafo anterior, en estos talleres se aprendería por un lado, a identificar el control psicológico, y por otro, a generar estrategias de supervisión alternativas. Estos talleres estarían basados en una metodología experiencial e incluirían técnicas enfocadas a un objetivo de formación-acción que promovería la participación activa de los participantes así como la extrapolación de los conocimientos adquiridos en las sesiones a su vida cotidiana. Estos talleres incluirían técnicas como el trabajo en pequeño y gran grupo, la lluvia de ideas o el role-playing.

Respecto al ámbito comunitario, es evidente la influencia que los medios de comunicación ejercen en las representaciones sociales sobre cuestiones como la adolescencia, la familia, o la educación. En este sentido, y siendo conscientes de cómo calan en todos nosotros los modelos de familias con hijos e hijas adolescentes que se nos presentan en la publicidad, las series televisivas o incluso los noticieros, podrían llevarse a cabo campañas educativas, en las que se hiciera hincapié en la importancia que sigue teniendo la familia en la vida de hijos e hijas durante la adolescencia y en lo fundamental de supervisar la conducta en este momento, ajustando las formas a los crecientes niveles de autonomía de chicas y chicos. Estas campañas presentarían diferentes formas de control (conductual, psicológico, autorrevelación, etc.) y las consecuencias de unas y otras, apostando clara-

mente por las que ejercen un efecto beneficioso sobre el bienestar adolescente y abandonando aquellas que, como el control psicológico que repercuten negativamente sobre la salud de hijas e hijos.

LÍNEA 18: EL FOMENTO DEL VÍNCULO CON LOS IGUALES

Durante la adolescencia, el relativo distanciamiento que se produce con respecto a los padres va acompañado de un acercamiento al grupo de iguales, que pasará a constituir una importante fuente de influencia. Los amigos van a suponer un apoyo emocional fundamental en un momento en el que chicos y chicas tendrán que hacer frente a importantes cambios y tareas evolutivas que pueden llegar a generarles mucho estrés (Hartup, 1993). Ciertos factores, como el aislamiento o la falta de competencias y habilidades sociales, pueden llevar a que algunos adolescentes tengan más dificultades para establecer unas buenas relaciones con el grupo, lo que les colocará en una posición de extrema vulnerabilidad. Son muchas las actuaciones que pueden llevarse a cabo en los contextos de la familia, la escuela y la comunidad para promover las relaciones saludables entre adolescentes que permitan el establecimiento de vínculos estrechos.

OBJETIVOS

- Promover la formación de relaciones saludables y de vínculos seguros con los iguales.
- Sensibilizar a madres y padres sobre lo importante que son las relaciones con los iguales para el buen ajuste y desarrollo de sus hijos adolescentes.
- Hacer de la escuela un contexto que promueva el establecimiento de vínculos positivos entre el alumnado.
- Crear espacios en el barrio que permitan la socialización grupal saludable de los adolescentes.

METODOLOGÍA

La consecución de los objetivos anteriores se podría llevar a cabo mediante diversas actuaciones en los ámbitos familiar, escolar y comunitario.

En el contexto familiar se deberían a llevar a cabo acciones dirigidas a sensibilizar a los padres sobre la necesidad que tienen chicos y chicas de establecer relaciones saludables con sus compañeros y amigos. Con demasiada frecuencia madres y padres ven a las amistades de su hijo o hija como una potencial fuente de influencias negativas para el surgimiento de algunos comportamientos problemáticos (consumo de drogas, comportamientos antiso-

ciales...) que como fuentes de apoyo emocional e instrumental (Brown, Bakken, Ameringer y Mahon, 2008). Es muy abundante la evidencia empírica acerca de la importancia que las relaciones con los iguales tienen para el desarrollo socio-emocional del adolescente: proporcionan información y apoyo instrumental, modelos de referencia que ayudan a la construcción de la identidad persona, y apoyo emocional en momentos de crisis (Hartup, 1993).

Esta idea sobre el efecto pernicioso del grupo no es sino una variante de la visión negativa de la adolescencia que debería sustituirse por una imagen más realista, lo que supone que en programas de formación o materiales informativos dirigidos a madres y padres de adolescentes se incluyan referencias al importante papel que desempeñan los iguales para favorecer el bienestar de sus hijos.

Esta influencia positiva no supone ignorar que en algunas ocasiones los iguales pueden constituir una fuente de problemas cuando se trata de contextos grupales de riesgo (Brown et al., 2008). También es importante sensibilizar a los padres para que se muestren interesados por conocer a las amistades de sus hijos y las actividades que realizan con ellos. La mejor fórmula para ello es que mantengan una relación de confianza en las que chicos y chicas se sientan cómodos revelando a sus padres estos asuntos. En la mayoría de los casos este conocimiento servirá para ahuyentar cualquier atisbo de desconfianza que los padres pudieran tener como consecuencia de la imagen negativa ya comentada, pero en algunas ocasiones podrá servir para intervenir en situaciones que impliquen algún riesgo.

Teniendo en cuenta la importancia que el grupo de iguales tiene para el desarrollo positivo adolescente, es muy aconsejable ofrecer a los padres algunas sugerencias sobre cómo pueden favorecer la integración de sus hijos en una red de iguales saludable. Algunos ejemplos podrían ser: promoviendo su participación en actividades grupales de tiempo libre (culturales, deportivas, voluntariado), o favoreciendo sus contactos con amigos y amigas.

El contexto escolar también es un ámbito en el que pueden llevarse actuaciones dirigidas a fomentar la creación de redes de iguales saludables. Por una parte, y como ya se comentó en relación con la promoción de la comprensión y regulación emocional, está ampliamente asumido el papel de la escuela en el desarrollo de las competencias sociales del alumnado, por lo que es muy recomendable que los planes de acción tutorial incluyan actividades dirigidas al fomento de dichas competencias. Volvemos a referirnos al ejemplo de los programas de Aprendizaje Socio Emocional (SEL) surgidos en EEUU (Pertegal, Oliva y Hernando, 2010).

Además de los programas o actividades enfocadas a enseñar habilidades socia-

les, también es posible que en los centros de educación secundaria se ponga un mayor énfasis en la utilización de actividades de aprendizaje cooperativo y de dinámicas grupales en el aula que favorezcan la prosocialidad y la cooperación entre el alumnado. Ello redundaría en la creación de un entorno favorecedor de los vínculos positivos. Es importante que el profesorado de secundaria disponga de la formación adecuada para poder llevar a cabo en el aula estas dinámicas y actividades de aprendizaje, que debían ser incluidas tanto en su formación inicial como en la permanente.

La programación de actividades fuera del centro educativo, como excursiones, acampadas o visitas, pueden servir igualmente para fortalecer la vinculación entre el alumnado en contextos más informales que el del aula.

Por último, habría que hacer referencia a la importancia que tiene que el alumnado realice la transición a la educación secundaria acompañado de algunas amistades (Brown, 1989). Con frecuencia, el paso del colegio al instituto lleva aparejado una ruptura del grupo que puede dejar al chico o chica en una situación de cierta vulnerabilidad para afrontar una transición que para algunos adolescentes puede resultar estresante. Aunque no es conveniente generalizar, es probable que muchos chicos o chicas se beneficien de iniciar la ESO en el mismo centro en el que cursaron la educación primaria, para así evitar la ruptura o separación de su grupo de iguales, con los que ha podido establecer vínculos estrechos a lo largo de los últimos años.

Finalmente, el contexto del barrio o vecindario en el que los adolescentes pasan la mayor parte de su tiempo de ocio ofrece muchas posibilidades para la promoción de los vínculos positivos entre iguales. Sin duda, las actividades extraescolares son un importante recurso comunitario, sobre todo si constituyen auténticos programas de desarrollo positivo que persigan, entre otros objetivos, la adquisición de competencias sociales, tales como la correcta codificación e interpretación de las claves sociales o la generación de soluciones efectivas ante los problemas interpersonales (Parra, Oliva y Antolín, 2009). Estas actividades deben fomentar el empoderamiento adolescente, animando a chicas y chicos a implicarse en actividades útiles de las que sean responsables, con las que tengan que comprometerse, y que contribuyan a generar un fuerte sentimiento de pertenencia al grupo.

La participación en estos programas tienen una serie de consecuencias positivas, entre las que pueden señalarse una serie de ventajas a nivel de relaciones interpersonales, como una mayor capacidad de iniciativa y de toma de decisiones, mejor manejo de los conflictos, mayores habilidades de comunicación y, en general, más habilidades sociales (Eccles et al. 2003; Elder y Conger, 2000). No obstante, la creación de relaciones afectuosas

positivas entre los participantes son quizá el elemento más importante de cualquier programa exitoso. Y es que estos programas facilitan la creación de redes de apoyo que son un recurso fundamental para los chicos y chicas en desarrollo (McLaughlin, 2000).

Por lo tanto, estas actividades extraescolares deben estar diseñadas de tal manera que permitan el establecimiento de redes de apoyo y relaciones positivas con iguales (Roth y Brooks-Gunn, 2003). Sin embargo, con frecuencia los monitores o personas que coordinan estas actividades suelen estar poco preparados y no cuentan con la formación necesaria para generar una atmósfera que promueva la creación de estos vínculos positivos entre iguales, con lo que pueden crearse situaciones de alta competitividad que generen rivalidad y enfrentamientos entre participantes. Dotar a estos monitores o coordinadores de algunas competencias para el manejo de estos grupos debe ser una prioridad, si queremos que las actividades extraescolares sean realmente promotoras de la cooperación y la vinculación grupal.

5.3. REFERENCIAS

- Allen, J. P. y Manning, N. (2007). From safety to affect regulation: Attachment from the vantage point of adolescence. *New Directions for Child & Adolescent Development*, 117, 23-39.
- Allen, J. P., Hauser, S., Eickholt, C., Bell, K., y O'Connor, T. (1994). Autonomy and relatedness in family interactions as predictors of expressions of negative adolescent affect. *Journal of Research on Adolescence*, 4, 535-552.
- Ash, C., y Huebner, E. S. (2001). Environmental events and life satisfaction reports of adolescents: A Test of Cognitive Mediation. *School Psychology International*, 22, 320-336.
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67, 3296-3319.
- Barber, B. K., Olsen, J. E. y Shagle, S. C. (1994). Associations between Parental Psychological and Behavioral Control and Youth Internalized and Externalized Behaviors. *Child Development*, 65, 1120 - 1136.
- Barber, B. K. y Harmon, E. L. (2002). Violating the self: parental psychological control of

children and adolescents. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: how psychological control affects children and adolescents* (pp. 15-52). Washington: American Psychological Association.

Berger, B. y Motl, R. (2000). Exercise and mood: a selective review and synthesis of research employing the profile of mood states. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12; 69-92.

Berndt, T. J. y Savin-Williams, R. C. (1993). Peer relations and friendships. En P. H. Tolan y B. Cohler (Eds.), *Handbook of clinical research and practice with adolescents* (pp. 203-219). Nueva York: John Wiley & Sons.

Birch, S.H. y Ladd, G.W. (1998). Children's interpersonal behaviors and the teacher-child relationship. *Developmental Psychology*, 34, 934-946.

Brown, B. B. (1989). The role of the peer group in adolescents' adjustment to secondary school. En T. Berndt & G. Ladd (Eds.), *Peer relationships in child development* (pp. 188-215). New York: Wiley.

Brown, B. B., Bakken, J. P., Ameringer, S. W. y Mahon, S. D. (2008). A comprehensive conceptualization of the peer influence process in adolescence. En M. J. Prinstein y K. Dodge (Eds.), *Peer influence processes among youth* (pp. 17-44). New York: Guilford Publications.

Cava, M.J. y Musitu, G. (2000). *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona: Paidós.

Chabrol, H., Carlin, E., Michaud, C., Rey, A., Cassan, D., Juilot, M., et al, (2004). A study of the Rosenberg self-esteem scale in a sample of high-school students. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 52, 8, 533-536.

Collins, W.A. y Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. En N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Social, emotional, and personality development. Handbook of Child Psychology* (W. Damon and R. Lerner, Eds.). (pp. 1003-1067). New York: Wiley.

Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M. y Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social Issues*, 59, 865-889.

Elder, G. H. Jr. y Conger, R. D. (2000) *Children of the Land: Adversity and success in rural America*. Chicago: The University of Chicago Press.

Fletcher, A. C., Steinberg, L. y Williams, M. (2004). Parental influences on adolescent

problem behaviour: revisiting Stattin and Kerr. *Child Development*, 75, 781-796.

Goodwill, S. (2005). The science behind medical dance/movement therapy. En *An Introduction to Medical Dance/Movement Therapy, Health Care in Motion*. Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers.

Hartup, W. W. (1993). The company they keep: Friendship and their developmental significance. *Child Development*, 67, 1-13.

Hong, S.C., Jeong, Y.J., Kim, Y.K., Lee, M.S. y Suh, C. M. (2005). Dance movement therapy improves emotional responses. and modulates neurohormones in adolescents with mild depression. *International Journal of Neuroscience*, 115(12): 1711-20.

Huebner, E.S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66, 3-33.

Kerr, M., y Stattin, H. (2000). What Parents know, How They Know it, and Several Forms of Adolescent Adjustment: Further Support for a Reinterpretation of Monitoring. *Developmental Psychology*, 36, 366-380.

Khanlou, N. (2004). Influences on adolescent self-esteem in multicultural Canadian schools. *Public Health Nursing*, 21 (5), 404-411.

Larson, R. y Richards, M.H. (1994). *Divergent realities.: The emotional lives of fathers, mothers, and adolescents*. Nueva York: Basic Books.

Lee, S. M., Daniels, M. H. y Kissinger, D. B. (2006). Parental influences on adolescent adjustment: parenting styles versus parenting practices. *Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 14 (3), 253-259.

McLaughlin, M. (2000). *Community counts: How youth organizations matter for youth development*. Washington, DC: Public Education Network.

Molpeceres, M.A., Lucas, A., y Pons, D. (2000). Experiencia escolar y orientación hacia la autoridad institucional en la adolescencia. *Revista de Psicología Social*, 15, 87-105.

Parra, A., Oliva, A. y Antolín, L. (2009). Los programas extraescolares como recurso para

- fomentar el desarrollo positivo adolescente, *Papeles del Psicólogo*, 3-13.
- Parra, A., Oliva, A., y Sánchez-Queija, I. (2004). Evolución y determinantes de la autoestima durante los años adolescentes. *Anuario de Psicología*, 35, 331-346.
- Parra, A., y Oliva, A. (2006). Un análisis longitudinal sobre las dimensiones relevantes del estilo parental durante la adolescencia. *Infancia y aprendizaje*, 29, 453-470.
- Pertegal, M. A., Oliva, A. y Hernando, A. (2010). Los programas escolares como promotores del desarrollo positivo adolescente. *Cultura y Educación*, 22 (1), 53-66.
- Reina, M.C., Oliva A., y Parra A. (2010). Percepciones de autoevaluación: Autoestima, autoeficacia y satisfacción vital en la adolescencia. *Psychology, Society, and Education*, 2, 44-56.
- Roth, G. (1997). *Sweat your prayers-movement as spiritual practice: The five rhythms of the soul*. New York, NY: Tarcher Putman.
- Roth, J. y Brooks-Gunn, J. (2003). What exactly is a youth development program? Answers from research. *Applied Developmental Science*, 7, 94-111.
- Steinberg, L. (1990). Interdependence in the family: autonomy, conflict and harmony in the parent-adolescent relationship. In S. S. Feldman, y Elliott, G. L. (Ed.), *At the threshold: the developing adolescent* (pp. 255-276). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Steinberg, L. y Silk, J. S. (2002). Parenting adolescents. En I. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. I. Children and parenting). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Usmiani, S. y Daniluk, .T. (1997). Mothers and their adolescent daughters: Relationship between self-esteem, gender, role identity and body image. *Journal of Youth and Adolescence*, 26, 45-62.
- Walker, H. R. (2000). An analysis of the relationship of human sexuality knowledge, self-esteem, and body image to sexual satisfaction in college and university students. *Dissertation Abstract International: Section B: The Sciences and Engineering*, 60 (9B), 45-60.



JUNTA DE ANDALUCIA