

## ¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento?

Pensar la adolescencia y sus vicisitudes en los tiempos que vivimos nos convoca a una reflexión impostergable *¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento?* Comprometidos con este tema desde la perspectiva de las necesidades de los adolescentes y con el fin de promover recursos para la salud, durante los últimos años, como profesionales de la salud, nuestra motivación y esfuerzo estuvieron dirigidos a diseñar el PIPs-A, un programa de intervención psicosocial para promover el desarrollo saludable en adolescentes. Este programa surge como resultado de años dedicados al estudio y evaluación de más de 800 jóvenes en la ciudad, interesados en conocer sus experiencias y su mundo, su propia cultura.

Sin duda, no es posible entender lo adolescente sin considerar que se trata de una etapa signada por intensos y dinámicos cambios biológicos, psicológicos y sociales que acontecen progresivamente en distintos niveles e influyen en la construcción de su autonomía. En este sentido, la importancia de desarrollar modos concretos de acompañarlos e intervenir -con el objetivo de favorecer su potencial de salud, es decir los recursos personales con los que pueden contar los adolescentes para lograr una vida más saludable y con más bienestar-, se convirtió en una prioridad.

Si bien es cierto que clásicamente ha predominado desde la psicología una perspectiva centrada en los aspectos negativos de la adolescencia, en los últimos años se están consolidando enfoques y modelos que destacan el valor que tienen las características y modos de organización y funcionamiento personal *saludables*. Por eso, sin desconocer la importancia de los enfoques clásicos, sigue resultando un verdadero desafío abordar la experiencia adolescente desde su potencial de salud y ofrecer acciones específicas que puedan favorecerlo, particularmente en el contexto latinoamericano y argentino.

Entonces nos preguntamos: ¿para qué somos convocados los profesionales cuando de adolescencia se trata?

Así emprendimos una segunda etapa en este proceso, y decidimos revisar en detalle las propuestas de trabajo con adolescentes que existían en el país y en el exterior para evaluar en qué medida contemplaban estos aspectos y de qué manera lo hacían. Es decir, con qué se contaba y qué hacía falta. Decidimos entonces emprender el complejo y necesario camino de diseñar un programa de intervención original que lograra este propósito, pero también evaluar su alcance, capacidad de transferencia y aplicación a la vida cotidiana de los adolescentes en un sentido amplio, es decir, un programa que no se restringiera a un tema específico sino que pudiera ofrecer recursos personales más generales para la vida.

Para lograrlo fue necesario identificar componentes centrales presentes en la evolución de los adolescentes, y elaboramos así cuatro preguntas a partir de las cuales se organizaron los ejes de nuestra intervención: *¿De qué se trata afrontar situaciones difíciles, nuevas o que suponen cambios?*, *¿Por qué es importante ocuparnos de las emociones?*, *¿En qué consiste la buena comunicación?* y *¿De qué se trata ser adolescente hoy?*

Estos ejes resultaron claves para diseñar acciones que acompañaran el camino hacia la autonomía, y en ellos se basaron finalmente la estructura y los

contenidos del PIPs-A. Se trata de un programa protocolizado y breve, que se implementa en dispositivo grupal a lo largo de 10 encuentros semanales. Se establecieron objetivos y actividades específicas para realizar con los adolescentes en cada encuentro.

En gran medida, el aporte innovador de este programa radica en su versatilidad, ya que puede aplicarse en diferentes contextos y se adapta a una amplia diversidad de adolescentes de 15 a 18 años. Es decir, si bien los ejes están claramente definidos, los contenidos de cada encuentro los proponen los propios adolescentes y de esta manera se atiende a los temas y necesidades específicas que en la diversidad de cada grupo se van planteando. Su aplicación en pequeños grupos, las actividades psicoeducativas y las tareas propuestas que realizan entre los encuentros, han mostrado favorecer claramente la motivación, interés y participación activa de los adolescentes, haciendo del PIPs-A un espacio del que se van apropiando semana a semana. Luego de completar la investigación que permitió desarrollar este Programa y aportar evidencias de su valor y aplicación a partir de los resultados alcanzados, comenzamos a darle forma a una propuesta que mantuvo la idea original pero se centró en lograr un efecto multiplicador al hacer extensivo e incluso el programa a otros adolescentes de la ciudad.

Es así que desde el año 2014 pusimos en marcha el Proyecto de Extensión *Adolescencia y Salud* en la Facultad de Psicología de la UNMdP, y hemos logrado conformar un equipo de trabajo conformado por estudiantes y profesionales, desde el cual acercamos el programa a diferentes escuelas públicas de la ciudad. Hasta la actualidad más de 300 adolescentes han participado en estos talleres, y cada año nuevos adolescentes se suman a la propuesta.

Los resultados hasta la actualidad son favorables y sostenidos en el tiempo. Esto se manifiesta en sus devoluciones -orales y escritas-, y también en las apreciaciones de los padres, docentes y directivos, que destacan y valoran la posibilidad de contar con este espacio de encuentro, de escucha, y de activa participación y compromiso de los adolescentes. Encuentran en la experiencia del taller la posibilidad de ocuparse de temas significativos e importantes para ellos, propios de su etapa y necesarios para el desarrollo y afianzamiento de una autonomía responsable.

Y como resultado de todo este proceso y del trabajo sostenido durante estos años, se ha publicado recientemente el libro *¿Cómo ser adolescente y no quedarse en el intento?*, y con ello la posibilidad de una mayor difusión, que permita llegar a otros que puedan compartirlo y replicar el PIPs-A en diferentes contextos.

La obra está compuesta por dos piezas integradas:

Una *Guía teórica* que incluye los antecedentes y la fundamentación teórica, presenta la estructura y el diseño del PIPs-A, y el estudio de investigación en el que se basó el Programa. Esta pieza está acompañada por la *Guía para los coordinadores*, material en el que se brinda la organización, las pautas y las recomendaciones para su aplicación, algo sumamente importante para lograr los resultados esperados.

La segunda pieza es el *Cuadernillo de contenidos y actividades*, material específicamente diseñado para los adolescentes, que los acompañará a lo largo de los 10 encuentros. Se incluyen aquí los 4 módulos que los coordinadores les entregan semana a semana, uno orientado al afrontamiento,

otro a las emociones, el tercero a la comunicación, y por último, el que invita a pensar y reflexionar sobre qué significa para los adolescentes sentirse y ser protagonistas de sus vidas.

Los profesionales interesados en acompañar a los adolescentes en esta intensa etapa, encontrarán en esta obra un programa original y dinámico específicamente pensado para los adolescentes de hoy.

**Grupo de Extensión “Como ser adolescente y no quedarse en el intento”. Intervenciones Psicosociales para promover salud.**

**Director: Dr. Juan Marcelo Cingolani**

**Co Directora Dra., Claudia Castañeiras**