

PROYECTO ANIMAH

EJE DE SALUD PSICOSOCIAL

EL FUNCIONAMIENTO PSICOSOCIAL
Y EL SABER LOCAL

Material de apoyo a docentes para la prevención de problemas
psicosociales y el fortalecimiento de la salud escolar

AUTORES:
ARTURO ORTÍZ
VIANEY ORTEGA

LIBRO 1 de 6

ESTE LIBRO PERTENECE A:

DE LA ESCUELA: _____

DEL GRADO: _____

FECHA: _____

PLAN GENERAL DE LA OBRA

LIBRO 1

NATURALEZA DE ESTA OBRA

Introducción

El funcionamiento psicosocial del ámbito escolar

¿Cuál es la alternativa propuesta en este documento de apoyo?

¿Qué puede esperar el lector al finalizar la instrucción que aporta el documento de apoyo?

¿Cómo está organizado el documento de apoyo?

¿Cómo usar el documento de apoyo?

Consideraciones éticas para el empleo del documento de apoyo

RECUPERANDO EL SABER LOCAL

La importancia de la historia de las comunidades

La maternidad local

Mizcotón

Huertos y corrales

Otras actividades comunitarias

¿Cuál es la aportación a la salud mental?

LIBRO 2

FUNDAMENTOS DEL DESARROLLO PSICOSOCIAL

¿Qué es lo psicosocial?

¿Qué es la psicología y la auto observación?

El aparato psíquico/ la mente humana

Los impulsos básicos

Las fantasías básicas o universales

Afecto, símbolos e información

La naturaleza de las emociones y sus posibilidades de estudio

LA SALUD MENTAL

¿Qué es la salud mental?

Factores promotores de la salud mental - Autocuidado

Factores de riesgo contra la salud mental

Consecuencias de no cuidar la salud mental

La pérdida de equilibrio mental y la incidencia

La terapia emocional es una incidencia de carácter científico

Tipos de terapias

LIBRO 3

HABILIDADES ADAPTATIVAS

Habilidades que la mente desarrolla para la adaptación

- Los vínculos
- Plataforma emocional resiliente
- Los tonos emocionales y su plasticidad
- Lenguaje no verbal
- La empatía
- Sentido de identidad
- Los eventos sintónicos y distónicos
- El conflicto de lealtad
- La importancia de la certeza
- Sentido de trascendencia
- Nivel de satisfacción

LIBRO 4

EL DESARROLLO PSICOLÓGICO DEL NIÑO

Los primeros años de vida

Niños en edad escolar

- Desarrollo cognitivo
- Desarrollo psicosocial
- Factores psicosociales en el desarrollo

FUNDAMENTOS DEL DESEQUILIBRIO Y EQUILIBRIO INFANTIL

Criterios de normalidad y anormalidad

Signos y síntomas

Desequilibrio emocional infantil

- Ansiedad
- Depresión
- Estrés
- Agresividad
- Miedo
- Dificultades específicas del aprendizaje
- Trastornos del espectro autista
- Déficit de atención con hiperactividad
- Discapacidad intelectual

Equilibrio emocional infantil

LIBRO 5

LA EVALUACIÓN DE LAS EMOCIONES

Instrumentos o pruebas psicológicas

El juego como herramienta diagnóstica

Pruebas proyectivas

Proyección

Apercepción

Instrumentos diseñados exprofeso

Baúl de los sentimientos

Frases incompletas

EL DIAGNÓSTICO E INFORME

La meta del informe diagnóstico

¿Qué incluye el diagnóstico?

Formato del informe diagnóstico

LA INCIDENCIA

¿Qué es la incidencia?

Fortaleciendo el diseño y puesta en operación de la incidencia

Características de la incidencia

Los niños de primaria y la incidencia

Intuición e incidencia

La incidencia y la experiencia docente

La incidencia emocional y otras ganancias

CONCLUSIONES DE LA EXPERIENCIA PSICOSOCIAL

LIBRO 6

EPÍLOGO

ANEXOS

Anexo 1. La respiración

Anexo 2. Definición y descripción de términos

Anexo 3. Referencias

Este libro es el **primero** de una serie de seis y **presenta:**

1. Los fundamentos del funcionamiento socioemocional en interacción con el saber local.

Estos fundamentos se describen a manera de rescatar los saberes locales de las comunidades que han participado en el proyecto, en especial la comunidad de Alpuyeca con la cual hemos tenido el honor de trabajar muchos aspectos de la dinámica escolar.

Invitamos al lector a la revisión de los otros libros de esta serie, a fin de encontrar un contexto más amplio para la comprensión del funcionamiento mental y la dinámica socio emocional en el entorno escolar, así como para encontrar lineamientos para el diseño y operación de incidencias en este medio.

LA NATURALEZA DE ESTA OBRA

NATURALEZA DE ESTA OBRA

Este material de apoyo es el resultado del trabajo colectivo realizado entre docentes, alumnos y padres de familia de las comunidades participantes en el proyecto ANIMAH. En particular agradecemos a la comunidad de Alpuyecá Morelos la oportunidad de trabajar con ellos desde hace años. El aprendizaje que hemos tenido a partir de su experiencia ha sido fundamental para el desarrollo de esta obra.

El saber comunitario acumulado a lo largo de generaciones es una fuente inagotable de experiencia. Este conocimiento ha permitido que las comunidades sobrevivan y se desarrollen muchas veces en circunstancias adversas. El acceso que los especialistas hemos tenido a este saber es producto de la generosidad de la comunidad que dadivosamente nos lo ha compartido.

Como resultado de este proceso se ha podido comprender en importante medida cómo es la dinámica psicosocial en el nivel comunitario, familiar y en particular en el ámbito escolar. Esto permite que los investigadores vean a la comunidad y su dinámica “desde dentro” identificando las fortalezas, áreas de oportunidad y las herramientas de incidencia que las propias comunidades han desarrollado durante generaciones. Una parte de este aprendizaje está contenido en este documento, y muchos de los temas aquí tratados se basan en los conocimientos de estas comunidades. Toda esta información proveniente de las comunidades pretende ampliarse aún más con las sugerencias y las aportaciones teóricas y técnicas de los investigadores.

De esta manera se busca un enriquecimiento mutuo: los profesionales aprendemos de toda la valiosa experiencia de las comunidades, a la vez que ofrecemos a ellas lo que desde nuestra óptica pueda ser considerado de utilidad.

El proyecto ANIMAH agradece a las comunidades, docentes, padres y alumnos que nos han permitido el acceso al saber local. También ANIMAH reconoce que cada comunidad tiene aspectos únicos con los cuales el proyecto se ha enriquecido.

INTRODUCCIÓN

El proyecto ANIMAH tiene como objetivo mejorar las condiciones que determinan y/o potencian la salud, el aprendizaje y la convivencia en las escuelas. Esto por medio de la recuperación de los saberes locales, la apropiación colectiva de conocimientos sostenibles y prácticas científicas transdisciplinarias, el fomento de la autoproducción de salud integral y el ofrecimiento de alternativas reales hacia la construcción de políticas públicas en salud comunitaria.

A su vez, la intervención psicosocial del proyecto ANIMAH tiene como objetivo el desarrollo de una estrategia de salud psicosocial y emocional comunitaria orientada al fortalecimiento del tejido social y al desarrollo de espacios libres de violencia para incidir en la prevención de problemas de salud mental y la promoción de vida saludable.

Esta obra tiene por objetivo brindar a los docentes herramientas básicas para el desarrollo de las habilidades psicosociales en sí mismos. Dichas herramientas les servirán de base para la detección de situaciones psicosociales en el ámbito escolar que requieran acciones de incidencia y prevención.

El contenido de este documento nace de los resultados de la investigación realizada por el proyecto ANIMAH en las escuelas y comunidades participantes. Los **instrumentos de recopilación de información** incluyeron:

- Entrevistas a informantes No Calificados y Calificados.
- Entrevistas con alumnos, docentes, padres de familia e informantes de la comunidad.
- Entrevistas con miembros selectos de la comunidad que revelaron situaciones psicosociales y cognitivas especiales de alto impacto en el funcionamiento psicosocial del entorno escolar.
- Observación no participante y participante.

Los resultados permiten diseñar herramientas de incidencia útiles para responder a las necesidades psicosociales del entorno escolar identificadas en la investigación.

Un estudio piloto de estas herramientas se realizó en una comunidad de estudio. La experiencia acumulada también se integra en este documento. Se espera, por tanto, que en su primer acercamiento a este material el lector o docente siga los textos y los ejercicios contenidos en la secuencia propuesta. Esto permitirá:

- Desarrollar la habilidad para identificar problemas psicosociales y cognitivos del entorno escolar.
- Desarrollar la habilidad para diseñar y poner en operación medidas de incidencias para resolver tales problemas.

A partir de esta base, veamos ahora los fundamentos del funcionamiento psicosocial en el ámbito escolar.

EL FUNCIONAMIENTO PSICOSOCIAL DEL ÁMBITO ESCOLAR.

Por **funcionamiento psicosocial** nos referimos al proceso en que la mente humana y las emociones se van conformando conforme pasa el tiempo.

Tal proceso inicia desde el momento de la concepción –pues alrededor de los 6 meses el bebé en el vientre materno ya es sensible a los tonos emocionales de su madre, la música, su respiración y muchos otros estímulos– y tiene lugar durante toda la vida de la persona. Esto es así porque la mente humana es dinámica y cambia a cada momento por las necesidades adaptativas que plantea el entorno (grupo social, laboral, escolar, familiar, etc.), así como por las necesidades del mundo interior de cada persona

Para conocer el funcionamiento psicosocial de los niños, docentes y padres de familia dentro del ámbito escolar **en las comunidades de estudio**, el proyecto ANIMAH realizó primeramente una investigación diagnóstica con el fin de identificar fortalezas y áreas que pueden mejorar en las escuelas.

Los resultados de la investigación muestran que las comunidades tienen, entre otras, las siguientes **fortalezas**:

- Compromiso.
- Resiliencia.
- Responsabilidad.
- Sentido de comunidad.
- Visión de largo plazo.

De acuerdo con cada comunidad hay otras fortalezas más específicas tales como:

- Equidad de género.
- Inclusión.
- Interculturalidad (un rasgo distintivo en ellas).
- Lealtad comunitaria.
- Solidaridad.

Estas fortalezas se van formando en los alumnos a partir de lo que ven en los docentes, quienes además orientan a los niños para aprender y desarrollarse con los recursos disponibles en su entorno,. Esto refuerza su sentido de identidad individual, social y comunitaria.

Como oportunidades de desarrollo se identifican situaciones de:

- Agresividad.
- Ansiedad.
- Depresión.
- Estrés.
- Miedo.

Adicionalmente en cada comunidad hay cuestiones psicosociales importantes por atender, por ejemplo:

- Inseguridad y violencia emocional y social en las comunidades, como consecuencia de la actividad del narco en algunas poblaciones.
- Economía doméstica y comunitaria muy restringida: en todas las comunidades estudiadas el ingreso mensual familiar (con aportes de mamá y papá) no rebasa los \$5 000.00, lo que equivale a menos de 250 dólares mensuales por familia. La familia promedio es al menos de 5 miembros: papá y mamá más 3 niños, aunque eventualmente está un tío, abuelo, o familiar enfermo. Este contexto impacta claramente en las emociones de los niños, sus docentes y padres de familia.

El lector puede encontrar aspectos metodológicos más específicos sobre este tema en el documento: “Diagnóstico situacional de fortalezas y necesidades psicosociales de las comunidades escolares”. Dicho material puede ser localizado en la página oficial del proyecto ANIMAH: <https://saludcomunitariaescolar.org/>

¿CUÁL ES LA ALTERNATIVA PROPUESTA EN ESTA OBRA?

De acuerdo con los resultados encontrados a partir del saber local preexistente en las comunidades, en particular la de Alpuyeca, esta obra propone herramientas para:

- Fortalecer los saberes locales de las comunidades, para tener una comprensión más cabal del funcionamiento mental.
- Fortalecer la confianza en sí mismos de las comunidades y los lectores.
- Ofrecer a los docentes una alternativa para observarse a sí mismos, “desde dentro” de su propia mente, a fin de conocer sus propios procesos emocionales.

Se espera que el conjunto de los conocimientos comunitarios provea una plataforma de análisis más amplia para diseñar medidas de incidencia -entendiendo como incidencia las distintas maneras de intervenir o atender situaciones psicosociales relevantes-, Asimismo, que en un segundo momento los docentes estén en mejor posición para:

:

- “Confeccionar” incidencias de acuerdo con los requerimientos específicos de sus alumnos.
- Conocer las necesidades psicosociales de sus alumnos y hacer una “radiografía” de ellas.
- Identificar oportunamente los factores de riesgo y desajustes en el funcionamiento de los alumnos.
- Promover que el alumno desarrolle una vinculación armónica con su entorno.

¿QUÉ PUEDE ESPERAR EL DOCENTE AL FINALIZAR LOS EJERCICIOS QUE SUGIERE ESTA OBRA?

Esta obra de apoyo ofrece al docente elementos para identificar e incidir en las necesidades psicosociales de sus alumnos. Las herramientas propuestas buscan ser útiles para:

- Fortalecer habilidades psicosociales que le simplifiquen y nutran su manera de sentir y vivir.
- Fortalecer un “lente” más fino para ver su alma y la de los otros, en particular la de sus alumnos.
- Fortalecer una actitud de auto observación permanente.
- Fortalecer una mejor interacción psicosocial con su entorno escolar.
- Conocer los fundamentos científicos que explican situaciones psicosociales del entorno escolar.

- Traducir y presentar ese conocimiento en lenguaje cotidiano, de modo que pueda ser comprendido y aplicado por los docentes.

¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA ESTA OBRA DE APOYO?

Como se mencionó anteriormente, esta obra surge a partir de la investigación diagnóstica que el proyecto ANIMAH realizó antes de la pandemia en diversas escuelas, principalmente de la comunidad de Alpuyecá, Morelos. Con base en los resultados obtenidos en dicha investigación se ofrece a los docentes una serie de propuestas de incidencia. Tales propuestas se enriquecen con aspectos teóricos que dan al lector una plataforma de análisis más amplia para la comprensión de los temas tratados en la obra. El orden en que se presentan las propuestas corresponde a la forma en que tanto la experiencia de la investigación como los docentes participantes mostraron pertinente. Finalmente, con el objetivo de facilitar a los docentes la comprensión de los temas, se incluyen también ejercicios.

Los ejercicios propuestos tienen por lo menos dos momentos:

- **Auto observación:** implica que el docente tiene previamente un momento de introspección o insight.
- **Reflexión grupal:** donde se busca el intercambio de resultados de la auto observación con los otros docentes a fin de llegar a conclusiones conjuntas.

Los ejercicios requieren que los participantes formulen por escrito de manera sintética las conclusiones logradas. Con esto se busca poner en práctica lo aprendido.

¿CÓMO USAR EL DOCUMENTO DE APOYO?

Se sugiere que en el primer acercamiento a este documento de apoyo se realice una lectura de corrido en el orden propuesto. Esto debido a que esta obra procede en orden creciente de complejidad para facilitar la comprensión de los fenómenos psicosociales.

Una vez realizada la primera lectura, en lo sucesivo, el lector podrá emplear este documento en función de las necesidades específicas que surjan en el desarrollo de sus actividades.

Es deseable que los docentes y padres dediquen un **espacio de tiempo** dentro de su jornada semanal al trabajo de problemas específicos de los alumnos. Es aquí donde esta obra puede aportarles valiosas sugerencias de incidencia. En investigaciones previas se ha encontrado que es útil una sesión de dos horas cada semana para este fin.

Adicionalmente se ha identificado que **los docentes necesitan** para sí mismos un espacio dedicado específicamente para **auto observación e identificación** de sus situaciones psicosociales. A partir de ese espacio los docentes logran más claridad y comprenden mejor que los problemas psicosociales están en la base de los problemas escolares, las dificultades psicosociales, los problemas de la conducta y del rendimiento académico.

Finalmente, se recomienda que cada lector tenga un ejemplar de este **OBRA DE APOYO** para uso personal, pues es una forma en la que cada uno tendrá una evaluación del propio mundo interior y el de los participantes.

CONSIDERACIONES ÉTICAS PARA EL EMPLEO DEL DOCUMENTO DE APOYO

El empleo de esta obra requiere que el lector siga los principios básicos de la interacción emocional. Estos pueden enunciarse de la siguiente manera:

- **“Promover que los participantes hablen con sinceridad y respeto”**. Se pide al participante compartir con el grupo la información que es emocionalmente significativa. Se exhorta a expresar emociones y eventos que normalmente resultan difíciles y, por tanto, no se han podido expresar previamente, por ejemplo, situaciones que le lastiman, hacen sufrir, son difíciles de expresar, etc. Esta información interesa porque es una especie de “puente” para acceder al mundo interior. El mundo interior es el de las emociones o sentimientos, ambos constituyen las motivaciones más poderosas de la vida humana.
- **“Todo lo que los participantes refieren en el escenario de trabajo o de incidencia se queda ahí”**. La información resultante será manejada con total discreción y confidencialidad para proteger la integridad de los participantes. Esto es así porque se requiere tener un contexto para comprender e incidir en el funcionamiento psicosocial. Fuera de este contexto las cosas que la persona presenta no tienen el mismo sentido.
- **“La interacción es una relación de mutua cooperación, aprendizaje y respeto”**: Los ejercicios indicados de auto observación y las acciones que el docente confeccione con el objetivo de incidir con el alumno tendrán siempre la meta de fortalecer la estructura psicoemocional. La meta última de la **OBRA DE APOYO** es ser útil para la incidencia en temas psicosociales; de ninguna manera se buscan otros objetivos como pudieran ser, por ejemplo: negociar calificaciones, obtener la simpatía del docente, lograr la permanencia en el plantel, ni ningún otro.

RECUPERANDO EL SABER LOCAL

LA IMPORTANCIA DE LA HISTORIA DE LAS COMUNIDADES

“La historia es la vida de la memoria, la maestra de la vida”

-Cicerón

Esta frase atribuida a Cicerón guía la investigación psicosocial del proyecto ANIMAH.

De este modo, al iniciar las actividades de diagnóstico en la comunidad el primer paso fue la **observación no participante**. Esto implicó pasar numerosas horas en el contexto escolar y comunitario aprendiendo, entre otras cosas:

- Cuáles son las actividades y horarios.
- Cuáles son los contextos, y en particular las conductas, los pensamientos y los sentimientos.
- Quiénes son los actores comunitarios

Este proceso implica que la comunidad y los actores comiencen a ver al investigador como una parte más de su entorno, no como elemento extraño o amenazante.

Este proceso en importante medida se basa en la capacidad de **empatía** del investigador, pues éste aprende a identificar los códigos no verbales de interacción prevalentes en cada comunidad, así como las diferentes actividades.

Más adelante se continúa con una etapa de observación participante en cada comunidad. Aquí se van formulando preguntas para comprender la dinámica comunitaria. Esto aporta los grandes referentes de lo que podemos llamar “**Mapa Psicosocial Comunitario**”

A partir de este punto los profesionales proceden a la realización de diversas entrevistas a diferentes tipos de informantes, lo cual se describe con más amplitud en la obra: “Diagnóstico situacional de fortalezas y necesidades psicosociales de las comunidades escolares”. Dicho material puede ser localizado en la página oficial del proyecto ANIMAH: <https://saludcomunitariaescolar.org/>

En ese proceso el profesional va aprendiendo de la comunidad y es posible ir preguntando el origen de las diferentes percepciones e incidencias que comunitariamente se han empleado durante generaciones y que les han permitido resolver sus problemas, volverse resilientes y finalmente salir adelante.

El conocimiento acumulado, parte del cual se recopila en este trabajo, constituye lo que podemos llamar **Maternidad Local**.

LA MATERNIDAD LOCAL

Las comunidades han desarrollado durante toda su historia una plataforma de saberes para comprender y resolver los propios problemas. A este conjunto de conocimientos que se han acumulado durante generaciones por los habitantes de la comunidad es al que llamamos Maternidad Local y es el cimiento sobre el que se basa esta obra.

Los conocimientos obtenidos por el proyecto son propiedad colectiva de las comunidades, éstas fortalecen la confianza en sí mismas al emplear su saber local. Se observó que esta confianza aumenta mediante la interacción de la comunidad con los profesionales. Los niños en particular ven en los investigadores una persona que se interesa en conocerlos, que les pregunta sobre sus situaciones diarias de convivencia, sus anhelos, sus esperanzas, sus preocupaciones, las maneras de resolverlas, etc. Para ellos esto significa un cobijo emocional, encuentran en el investigador a alguien que tiene un saber diferente y que puede ser útil. Esto es igual para las otras líneas de intervención del proyecto ANIMAH.

En este contexto, al paso del tiempo, los investigadores van conociendo diversas herramientas o estrategias psico emocionales comunitarias que son exitosas en la incidencia sobre diversos desequilibrios. A raíz de un piloteo -ensayo que se realiza en un primer momento para sondear la pertinencia de un procedimiento- realizado a todas las comunidades participantes del proyecto ANIMAH se identificaron estrategias que parten de sus tradiciones, conocimientos y experiencias y que son utilizadas para atender distintas problemáticas emocionales como tristeza, enojo, ansiedad, entre muchas otras.

Como ejemplo y para fines del manual señalamos únicamente las estrategias y actividades encontradas en la escuela de Alpuyecá, pero cada comunidad tiene su propio conocimiento y sus propias estrategias.

TRADICIONES LOCALES COMUNITARIAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA SALUD DE SUS INTEGRANTES

En la comunidad de Alpuyecá Morelos, a las personas que presentan un desequilibrio emocional se les ofrece la alternativa del Mizcotón.

EL MIZCOTÓN

El “Mizcotón”, también conocido como “Dar Santo” o “Escapulario” es un ritual para devolver la paz interior a quien la ha perdido.

Cuando una persona siente emocionalmente un desequilibrio profundo que no ha logrado ser compuesto por médico, psicólogo, sacerdote, remedios caseros, etc., se le lleva al curandero quien es el encargado de “Dar Santo”. Esto significa que se le lleva una ofrenda al santo responsable de la enfermedad del individuo; este santo es el encargado de devolver la paz o

la sanación y, por ello, la comunidad asume que es él quien cura. siempre y cuando reciba su ofrenda.

Lo primero que realizan al enfermo es una limpia con cebos para determinar qué santo es el responsable de los malestares. Posteriormente se elige a una madrina que es la encargada del escapulario. Se citan en casa del enfermo para “echar tortilla”, es decir, hacer comida desde muy temprano y que así esté todo listo para cuando la madrina y la encargada del ritual lleguen.

La encargada del ritual se mantiene dentro de la casa y le van pasando los alimentos para la preparación de la ofrenda. Lo primero es una gallina en la mesa donde se lleva a cabo el ritual. Se utilizan diversos objetos para la ofrenda: dos floreros de rosas rojas, alcohol en partes iguales, refresco, cigarros, cerillos, taza de chocolate, sal, agua, mole verde, tamales. La madrina, junto con su comitiva integrada por personas que tienen el compromiso de estar contentos para transmitir esta tranquilidad al enfermo, elaboran el escapulario con listones de colores, rosario de galleta y rosario de flor de cempasúchil. Se deben llevar al ritual dos charolas: una con ropa nueva y la otra con el escapulario.

Al iniciar el ritual se avisa con un cohete al aire. El encuentro se da en una casa intermedia. Hay música, se recibe a la persona enferma con alegría. Se continúa la fiesta con baile. Una vez que ingresan a la casa donde está la persona enferma, se baila, se hace referencia a la ofrenda, se da el cambio de ropa y se le dan a probar los alimentos.

El anuncio del término del ritual lo dan los chinelos, a quienes la familia debe brindar alimento y recalentado. El resultado es que el enfermo sana, recupera la paz interior, y comienza a sonreír, a estar contento.

Este es un ejemplo del saber local y una de las muchas maneras que tiene la comunidad para hacer frente a los malestares físicos y emocionales. Hay otras herramientas que las escuelas emplean para atender los problemas que los alumnos presentan, de lo cual se hablara en el siguiente apartado.

LOS HUERTOS Y EL CORRAL

En la mayoría de las escuelas del proyecto, y en particular la escuela de Alpuyeca se encontró que a lo largo de su historia han desarrollado recursos que les permiten ser autosustentables para la alimentación., De tal modo, en su espacio escolar designan lugares para poner en operación huertos y corrales que son una importante fuente de aprendizaje para los alumnos.

Estos espacios son útiles para el aprendizaje escolar y la alimentación, también son utilizados como lugares de vinculación en donde los niños pueden aliviar sus malestares emocionales como hiperactividad, enojo, tristeza y todo eso fortalece su alegría.

Una de las estrategias que los docentes emplean cuando los niños presentan algún problema emocional o de conducta es asignarles actividades como el cuidado de los animales en los corrales o las plantas en el huerto. Esto, en palabras de los docentes: *“hace que se sientan importantes, al asignarles una actividad que es relevante para la escuela”*.

El asignarles una actividad importante eleva la autoestima de los niños, y pasar tiempo en contacto con la naturaleza hace que los huertos y los corrales sean lugares terapéuticos dentro de los entornos escolares.

OTRAS ACTIVIDADES COMUNITARIAS

Tanto en Alpuyecá, como en las otras comunidades del proyecto se identificaron otras alternativas tales como:

- **Asambleas locales:** donde se reúnen líderes comunitarios y el pueblo en general para generar acuerdos u organizar actividades que beneficien a los habitantes.
- **Eventos escolares:** las escuelas hacen festivales conmemorativos del día de la mamá, navidad, o incluso excursiones a otros estados o lugares. Esto fortalece un sentido de identidad, además de que refuerza los lazos de la comunidad escolar: docentes, padres, madres y alumnos.
- **Fiestas de santos:** se realizan fiestas para conmemorar a sus santos o fechas importantes; la comunidad convive, se reúne y aporta.

¿CUÁL ES SU APORTACIÓN A LA SALUD MENTAL?

Cada una de las actividades o tradiciones de cada comunidad fomenta las fortalezas locales. Son un referente para abordar algunos problemas psicosociales a partir de los valores que se presentan, tales como: fortalecer la convivencia, desarrollar actitudes de respeto e incrementar la solidaridad.

Para los niños y niñas los adultos son un referente emocional, pues de ellos fungen como modelo de aprendizaje para conocimientos, conductas, actitudes, prácticas y la expresión de emociones. De ahí es que este tipo de festividades son un gran aporte para que los y las niñas aprendan a relacionarse y desarrollen, fortalezcan vínculos con la comunidad.

En el caso de las actividades “relevantes” que se asignan a los niños cuando tienen problemas emocionales o de conducta en el entorno escolar, se crea en ellos un sentimiento de ser importantes. Los niños ven que tienen un espacio solo para ellos y que tanto los docentes como otros alumnos lo consideran exclusivo; al mismo tiempo se desarrolla la responsabilidad, la empatía por el cuidado de los otros, incluyendo plantas o animales.

Como puede apreciarse el saber local, que entre otras alternativas incluye la realización de fiestas y rituales, da identidad a los niños y los hace sentir parte de la comunidad, los hace sentirse acompañados y eleva sus niveles de felicidad.

EJERCICIO

¿Qué saberes locales recuperas de tu comunidad en el caso de los niños que se deprimen?

¿Qué saberes locales recuperas de tu experiencia en el caso de los niños que presentan problemas de rebeldía?

Para fortalecer estos saberes locales, resultará importante conocer algunos conceptos teóricos típicamente empleados en las ciencias sociales, que refuercen los conocimientos que las comunidades tienen para incidir en sus malestares físicos y emocionales.

Hay que señalar que hay un mutuo beneficio para los investigadores y para la comunidad al entrar en interacción. Por una parte, los investigadores y las ciencias tradicionales se benefician al enriquecerse con las aportaciones comunitarias, y por otra parte, las comunidades se benefician de las aportaciones teóricas de los investigadores al compartir sus puntos de coincidencia sobre temas específicos.