
“AGENTES DE PREVENCIÓN DE COMPORTAMIENTOS
AUTODESTRUCTIVOS EN LA ESCUELA: ACERCA DEL
MALESTAR DOCENTE”

48

“PREVENTION AGENTS OF SELF – DESTRUCTIVE
BEHAVIORSCHOOL”

Investigadora: Diana Lesme¹

Universidad Católica “Ntra. Sra. De la Asunción”

CDID “Centro de Documentación. Investigación y Difusión de la Carrera de Psicología”

Universidad Católica “Ntra. Sra. De la Asunción”²

Resumen

El escrito presenta una reflexión basada en la contribución de algunos autores sobre el tema del malestar docente y su potencial relación con la prevención de comportamientos autodestructivos en el ámbito escolar. Se registran algunos comentarios de docentes hechos en talleres durante el año lectivo 2008, a partir de los cuales se plantea el desafío del docente de educar en la posmodernidad convirtiéndose él mismo en preventor de comportamientos autodestructivos, tanto para sí mismo como para sus estudiantes. Se explora asimismo el concepto de Burn Out como una forma de expresión del malestar docente y se concluye con algunas sugerencias para evitar el desgaste en docentes, con lo que de forma indirecta, se estaría previniendo comportamientos autodestructivos en las escuelas.

Palabras clave: Malestar Docente, Suicidio, Factores de Riesgo, Burn Out.

¹Correspondencia puede ser remitida a dlesme@hotmail.com , dslesme@click.com.py Lic. Diana Lesme Romero.

²Correspondencia remitir a: editor@psicoeureka.com.py, norma@tigo.com.py ”Centro de Documentación Investigación y Difusión de la Carrera de Psicología”, FFCH-Universidad Católica de Asunción-Paraguay

Abstract

The writing presents an analysis based on the contribution of several authors on the topic of teacher discomfort and its relation to the prevention of self-destructive behaviors in schools. Some comments of teachers registered during school year 2008 were relevated and analyzed. This conduces to the challenge of teaching in the postmodern era, becoming (the teacher) a preventive actor, for himself and for his students. There is also some thought dedicated to the concept of Burn Out, as one of the possible expressions of discomfort. The article concludes with some suggestions to avoid the Burn Out Syndrome in teachers. This will indirectly help to prevent self-destructive behaviors in schools.

Keywords: Teacher Discomfort, Suicide, Risk Factors, Burn Out.

Estado del Conocimiento

La violencia autoinfligida en el ámbito escolar es un tema que preocupa mucho. Se presenta en este escrito una contribución basada en años de escucha y acción en la escuela, en la clínica, en las comunidades, trabajando con niños, adolescentes, maestros, psicólogos escolares de distintos estamentos socioeconómicos.

Con frecuencia los programas de prevención en las escuelas se centran en los estudiantes y sus familias como focos de interés y sólo unos cuantos lo hacen en los docentes y otros agentes educativos como beneficiarios de los programas preventivos. Sin embargo, la literatura disciplinar reconoce a la escuela como un ámbito de desarrollo para el bienestar de *todos* los protagonistas del quehacer educativo y a los maestros como piedra angular los esfuerzos preventivos.

Esta idea nos compromete a pensar estrategias de intervención y prevención de formas de manifestación de los malestares en un ámbito acotado de la sociedad, cual es la escuela y con un grupo social específico: los agentes del quehacer educativo.

En este escrito se reflexiona sobre la potencial relación entre el malestar docente y su gestión como agentes preventivos de comportamientos autodestructivos, no sólo de sus estudiantes, sino también de ellos mismos.

Se rescatan frases de los propios actores, recogidas asistemáticamente, voces que han quedado en el recuerdo y en registros anecdóticos, de algunos talleres con docentes en el curso del año lectivo 2008.

Contexto Posmoderno y su Influencia en la Función Docente

Releyendo los escritos clásicos del malestar de la cultura (Freud, 1929) y de Erich Fromm (1956) sobre el sentimiento de soledad del ser humano, se puede notar que algunos pesares “de antes” siguen ocupando un lugar importante aunque han cambiado las formas en las que se manifiestan.

Coincidiendo con varios actores, una caracterización propia del siglo XXI, incluiría: desconfianza en las instituciones, en la ciencia, en la política y en el hombre mismo, sensación de incertidumbre constante; al decir de Morin (1999) vivimos en un mar de incertidumbres, con algunos archipiélagos de certeza.

Ansiedad, confusión acerca de cómo vivir, como amar, qué hacer, que decir, como educar. Esto se agrega a otros predisponentes sociales como la invasión de los medios masivos de comunicación y los otros medios de información tecnológica disponible, con su oferta de goce inmediato y sobre todo, de no comprometerse con aquello que molesta,

marca, irrumpe en el cotidiano de las personas.

Es corriente en las escuelas encontrarse con, por un lado:

a) estudiantes que ensayan desde muy temprano comportamientos destructivos como el acoso en todas sus formas, la manipulación del otro, la indiferencia, incluyendo la autodestrucción. En muchos casos son esos niños y jovencitos los que se hacen acreedores de etiquetas discriminativas como si el malestar general se resumiera en ellos, en sus acciones y palabras. Y por el otro;

b) maestros desmotivados, impotentes, frustrados respecto de su tarea, con malestares importantes.

¿Y qué efecto podría tener esta particular configuración en los protagonistas del escenario escolar?

Es importante recordar que los chicos necesitan para crecer esa mirada de confianza y seguridad del adulto, el sostén de sus padres y de otros adultos confiables, siguiendo a Winnicott, el "holding" (sostenimiento), es lo que evita que el bebé experimente ansiedades insostenibles, o al decir winnicotiano: "la experiencia de no ser sostenido". Sin esa contención y cuidado (caring), los niños crecen en el desamparo emocional y afectivo, con pocas posibilidades de establecer estructuras yoicas fuertes; con padres que no tienen o no se hacen de tiempo para ellos, al cuidado y crianza de otros, entre ellos los docentes, que posiblemente experimentan dificultades similares a esos mismos padres, sin disponibilidad ni disposición para sus propias familias.

Rol Docente

Los adultos son en teoría referentes y propiciadores de reflexiones y cambios, la "generación de los responsables", de los que toman las decisiones importantes, y por tanto, modelos de identificación. Sin embargo, asistimos a una generación de adultos, "modelos de identificación"

confundidos en su rol, con muchas incertidumbres e inseguridades, miedos y angustias dispersas.

Son estos adultos, los que dentro y fuera de la escuela están a cargo de acompañar el crecimiento de los chicos, de poner a disposición los insumos para una generación que se propone ser mejor que las anteriores, eterna ilusión humana, siempre buscando "lo que falta" para ser "mejores". Esto genera estrés en los chicos, pero también en los adultos, en este caso específico en el docente.

Siguiendo a Sepúlveda, C. (2008) las fuentes de estrés del docente en los centros educativos son diversas y con efecto acumulativo:

- -Falta de colaboración de las familias.
- -Diversidad de necesidades educativas.
- -Problemas de disciplina de los alumnos.
- -Falta de motivación y de interés.
- -Falta de reconocimiento social.
- -Escasez de recursos materiales, espaciales y personales.
- -Escasa promoción del profesorado.
- -Conflictos entre compañeros.
- -Implantación de las nuevas tecnologías.
- -Sobrecarga de trabajo y ocupación poco estimulante.
- -Poca o nula participación en la toma de decisiones.
- -Pérdida de identificación con lo que se realiza.
- -Conflictos con alumnos, padres y apoderados, jefes y pares
- -Dificultades financieras
- -Ausencia de espacios de autocuidado.

Si contextualizáramos estas reflexiones en nuestro medio local, la lista no sería muy distinta. Conversando en los talleres con docentes, manifiestan que tienen muchas razones para estar disconformes con su día a día en el trabajo, entre otras:

-Salarios menores a los percibidos por otros sectores productivos.
Salarios recortados por horas cátedras en el caso de los profesores de materias

especiales (inglés, música, danza, otras lenguas).

-Ligazón laboral a varias instituciones por ende para completar un número de horas que posibilite un ingreso más o menos decente.

-Violencia escolar en todas sus formas, “*a mí me pincharon una rueda en el estacionamiento del colegio el día que dí las notas de literatura*” se quejaba una maestra de escuela secundaria.

-“Corrimiento” de los padres y/o encargados de la función paterna, la autoridad, los límites, lo que los deja sin posibilidades de apoyarse en esa función, como también expuestos a los “ataques” (en sus palabras) de los estudiantes y también de los padres.

-“*Son chicos sin límites*” lamentan los profesores. Clarificando, además de la ausente, negligente, cuando no perversa función paterna. La función superyoica en los chicos tiene sus avatares, funcionando muchos de ellos en base a un proceso primario, sin posibilidades de postergación, de tolerar frustraciones, de integrar displaceres a su crecimiento.

-Falta de apoyo de las autoridades educativas en los conflictos generados en la escuela, con los diversos estamentos. “*Para que luego vas a castigarle al chico por algo que hizo mal, si después se va a la dirección, viene su papá, y la directora le da la razón a ellos, como si les tuviera miedo...*”

-Falta de apoyo del sistema social más amplio, en la comprensión de la función social de la escuela y de los educadores, en una lectura atrofiada de garantía de procesos democráticos y justos hacia los niños y los adolescentes. Decía una directora de colegio: “*El año pasado tuvimos que expulsar a cinco chicos que maltrataron e hirieron a unos compañeros más pequeños que ellos en un campamento de integración, los padres accionaron judicialmente y los jueces, en el entendimiento que todo chico tiene derecho a educación, nos ordenaron la rematriculación de esos estudiantes...*”

-Ausencia de espacios sistemáticos de crecimiento personal para el docente, para compartir sus saberes, sus angustias. No son frecuentes en las escuelas tradicionales espacios sostenidos y sistemáticos donde trabajar sus expectativas, sus deseos, sus proyectos. Generalmente se hacen reuniones de carácter formativo y normativo, para “capacitarlo” en su manejo de aula o para darle a conocer las nuevas, o viejas normativas institucionales. “*Eso lo que nos hace falta, talleres así donde una piensa en una misma, en su trabajo y sobre todo a compartir con sus compañeros; a veces nos pasamos corriendo de un colegio a otro, y no tenemos tiempo ni siquiera de conocernos entre nosotros...*”

Como se ve, hay suficientes indicadores para hablar de condiciones que no favorecen la salud mental del educador a nivel laboral. A esto cabe sumarle las condiciones personales y familiares que pudieran generar tensiones y conflictos.

Al respecto, Erich Fromm, psicoanalista alemán, que se destacó por aplicar la teoría psicoanalítica a problemas sociales y culturales, se cuestiona sobre las rutinas laborales y de entretenimiento, donde todo se hace, sin mucho “sentido”, lo que nos interpela en lo mencionado más arriba:

“*¿Cómo puede un hombre preso en esa red de actividades rutinarias recordar que es un hombre, un individuo único, al que sólo le ha sido otorgada una única oportunidad de vivir, con esperanzas y desilusiones, con dolor y temor, con el anhelo de amar y el miedo a la nada y a la separación?*” (Fromm, 1956, p. 16)

La escuela puede generar un malestar importante en el alumno, pero también en el docente. A veces es consciente, otras no. En ocasiones el malestar docente se manifiesta en malestares físicos o somatizaciones: dolores musculares, alteraciones gastrointestinales, dolores de cabeza, irritabilidad e insomnio, nerviosismo, ansiedad, cansancio, desgano, situaciones

que se hacen recurrentes y podrían terminar en los denominados “estados depresivos” u otras condiciones que afectan su bienestar psíquico, físico o social.

Según la Asociación Mundial de Psiquiatría, para el año 2020, la depresión será la primera causa de baja laboral en los países desarrollados y la segunda enfermedad más frecuente en el mundo.

El docente, parafraseando a Kochi, (2007) se convierte en un *“desilusionado por la profesión a la que se volcó con ideales; superado por la voluntad de adaptarse, tratando de responder eficazmente a un exceso de demandas y presiones, sufre en soledad su deseo de abandonar la actividad docente, su frustración, su pérdida de interés y de autoestima. Los síntomas se van acrecentando e invaden la vida social y familiar de quien los padece...”*

Burn-Out: una Respuesta Fallida al Malestar

El síndrome del Burn-Out (Síndrome del Quemado, desgastado, síndrome de agotamiento, de desgaste profesional) es una patología relativamente reciente que se configura con el estilo de vida posmoderno y el stress laboral.

Pines y Aronson (1981), citado por Armentia, 2000, p. 5) proponen una definición que no se limita únicamente a las profesiones de ayuda: “estado de agotamiento mental, físico y emocional producido por la involucración crónica en el trabajo en situaciones emocionalmente demandantes”.

Sostiene Sepúlveda (2007), que algunos de los efectos que provoca el estrés en docentes son: agotamiento emocional, actitud de apatía fuera de la escuela, disminución de sus actividades de esparcimiento; alienación frente al trabajo donde el cumplimiento de tareas se realiza de forma mecánica; una pérdida de la motivación donde desaparece el ser y toma importancia el deber.

Cabría agregar, una pérdida del placer en la tarea, del deseo de trabajar, de comprometerse con lo que se sueña, se quiere, se espera, se ama. Ya nos decía Freud que la capacidad de amar, de trabajar y de gobernar son características de una persona con cierto nivel de salud mental. Sin duda, la subjetividad esta muy relacionada con el como discurrimos, como atravesamos la vida, el trabajo, navegando nuestros deseos, entre las imposiciones del principio de realidad y los disfrutes cotidianos.

Surge entonces la pregunta: ¿Será que los adultos dejamos de desear deseos para desear cosas? Como instrumentos, mecanismos que obturen nuestros deseos, nuestras pasiones, nuestras flaquezas.

¿Será que, como sociedad, estamos desfavoreciendo el despliegue de las subjetividades del docente en sus funciones?

¿Qué desea un docente?

“No sé porque nos preguntáis eso, no importa tanto, en verdad, nosotros estamos para enseñar a los chicos y nada mas...” (Respuesta de una docente en un Taller, Asunción, 2008).

¿A quién le importa qué desea un docente?

¿Qué sueña? Qué le preocupa?

¿Qué deseo de aprender y de vivir puede despertar en el otro (el estudiante) si no logra conectarse con lo que él o ella quiere?

¿Cómo se le puede pedir al docente que sea agente preventivo de riesgos psicosociales, malestares, si no se puede sostener, cuidar, (retomando el concepto de holding y caring de Winnicott) su cualidad humana, deseante, incompleta, su subjetividad en el sistema escolar?

¿No estará contribuyendo entonces la escuela posmoderna a que el malestar docente aumente?

Este razonamiento llevaría a pensar que el docente no sólo no es eficiente en sus funciones, sino que puede llegar a ser iatrogénica su intervención con los estudiantes y consigo mismo.

¿Qué implicancias tiene esta reflexión en el escenario escolar?

¿Se puede pensar entonces que los comportamientos autodestructivos en todas sus formas, aparecen como una alternativa de resolución de problemas y malestares, para los propios docentes?

Promoviendo Salud Mental, Previniendo Comportamientos Autodestructivos en los Docentes de las Escuelas Posmodernas

El psicólogo, los directores y los profesores son los adultos referentes a los cuales muchos niños y adolescentes se dirigen en la búsqueda de alternativas de solución a sus dificultades. Por ello parece ser muy importante dar cabida al despliegue “humano” de los docentes, con sus inquietudes y proyectos.

La escuela tiene un amplio campo a desarrollar en materia de prevención inespecífica. En ámbitos educativos, la búsqueda de salud debería orientarse hacia la creación de condiciones saludables.

La OMS, en su Manual denominado *Prevención del Suicidio. Un instrumento para docentes y demás personal Institucional* (2001) propone como estrategias para prevenir el suicidio en la escuela:

-Fortalecimiento de la salud mental de los docentes y los otros miembros del equipo institucional: es importante que los agentes educativos tengan acceso a material informativo, canales y espacios de contención y apoyo, como también acceso a servicios profesionales externos en caso necesario.

-Prevención de la intimidación o violencia en el centro educativo, en todos los niveles: de los directivos hacia los profesores, de las familias hacia los profes, entre pares.

-Provisión de información sobre los servicios de atención: tales como números de ayuda para intervención en crisis, centros de atención psicológica y psiquiátrica.

-Intervención: cuando se identifica el riesgo de suicidio.

-Comunicación: si se identificara un malestar importante en el profesor, es importante que el psicólogo escolar o algún referente en salud mental converse, sin ambigüedades sobre el tema.

-Mejoramiento de las habilidades del equipo institucional.

-Referencia a profesionales especialistas en los casos pertinentes.

Conclusiones

Las transformaciones del sistema educativo desde la Reforma Educativa, iniciada en la década de los 90, exigen al profesor un nuevo estilo, una forma novedosa de enfrentarse a sus estudiantes, que implica, tal vez más que antes; ser seguro de sí mismo, equilibrado, autocrítico, con un grado indispensable de salud física y mental para concentrarse en la compleja labor de proporcionar un ambiente positivo de aprendizaje, que de por sí funcione como una estrategia de prevención de malestares y comportamientos autodestructivos para todos los miembros de una Comunidad Educativa.

Se presentan a continuación algunas ideas motivadoras de reflexión, respecto a posibilidades de trabajo en la escuela para generar procesos que favorezcan la salud mental del docente, y por tanto su intervención preventiva:

-Acercar información pertinente y útil para un autodiagnóstico o para una detección precoz de síntomas depresivos en los docentes, por ejemplo: nivel de energía en sus actividades cotidianas, sentimientos hacia sí mismo, equivocaciones muy frecuentes, desconcentración, (constantemente pierde cosas o las ubica en los lugares “incorrectos”), su actitud en general, reflejada en frase como “a nadie le importa nada”, su funcionamiento psicomotor, su participación en actividades

extracurriculares de la escuela, dificultades de sueño o alimentación, preocupaciones mórbidas, como miedos acerca de morir, o conversaciones frecuentes acerca de la muerte.

-Sería importante que el personal directivo, técnico y de apoyo, conozca al docente, a su familia y su historia. Suele ser de utilidad la información que se recoge en las actividades extraescolares, como ferias, deportes, fiestas, en las que los participantes pueden estar más distendidos y manifiestan sus mecanismos habituales de funcionamiento y dinámica interpersonales.

-Mantener la ética, sobre todo, la confidencialidad de la información relativa a la situación personal de los miembros de la comunidad educativa. No es pertinente compartir información personal del docente con otros profesores ni con el personal administrativo y directivo.

-Crear espacios escolares sistemáticos de contención, apoyo, de desplegar vivencias para el docente, en un ambiente seguro, con profesionales capacitados para facilitar procesos grupales y para facilitar la detección de necesidades individuales.

Sin duda, la lista puede ser ampliada por los mismos docentes, preocupados y ocupados por mantener cierto goce y consecuentemente, cierto funcionamiento armónico con su medio cotidiano.

Referencias

Armentia, A. D. P. (2000). *Repercusiones de la depresión de los docentes en el ámbito escolar*[on

line]. En: Revista Complutense de Educación ISSN: 1130-2496. Vol. 11,1. 1: 85-103. Recuperado en: febrero, 2008: <http://revistas.ucm.es/edu/>

Asociación Mundial de Psiquiatría. (2001) *La depresión será la segunda enfermedad mundial en el 2020*. [on line]. Recuperado en: marzo, 31, 2011: <http://www.psiquiatria.com/noticias/depresion/epidemiologia120/3159/>

Freud, S. (1929). *El malestar en la cultura*. Buenos Aires: Amorrortu Ediciones

Fromm, E. (1956) *El Arte de Amar*. Buenos Aires: Edit. Paidós.

Kochi, A. (2007) *La docencia: ¿profesión de riesgo?* [on line]. Recuperado en: abril, 2008: http://weblogs.clarin.com/educacion/archives/2007/02/la_docencia_profesion_de_riesgo.html.

Morin, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para la Educación del Futuro*. [on line]. Recuperado en: mayo, 2008: <http://www.unmsm.edu.pe/occaa/articulos/saberes7>

Organización Mundial de la Salud, OMS, (2001) *Prevención del Suicidio. Un instrumento para docentes y demás personal institucional*. [on line]. Recuperado en: febrero, 2007: <http://www.who.int>

Sepúlveda, C. (2007) *Burn Out o Estrés Docente*. [on line]. Recuperado en mayo, 2008: <http://www.encuentro.cl/psicologia/Burn-out.pdf>.

Winnicott, D. (1979). *Escritos de Pediatría y Psicoanálisis*. Barcelona: Edit. Paidós.

Recibido: 13/Abril/2011
Aceptado: 23/Mayo/2011