

Salud mental y convivencia en las escuelas: la punta del iceberg

“...El *bullying*, el acoso y la violencia escolar no son actos aislados, sino síntomas de problemas que se anclan en la inequidad, en los prejuicios y en la ausencia del cuidado como eje rector del tejido social...”.

PAULA LUENGO

CHRISTIAN BERGER

Académicos Psicología UC

El 7 de marzo, una profesora se quitó la vida en Antofagasta luego de experimentar acoso en su centro educacional. Una estudiante de Talca testimoniaba en redes sociales su sufrimiento en un escenario continuo de *bullying* en su escuela. Estos eventos no son solo tragedias individuales, sino también síntomas de temáticas atinentes a las relaciones educativas y sociales de niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos dentro y fuera de los centros educativos.



El Día de la Convivencia Escolar es un momento para promover experiencias, procesos y dinámicas que favorezcan ambientes para un pleno desarrollo personal y social, pero también para reconocer los enormes desafíos que aún persisten.

El *bullying*, el acoso y la violencia escolar no son actos aislados, sino síntomas de problemas que se anclan en la inequidad, en los prejuicios y en la ausencia del cuidado como eje rector del tejido social de una comunidad. La gravedad de estos temas, su crudeza y urgencia hacen que nuestras respuestas se enfoquen en los casos específicos o en la reacción a determinados eventos, olvidando una mirada más amplia y comprehensiva que permita un abordaje constructivo.

Cuando pensamos en contextos escolares imaginamos lugares seguros y contenedores, que representan la génesis de nuestra capaci-

dad de vivir con la diversidad y tender a la cohesión; capaces de promover el despliegue del desarrollo integral, de relaciones interpersonales nutritivas, y de construir sociedades equitativas y democráticas.

La convivencia escolar es un espacio privilegiado para favorecer condiciones de bienestar, con mejor salud mental para todas y todos los miembros de las comunidades escolares. Por el contrario, cuando está caracterizada por la falta de pertenencia y participación, vínculos débiles y falta de confianza y cuidado, se asocia a indicadores más altos —y preocupantes— de problemas de salud mental.

La palabra “comunidad” no es un mero apelativo; se funda en el sentido de pertenencia, apoyo, confianza y en el cuidado mutuo.

Una comprensión de las experiencias, estructuras y dinámicas relacionales de los distintos estamentos escolares, junto al desarrollo de políticas organizacionales enfocadas en la prevención y promoción de la salud mental y el fortalecimiento de una convivencia escolar positiva y nutritiva parecen ser una respuesta eficaz para contrarrestar estos episodios y, también, construir y fortalecer lazos de cuidado y cooperación entre los individuos desde las escuelas y hacia las comunidades, favoreciendo la vinculación prosocial.

¿Cómo hacerlo? Desde el proyecto ProCiviCo, adscrito a la Escuela de Psicología de la Universidad Católica, estamos implementando el programa “A convivir se aprende”, del Ministerio de Educación, en 16 comunas de la Región Metropolitana, con el objetivo de dotar y potenciar en los consejos escolares (directivos, apoderados, encargados de convivencia y estudiantes) herramientas para favorecer la identificación de problemas, desafíos y oportunidades, y la construcción de posibles estrategias de trabajo cimentando redes comunales de colaboración y convivencia prosocial.

No creemos ni remotamente que este programa por sí solo (que además llega a 100 comunas de Chile actualmente con el trabajo de muchas otras universidades nacionales) sea la solución permanente o definitiva. Sin embargo, creemos que constituye una plataforma relevante para identificar las prácticas a mejorar, los procesos a desarrollar, las capacidades a fortalecer y construir, y el involucramiento que los diferentes actores (educadores, padres, autoridades escolares, los municipios y los niveles centrales del gobierno) deben tener para que una iniciativa así se sostenga en el tiempo y permita obtener resultados efectivos con una respuesta integral y concertada entre todas y todos.

El trabajo en convivencia escolar es de largo aliento; más que abordar problemáticas específicas y buscar soluciones puntuales, se deben construir ambientes positivos que en sí mismos sean espacios protectores frente a dichos problemas, pero además facilitadores de un desarrollo integral tanto individual como colectivo (lo que, a su vez, constituye un factor protector), para transformar un círculo vicioso en uno virtuoso que permita modificar estos procesos y propiciar mecanismos de cambio.

Todas y todos debemos asumir el compromiso colectivo de cultivar un entorno educativo donde la seguridad emocional y el bienestar de cada individuo sea no solo una prioridad absoluta, sino una condición que debe asegurarse.