

PROGRAMA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA FAVORECER LA PERSONALIDAD DE ADOLESCENTES CON FOBIA ESCOLAR**PROGRAM OF RECREATIONAL ACTIVITIES TO FAVOR THE PERSONALITY OF ADOLESCENTS WITH SCHOOL PHOBIA**

Lic. Leonardo de Jesús Hernández- Cruz. Profesor asistente

MSc. José Ignacio Vázquez- Hernández. Profesor Auxiliar. Especialista en Recreación

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. Facultad Holguín

País. Cuba

RESUMEN

La fobia escolar es una de las enfermedades desde el punto de vista siquiátrico que se atiende en adolescentes, dado fundamentalmente por el acoso por sus compañeros, él sentirse tímido, la falta de confianza en sí mismos, la dificultad para hacer amigos, que generalmente conllevan a la ansiedad y depresión. La investigación científica se realiza con el objetivo de diseñar un programa de actividades recreativas para favorecer el desarrollo de la personalidad de adolescentes con fobia escolar pertenecientes a la comunidad Centro Ciudad Sur, del municipio Holguín. En la misma se utilizaron métodos empíricos, teóricos y matemático-estadísticos que

permiten diagnosticar antecedentes y situación actual de la temática investigada y constatar la factibilidad de la aplicación del programa propuesto en la muestra seleccionada. Los resultados de la aplicación del programa permiten determinar el papel preponderante de las actividades recreativas en aras de modificar el estado de los adolescentes en el momento del diagnóstico. Se pudo constatar que en la mayoría de los casos las actividades propuestas son del agrado y la preferencia de los adolescentes con estas particularidades.

Palabras clave. Fobia escolar, trastornos siquiátricos, Programa recreativo, Adolescentes

ABSTRACT

The school phobia is one of the illnesses from the psychiatric point of view that is assisted in adolescents, given fundamentally by the pursuit by its partners, him can feel shy, the lack of trust in themselves, the difficulty to make friends that generally bear to the anxiety and depression. The scientific investigation is carried out with the objective of designing a program of recreational activities to favor the development of the personality of adolescents with school phobia belonging to the community I Center South City, of the municipality Holguín. In the same one empiric, theoretical and mathematical-statistical methods were used that allow to diagnose antecedents and investigated current situation of the thematic one and to verify the feasibility of the application of the program proposed in the selected sample. The results of the application of the program allow to determine the preponderant paper of the recreational activities for the sake of modifying the state of the adolescents in the moment of the diagnosis. You could verify that in most of the cases the proposed activities are of the pleasure and the preference of the adolescents with these particularities.

Key words. School phobia, Psychiatric dysfunctions, It programs recreational, Adolescents

INTRODUCCIÓN

En la provincia Holguín el trabajo encaminado a la rehabilitación de niños y adolescentes con trastornos psiquiátricos es relativamente joven, Sus inicios se remontan al año 1992 donde, en el Hospital Pediátrico “Octavio de la Concepción y de la Pedraja”, aparece un espacio para la rehabilitación de esta patología.

Se habilitó un local para hospital de día con el grupo médico especializado y personal profesional necesario para la realización de la terapia ocupacional que daba lugar al tratamiento con vistas a la eliminación de las secuelas ocasionadas por esta enfermedad. Intervienen en ello los diferentes tipos de psicoterapias: Individual y de grupo; así como la ergoterapia y la terapia recreativa.

Al tener conocimiento de la existencia de un local de rehabilitación de enfermedades mentales en niños el autor de la investigación se motivó a realizar un trabajo que contribuyera a la recuperación

de la salud mental de niños y adolescentes, teniendo en cuenta que la etiología, la patogénesis, la epidemiología, la terapia y profilaxis tienen fundamentalmente un carácter social.

A partir de un análisis de la importancia de esta temática en el contexto de las funciones de la cultura física se comenzó a investigar los antecedentes acerca de la aplicación de programas de actividades deportivas y recreativas dentro del tratamiento de niños y adolescentes con trastornos.

Por ser la niñez la etapa en que se transforma en juego hasta la propia existencia, constituye este un elemento fundamental en la felicidad del niño dentro el ambiente en el cual vive.

La adolescencia por su parte es una etapa de duración variable que marca el final de la niñez y sienta las bases de la madurez, que psicológicamente se caracteriza por el aumento del caudal cognoscitivo y la formación de la personalidad.

Al operacionalizar los resultados que devienen a partir de las actividades deportivas y recreativas en la conducta, modo de actuación, formación de valores y educación cívica de niños y adolescentes

entonces es criterio del autor que un programa de actividades recreativas constituye un potencial extraordinario dentro de la terapia de grupo en adolescentes con trastornos.

La recreación posee carácter superestructural, se caracteriza por el consumo de actividades culturales, las cuales tributan a la superestructura de la sociedad. Es portadora de una gran carga ideológica, en todas las actividades recreativas que se realizan en el tiempo libre existe un mensaje ideológico, desde la simple realización del ejercicio sistemático hasta la lectura, el cine, la informática, televisión, entre otros.

Un aspecto importante es que la misma posee carácter de clase, tiene una dependencia directa con el carácter de las relaciones de producción, lo que implica la distribución del tiempo libre, como riqueza de una determinada formación económica social, es determinante los diferentes estilos de vida propios de cada sistema, son condiciones heredadas y transmitidas de una generación a otra.

Otro elemento fundamental de la recreación es que está estrechamente relacionada con la educación, la literatura consultada (Pérez, 2003) plantea que esta

no es sólo la mejor alternativa para pasar el tiempo libre sino para aprovechar este tiempo de forma sana y positiva en la sociedad, de manera que contribuya al desarrollo multifacético de la personalidad del hombre.

La selección de las actividades recreativas en función del tratamiento de trastornos en el adolescente obedece a que a partir de la aplicación de algunas técnicas e instrumentos de la investigación científica se derivan los siguientes criterios:

- El personal médico que trabaja con los adolescentes que padecen de fobia escolar no conocen como enfrentar las actividades de carácter recreativo que complementan la terapia que se desarrolla con los mismos.
- Las actividades recreativas se realizan de manera espontánea, sin una orientación dirigida a las motivaciones e intereses de los jóvenes.
- Las actividades no están dirigidas a contribuir a mejorar modos de conductas propio de la patología por la que se tratan.
- No existen actividades recreativas con funciones específicas dirigidas a mejorar la atención de adolescentes que padecen de la fobia escolar.

A partir de la problemática presentada se declara como **problema científico**:

¿Cómo favorecer a la atención de la fobia escolar en adolescentes pertenecientes a la comunidad Centro Ciudad Sur del municipio Holguín?

Para darle solución al presente problema científico se propone como **objetivo**:

- Diseñar un programa de actividades recreativas para favorecer a la atención de adolescentes con fobia escolar pertenecientes a la comunidad centro ciudad sur del municipio Holguín.

METODOLOGÍA

En la investigación se toma como población los 12 adolescentes que padecen de fobia escolar en la comunidad Centro Ciudad Sur, del municipio Holguín, de ellos 5 son féminas y 7 pertenecen al sexo masculino, 3 tienen 12 años, 4 tiene 13 años y 5 tienen 14 años.

Se realizó un estudio minucioso de la muestra en compañía de los especialistas y personal técnico encargado de llevar a cabo el trabajo de rehabilitación de los adolescentes con alteraciones psiquiátricas, ello le permitió al autor

determinar el grado de homogeneidad de los sujetos estudiados los que demostraron en su totalidad presentan impulsividad, manifiestan agresividad, ansiedad, baja tolerancia a las frustraciones y dificultades en las relaciones interpersonales.

Para el desarrollo exitoso de este trabajo se tuvieron en cuenta los siguientes **métodos y técnicas de la investigación científica:**

Del nivel teórico: análisis y síntesis, Inducción y deducción, histórico-lógico. Del nivel empírico: la observación, encuestas; Iniciales y finales, entrevistas, la resolución de problemas con experimentación en el terreno.

Como técnica estadística se utiliza el cálculo porcentual. Además para el diseño del programa fue utilizado el método sistémico-estructural-funcional.

RESULTADOS

En la Comunidad Centro Ciudad Sur del municipio Holguín no existen programas recreativos que favorezcan el desarrollo de la personalidad de adolescentes con fobia escolar.

Para la elaboración del programa se consideraron las premisas siguientes:

1. Estudio y análisis de los programas y orientaciones metodológicas de Cultura Física y Recreación.
2. Estudio y análisis del contenido de los proyectos comunitarios que se desarrollan en la zona.
3. Resultados de las entrevistas y encuestas realizadas a los adolescentes y otros integrantes de la comunidad.
4. Análisis de las fuentes bibliográficas relacionada con las actividades recreativas, aspectos psicológicos, sociológicos y médicos sobre los adolescentes con fobia escolar.
5. Vinculación de los centros de salud, cultura y organizaciones para coordinar el trabajo en la comunidad.

Para el desarrollo exitoso de esta investigación se tuvo en cuenta la **etapa 1 de diagnóstico** que incluye: nivel de desarrollo socioeconómico, características grupales y nivel de integración social, interés y necesidades recreativas.

En la **etapa 2** se definen los **objetivos y metas:**

Objetivo del programa:

- Favorecer la personalidad de adolescentes con fobia escolar desde la realización de actividades recreativas en la comunidad.

Metas:

1. Disminuir al 30 % los ingresos de adolescentes con fobia escolar al centro comunitario infanto juvenil y propiciar al 100 % el interés hacia el estudio teniendo en cuenta sus vocaciones y preferencias
2. Disminuir en los adolescentes las manifestaciones de impulsividad, agresividad, ansiedad, dificultades en las relaciones interpersonales y baja tolerancia a las frustraciones presentadas en la comunidad.
3. Aumentar un 30 % el vínculo de los padres a la solución de los problemas de los adolescentes.

Etapas 3. Se diseña y aplica el programa de actividades recreativas.

Se elaboraron un total de 9 actividades que responden a los gustos y preferencias de los jóvenes y que a su vez permiten controlar sus relaciones interpersonales,

sus frustraciones, impulsividad, la ansiedad y la agresividad.

Ejemplos de actividades del programa.

1. Nombre: Actividad bailable.

Objetivo: desarrollar en los adolescentes el conocimiento y la práctica de diferentes ritmos musicales.

Explicación: se desarrollará de forma competitiva, con la música elegida por los adolescentes, se selecciona a la pareja que mejor realice el baile. Puede desarrollarse de dos formas: una es cuando los competidores conocen el baile que van a realizar antes de comenzar, otra es cuando no conocen cuál es el baile hasta que escuchan la música.

Organización: Se desarrollan en la comunidad y es patrocinada por promotores culturales.

Variantes: casino, tango, son, salsa, reggaetón, entre otros.

Control de las dificultades en las relaciones interpersonales.

Tarea: participar en la competencia de baile y establecer relaciones armoniosas con la comunidad

Objetivo: lograr relaciones interpersonales favorables en los adolescentes.

Control de la baja tolerancia a las frustraciones.

Tarea: los adolescentes son motivados a participar en los bailes aun cuando puedan constituir situaciones adversas para ellos.

Objetivo: lograr que los adolescentes participen en actividades que puedan ser adversas o desconocidas para ellos.

Control de la impulsividad.

Tarea: realizar descargas y gratificaciones de impulsos positivos apoyándose en las cualidades y peculiaridades del baile.

Objetivo: evitar a través del baile descargas de impulsos negativos en los adolescentes.

Control de la ansiedad.

Tarea: la música para los diferentes bailes permite el disfrute de los adolescentes.

Objetivo: lograr estados emocionales agradables a través del baile.

Control de la agresividad.

Tarea: se utiliza variedad de música que propicie estado de disfrute y alegría.

Objetivo: lograr a través del baile que el adolescente mantenga una actitud pacífica.

4. Nombre: Juega y aprende

Objetivo: favorecer la formación integral de los adolescentes a través de actividades amenas y divertidas.

Explicación: tienen las características de ser competitivos, de provocar un aumento en el coeficiente intelectual, desarrollan habilidades cognitivas, prenden normas de conductas y de convivencias colectivas, se pueden utilizar preguntas orales o tarjetas, combinándolas con actividades físicas.

1.1 El de orientación en el terreno: mediante pistas y señales se llega a lugares indicados, para continuar deben responder preguntas de diferentes materias, relacionadas con las problemáticas que presentan en la comunidad.

1.2 El tesoro escondido: deben buscarlo lo más rápido posible y responder las preguntas de las tarjetas que provoquen la reflexión sobre la respuesta ante una posible situación compleja.

1.3 El baile de la silla: varios competidores alrededor de las sillas de forma tal que siempre sobre uno de ellos, pero los que

están sentados deben responder una pregunta para continuar la competencia, dicha interrogante debe estar relacionadas con formas de actuar de la vida cotidiana.

Organización: se desarrollan en la comunidad, es apoyada por maestros, técnicos de cultura física, y de la salud.

Variantes: orientación en el terreno, el tesoro escondido, el baile de la silla.

Control de las dificultades en las relaciones interpersonales.

Tarea: establecer relaciones armoniosas con compañeros de equipos y contrarios.

Objetivo: lograr relaciones interpersonales favorables en los adolescentes.

Control de la baja tolerancia a las frustraciones.

Tarea: Los adolescentes enfrentan en los juegos situaciones adversas y responden preguntas relacionada con la vida cotidiana

Objetivo: lograr que los adolescentes resuelvan las problemáticas del juego mostrando perseverancia y voluntad.

Control de la impulsividad.

Tarea: realizar descargas y gratificaciones de impulsos positivos durante los juegos.

Objetivo: evitar descargas de impulsos negativos que propicia la propia actividad del juego cuando se realiza de forma competitiva.

Control de la ansiedad.

Tarea: los adolescentes participan de forma activa en cada juego.

Objetivo: educar a través de los juegos la tolerancia antes estados de agitación o inquietud provocados por la ansiedad.

Control de la agresividad.

Tarea: el desarrollo de la actividad provoca el disfrute de los adolescentes

Objetivo: lograr que juegue con alegría sin mostrar conductas violentas ante cualquier juego

En la **etapa 4 se evalúan y controlan** la ejecución del programa de actividades recreativas.

Debe tenerse en cuenta:

- Puntualidad en los horarios.
- Medidas de seguridad.
- Organización general.
- Calificación general de la actividad

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Análisis de la encuesta final realizada a los adolescentes que padecen de fobia escolar para determinar el grado de aceptación del programa de actividades.

Después de aplicado el programa de actividades es preciso significar que para

10 jóvenes que representa un 83,6% las actividades del programa fueron de su agrado. Cuando se compara con la pregunta del diagnóstico se observa que existe una aceptación masiva porque durante el inicio ningún sujeto considera agradable participar en actividades recreativas. Ver tabla 1.

Tabla # 1.

¿?	Mucho	%	Poco	%	Muy poco	%
Diagnóstico.			7	58,33	5	41,66
Resultados.	10	83,66	2	16,33		

En relación con determinar si es importante dedicar un tiempo para la realización de actividades recreativas los adolescentes opinan: once (11) de ellos que representa el 91,66% tienen el criterio positivo hacia la interrogante y uno expresa la variante de la

indecisión para un 8,33 % que si comparamos con pregunta similar del diagnóstico dio cuenta de salto cuantitativo favorable a favor de las actividades recreativas. Ver tabla 2.

Tabla # 2.

¿?	Si	%	No	%	Tal vez	%
Diagnóstico.	9	75	1	8.33	2	16,66
Resultados.	11	91,66			1	8,33

En cuanto a determinar que evaluación le atribuyen los sujetos al programa de actividades, se significa que once jóvenes

que representa el 91,66% determinan que es bueno y uno que representa un 8,33 % evalúa como regular el programa que al

comparar con la etapa de diagnóstico cuantitativo de los resultados. Ver tabla 3.
vemos de igual manera un aumento

Tabla # 3.

¿?	Buena	%	Regular	%	Mala	%
Diagnóstico.	1	8,33	5	41,66	6	50
Resultados.	11	91,66	1	8,33		

De las consideraciones acerca de si fueron suficientes las actividades que se proponen en el programa se derivan los siguientes resultados: nueve jóvenes que representan el 75 % consideran que fueron suficientes las actividades y tres de ellos

opinan que no fueron suficientes para el 25 % que teniendo en cuenta los resultados del diagnóstico se percibe un aumento favorable de un momento a otro. **Ver tabla # 4.**

Tabla # 4.

¿?	Si	%	No	%	Tal vez	%
Diagnóstico.			12	100		
Resultados.	9	75	3	25		

En cuanto a determinar si las actividades estuvieron acorde a las necesidades e intereses recreativos existen los siguientes criterios de los adolescentes: ocho sujetos eligen la opción positiva lo que representa el 66,66 %; cuatro sujetos optan por

responder que algunas de las actividades fueron de su interés. En esta oportunidad al comparar con la etapa de diagnóstico de igual manera vemos que son favorables los criterios. **Ver tabla 5.**

Tabla # 5.

¿?	Si	%	No	%	Algunas	%
Diagnóstico.			12	100		
Resultados.	8	66,66			4	33,33

Para la determinación de la influencia del programa en la modificación del estado de los adolescente durante el diagnóstico se emitieron los siguientes criterios: once de los jóvenes opinan que el programa de actividades propuesto por el investigador ayudo a mejorar algunas de las condiciones de su estado en el momento

del diagnóstico y solo un sujeto que representa el 8,33 % ofrece una respuesta de indecisión ante la interrogante, de igual manera si comparamos con las respuesta de los sujetos en la etapa de diagnóstico vemos el cambio cuantitativo favorable con relación a la implementación del programa.

Ver tabla 6.

Tabla # 6.

¿?	Si	%	No	%	Tal vez	%
Diagnóstico.	4	33.33	2	16,66	6	50
Resultados.	11	91,66			1	8,33

En relación con determinar si las actividades se realizan en momentos y horarios apropiados se obtienen como resultados que el 100 % opta por la respuesta positiva. De igual manera el 100 % de los sujetos considera que se mejoró la oferta recreativa con la implementación del programa.

Por otra parte del criterio hacia si debe o no sistematizarse el programa recreativo en la atención a los adolescentes que sufren de fobia escolar se deriva las siguientes opiniones: once sujetos optan por la respuesta positiva para un 91,66 % y solo uno opina que no para un 8,33 %; con este resultado se corrobora que desde el punto de cuantitativo de una etapa a otra

del programa se experimentaron cambios favorables derivados de la encuesta realizada a los adolescentes que padecen de fobia escolar de la comunidad centro de ciudad sur del municipio de Holguín.

Con la finalidad de valorar cuales de las actividades fueron de mayor agrado para los jóvenes, se confeccionó una pregunta dentro de la encuesta final de la que se derivó que el orden de prioridad en cuanto a la aceptación queda de la siguiente forma:

- Las excursiones son aceptadas por once adolescentes para un 91,66 %;
- Juega y aprende es preferida por diez sujetos para un 83,33 % al igual que los festivales deportivos recreativos;
- El deporte en la comunidad es del agrado de nueve sujetos para 75 %;
- Le siguen visita al conservatorio de música, actividad que es del agrado de siete jóvenes lo que representa el 58,33 %;
- Luego aparecen las actividades bailables y juegos de mesa, seleccionadas por seis sujetos para un 50 %;

- Por último las visitas a las salas de video juego y a la EIDE son aceptadas por cinco adolescentes para un 41,66 %.

CONCLUSIONES

El diagnóstico realizado a la muestra investigada, así como a los especialistas y personal técnico de psiquiatría infantil, determinaron las limitaciones existentes en la comunidad objeto de estudio respecto al empleo de las actividades recreativas como parte de la ergoterapia de los adolescentes que padecen de fobia escolar, potencializando las acciones a planificar para la nueva oferta en función de satisfacer la demanda, teniendo en cuenta sus intereses y preferencia individuales y colectivas.

La entrevista a los especialistas de primer y segundo grado de psiquiatría del niño y del adolescente permitió socializar desde el punto de vista teórico la pertinencia de las actividades recreativas como parte de la terapia de los adolescentes que no solo sufren de fobia escolar, sino también de las alteraciones psiquiátricas por las que comúnmente en estas edades se puede padecer.

El programa de actividades recreativas propuesto interactúa de manera directa en la atención de los adolescentes que padecen de fobia escolar, mejora alteraciones psiquiátricas tales como impulsividad, timidez, agresividad, hipotimía, ansiedad y baja tolerancia a las frustraciones.

Se pudo constatar que en la mayoría de los casos las actividades son del agrado y la preferencia de los adolescentes con estas particularidades.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez de Zayas, Carlos M. (1999). *Didáctica. La escuela en la vida*. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
2. Bello Dávila, Zoe. (2002). *Psicología General*. La Habana. Editorial Félix Varela. 97 p.
3. Caballero Rivacoa, María T. y Mirtha Yordi García (s.f) *El Trabajo Comunitario. Una Alternativa cubana de desarrollo social*. (en soporte digital)
4. Fullea Bandera, Pedro y cols. (s.f.) *Recreación Comunitaria*. La Habana
5. Leyva Herrera, Alexander. (2003). *Aplicación de un programa Recreativo para los estudiantes de décimo grado del IPVC José Martí*. Trabajo de diploma. Facultad de Cultura Física de Holguín. 20h.
6. Leyva Herrera, Alexander, Martínez de la Peña, Silvio Alejandro. (2007) *Beneficios de la Recreación Comunitaria*. Fundación Latinoamericana de Tiempo Libre Recreación. Costa Rica FUNLIBRE. 58,59.p.
7. Mardomingo, M. J. (1985) Aspectos psiquiátricos del maltrato en la infancia y en la adolescencia. Barcelona. Editorial Anales Esp. Pediatría. 465 p.
8. Obregón Romero, Teresa M. (1993) *El adolescente estudiante. Experiencia Docente*. Ciudad de la Habana Perfiles educativos. (6)
9. Pérez Rodríguez, Gastón y col. (1996) *Metodología de la investigación Educativa*. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación. 124p

10. Pérez Sánchez, Aldo. (2003) *Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación*. La Habana. Instituto Superior de Cultura Física, "Manuel Fajardo". 82p.
- Especialista en Recreación
- E-mail: ivazquez@hlg.uccfd.cu
- Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". Facultad Holguín
11. Rigol Ricardo, Orlando y cols. (1989) *Medicina General Integral. T 2*. La Habana, Editorial Pueblo y Educación. 78-81 p.
12. Sánchez Rueda, Margarita. (1974) *Los cien juegos del plan de la calle*. La Habana. Editorial Orbe. 135 p.

Recibido: 19032010

Aprobado: 29052010

Datos de los Autores:

Lic. Leonardo De Jesús Hernández Cruz.

Profesor asistente de Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo.

E-mail: lhernandez@hlg.uccfd.cu

MSc. José Ignacio Vázquez- Hernández.
Profesor Auxiliar.