

**INFLUENCIA DE LOS ADULTOS EN LOS RETOS QUE ENFRENTAN NIÑOS,
NIÑAS Y ADOLESCENTES: UNA MIRADA HACIA LA EMPATÍA, LA
PREVENCIÓN Y LA FORMACIÓN.**

**INFLUENCE OF ADULTS ON THE CHALLENGES FACED BY CHILDREN AND
ADOLESCENTS: A PERSPECTIVE ON EMPATHY, PREVENTION, AND DEVELOPMENT.**

Genibert Hernández Abad

Universidad Internacional Iberoamericana, República Dominicana

[geniber.0101@gmail.com]

Información del manuscrito:

Recibido/Received: 27/09/2025

Revisado/Reviewed: 21/11/2025

Aceptado/Accepted: 03/06/2026

RESUMEN

Palabras clave:

adultos, adolescentes, problemas,
apoyo, educación.

La presente investigación tiene como finalidad promover la empatía hacia los niños/as y adolescentes buscando estrategias oportunas que permitan menguar las situaciones de riesgos que puedan presentarse en estas etapas permitiéndoles así convertirse en adultos sanos y competentes capaces de ser promotores de paz y cuidado.

ABSTRACT

Keywords:

adults, adolescents, problems,
support, education.

The present research aims to promote empathy toward children and adolescents by seeking opportune strategies that allow for the mitigation of risk situations that may arise during these stages, thus enabling them to become healthy and competent adults capable of being promoters of peace and care.

Introducción

Cuando nuestros aprendizajes en la infancia son experiencias dolorosas, se va conformando una parte de nuestra personalidad con creencias negativas hacia nosotros mismos que van a influenciar en nuestro día a día cuando seamos adultos y en muchas ocasiones van a ser la causa de no poder avanzar en la vida de una forma sana y adecuada. (Psicoavanza, 2017)

Los traumas y heridas, así como limitaciones de la niñez forman parte de los mayores obstáculos en la salud emocional de los adultos. De adulto se tiende a subestimar las quejas o problemas de los niños cuando estos son expresados, no obstante, esperan siempre de sus generaciones venideras que no atraviesan la misma situación que les tocó vivir. Al recordar alguna experiencia que considera como negativa se hace difícil no sucumbir ante sentimientos como la tristeza, el enojo, la decepción etc. El ser adulto no es más que el reflejo y resultado de las vivencias experiencias ocurridas dentro de la etapa de la niñez y adolescencia.

No ha de ser sorpresa para nadie que las necesidades sin resolver de los niños se conviertan en carencias en la vida adulta. Tal como expresa la comunidad de estudio PSICOPSI en su escrito sobre la educación infantil: el papel de los adultos: En el seno de la familia es donde se realiza el auténtico aprendizaje de los valores esenciales, y donde se fraguan las relaciones afectivas indispensables para la maduración global del individuo.

En dicho ambiente el niño realiza sus primeros y más importantes actos de conocimiento, de relación, de descubrimiento de sí mismo, de comunicación. Los primeros afectos, rechazos y estímulos proceden del medio familiar. Es por ello que en el seno de la familia se pueden producir la mayoría de las problemáticas que pueden presentar los niños y adolescentes, mientras mayor es la convivencia más fácil se da el poder llegar a tener conflictos. Los padres deben tener en cuenta su rol como tal y ser quienes estén al tanto de las situaciones a los que se enfrentan, dentro y fuera del hogar.

Es posible afirmar que los problemas que enfrentan los niños pueden llegar a ser mucho más graves que los problemas que pueda enfrentar un adulto cuando se carece de medios que permitan dar respuestas o soluciones, por ejemplo la falta de unos padres atentos a las necesidades o una escuela preocupada únicamente por el mero conocimiento ... mientras que como adultos se posee una amplia gama de posibilidades para resolver situaciones propias de esta etapa como habilidades y destrezas, capacidad y madurez a las que se suman factores externos como la posibilidad de empleo, asistencia de asociaciones instituciones u organizaciones a las que se puede dirigir; niños y adolescentes aún no cuentan con las habilidades y destrezas, capacidades y madurez para resolver todo tipo de problemas a los que se puedan enfrentar, dependen de sus padres y las posibilidades con las que estos cuenten, por lo que de si ocurre algún tipo de ruptura en el sistema familiar son pocos los medios que los menores pueden utilizar para resolver estos retos sin que les afecte física, social o emocionalmente. “puesto que los niños son más inseguros, están expuestos a más situaciones potencialmente traumáticas”. (Gonzalez, 2019)

Problemas o situaciones como separación de los padres, abandono, orfandad, violencia física, verbal psicológica, sexual o por negligencia, enfermedades, rechazo, humillaciones, trabajo infantil, bullying, muerte de algún ser querido, las uniones tempranas, son sólo algunas de las problemáticas que pueden causar un gran trauma que afecte toda la vida de la persona de manera tal que aún con esfuerzo arduo, trabajo y terapias tarde muchos años para mostrar frutos de mejoría. Lamentablemente todo niño

o niña ha sufrido por lo menos uno de estos. Los retos mencionados anteriormente se pueden clasificar en tres grandes grupos: distorsión familiar, negligencia y hechos fortuitos.

Distorsión familiar

Cuándo una familia reina la violencia la falta de comprensión las humillaciones y todo tipo de maltrato es imposible que los niños queden ilesos física y emocionalmente, las peleas o ruptura de los padres de forma inconsciente envían el mensaje a los demás miembros que no hay otra manera de resolver los conflictos si no es a través de la violencia y supone un arraigo de estas acciones que luego se evidenciaría en otros aspectos de la vida de cada uno de los miembros, saliendo así del entorno familiar y manifestándose en entornos como la escuela o la comunidad, generando otras problemáticas que de una manera u otra van destruyendo la inocencia y convirtiéndolos en entes promotores de la violencia. La violencia física o psicológica no enseña a “portarse bien”, sino a evitar el castigo. Por ese camino, los niños, niñas y adolescentes solo aprenden qué tienen que hacer para no enojar a la persona adulta que incurre en estas prácticas.

Además, la exposición a situaciones de violencia puede alterar el desarrollo fisiológico del cerebro y repercutir en el crecimiento físico, cognitivo, emocional y social del niño, niña o adolescente. UNICEF, 2020 “La violación sexual es una experiencia puede causar enormes daños sumamente traumática que tiene severas consecuencias y causa gran daño físico y psicológico que deja a la víctima “humillada física y emocionalmente”, situación difícilmente superable por el paso del tiempo, a diferencia de lo que acontece en otras experiencias traumáticas”. Comisión Interamericana de Derechos Humanos.

El trabajo infantil afecta al desarrollo físico y emocional de los niños y niñas. Los menores pueden llegar a desarrollar enfermedades y dolencias crónicas o desnutrición por estar expuestos a largas jornadas, cargas pesadas, sustancias peligrosas o a ser víctimas de abuso por parte de los adultos. Además, sufren las consecuencias de vivir en un ambiente hostil o violento. En muchos casos, son separados de sus familias. También pierden su derecho a la educación, ya que compaginar trabajo y estudios aumenta las tasas de abandono escolar.

En otros casos, directamente se ven obligados a abandonar las clases. Todo ello afecta a su desarrollo personal. Alonso, 2023 Sobre el bullying, se trata de una forma de violencia que puede pasar desapercibida para los padres y las autoridades, que suelen naturalizar como “cosas de chicos” y restarle importancia. Sin embargo, este fenómeno social emocionales y psicológicos en la víctima, además de alentar y normalizar el ejercicio de la violencia en el abusador. ENCICLOPEDIA CONCEPTO, 2013 2023 El matrimonio infantil y las uniones tempranas son prácticas nocivas que afectan especialmente a las niñas y las adolescentes. Limitan sus oportunidades de educación y desarrollo, las expone a la violencia, al abuso sexual y al embarazo precoz, impidiendo que se cumplan sus derechos.

El matrimonio infantil y las uniones tempranas limitan todos los esfuerzos para combatir la pobreza, aumentando la desigualdad de la sociedad y transmitiendo esas condiciones a las generaciones futuras. Esta grave forma de violencia de género no solo afecta a las adolescentes y a su familia inmediata, también reduce las posibilidades de progreso de toda la sociedad dominicana. UNICEF REP. DOM.

Los párrafos anteriormente señalados presentan un panorama crudo pero necesario sobre distintas formas de violencia que marcan la vida de millones de niños, niñas y adolescentes. Desde la violencia física y psicológica en el hogar, hasta el bullying,

el trabajo infantil, el matrimonio forzado o la violencia sexual, todas estas prácticas tienen un común denominador: son provocadas, toleradas o invisibilizadas por personas adultas.

Cada situación señalada revela no solo un sufrimiento infantil, sino también una omisión o acción directa de los adultos responsables: padres, cuidadores, docentes, autoridades e incluso líderes comunitarios, como veremos más adelante. La infancia no tiene voz ni poder para cambiar su realidad por sí sola; por eso, cuando se vulneran sus derechos, la pregunta siempre debe dirigirse a los adultos: ¿dónde estamos?, ¿qué hacemos o dejamos de hacer?

Los niños y adolescentes, aunque estos últimos en menor grado, dependen de los adultos para vivir con dignidad, amor y respeto. No basta con indignarse ante las cifras o los casos; es urgente asumir una responsabilidad activa: en la forma en que se educa, en las leyes que se defienden y en los espacios que se crean.

Negligencia

La negligencia es la falta por parte de un padre u otro proveedor de cuidado de satisfacer las necesidades básicas de un niño. *childwelfare*, 2019 Muchos padres por cuestiones de trabajo, obligaciones y responsabilidades carecen de tiempo para estar atento a los pequeños detalles que suceden en la vida de los hijos enfocándose muchas veces en cubrir únicamente sus necesidades básicas como alimentación, estudios y salud, sin embargo, sabemos que ser padre conlleva mucho más que eso, son primordiales las demostraciones de afecto y atención, el preocuparse de las cuestiones o situaciones que suceden en la vida de los niños. La distancia emocional de los padres puede provocar en los hijos falta de confianza y desapego. Por si fuera poco, lo expuesto anteriormente no es el peor de los casos, pues cuando se añade la negligencia en la cobertura de las necesidades básicas ya se está hablando de un delito, en el cual las víctimas directas son siempre niños, niñas y adolescentes. Al margen del tema legal los afectados por esta problemática tienden a padecer secuelas emocionales graves como son sentimientos de rechazo, abandono y baja autoestima que tardan años en superarse.

Pérez, Ordóñez y Amador, 2018: Se considera negligencia leve cuando el hecho o hechos son conductas de riesgo, pero no han provocado la intervención de una agencia pública de protección de la infancia. Son extremos que se suelen solventar con pequeñas correcciones a nivel comunitario. Por ejemplo, llevar al menor sin la seguridad adecuada en el coche (se puede resolver con la multa correspondiente.) Se considera negligencia moderada cuando los hechos suceden después de una intervención comunitaria poco intrusiva, es decir de carácter local, que ha fracasado, o cuando aquellos pueden ocasionar daños al menor, por ejemplo, ir inadecuadamente vestido para las inclemencias del tiempo de forma reiterada. Se considera negligencia grave cuando una determinada conducta puede acarrear daño potencialmente grave a corto, medio o largo plazo, por ejemplo, cuando un menor asmático tiene ingresos hospitalarios reiterados porque los cuidadores no tratan adecuadamente la enfermedad.

Hechos fortuitos

En la vida aparecen situaciones que fueron imposibles de prever y afectan de tal manera que pueden marcar a la persona para siempre, enfermedades y muertes son hechos fortuitos que dependiendo la gravedad de lo acontecido pueden redirigir el trayecto de vida del individuo convirtiéndose en un obstáculo para el pleno y eficiente desarrollo y crecimiento personal, social y emocional. Los niños que padecen alguna enfermedad, sobre todo si se trata de algo crónico Pueden tener problemas escolares y sentirse sobreprotegidos.

Pueden experimentar miedo y dolor recurrente. Cuando no se trata con estas dificultades emocionales, pueden causar ansiedad, tristeza, ensimismamiento, rebeldía o una disminución en el interés en la escuela. HealthyChildren, 2015

El ser adulto implica llevar sobre la espalda el peso de problemas propios de la etapa como situaciones económicas, cargas sociales y emocionales que día a día van desgastando la energía y el vigor, si aparte de esto se arrastran limitaciones y sufrimientos por problemas en la niñez y adolescencia la cruda realidad del adulto no permitiría que este se desarrolle en la sociedad de manera competente.

Por ello se hace necesario que parte de la responsabilidad que cargan sobre los hombros los adultos es ayudar a que niños y adolescentes puedan vivir en un ambiente de armonía y sana convivencia de modo que se les permita crecer sin la necesidad de vivir experiencias traumantes que le lleven a arrastrar problemas de ansiedad, estrés y depresión, claro que es imposible evitar que sucedan problemas y situaciones que generen malestar, sin embargo no posee la misma carga emocional un hecho fortuito que un hecho de violencia, provocado intencionalmente hacia el menor, por un adulto y sobre todo cercano. Por todo lo anteriormente mencionado es importante que se propicien desde los hogares, en las escuelas y demás instituciones comisionadas para la protección y cuidado de niños, niñas y adolescentes ambientes saludables donde ellos puedan disfrutar de sus etapas con sosiego.

Es posible prevenir o hacer frente a los problemas que puedan presentar anteponiendo el interés superior de los niños, niñas y adolescentes, cuidando de sus derechos y haciéndoles conscientes de sus deberes. Siendo partícipe de sus luchas y logros, acompañándolos y orientándolos. Eliminando la violencia como forma de “enseñanza y corrección”.

Estando pendiente a sus necesidades en los diversos aspectos de su vida. Ante los problemas difíciles o imposibles de evitar, ayudarles a superar los miedos e incertidumbres que vienen con lo atravesado, no minimizar sus sentimientos y buscar ayuda oportuna de ser necesario.

Para apoyar tanto a los padres, como a los niños y adolescentes en las diversas problemáticas que pueden atravesar en un determinado momento Desde el Ministerio de Educación de la República Dominicana, a través de las unidades de orientación y psicología de cada una de las instituciones escolares se han llevado a cabo programas, proyectos y estrategias que han permitido que tantos padres como estudiantes e incluso la comunidad puedan entender y sentir que las escuelas son un Pilar que busca auxiliar, apoyar y acompañar en cada uno de los procesos que cada etapa de vida experimenta el desarrollo de dichas estrategias ha generado que la distorsión familiar y cada uno de las manifestaciones de violencia existentes, así como las problemáticas que se desarrollan desde los propios centros educativos, ya que no provienen de la conducta o la negligencia de algún adulto, sino de los propios pares de los niños y adolescentes, puedan reducirse considerablemente haciendo de la sociedad, la escuela y la familia, lugares más seguros en donde niños y adolescentes, puedan crecer, desarrollar sus capacidades y vivir sin temor.

Que los niños, niñas y adolescentes vivan y se desarrollen al margen de la violencia y sus secuelas es lo que se quiere o se busca para todos sin exclusión, sin embargo, la brecha de la ignorancia, las conductas destructivas y la negligencia no permiten que esto pueda ser logrado en su totalidad.

Si bien es cierto que una sociedad no puede ser perfecta, porque los seres humanos se encuentran cargados de virtudes y defectos la meta de un orientador, docente, padre, autoridad profesional o adulto en general, debe ser trabajar para que las generaciones

venideras puedan encontrar en medio de la imperfección, tranquilidad y apoyo para poder llegar a ser un adulto que también trabaje por el bienestar de los que vienen.

Método



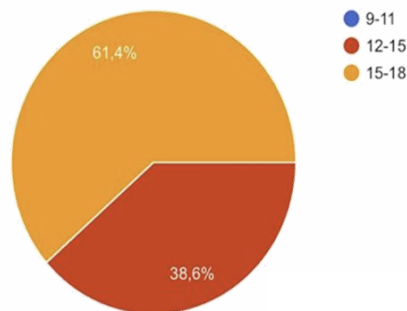
Para conocer cómo ha influido la conducta de los adultos en las problemáticas que enfrentan los niños y/o adolescentes se ha desarrollado un cuestionario que permite recopilar datos e informaciones sobre sus características sociodemográficas, el tipo de familia de la cual proceden, las manifestaciones de violencia contra ellos de parte de sus padres, familiares o instituciones forman parte de su desarrollo y entorno, además de conocer si alguna problemática como el bullying, trabajar en vez de estudiar o alguna otra complicación ha impedido la continuidad o convivencia escolar normal, si estas vicisitudes han dado cabida a pensamientos, ideaciones o intentos suicidas, entre otras... dicho cuestionario fue realizado a través de Google Forms, para permitir una mayor facilidad y diversidad en la recepción de los datos.

Resultados

En el cuestionario, a través del cual se recopilaron informaciones para conocer la influencia de la conducta de los adultos hacia las problemáticas o situaciones de los niños o adolescentes, se arrojan los resultados que será mostrados a continuación:

Figura 1

Edad



En las características socio demográficas, como la edad, el sexo y lugar de residencia se muestra que un 38.6% pertenece a las edades entre 12 a 15 años, mientras que un 61.4% pertenece a edades entre 15 a 18 años.

Figura 2
Sexo Zona y lugar

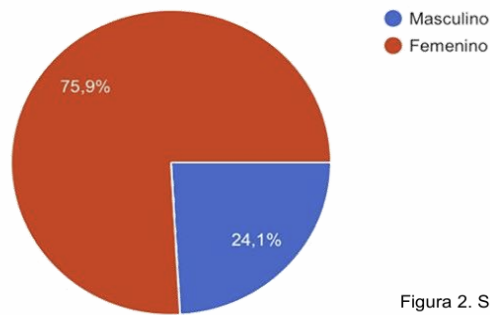


Figura 2. Sexo

Figura 3
Zona y lugar

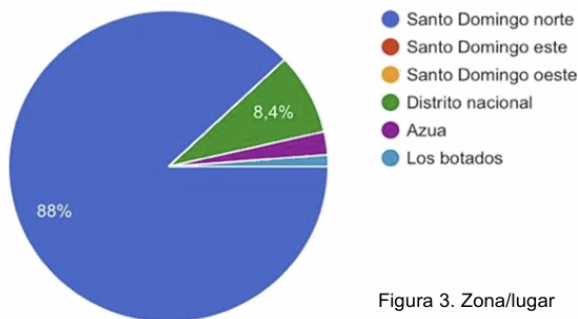
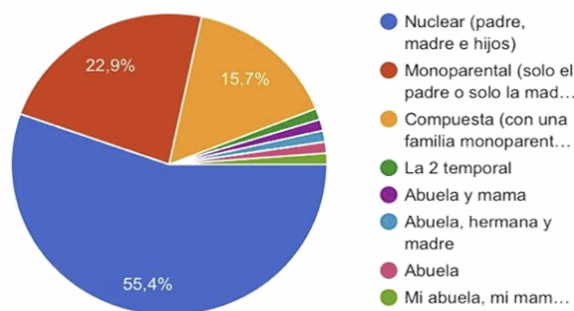


Figura 3. Zona/lugar

El 75.9% de los encuestados, responde al sexo femenino, mientras que el 24.1% restante al masculino. El 88% de la muestra encuestada vive en Santo Domingo, el 8% en Santo Domingo Norte y 4% en el Distrito Nacional.

Figura 4
Tipo de familia



En cuanto al tipo de familia en la que viven un 55,4% de la muestra pertenece a una familia nuclear, es decir, compuesta por padre, madre e hijos, 22.9%, corresponde a una familia monoparental (solo la madre o únicamente el padre con sus hijos), un 15.7%, vive con uno de sus padres y un padrastro o madrastra con o sin hijos también. El 6% restante indica que vive con su abuela, su madre y hermanos u otro tipo de familia.

Figura 5
Abuso físico por parte de familiares

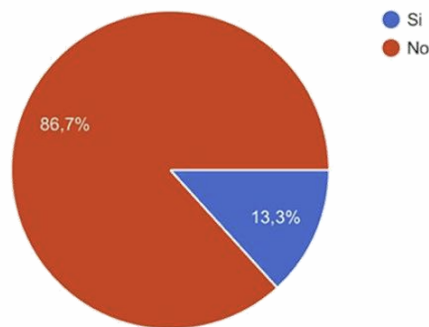
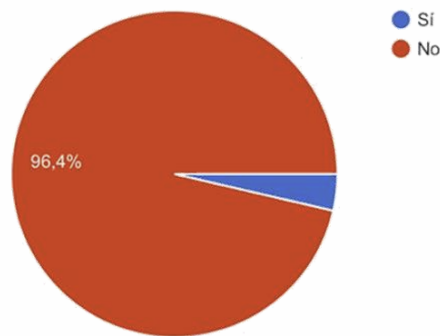


Figura 6
Abuso físico en la escuela o en la comunidad



De los casos reportados un 13.3% ha sido abusado físicamente por sus padres, o algún miembro de su familia. Por su parte el 86.7% alega que no ha sufrido abuso físico por parte de sus padres. En lo que respecta a la escuela o la comunidad, un 96.4% indica que no ha sufrido abuso físico por parte de estos, el 3.6% restante sin embargo sí.

Figura 7
Abuso verbal o psicológico en la familia

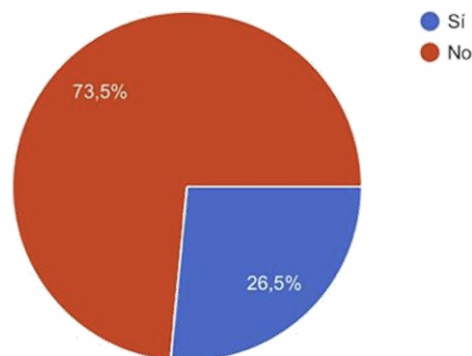
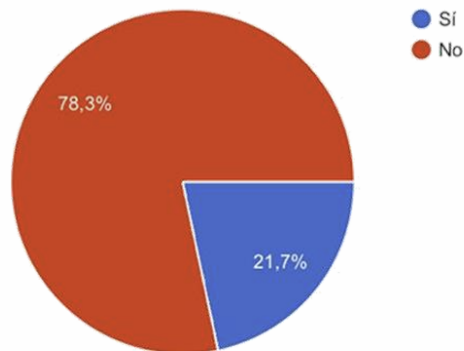


Figura 8

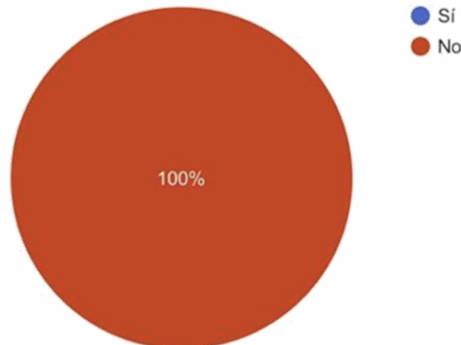
Abuso verbal o psicológico en la comunidad



El 26.5% de la muestra ha sufrido abuso verbal y psicológico, por parte de sus padres o familiares, un 73.5%, no ha sufrido este tipo de maltrato. El 21.7% ha sufrido este tipo de abuso en la escuela, o por parte de algún adulto de la comunidad, el 78.3% respondió que no ha experimentado este tipo de abuso en su entorno.

Figura 9

Abuso sexual en la familia, escuela o comunidad



Ante la interrogante, de si han sido víctimas de abuso sexual por parte de sus padres, familiares, en la escuela o en la Comunidad el 100% de la muestra respondió que no han experimentado este tipo de abuso.

Figura 10

Abuso por parte de padres o familiares

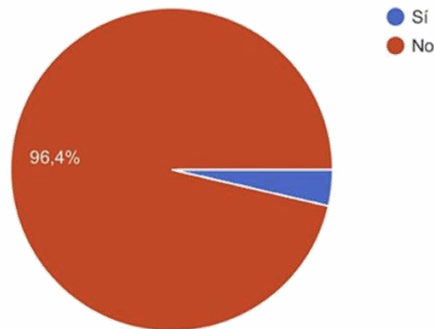
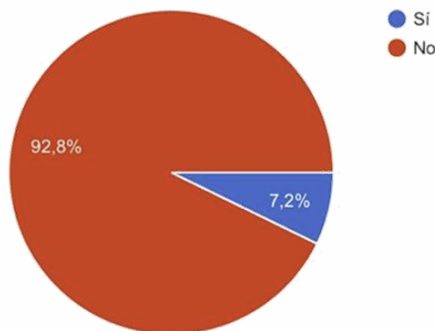


Figura 11

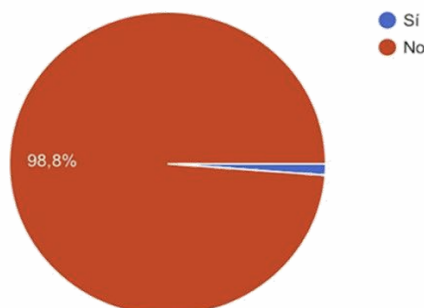
Abuso en la escuela o comunidad de parte de un adulto



Mientras que 3.6% de la muestra afirma haber sido víctima de abuso o maltrato por negligencia por parte de sus padres un 7.2%, expresa que han sufrido maltrato por negligencia en la escuela.

Figura 12

Padecimiento de enfermedad o condiciones en la infancia



El 98.8% de los encuestados reportó que no ha sufrido ningún padecimiento o condición que le haya impedido vivir con normalidad su niñez o adolescencia, no obstante, un 1.2 % de estos tuvo que dejar la escolaridad para dedicarse a trabajar, por situaciones familiares o por unión temprana.

Figura 13
Víctimas de bullying

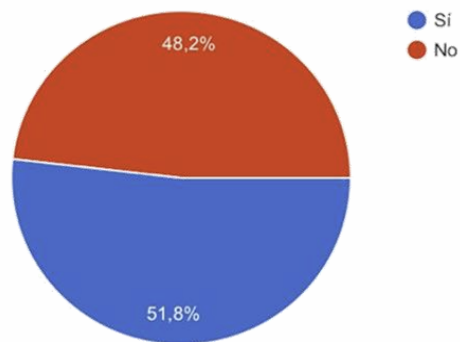
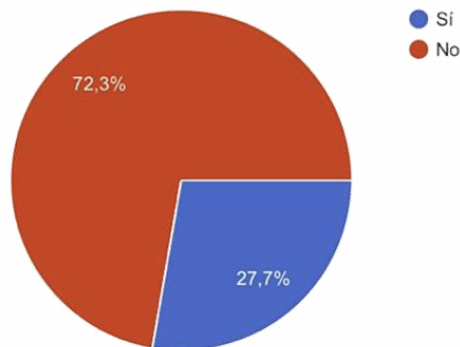
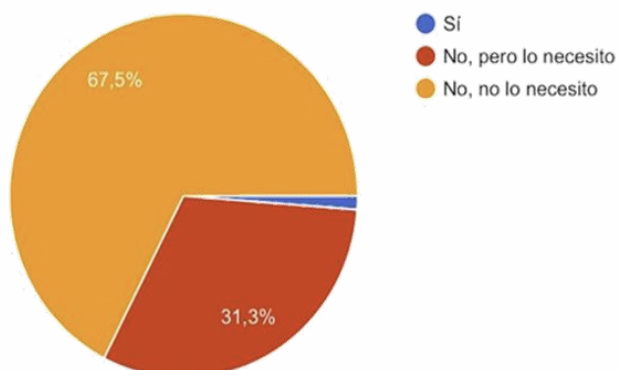


Figura 14
Pensamientos o intentos suicidas



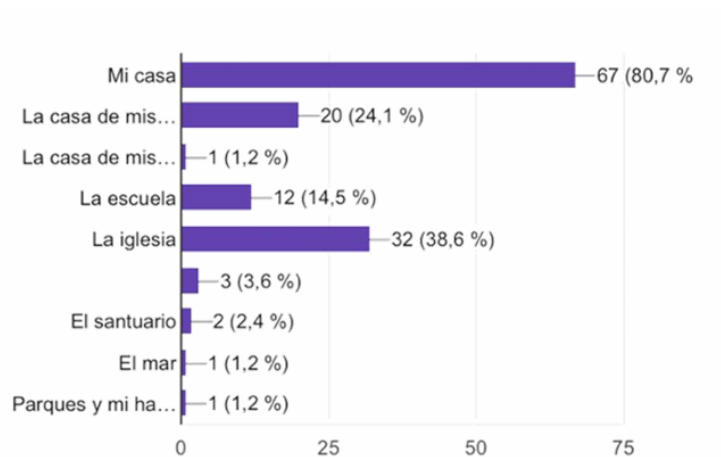
Una cifra de 51.8% de los encuestados afirma haber sido víctima de bullying y un 27.7% ha tenido pensamientos, ideaciones o intentos suicidas alguna vez.

Figura 14
Asistencia a terapia



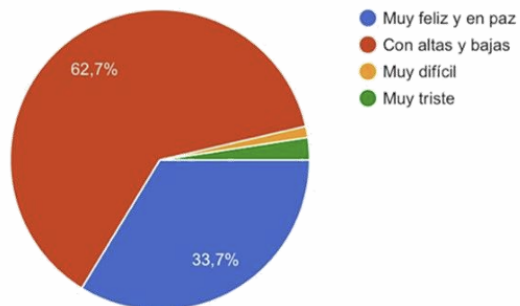
Aunque un 67.7% explica que no necesita terapia, un 31.3% dice que a pesar de no asistir a terapia si entiende que la necesita. El 1% restante si asiste.

Figura 15
Lugares seguros y de apoyo



Entre los lugares destacados por la muestra en donde se sienten seguros y encuentran el apoyo que necesitan y merecen se encuentran sus propias casas (80.7%), la iglesia (38.6%), la casa de sus abuelos o tíos (24.1%) y la escuela (14.5%). Cabe resaltar que para esta cuestionante podían elegir más de una opción.

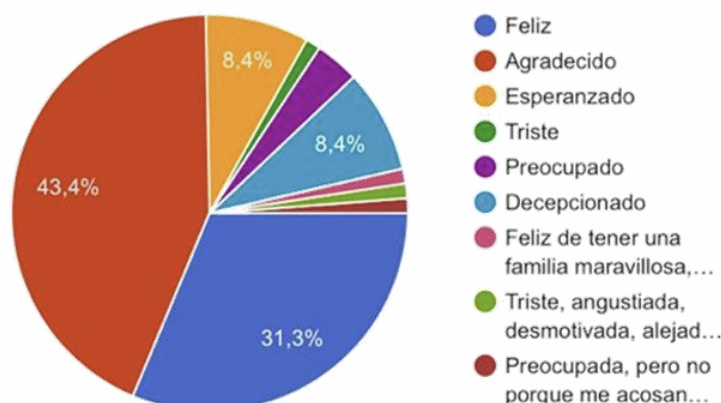
Figura 16
Opinión sobre infancia o adolescencia



El 33.7% considera que ha no está viviendo su niñez o adolescencia felizmente, 62.7% reconoce que han experimentado altas y bajas en estas etapas mientras que el 3.6% indica que han sido etapas tristes y /o difíciles.

Figura 17

En estos momentos de su vida, ¿cómo se siente?



Entre los sentimientos que albergan los encuestados al momento de haber respondido el cuestionario, se pueden resaltar los siguientes: felices (31.3%), agradecidos (43.4%), esperanzados (8.4%), decepcionados (8.4%), entre otras con un 8,5% (tristes, preocupados, angustiados...)

Discusión y conclusiones

Si bien en lo natural, común o normal, sería realizar el análisis de los siguientes resultados, iniciando con los primeros gráficos, se ha visto la necesidad de iniciar por el último, al final, el cual refleja los sentimientos que albergan los encuestados al momento de haber respondido el cuestionario en donde más del 70% Expresa sentirse feliz y agradecida o agradecido así como esperanzado un 16, 9% indica estar decepcionado, triste, preocupado o angustiado... la cuestión en este instante sería: ¿por qué partir de aquí? porque esta muestra la realidad viva y latente del sentir de los adolescentes, el que la mayoría esté feliz, da un buen indicio de qué la conducta de los padres hacia los hijos o los adultos en general, incluyendo las instituciones relacionadas al niño o adolescente, las normas que se indican para una buena convivencia con estos, y la experiencia que están viviendo, es grata. Pero por otro lado está la realidad que muchos se niegan a ver cuándo dicen que los niños o adolescentes no tienen problemas porque no se encuentran en la etapa adulta considerada por muchos, como la etapa más estresante por los deberes, las deudas y los hijos, llegando a veces incluso a minimizar el dolor o los sentimientos de las niñas/os y adolescentes que viven retos diversos como los vistos en los resultados y otros más pueden ser la punta del Iceberg de lo que muchos deben enfrentar. Ese 16, 9%, representa aquellos adolescentes que no sienten el apoyo que merecen y necesitan, al menos no todo el tiempo.

Ahora bien el 62, 7% que ha expresado que durante la etapa de la adolescencia ha experimentado altas y bajas se encuentra totalmente consciente de qué sin importar la edad, el ser humano puede atravesar innumerable situaciones ya sean estas familiares, escolares, sociales o personales y poder seguir adelante con el apoyo de otros, especialmente de las personas que se entiende, deben ser las más importantes en la vida de cualquier persona, sus padres, que, aunque en la adolescencia puede surgir un mayor

apego hacia los pares y reflejarse distanciamiento de los adultos, que muchas veces son catalogados como incomprensibles por los propios adolescentes sus comportamientos y actitudes pueden marcar un precedente positivo o negativo en ellos.

Que el 80,7% de los encuestados haya seleccionado su hogar, como el lugar más seguro y en donde reciben más apoyo es un buen indicio de qué desde el ámbito familiar se está promoviendo el cuidado. Así debe ser, es tarea y rol de los padres, promover su hogar como un espacio seguro para sus hijos. La iglesia o la fe es un pilar de apoyo y un espacio seguro para sus creyentes, así lo demuestra el 38,6% de los encuestados.

La fe naturalmente, es promovida por los padres hacia los hijos desde temprana edad, aunque algunos no están de acuerdo con la práctica del fomento de la fe o de alguna creencia religiosa, sin que los niños tengan la suficiente conciencia y puedan decidir por ellos mismos, quiénes sí están de acuerdo entienden que la fe es igual a una vacuna que se le pone al bebé para prevenir que éste contraiga alguna enfermedad, no espera a que el niño decida si se va a poner la vacuna o no porque se entiende que es para el bienestar y la salud del niño pues la fe, en este caso viene siendo una vacuna espiritual que se le inculca al niño, para que cuando este ya tenga conciencia y pueda distinguir el bien del mal, tenga una dirección guía o apoyo a través de la fe para la toma de cualquier decisión.

La escuela es otro de los lugares señalados por los encuestados como un espacio seguro y de apoyo en el cual se pueden sentir confiados y en paz, aunque el porcentaje es menor, 14,5% refleja que para algunos está más que una institución creada para garantizar el aprendizaje de cada individuo, también es un hogar donde tiene una familia educativa en la que puede apoyarse y encontrarse con otros además de desarrollarse y conectarse consigo mismo descubriendo todo el potencial que dentro de sí para explotar.

El hecho de que la cifra del porcentaje correspondiente a la selección de la escuela, como lugar seguro y de apoyo, también visibiliza la otra cara de la moneda muchos estudiantes no se sienten totalmente cuidados en su plantel escolar, por situaciones como el bullying que en la encuesta aplicada, arrojó que más de un 50% de quién respondieron, han sido víctimas de dicho tipo de abuso, cifra alarmante que genera la siguiente cuestión ¿qué más se puede hacer por y para la educación? no basta solo con enseñar las asignaturas correspondientes en cada grado a cursar tampoco basta enseñar valores, es necesario crear las bases y las oportunidades de lo que va más allá de una asignatura o enseñanza de buenos hábitos, sea practicado no solo en la casa primero, ni en la sociedad algún día sino en el día a día de la escuela, ya que para algunos la escuela es su refugio y su hogar se hace necesario enseñar y ayudar a la puesta en práctica de las cosas que se entienden, pertenecen a la casa, al hogar, a la familia... parece contradictorio el hecho de que la escuela deba a enseñar, lo que en la casa se debe aprender, pero no lo es, no para ese pequeño porcentaje que en su casa no recibe la atención o la educación adecuada, si la escuela se desentiende, porque en la casa es que se debe educar en valores, sólo obtendremos, niños y o adolescentes que ni en casa, ni en la escuela, aprenderán lo que deberían por lo que en otro lugar aprenderán lo que puedan.

27,7% expresó a través del cuestionario que ha tenido pensamientos, ideaciones e intentos suicidas, aunque es una cifra menor, la del bullying, sigue siendo igual de alarmante. Sobre todo, porque un 31, 3%, aunque nunca ha ido a terapia, entiende que lo necesita. Puede deberse tanto a la presencia de cualquier manifestación de violencia como alguna otra situación de riesgo.

La salud emocional en niños y adolescentes suele ser tan frágil y quebradiza como los adultos responsables de su cuidado, lo permitan. Cada adulto responsable de alguien que atraviesa por la etapa de la niñez y la adolescencia tiene el poder de salvaguardar la salud emocional de este, afianzando en él o ella el amor propio, la confianza debe tener en

sus capacidades, el reconocimiento de sus limitaciones y la búsqueda continua del mejoramiento propio. Así como también ayudándole, acompañándolo y apoyándolo en el aprendizaje de la gestión de sus propias emociones, y el respeto por las emociones y sentimientos de los demás.

Todo esto ayudará a crear seres humanos, más empáticos, sensibles ante el sentir de los demás, a la vez más fuertes y resilientes, capaces de dejar a un lado, el miedo, la vergüenza y el pensamiento del que dirán para solicitar ayuda cuando la necesitan, hablar abiertamente con sus pares y mayores, y así lograr que ante momentos de dificultades, situaciones y problemáticas, no guarden en silencio, dando cabida a los pensamientos negativos que puedan acarrear, la ideación y el intento suicida, más bien se puedan encontrar abiertos al diálogo y a la escucha activa de los que procuran su bienestar personal.

Los hechos fortuitos y enfermedades, que escapan de la responsabilidad y querer de los adultos afectando así a los niños o adolescentes, así como las uniones tempranas y el trabajo infantil son una espina en el zapato, ya que, aunque son bajos los índices (1,2% y 4% respectivamente) son situaciones que se pueden impedir que un estudiante culmine su escolaridad como corresponde y hacer cuestionar el trabajo de los adultos ante el cuidado y la protección de ellos. De igual forma cuestiona la conducta de los padres o los adultos en general los resultados donde se puede mostrar que un 13,3% ha sido abusado físicamente por sus padres, o algún miembro de su familia, un 3,6% en escuela o la comunidad. El 26,5% de la muestra ha sufrido abuso verbal y psicológico, por parte de sus padres o familiares y el 21,7% ha sufrido este tipo de abuso en la escuela, o por parte de algún adulto de la comunidad.

El 100% no han sido víctimas de abuso sexual por parte de sus padres, familiares, en la escuela o en la Comunidad, mientras que 3,6% de la muestra afirma haber sido víctima de abuso o maltrato por negligencia por parte de sus padres un 7,2%, expresa que han sufrido maltrato por negligencia en la escuela. Parecieran cifras relativamente bajas o incluso nulas, como en el caso del abuso sexual, sin embargo, todos y cada uno de estos tipos de manifestaciones de violencia sin excepción alguna tienen presencia en muchas familias, instituciones educativas y otras organizaciones gubernamentales y no gubernamentales. Sin quitar mérito a los esfuerzos que se realizan constantemente para que desde los hogares y las instituciones y la sociedad se puedan mantener e incluso mejorar la calidad de vida y el bienestar de los más vulnerables, los niños/as y adolescentes a través de programas, proyectos, formaciones y estrategias educativas y sociales, hace falta que todo esto no se quede en plan piloto, sino que puedan permear cada espacio responsable del cuidado y la protección de los niños y adolescentes, que no se escatimen en recursos humanos y económicos para poder garantizar que estos programas ya existentes, creados para apoyar a esta población se puedan implementar.

Para expandir las resoluciones sobre el presente tema abordado se plantea el siguiente proyecto: “reconozco y cuido el valor que hay en mí” Este proyecto busca desde la escuela dotar a los estudiantes de herramientas que le permitan reconocer y valorar su propia vida entendiendo que la misma es un regalo invaluable y que debe ser cuidada.

Los problemas y situaciones personales y familiares, así como los académicos y sociales pueden desencadenar en los adolescentes situaciones emocionales recurrentes, baja autoestima, estrés, ansiedad o incluso depresión y con ello acarrear pensamientos, ideación e intentos suicidas. Evitar todo lo anteriormente mencionado a través de diversas actividades individuales y grupales, preventivas y de intervención que incluya a los padres y toda la comunidad educativa es el propósito de dicho proyecto.

Objetivo general del proyecto:

Fomentar la sana autoestima y el cuidado de la salud emocional en los adolescentes para que puedan reconocer y cuidar su valor y el de los demás. Objetivos específicos:

- Reducir la toma de decisiones negativas en los estudiantes que puedan afectar sus emociones y actitudes para su desempeño académico, personal y social.
- Elaborar actividades como talleres, conferencias y encuentros individuales que permitan en los adolescentes reconocer el valor de la vida y el desarrollo de una sana autoestima.
- Fortalecer en las familias y el personal del C. E. el valor de la empatía, la comunicación asertiva y la comprensión para que estas sean fuentes de apoyo ante situaciones de vulnerabilidad. A través de este proyecto se pueden realizar las siguientes actividades y/o estrategias:
- Talleres: tienen el fin de concientizar a la población estudiantil sobre lo oportuno y conveniente que es para cada ser humano reconocer y cuidar sus valores personales, su cuerpo y su vida para lograr un pleno desarrollo personal, familiar y social, mejorar sus relaciones interpersonales y sobre todo fortalecer su autoestima con el cuidado de la salud emocional.
- Espejo motivacional: busca lograr ayudar a reconfortar, alegrar y animar a través de palabras afirmativas que se encuentran alrededor de un espejo para que al verse también recuerden lo valioso que son.
- Encuentro con los padres: ante situaciones de riesgo y vulnerabilidad la familia debe encabezar la red de apoyo de cada individuo por tanto a través de estos encuentros se pretende concientizar a los padres del rol que juegan en la vida de sus hijos y la influencia positiva o negativa que pueden tener sobre ellos y su percepción sobre sí mismo o la vida en general.
- Porque me quiero: se trata de una actividad manual que consiste en la creación de una caja o decoración de un frasco para guardar en ella todo aquello por lo que yo me pido perdón, me agradezco y las razones de porque me quiero.
- Carta a mí dolor: no es más que expresar a través de la escritura todo lo que siente y lo que considera que se ha convertido en un dolor en su vida.
- Reflexión musical: crea un espacio de reflexión e interioridad con la música que posteriormente se analiza y se compara con la vivencia del alumno.
- Mándala: en momentos donde el estudiante expresa no estar en condiciones de hablar o escribir, pintar ayuda a que se pueda tranquilizar o estabilizar.
- Carta de mamá/papá: el estudiante recibe una carta escrita por uno de sus padres en donde estos expresan su amor y cariño hacia el hijo y lo que esperan de este.
- Conversatorio reflexivo y autoevaluación: dialogar acerca de lo que siente y hacer una interpretación sobre cómo ha manejado la experiencia vivida son acciones necesarias que no deben faltar.
- Empoderamiento del consejo estudiantil y capacitación del personal: el apoyo de estos actores para la puesta en marcha de todas las acciones a ejecutar es vital ya que estos serán multiplicadores y acompañantes de este proyecto.
- Campaña digital: mensajes y fotos son enviadas a los grupos de padres y redes sociales para promover el proyecto fomentando el autoestima y el cuidado de la salud emocional.

- Inventario de autoestima: facilita la recogida de información relevante sobre el estado emocional del estudiante y sus reacciones o toma de decisiones ante dicho estado o situación.
- Inventario emocional digital: permite la recogida de información semanal del estado emocional de los estudiantes que se encuentran en una situación más crítica para dar un seguimiento más continuo y profundo durante las vacaciones de manera especial.
- Promoción del proyecto en feria de innovación escolar: Se realiza a través un Stand del Departamento de Orientación y Psicología, para presentar videos de la campaña digital, entrega de brochures, dulces, espacio fotográfico, colocación del espejo motivacional, colocación de una pizarra donde se podría escribir un mensaje o consejo para sí mismo, o para los demás.

A pesar de que el proyecto no esté encaminado de forma específica hacia los padres, sino a los propios niños y adolescentes, esta impacta de manera directa a los mismos y no sólo a estos, sino a todos los adultos que forman parte de la comunidad educativa.

Todo esto, para que los adolescentes puedan comprender la importancia de su salud emocional y la de los demás, y de esta manera evitar hacer bullying o que este le afecte y erradicar pensamientos, ideaciones e intentos suicidas, dado que estos indicadores son los que muestran el mayor índice de porcentaje en cuanto a lo negativo respecta del cuestionario aplicado.

Conclusiones

Los resultados de esta investigación tienen el potencial de enriquecer e influir directamente en políticas y programas educativos que buscan la formación integral de los estudiantes, mediante la participación activa de los adultos responsables. Promover la empatía, el cuidado y la prevención desde el entorno familiar y escolar es clave para formar generaciones más sanas comprometidas con el bienestar común.

Es necesario aprender que por el hecho de que los niños o adolescentes no tengan los compromisos y responsabilidades de un adulto sufren, se cansan y les duelen las situaciones incómodas que les ha tocado vivir en un determinado momento. Por esto no se debe subestimar sus emociones, sentimientos, actitudes y acciones, ya que cada una de estas forman parte de lo que los representa como seres humanos... personas frágiles que se fortalecen con el apoyo de otros y cada adulto debe ser ese bastón para cada adolescente que se le ha confiado.

Referencias

- Amnistía Internacional. (2021, 12 de junio). *11 cosas que debes saber sobre el trabajo infantil*. <https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/blog/historia/articulo/11-cosas-que-debes-saber-sobre-el-trabajo-infantil/>
- Child Welfare Information Gateway. (2013). *Long-term consequences of child abuse and neglect* (Pub. No. 13-4-0002). U.S. Department of Health and Human Services. <https://www.childwelfare.gov/pubpdfs/ques.pdf>

- Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (2011). *Mujeres y niñas en contextos de violencia: Maltrato infantil* (Hoja informativa n.º 3). Organización de los Estados Americanos. <https://www.oas.org/es/cidh/mujeres/factsheets/03.pdf>
- Concepto.de. (s. f.). *Bullying*. <https://concepto.de/bullying/>
- HealthyChildren.org. (s. f.). *HealthyChildren.org: Sitio oficial de la AAP para padres*. American Academy of Pediatrics. <https://www.healthychildren.org/Spanish/Paginas/default.aspx>
- Psicoavanza. (s. f.). *Heridas emocionales en la infancia que desencadenan traumas en la edad adulta*. <https://psicoavanza.com/blog/heridas-emocionales-en-la-infancia-que-desencadenan-traumas-en-la-edad-adulta/>
- Ramos Lizana, J. (2013). Maltrato infantil por negligencia. *Formación Activa en Pediatría de Atención Primaria (FAPap)*, 6(1), 9–16. <https://fapap.es/articulo/460/maltrato-infantil-por-negligencia>
- Somos Psicólogos. (s. f.). *Traumas infantiles*. <https://www.somospsicologos.es/blog/traumas-infantiles/>
- UNICEF República Dominicana. (s. f.). *Prevención del matrimonio infantil y uniones tempranas*. <https://www.unicef.org/dominicanrepublic/prevencion-del-matrimonio-infantil-y-uniones-tempranas>
- UNICEF Uruguay. (s. f.). *¿Cuáles son las consecuencias de la violencia en la crianza?* <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/etapa-escolar/cuales-son-las-consecuencias-de-la-violencia-en-la-crianza>