

TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA DE ADOLESCENTES ATRAVÉS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

M.Sc. Marta Elena Muñoz Alfonso¹, orcid.org/0000-0003-2147-0610, marta.munoz@umcc.cu,
Universidad de Matanzas

M.Sc. María Hilda García Pérez², orcid.org/0000-0002-6357-4525, maria.garcia@umcc.cu,
Universidad de Matanzas

Resumen

En Cuba desde los primeros años de Revolución ha sido una preocupación la problemática social y su incidencia en la formación de las nuevas generaciones por lo que centra su atención en la formación integral de niños, adolescentes y jóvenes con una proyección hacia el logro de una preparación de los individuos que les permita participar de manera efectiva en las transformaciones de la sociedad. La Educación Física en los momentos actuales desempeña un rol fundamental en la formación integral del individuo al abordar aspectos esenciales del desarrollo físico, psicológico y cognitivo del ser humano y muy fundamentalmente en los adolescentes con trastornos de conducta lo cual, a través de clases bien organizadas y planificadas, se pudiera incidir positivamente en las conductas típicas de estos adolescentes y ayudarlos a mejorar las relaciones sociales, modelar actitudes y lograr el mantenimiento de buenos hábitos de convivencia social.

Palabras claves: *adolescentes; educación física; trastornos de conducta*

Abstract

In Cuba since the first years of the Revolution, social problems and their impact on the formation of new generations have been a concern, for which reason it focuses its attention on the integral formation of children, adolescents and young people with a projection towards the achievement of a preparation of individuals that allows them to participate effectively in the transformations of society. Physical education at the present time plays a fundamental role in the integral formation of the individual by addressing essential aspects of the physical, psychological and cognitive development of the human being and very fundamentally in adolescents with conduct disorders which, through well-organized and planned classes are could positively influence the typical behaviors of these adolescents and help them improve social relationships, model attitudes and achieve the maintenance of good habits of social coexistence.

Keywords: adolescents; behavior disorders; physical education

A lo largo de la historia el Deporte ha estado presente en el desarrollo multilateral del hombre favoreciendo el logro de una mejor calidad de vida, y en la actualidad la Cultura Física es reconocida como una actividad que tiene como propósito restablecer y reincorporar al hombre plenamente a la sociedad, siendo el ejercicio físico el método superior de terapia, el más higiénico, fortalecedor y profiláctico, más utilizado para potenciar la conducta de los adolescentes durante las clases de Educación Física.

La escuela cubana tiene la noble y difícil misión de formar integralmente a las nuevas generaciones, preparándolas para vivir en una época de avances vertiginosos en la Revolución Científico Técnica, cuyo impacto en la práctica social es tan grande y en ocasiones tan rápido, que se precisa de una concepción que asegure una mayor vigencia de los conocimientos y sus posibilidades de aplicación a nuevas condiciones para formar un ser creativo, con una mente flexible, abierta a la experiencia. Las personas con necesidades educativas especiales también necesitan esa formación, y para lograrlo requieren mayores niveles de educación y atención integral. (Bravo, 2003)

La educación en Cuba es proyectada principalmente hacia la formación integral de niños, adolescentes y jóvenes en aras de alcanzar altos niveles de calidad y excelencia, haciéndose corresponder con los más caros intereses de la sociedad; y para cumplir con esa misión es necesario desarrollar en los mismos la motivación hacia las actividades que les brinden conocimientos, habilidades, desarrollo de sus

capacidades psíquicas y físicas, así como de iniciativas, toma de decisiones, creatividad y búsqueda de solución a los problemas del proceso docente educativo, cada vez más complejos, todo lo cual tributará a su formación para incorporarse a la sociedad en la que se desarrollan.

En el sentido amplio la Educación Física abarca el conjunto de formas de practicar los ejercicios físicos con un fin educativo, en la Pedagogía contemporánea este concepto constituye el proceso pedagógico que se realiza en las escuelas, encaminado al desarrollo de las capacidades de rendimientos físico del individuo, sobre la base del perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, la formación y mejoramiento de sus habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de sus convicciones de forma tal, que esté en condiciones de cumplir las tareas que la sociedad le señale desde el punto de vista laboral, militar y social.

Con este trabajo pretendemos demostrar que las actividades físicas y específicamente la Educación Física propician un aumento significativo en los niveles de autoestima, autocontrol, proporcionan la posibilidad de expresarse, de adquirir autoconfianza, generar actitudes de pertenencia a un grupo o colectivo y conducen al desarrollo de componentes psicológicos que conforman la personalidad del sujeto que favorecerá su inserción social.

La clase de Educación Física es el espacio donde, a partir de la mediación del profesor, los alumnos adquieren habilidades motrices básicas e intelectuales, pero en su interior confluyen diversos procesos por lo que (Ruiz Aguilera, 2000) la define «como fisiológica por la naturaleza de sus ejercicios, biológica por sus efectos, pedagógica por sus métodos y social por su organización y actuación en cuyo centro se encuentra el hombre».

Al analizar diversas concepciones sobre la Educación Física contemporánea aportadas por disimiles autores no se puede dudar que la intervención pedagógica de los profesionales en esta área juega un papel imprescindible en la toma de conciencia y en la búsqueda de soluciones para el trabajo correctivo compensatorio asumido por el profesional con sensibilidad, tolerancia, solidaridad, cooperación y ayuda mutua.

El análisis de estos conceptos permite confirmar que la Educación Física es un proceso integral y lo expone (López Aguilera, 2003) al expresar que (...) «un enfoque integral físico educativo supone contemplar como contenidos, objetivos, actividades de aprendizaje y actividades de evaluación, no solo el desarrollo de capacidades y habilidades sino asegurar además el aprendizaje de conceptos y modos de

referencia unido a la formación de actitudes, normas y valores e integrando el nuevo conocimiento a los conocimientos previos o antecedentes de los alumnos para imprimirle un significado y sentido personal a los aprendizajes».

Entre los valores que se pueden desarrollar a través de la Educación Física podemos encontrar la tolerancia, integración, solidaridad, cooperación, autonomía, igualdad, participación, respeto, etc., contribuyendo a una de las premisas fundamentales de la educación, en los albores del Siglo XXI, que es formar ciudadanos responsables y comprometidos con el desarrollo social, capaces de “aprender a ser” y “aprender a vivir juntos”, en un mundo cada vez más globalizado. (Delors, 1996)

La Educación Física Escolar no ha de estar centrada solo en el movimiento sino en el niño, en sus vivencias, experiencias, necesidades, motivos e intereses, como sujeto activo, como personalidad en formación, dentro de este proceso. Por tanto, su efecto, “nunca es parcial, cualquier intervención sobre él afecta a todo el sistema. De ahí su proyección integradora”. Lagardera, J. 1988, citado por (Castañer Camerino, 1993)

Por todo ello es que la Educación Física juega un papel importante en el desarrollo de la personalidad de los adolescentes y más aún en los que presentan trastornos de conducta porque puede ayudarlos a mejorar las relaciones sociales, modelar actitudes y lograr el mantenimiento de buenos hábitos de convivencia humana y autocontrol.

Desde edades tempranas las relaciones dentro del seno familiar van conformando la personalidad de los hijos y en ocasiones estas relaciones en el hogar están saturadas por desavenencias, imposiciones sin sentido, falta de afecto y distanciamiento de los padres hacia los problemas de sus hijos lo que los conllevan a ser apáticos, pesimistas, incapaces de sentir cariño por los demás, con autoestima baja y serios problemas de conducta, por lo que la familia puede aportar al individuo las condiciones para un desarrollo sano de la personalidad o en su defecto es la principal fuente de trastornos emocionales.

La adolescencia, constituye un período decisivo en el desarrollo del individuo. Se extiende desde los 11 o 12 años hasta los 15 o 16 años aproximadamente, es la etapa donde más se generan cambios biológicos, psíquicos y sociales, que varían según el contexto cultural y socioeconómico en el que se desarrollan y en la que se experimentan más los efectos de las emociones en la personalidad, los síntomas se vuelven más difíciles de manejar y debemos evitar que caigan en situaciones de vulnerabilidad.

Por ello la gestión de los sentimientos que se haga durante esta etapa muy probablemente le afectará durante el resto de su vida. Por tal motivo el desarrollo de la personalidad de los adolescentes y la convivencia dentro del seno familiar es un tema primordial ya que es a través de la conducta que expresan los problemas que presentan que van desde la violencia en su hogar, la falta de atención hasta el alcoholismo de uno de sus padres, o pertenecer a hogares disfuncionales o el hecho de ser hijo de madres adolescentes.

A partir de estos elementos los resultados de las investigaciones realizadas arrojan que los comportamientos de riesgo en la adolescencia no se deben tanto a la falta de conocimiento que pudieran poseer, más bien se producen por falta de habilidades emocionales y sociales que lo limitan a resolver los problemas cotidianos.

El desarrollo de la formación moral en esta etapa implica, por tanto, consolidar un conjunto de reglas o normas que regulen el comportamiento y la actividad del adolescente, y lograr que se conviertan en convicciones profundamente arraigadas, así como formar un sistema estable de ideales que ejerzan una influencia positiva en la transformación de la personalidad y en su autodirección.

El profesor de Educación Física juega un papel primordial en el proceso de formación de valores y en el tratamiento de los trastornos de conducta, debe hacerlo desde una postura de ayuda, generando cuestiones, planteando problemas, haciendo que los alumnos reflexionen, individualmente y como grupo sobre determinados hechos o acontecimientos que son expresión de valores genuinos o de actitudes reprochables, utilizando una gama de métodos educativos productivos. Para ello es indispensable familiarizarse con las características del grupo con el que trabaja, partiendo del conocimiento del diagnóstico de cada uno de sus estudiantes y teniendo en cuenta el estudio de caso que abarca la caracterización del estado clínico, de desarrollo psicomotor y del clima social – familiar.

Es su responsabilidad saber conducir con métodos activos y científicos el proceso de enseñanza – aprendizaje, concebir la clase de Educación Física (López y González Maura, 2003), como el acto pedagógico en el cual se van a concretar los propósitos instructivo – educativos y las estrategias metodológicas previstas en la programación docente que permitan el respeto a las reglas, el control de los impulsos, la participación en actividades de grupos y el modelamiento del lenguaje; y al profesor formar parte de la vida interna de los estudiantes puede participar en el establecimiento de normas de convivencia social.

Para (Méndez, 2003), cualquier tipo de actividad física como los juegos, deportes o ejercicios, proporcionan la posibilidad de expresarse, adquirir autoconfianza y generar actitudes de pertenencia a un grupo o colectivo, desarrollando y consolidando las relaciones afectivas, generando procesos de integración social, virtudes opuestas a los comunes riesgos derivados del consumo, creando una desprogramación sistemática progresiva a nivel conductual y cognitivo.

En el transcurso del desarrollo psíquico del individuo, tienen lugar no solo el aprendizaje de diversas acciones y la formación de los procesos y cualidades psíquicas necesarias para la realización de dichas acciones; el niño va dominando paulatinamente las formas de conducta propias del ser humano dentro de la sociedad, y lo más importante, aquellos rasgos interiores que distinguen a cada hombre como miembro de esta y que determinan sus actos.

La adolescencia es un período de reelaboración y reestructuración de diferentes aspectos y esferas de la personalidad, que alcanzan durante esta etapa un matiz más personal. En ella tienen lugar numerosos cambios cualitativos que se producen en corto tiempo, los cuales en ocasiones tienen el carácter de ruptura radical con las particularidades, los intereses, y las relaciones que tenía el niño anteriormente. Es un momento del desarrollo en que prima la necesidad de autoafirmación de la personalidad.

A la adolescencia se le ha llamado "período de tránsito", ya que el adolescente si bien no es un niño, tampoco es un adulto, lo que hace que en algunos aspectos presente características y conductas de uno u otro, en forma un tanto inestable, así como que adolescentes de la misma edad cronológica muestren diferencias esenciales en los niveles de desarrollo de algunos aspectos de su personalidad.

Esto está en relación con las diferentes formas de exigencias que se plantean a los adolescentes, las que están directamente vinculadas con la sociedad y la época en que se desenvuelven, así como con las condiciones particulares de su vida personal, familiar y escolar, lo que provoca gran diversidad en las condiciones que determinan el desarrollo de cada adolescente.

Si este proceso no se dirige adecuadamente, no se forman las normas y valores deseables, su conocimiento y valoración real son limitados y no se interiorizan como formas de conducta estable que responde a una fuerte motivación moral y al papel regulador del ideal. Esto puede dar lugar a "manifestaciones formales" de la conducta moral, en que se muestran conductas correctas, pero que responden a otros motivos, incluso personales, que quedan ocultos a los demás. Estas dificultades señaladas pueden conducir también a conductas morales negativas.

En Cuba, debido a la naturaleza despenalizada del Sistema de Atención a Menores con Trastornos de Conducta, no se utiliza el término delincuencia de menores, sino el de menores con trastornos de conducta, que serían los niños, niñas y adolescentes –hasta 16 años– que presenten, en la esfera emocional-volitiva, alteraciones variadas y estables, resultantes “de la interacción dialéctica de factores negativos internos y externos, lo que ocasiona dificultades, tanto en el aprendizaje como en las relaciones interpersonales, que se manifiestan en alteraciones del desarrollo de la personalidad y tienen un carácter reversible” (Campoalegre y Portieles, 2011).

El trastorno de conducta, es una alteración del comportamiento, que a veces es diagnosticada en la infancia, y se caracteriza por un comportamiento antisocial que viola los derechos de otras personas, y las normas y reglas adecuadas para la edad.

Los adolescentes con trastorno de conducta tienden a ser impulsivos, difíciles de controlar y despreocupados por los sentimientos de los demás.

Los síntomas pueden incluir:

- Romper las reglas sin una razón clara
- Comportamiento cruel o agresivo hacia personas y animales
- Ausencias al centro educacional que conlleva a las deserciones y retraso escolar
- Consumo excesivo de alcohol y/o de drogas psicoactivas
- Mentir para conseguir un favor o evitar tareas que tienen que realizar
- Escaparse y deambular
- Vandalismo o destrucción de propiedades

De acuerdo con los principios y función social de las escuelas para la educación de alumnos con trastornos de conducta se plantean los objetivos siguientes:

1. Formar en los alumnos motivos de aprendizaje y de conducta que tengan valor social, conocimiento y conducta ética así como la capacidad para percibir los puntos de vista morales.
2. Corregir en los alumnos los conceptos y representaciones falsas que tengan del medio que les rodea
3. Educar a los alumnos hacia la ideología comprensible del trabajo y la actividad social.
4. Educar en los escolares el modo de vida colectiva

5. Elevar la capacidad de aprendizaje en la escuela, en correspondencia con las exigencias escolares y la comunicación fuera de la escuela
6. Capacitar al alumno para corregir su propio modo de conducta errónea, de integrarse socialmente y deshacerse de las conductas y costumbres sociales

Las actividades físicas que se llevan a cabo dentro de la clase de Educación Física conducen al desarrollo de todos aquellos componentes psicológicos que conforman la personalidad del sujeto, mientras que al propio tiempo, dichas actividades no podrían llevarse a cabo sin la base psicorreguladora que le permiten estos componentes. (Sainz de la Torre León, 2010).

Por tanto a través de la clase de Educación Física podemos trabajar en las conductas típicas de los adolescentes con trastornos de conducta y lograr que lleguen a:

- Cumplir con la disciplina, desarrollar conciencia, eficiencia, calidad y rigor en las tareas asignadas enfrentando enérgicamente las manifestaciones de indisciplinas, ilegalidades y fraude en el desarrollo de los juegos a través del comportamiento ejemplar en la clase y actividades deportivas así como en la vida cotidiana.
- Respetar, defender y fomentar la propiedad social sobre los medios y materiales puestos a su disposición a través de la organización, limpieza y cuidado de las diversas áreas deportivas de la institución
- Sentir mayor realización personal, en tanto mayor sea su aporte a los resultados del grupo del que forma parte.
- Cultivar la valentía para expresar y defender lo que se piensa siendo críticos y autocríticos a la hora del análisis de situaciones y resultados alcanzados.
- Aprender a combatir las manifestaciones de doble moral, hipocresía, traición, fraude y mentira entre las relaciones interpersonales de los miembros del grupo.

La práctica regular de ejercicios físicos bien planificados y estructurados en las clases de Educación Física para adolescentes con trastornos de conducta tiene un impacto positivo en el tratamiento de estos ya que contribuye indudablemente a la compensación y corrección de sus comportamientos, ayuda a reducir las conductas agresivas, favorece la elevación de la capacidad para regular sus emociones y por ende permite su reinserción en la sociedad. La asignatura Educación Física propicia un equilibrio entre la educación de la mente y del cuerpo. Sobre estos aspectos investigadores de todo el mundo han dedicado

esfuerzos para obtener un proceso pedagógico en correspondencia con los retos actuales que exige la sociedad; un ser humano integral que reconozca la importancia de un crecimiento cognitivo, espiritual y físico.

Referencias bibliográficas

- Campoalegre, R. y Portieles, I. La delincuencia Infanto-juvenil. Puertas adentro. En: Ortiz Gómez, J; Hernández Martín, A; Cuello Gibert, S, Adolescentes transgresores de la ley en Cuba una mirada desde la resiliencia. [fecha de consulta: 5 de febrero de 2019]. Disponible en: <https://www.acupsi.org/articulo/187/adolescentes-transgresores-de-la-ley-en-cuba-una-mirada-desde-la-resiliencia-.html>.
- López, A. (2006). *La Educación Física más Educación que Física*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Peña García, Y (2017). Estrategia educativa para la prevención de trastornos de la conducta en escolares con alteraciones del comportamiento desde la Educación Física Escolar [tesis de doctorado, Universidad de Camagüey]. [tesis no publicada].
- Ruiz Aguilera, A. (2015). *Teoría y Metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar*. 3ª Ed. Aplusele. Sto. Domingo Depósito Legal 193-202-2007-2350,
- Sainz de la Torre León, N. (2010). *Psicopedagogía de la Educación Física y el Deporte Escolar*. Ciudad de la Habana: Editorial Deportes.
- Hector Jorge, Javier (2015). Sistema de ejercicios para potenciar la conducta en los adolescentes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (tdah) a través de las clases de Educación Física Trabajo de Diploma para optar por el título de Licenciatura en Cultura Física