



nto de Ciencias de la Educación, Dra. Nelly Lagos San Martín, desarrolló la publicación “Programa GBI: Una guía para el bienestar interno. Programa de Fortalecimiento Psicológico para niños de 8 a 12 años”, cuya autoría comparte con los académicos españoles Carolina González Maciá, María Vicent Juan y Ricardo Sanmartín López.

La Dra. Nelly Lagos San Martín precisó que el libro está dirigido a docentes, niños y niñas, y su propósito es “contribuir a la formación personal considerando los ámbitos emocional, afectivo y social de niños y preadolescentes”, toda vez que “en el ámbito de la salud mental, se pueden señalar múltiples razones por las cuales realizar acciones educativo-preventivas en edades tempranas que ayuden a niños y adolescentes a afrontar de mejor forma las dificultades propias de la vida”, acotó.

A partir de esta necesidad, la Dra. Lagos San Martín diseñó un programa de fortaleza psicológica para niños de entre 8 y 12 años, “en el que se proponen estrategias que favorecen la coherencia entre pensamiento, emoción y conducta”.

La publicación, además de la contextualización y definición de conceptos principales, incluye fichas, cuentos y juegos, de manera que se presenta en forma lúdica y amigable a niños y niñas.

La propuesta, según describió la Dra. Nelly Lagos, es impulsada por cuatro personajes ficticios quienes invitan a los niños a esta aventura. Se trata del denominado “Grupo de Bienestar

Interstellar” (GBI), que forma parte de una agencia que vela por el orden interno y la regulación socio-emocional.

El Programa GBI considera las variables de autoestima, autoeficacia, atribuciones causales, ansiedad escolar y regulación emocional, las que son abordadas y trabajadas en las distintas sesiones de trabajo.

“El programa considera 12 sesiones, incluyendo la sesión de inicio y de finalización. También contempla una sesión especial para padres, cuyo objetivo es presentar el programa, exponer su lógica, describir su utilidad y propiciar su colaboración. Cada sesión dura aproximadamente 45 minutos. En cada una de ellas los integrantes del GBI presentan retos y desafíos que niños y niñas deben lograr para hacerse más fuertes. Los retos planteados aluden a una problemática distinta en función de la capacidad a desarrollar”, explicó la académica UBB.

La Dra. Nelly Lagos precisó que la fortaleza psicológica “puede ser entendida como una capacidad para afrontar distintas situaciones de la vida, de una forma positiva para un sujeto, lo que implica el reconocimiento de las características personales, que no se logra, sino a partir del desarrollo de ciertos aprendizajes relativos a recursos personales como la autoestima, la autoeficacia, el control de la ansiedad, los estilos atributivos y la regulación emocional que se encuentra en la base de todo proceso de fortalecimiento interno”, según describió.

La Dra. Lagos San Martín destacó la necesidad de generar más acciones de este tipo puesto que en Chile no existe material de estas características o bien es escaso y poco difundido. “Este material, además, se presenta en forma integrada y progresiva; existe un hilo conductor que permite alcanzar resultados importantes. Habitualmente los docentes realizan actividades aisladas o desconectadas unas de otras y por eso quisimos generar este material”, aseveró.

Inicialmente, la Dra. Lagos San Martín editó 100 ejemplares a través del Proyecto Fondecyt de Iniciación en Investigación, denominado “Ansiedad escolar y su relación con variables psicoeducativas. Eficacia de un programa preventivo-educativo”.

