

# Evaluación cualitativa desde la perspectiva de los participantes de un taller piloto diseñado para prevenir la depresión en adolescentes\*

## Qualitative assessment from the perspective of participants of a pilot workshop designed to prevent adolescent depression

Rodrigo Sepúlveda<sup>1</sup>, Vania Martínez<sup>2</sup>, Paul Vöhringer<sup>3</sup>, Sergio Barroilhet<sup>4</sup>, Viviana Guajardo<sup>5</sup>, Rosemarie Fritsch<sup>6</sup>, Ricardo Araya<sup>7</sup>, Graciela Rojas<sup>8</sup>.

### RESUMEN

El estudio consistió en una evaluación cualitativa de la versión piloto del taller "Yo Pienso, Yo Siento, Yo Actúo". Este taller está destinado a prevenir la depresión en adolescentes y está basado en el enfoque cognitivo-conductual. La versión piloto fue realizada el 2008 en cuatro cursos de Primero Medio, correspondientes a dos colegios de la Comuna de San Bernardo. El objetivo del estudio fue conocer las percepciones de los estudiantes que participaron en el taller piloto sobre

\* Proyecto financiado por la Wellcome Trusts.

<sup>1</sup> Antropólogo. Facultad de Medicina, Universidad de Chile.

<sup>2</sup> Psiquiatra Infantil y de la Adolescencia. CEMERA, Facultad de Medicina, Universidad de Chile. Alumna Programa Doctorado en Psicoterapia, Universidad de Chile, Pontificia Universidad Católica y Universidad de Heidelberg. Becaria Conicyt.

<sup>3</sup> Psiquiatra adulto. Hospital Clínico, Clínica Psiquiátrica, Facultad de Medicina, Universidad de Chile. Becario Conicyt.

<sup>4</sup> Psiquiatra adulto. Escuela de Psicología, Universidad de los Andes.

<sup>5</sup> Médica. Epidemióloga Clínica. Alumna Programa Conjunto de Doctorado en Salud Pública y Especialidad en Psiquiatría Adulto, Escuela de Salud Pública y Clínica Psiquiátrica. Universidad de Chile.

<sup>6</sup> Psiquiatra adulto. Hospital Clínico, Clínica Psiquiátrica, Facultad de Medicina, Universidad de Chile. Facultad de Medicina, Universidad de los Andes.

<sup>7</sup> Psiquiatra adulto. Academic Unit of Psychiatry. University of Bristol. Profesor Visitante. Hospital Clínico, Clínica Psiquiátrica, Facultad de Medicina, Universidad de Chile.

<sup>8</sup> Psiquiatra adulto. Hospital Clínico, Clínica Psiquiátrica, Facultad de Medicina, Universidad de Chile.

la experiencia vivida y sus sugerencias sobre posibles modificaciones al diseño, con la finalidad de generar insumos para elaborar la versión definitiva del taller. La metodología consistió en la realización de grupos focales en cada curso intervenido, centrados en la evaluación de los componentes fundamentales del taller. Los principales resultados fueron que los participantes realizaron una evaluación general positiva del taller, que les pareció acertada la metodología de trabajo grupal y que le asignaron una gran importancia al control disciplinario en las sesiones y al vínculo que establecieron con los monitores. Los aprendizajes más significativos fueron en relación a la técnica de resolución de problemas. El espacio del taller fue valorado también como instancia de comunicación y mejoría de las relaciones interpersonales en los cursos. Las principales conclusiones fueron que el taller muestra una buena aceptación por parte de los participantes, que es importante reforzar el manejo de la disciplina durante las sesiones y que se debe garantizar la calidad del vínculo con los monitores.

**Palabras claves:** adolescentes, depresión adolescente, prevención, intervención escolar, salud mental, estudio cualitativo.

#### ABSTRACT

The study consisted of a qualitative assessment of the pilot version of the workshop "Yo Pienso, Yo Siento, Yo Actúo" ("I think, I feel, I do"). This workshop is intended to prevent depression in adolescents and is based on the cognitive-behavioral approach. The pilot version was carried out in 2008 in four classes of Primero Medio (ninth grade) in two schools of the San Bernardo borough. The objective of the study was to understand the perceptions of students who participated in the pilot workshop on their experience and their suggestions for changes to the design with the objective of generating inputs to produce the final version of the workshop. The methodology included conducting focus groups in each class involved, focusing on the evaluation of the main components of the workshop. The main results were that participants held an overall positive assessment of the workshop; they found group work methodology successful; they attributed great importance to disciplinary control during sessions and to the relationship established with the monitors. The most significant learning was related with the technique of solving problems. The workshop environment was also related as an instance of communication and improvement of interpersonal relationships within the classes. The main findings were that the workshop showed good acceptance by the participants; it is important to strengthen the management of discipline during the sessions and to ensure the quality of the relationship with the monitors.

**Key words:** adolescents, adolescent depression, prevention, school-based intervention, mental health, qualitative research.

## INTRODUCCIÓN

De septiembre a diciembre de 2008 se realizó el taller “Yo Pienso, Yo Siento, Yo Actúo” en su versión piloto en cuatro cursos de Primero Medio, pertenecientes a dos colegios municipalizados de la Comuna de San Bernardo. Este es un taller destinado a prevenir la depresión en escolares. Consta de doce sesiones de 90 minutos cada una, de frecuencia semanal, que se imparten a todo el curso durante el horario escolar. El taller piloto estuvo a cargo de dos profesionales jóvenes en cada curso. Participaron en total ocho profesionales: seis psicólogos (cinco mujeres), un terapeuta ocupacional y una médica. El taller es participativo y cuenta con el apoyo de un multimedia que incluye escenas de películas, de un programa de televisión humorístico y videos creados especialmente para el taller. Muchas de las actividades prácticas se realizan en grupo, con *role-playings* y grandes láminas en las que los alumnos escriben, dibujan y luego presentan al resto del curso.

Para elaborar la versión definitiva de este taller, que se aplicaría en un ensayo clínico randomizado el año 2009 en más de 30 cursos, era importante realizar una evaluación de la aplicación de la versión piloto. Dentro de esta evaluación era muy relevante conocer la visión subjetiva de los adolescentes que habían participado en la versión piloto del taller.

El objetivo propuesto para este estudio fue conocer las percepciones de los estudiantes que participaron en el taller piloto sobre la experiencia vivida y sus sugerencias sobre posibles modificaciones.

## METODOLOGÍA

Considerando que se quería acceder a la perspectiva subjetiva de los estudiantes que participaron en el taller, se realizó un estudio ex-

ploratorio y descriptivo, utilizando metodología cualitativa, mediante grupos focales. Esta metodología está basada en el discurso de los participantes, como un tipo de registro que permite explorar la subjetividad y permite conocer elementos de consenso y significados compartidos de un grupo social<sup>1-2</sup>.

Las principales preguntas que se buscaban responder con esta metodología eran:

1. ¿Qué temas de la intervención resultaron más significativos y cuáles menos para los adolescentes y por qué?
2. ¿Qué actividades o metodologías de la intervención resultaron más atractivas y cuáles menos para los adolescentes y por qué?
3. ¿Qué actividades o metodologías facilitaron o dificultaron la comprensión de los conceptos a trabajar en la intervención por los adolescentes?
4. ¿Qué aspectos relacionados con la interacción grupal facilitaron o dificultaron la participación en la intervención desde el punto de vista de los adolescentes?
5. ¿Qué aspectos de la relación con los monitores facilitaron o dificultaron la participación de los adolescentes en la intervención?
6. ¿Qué sugerencias proponen los estudiantes para futuras aplicaciones del taller?

Tanto la supervisión de los monitores como la observación de las sesiones, otorgaron elementos para plantear que la experiencia vivida por los alumnos y sus percepciones del taller, podrían haber sido muy distintas entre los diferentes cursos. Es por eso que se decidió hacer un grupo focal por curso, es decir, cuatro en total.

Cada colegio se denominó por una letra, A o B, y cada clase se denominó por un número, 1 o 2, de manera que los grupos focales correspondieron a: A1, A2, B1 y B2.

Cada grupo estuvo compuesto por ocho alumnos con igual número de participantes hombres y mujeres.

El guión de entrevista de los grupos focales fue trabajado con el equipo a cargo del diseño del taller y contempló tres dimensiones:

1. Percepción general del taller.
2. Obstáculos y facilitadores del desarrollo del taller.
3. Propuestas de cambio del taller.

Las sesiones de entrevistas mediante grupo focal fueron grabadas en audio y luego transcritas. Se realizó un análisis cualitativo de contenido, con datos codificados mediante el software atlas-ti. Luego de una primera codificación, se procedió a realizar un levantamiento de segundo orden en que las categorías fueron evaluadas de acuerdo a su pertinencia y validez. Las categorías se reorganizaron de manera que la presentación de los resultados fuera lo más concreta posible, con el objeto de apoyar el proceso de evaluación del taller y su implementación.

## RESULTADOS

En el análisis de los datos se logró establecer cuatro categorías principales:

1. Aspectos generales del taller.
2. Metodologías y actividades.
3. Disciplina.
4. Relación con monitores.

Debido a que la percepción general del taller, asociada a su experiencia de participación como curso, fue diferente entre los grupos, se

presentará un breve resumen de las características distintivas de los grupos para contextualizar el discurso de cada uno de ellos. Se han ordenado los grupos para su presentación, desde el que evaluó peor el taller hasta el que lo evaluó mejor.

El grupo B1 presenta una evaluación regular del taller en términos de aprendizajes y en relación con el vínculo con los monitores. Se une a ello la percepción de haber sido presionados por las autoridades del colegio para participar en el taller y de un fuerte conflicto disciplinario a lo largo de las sesiones programadas.

El grupo B2 también percibe que el curso tuvo dificultades disciplinarias, sin embargo, valora claramente los aprendizajes obtenidos en el taller. Este grupo presentó una mejor relación con los monitores que el B1.

El grupo A1 percibe que hubo algunos conflictos normativos, sobre todo al inicio. Este grupo valora los aprendizajes y manifiesta haber logrado un buen vínculo con los monitores.

El grupo A2 refiere haber tenido un excelente vínculo con los monitores y una relación sin conflictos normativos. Los participantes valoran los aprendizajes adquiridos y los procesos grupales generados en el taller.

Los resultados serán ilustrados con algunas citas. En las citas E, se refiere a una intervención hecha por el entrevistador. Se utiliza para las intervenciones de los alumnos M cuando fue hecha por una mujer y H cuando fue hecha por un hombre.

### 1. Aspectos generales del taller

El taller fue evaluado de maneras diversas dependiendo del colegio y del curso específico de los participantes de los grupos focales. Tanto el contexto institucional como el desempeño de

los monitores influyeron significativamente en la valoración del taller.

En el colegio B, los estudiantes de un curso manifiestan haber sido presionados para realizar el taller, lo que influyó negativamente en la participación. En ese colegio hubo mayores conflictos disciplinarios que dificultaron el desarrollo de los talleres.

En el colegio A, en cambio, los conflictos disciplinarios no afectaban el desarrollo de los talleres. Se presentó una situación puntual de conflicto normativo a nivel institucional que fue enfrentada adecuadamente por los monitores. El desempeño de los monitores fue bien evaluado y los estudiantes manifestaron haber tenido aprendizajes significativos como curso. La evaluación general del taller es positiva.

En relación al significado atribuido al taller, todos los grupos presentaron la expectativa de un espacio desarrollo personal, asociado a la comunicación espontánea y a lo terapéutico. Esta imagen influye fuertemente a la hora de evaluar el taller.

Por otro lado, los grupos que más valoran la experiencia de los talleres dan una gran importancia a la sociabilidad generada y a lo entretenido de las actividades, lo que sería diferente a las experiencias escolares.

Participar en el taller es visto como un espacio para generar y elaborar positivamente relaciones de amistad y hasta de pololeo. Está la imagen de participación generalizada en el taller y que éste fue un espacio de unión, pues se relacionaban grupos que antes no lo hacían.

Otro aspecto valorado en el grupo A1 tuvo que ver con el desarrollo de la confianza y generar un clima agradable y distendido como curso y con los monitores.

*“E ¿En qué sentido (las sesiones eran) entretenidas?”*

*H Que todos tiraban tallas.*

*H Al principio sin las tías y después las conocimos más, tirábamos tallas con las tías” (Grupo A1).*

En relación a la finalidad del taller, algunos alumnos reconocen que el objetivo del taller es enseñar más que entretener, pero al mismo tiempo creen que se pueden dar las dos cosas.

*“H Lo que pasa es que el fin del taller no era entretener, era enseñar.*

*E ¿Y eso significa que se cumplió el fin?”*

*H Sí, porque aprendimos harto.*

*E ¿Pero fue entretenido al mismo tiempo?”*

*H Sí, fue entretenido y aprendimos” (Grupo A2).*

## 2. Metodologías y actividades

En todos los cursos aparece la valoración hacia el trabajo grupal.

*“H Individualmente no habría sido tan bueno porque estamos aislados, en cambio en el grupo tienes la opinión del otro. Si te equivocabas en algo, el otro te decía: no, mejor escribe esto.*

*H Habían más opiniones para escribir en el papelógrafo” (Grupo A1).*

Sin embargo, hay que considerar que hay grupos que les cuesta más ponerse de acuerdo que a otros y que se producen conflictos cuando alguien no quiere participar.

Cuando los grupos de trabajo en el taller los escogen los mismos alumnos, esto tendría la ventaja de que los participantes lograrían mayor confianza entre ellos y llegarían fácilmente

a acuerdo. Las desventajas que, aparentemente, esto podría significar serían que se reproducirían las dinámicas de los otros espacios escolares y que se dificultaría el intercambio y la integración entre los participantes.

Por otro lado, en la experiencia del grupo B1, si bien se intentó que los grupos se mezclaran aleatoriamente, hubo resistencia de parte de los estudiantes y esto no se logró en todos los casos, y cuando se logró, según los estudiantes, no fue una experiencia fluida.

En el curso A1 se agruparon por afinidad. A medida que transcurría el taller, se fue generando más confianza entre ellos y con el resto de los grupos. En este grupo valoran el haber generado un clima lúdico entre amigos que incluso permitía superar diferencias que surgían en otros espacios escolares.

Por otra parte, según refieren los estudiantes, el formar grupos mixtos atenuaría las bromas de los estudiantes hombres y aumentaría el espectro de temas de conversación de hombres y mujeres.

En relación a las metodologías audiovisuales, los participantes recuerdan los videos con bastante detalle como también los aprendizajes con los que se relacionan. Creen que es una buena metodología y que puede resultar entretenida. Sin embargo, critican que se presenten las mismas escenas en más de una ocasión, que no se aprovechen para una mayor participación, que haya personajes y situaciones lejanas a ellos y que la calidad del audio no sea la adecuada. Lo predecible o repetitivo de la actividad hace que se desmotiven y no presten atención. También proponen que ellos mismos podrían hacer videos.

Los alumnos valoran las actuaciones (dramatizaciones) por ser actividades interactivas, lo que las hace entretenidas. Reconocen dificul-

tades para realizarlas por vergüenza y temor a equivocarse y a las burlas de los compañeros. No todos los alumnos ni todos los grupos actuaron. Con la ayuda de los monitores en los grupos del colegio A, los participantes refieren que lograron ir ganando confianza y perciben como un aporte del taller el haber logrado desarrollar "más personalidad". Refieren que había poco tiempo para preparar las actuaciones. Creen que si hay alumnos que se atreven a actuar, los otros se pueden entusiasmar. Proponen que las actividades de actuación no sean las primeras sesiones, para que los participantes entren gradualmente en confianza..

### 3. Disciplina

En general, hubo problemas de disciplina en todos los grupos, excepto en el grupo A2. En este grupo los alumnos perciben que sólo se dio un problema menor en la primera sesión durante el juego del "enredo de brazos", en que en uno de los grupos, los alumnos se empujaron.

Los problemas de disciplina más frecuentes fueron desorden, poca atención a las instrucciones y a la presentación de las actividades, burlas a los compañeros mientras presentaban, escribir groserías e insultos en los posters y manuales. En los grupos del colegio B los problemas de disciplina se mantuvieron durante todo el taller. En el grupo B2 hubo una pelea física entre dos compañeros en la primera sesión. En el grupo A1 se perdieron unos libros de la biblioteca, que era el lugar donde se hacía el taller. En este mismo grupo la disciplina fue mejorando a medida que avanzó el taller.

Según lo relatado en los grupos focales, los problemas de disciplina se dieron en muchos casos en grupos de hombres que se motivan más con actividades más físicas, también señalan que se dieron casos de grupos de mujeres que durante las sesiones conversaban, se "ponían al día" de lo que había ocurrido el fin de semana y se ma-

quillaban. Además hubo situaciones de conflicto puntuales con los grupos que habitualmente “se sientan atrás” de la sala. Los grupos de hombres con baja motivación por el taller tienden a ser más disruptivos. Cuando los grupos son mixtos, habría más posibilidades de que la disciplina mejore. Si las actividades fueran lo suficientemente interesantes y entretenidas, también se lograría una mejor disciplina.

*“M Serían más disciplinados si fuera algo que a uno de verdad le interesara, porque se quedarían piola, pero como es algo que a ellos no les interesa y como a ellos no les gusta actuar, no les gusta hacer nada, entonces no se motivan.*

*E ¿Y qué habría que hacer?*

*M ...si se hubieran dado cuenta que las actividades eran bacanes, igual aunque no hubiera sido de su gusto...pero algo entretenido, igual hubieran participado” (Grupo B1).*

#### 4. Relación con monitores

En general, la relación con los monitores fue buena. El nivel de cercanía influye en gran medida en la evaluación del taller. Este nivel va desde una relación descrita como de “sin mala onda” pero distante en el grupo B1, hasta una relación cercana y horizontal en el A2.

En el grupo B1, los alumnos describen la relación con los monitores basada principalmente en la entrega de conocimientos y condicionada por la necesidad de poner disciplina en el curso. Las expectativas de los alumnos eran de una relación más cercana, lo que creen habría sido un factor favorable para el desarrollo del taller.

En el grupo A2, los alumnos describen una relación cercana con los monitores que permitió una confianza con ellos desde el principio del taller. En este grupo, los alumnos también ven a los monitores como un apoyo para realizar

las actividades que les cuestan más y para favorecer la participación. Las actividades resultan comprensibles y a la vez entretenidas. Describen a los monitores en una relación más horizontal, donde los alumnos se sienten tratados todos por igual y, por lo tanto, ellos creen que esto hace que no sea necesario imponer la disciplina, sino que ésta surge espontáneamente desde los mismos alumnos.

*“E ¿Es lo mismo que pasa en las clase de ustedes?*

*M (no) es que ahí todos nos llevábamos bien con los tíos, en cambio en las clases uno nunca se lleva bien con todos sus profesores o las profesoras nunca nos tratan igual, en cambio los tíos nos trataban igual a todos, éramos todos iguales...” (Grupo A2).*

#### CONCLUSIONES

El objetivo del análisis fue generar conocimientos acerca de las representaciones que tienen los estudiantes sobre su participación en el taller “Yo Pienso, Yo Siento, Yo Actúo”, para así poder realizar las modificaciones o ajustes al diseño que se consideraran pertinentes.

En relación a la utilidad del taller, es significativo que varios grupos manifiestan la convicción de haber logrado cambios por su participación en el taller, principalmente a nivel de enfrentamiento de problemas, valorando las sesiones donde aprendieron sobre el tema. También refieren que el taller les fue útil para “pensar positivo” y subir la autoestima.

El trabajo en grupo es valorado por todos los cursos. Consideran que les es más difícil trabajar solos que en grupo. La forma en que los grupos se constituyeron varió de acuerdo al curso. En algunos casos se agruparon por afinidad, en otros se mantuvieron grupos anteriores al taller y hubo casos de constitución al azar por los monitores.

Los horarios asignados por las instituciones escolares para los talleres, son vistos como obstaculizadores porque a veces rompen las rutinas de los estudiantes o implican mayor tiempo de permanencia en la escuela. Podría ser conveniente una puesta de acuerdo entre la institución, los monitores y los estudiantes antes de empezar la sesión. En caso de no ser posible, contemplar unos minutos al inicio para conocer la opinión de los estudiantes sobre este tema y poder abordar esa percepción inicial durante el desarrollo del taller.

En algunos cursos el desorden habría sido un grave obstaculizador del funcionamiento del taller. Cabe recordar que el taller se implementa en los cursos completos con promedio de 40 alumnos en la sala, lo que dificulta generar procesos de autocontrol.

Por otro lado, la obligatoriedad de participar en el taller puede influir negativamente en la disciplina, como se manifestó en uno de los grupos. En este caso los estudiantes refieren haberse sentido presionados a participar y que eso los desmotivó desde el inicio y, a su vez, esto habría llevado a un mayor desorden.

En otros casos, en cursos que evalúan mejor el taller, un cierto nivel de desorden y bromas es percibido como un elemento lúdico que favorecería el desarrollo del taller.

Entre las sugerencias planteadas por los estudiantes para asegurar la disciplina en el taller, está la asistencia voluntaria a los talleres. En tanto, sugieren la posibilidad de asignar un tiempo para conversación libre, de manera de satisfacer el deseo de intercambio entre los grupos. Algunos estudiantes sugieren que los grupos de trabajo mixto resultan mejor porque el desorden se atenúa.

La relación con los monitores en algunos casos aparece como clave en la evaluación de las ac-

tividades. Se describe, por ejemplo, un proceso paulatino de compromiso con la actividad a medida que aumenta la confianza en los monitores.

Existe la percepción, entre diversos estudiantes, de que una actitud distante de parte de los monitores obstaculiza el desarrollo del taller. El trato autoritario, irrespetuoso, con falta de preocupación por los alumnos, ya sea de los monitores o de cualquier docente, generaría un comportamiento rebelde y mayor desorden.

Vale la pena rescatar la experiencia exitosa de un curso respecto a la disciplina, sin que los monitores asumieran un rol de control externo. Al parecer en esto, además de las características previas del curso, influyó el vínculo cercano generado por los monitores. Finalmente, para mejorar este aspecto se sugirió agregar otro facilitador al trabajo del taller, para contener mejor el comportamiento del curso.

Respecto a los contenidos y la estrategia de enseñanza, en ambos liceos critican el carácter repetitivo de algunas sesiones, que reiteran contenidos o actividades. Esto resultaría más complejo de modificar porque tiene relación con el diseño metodológico y los objetivos de aprendizaje de los talleres. Por otro lado, en uno de los cursos más exitosos, se valora significativamente el espacio de repaso de la sesión anterior al momento de inicio, lo que además ayuda a ponerse al día a los alumnos que han faltado.

Las presentaciones ante el curso generan cierta ambivalencia pues en la práctica al principio les cuesta participar por el miedo a la burla, por otra parte valoran que les permiten desarrollar "más personalidad", al tiempo que aprecian el desafío de atreverse y aprender a representar y exponer en público. Al respecto algunos proponen empezar, en las primeras sesiones por actividades menos expuestas y luego hacer presentaciones.



El uso de videos en el taller fue bien valorado en general. Prefieren aquellos que involucran temáticas y personajes similares a ellos, adolescentes y escolares, que aparecen en algunas de las sesiones programadas del taller. Esta idea estaba presente en el diseño inicial del taller pensando en que podría ser más valorado.

Un aspecto inesperado es la concepción del taller como un espacio formativo, de aprendizaje integral, donde se podría desarrollar habilidades generales como la capacidad de expresión. Se observa una fuerte expectativa y valoración del taller como espacio para desarrollar procesos de intercambio y generar cambios en las relaciones sociales al interior del curso. La mejor evaluación de las actividades coincide con la percepción de mayor desarrollo de relaciones interpersonales y grupales durante el taller.

Otra expectativa frecuente es que el taller sea un espacio de desarrollo personal. Incluso hay casos en que esperan recibir apoyo psicológico individual, lo cual es asociado al rol que pueden desempeñar o han desempeñado los monitores.

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Basch R, Kitzinger J. Developing Focus Group Research: Politics, theory and practice. Ed. Sage, London, 1999.
2. Krueger R. Focus group. A practical guide for applied research. Ed. Thousand Oaks-Sage, California, 1994.

DIRECCIÓN POSTAL  
Antr. Rodrigo Sepúlveda P.  
Escuela de Terapia Ocupacional, Facultad de  
Medicina, Universidad de Chile  
Avda. Independencia 1027, Independencia,  
Santiago, Chile  
**rsepulve@med.uchile.cl**