



Acuña M. Marcela y Alvarado T. Aída. (2001). Programa de capacitación dirigida a docentes sobre el reconocimiento y manejo del estrés, la autoestima y sus implicaciones en el niño(a) preescolar. Práctica Dirigida de Graduación para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería. Universidad de Costa Rica.

RESUMEN

Introducción. En cada etapa de la vida, las personas llevan internamente expectativas, imperativos, presiones, que se conjugan con las funciones, los roles, las relaciones con otros, sus logros así como la respuesta a los hechos de su cotidianidad.

Para fortalecer el óptimo desarrollo de los factores personales, el adulto (a) que experimenta el autoconocimiento y que descubre la importancia de validar los sentimientos debe iniciar en los niños (as) una educación que contemple el abordaje de las emociones.

Una de las alternativas para conseguir que el niño (a) fortalezca esos factores, es llevar a la práctica programas educativos multidisciplinarios, con un enfoque integral, que sea dirigido a las (los) docentes que son quienes trabajarán directamente con ellos (ellas).

Objetivo. Crear una propuesta que consista en desarrollar destrezas en el manejo y reconocimiento del estrés y la autoestima del niño (a) preescolar, por parte de las (los) educadoras (es) mediante un programa de capacitación participativa guiado por enfermeras que optan por su licenciatura en Enfermería con énfasis en Salud Mental y Psiquiatría, esto con el fin de apoyar su adiestramiento en actividades de Salud Mental, que contribuya a condiciones de vida más favorables para el niño y la niña.

Metodología. Modalidad práctica dirigida de tipo participativa. Se diseñó un programa de capacitación titulado "Reconocimiento y manejo del estrés y la autoestima en el niño (a) preescolar", se dirigió a maestros de educación preescolar, del Centro Flora Chacón (público) ubicado en el cantón de Goicoechea. La práctica se dirigió a las docentes de preescolar que trabajan con niños(as) de 5.3 años a 6.3 años, quienes atraviesan por un período importante para su desarrollo emocional que más tarde reflejaran en su vida adulta.

Resultado. Se observó en las docentes participantes la necesidad de contar con mayor información en el ámbito de salud mental. Se recomienda la existencia de una profesional en el campo, que atienda las necesidades tanto físicas como mentales del personal que labora en los centros como la de los niños (as), favoreciendo la promoción y prevención de la salud. Se logró identificar las experiencias personales de las docentes en relación con los temas de estrés y autoestima, elaborándose, ejecutándose y evaluándose el programa de capacitación, alcanzándose los objetivos propuestos del taller.

Conclusión. Este taller produce un primer acercamiento a la comprensión de cómo el área de la salud, a través del trabajo multidisciplinario con la educación formal y desde el preescolar, ayude a que el niño(a) alcance una mejor calidad en su salud mental. Lo que conlleve a mejorar la autoestima, la tolerancia a la frustración, el manejo del estrés, contribuyendo a disminuir los problemas de la sociedad actual, como los efectos negativos de la deserción en el sistema educativo, la violencia, la delincuencia, el uso de sustancias tóxicas entre otros.

Descriptor: Manejo del estrés, reconocimiento del estrés, Autoestima, Preescolar, Capacitación educadores.

