

CAPÍTULO 4

**Salud mental de jóvenes
universitarios que trabajan
en equipos interdisciplinarios**

Ezequiel Franco Salazar

CAPÍTULO 4

Salud mental de jóvenes universitarios que trabajan en equipos interdisciplinarios

Pontificia Universidad Javeriana - Cali

Ezequiel Franco Salazar

<https://orcid.org/0000-0003-0216-8272>

Resumen

El Centro de Bienestar en articulación con la Facultad de Ingeniería y la oficina de Investigación Innovación y Emprendimiento brinda capacitaciones a equipos interdisciplinarios de estudiantes sobre la metodología de innovación Triz². Un ingeniero, un diseñador y un psicólogo son los capacitadores del curso, allí se trabajan temas propios de la metodología de innovación Triz, intercalados con temas de trabajo en equipo como integración, comunicación, inercia mental, confianza y resolución de problemas. Este curso es un esfuerzo conjunto de trabajo articulado entre la academia y el Centro de Bienestar, es una estrategia novedosa para trabajar temas de promoción de la salud desde un ámbito académico.

A la Facultad de Ingeniería le interesa favorecer la innovación por medio del aprendizaje de la metodología Triz y al Centro de Bienestar favorecer la salud mental de los jóvenes universitarios por medio del tema de trabajo en equipo. ¿Cuál es la importancia del tema de trabajo en equipo en los jóvenes universitarios?. Los jóvenes universitarios (adultos emergentes 18-30 años) presentan variedad de retos personales, familiares y sociales, asociados a su ciclo de vida actual y sus transiciones. Sus dificultades se evidencian en la relación con el otro cuando se trabaja en equipos interdisciplinarios,

² Triz, metodología de solución de problemas inventivos.

pues estos equipos se convierten en el escenario de manifestación, movilización y, en algunos casos, de solución de los conflictos. La diversidad de integrantes, disciplinas y roles, presentan un ambiente propicio de expresión para los jóvenes. El curso de Triz es un escenario de desarrollo personal desde un contexto académico.

Palabras clave: Adultos emergentes, Trabajo en equipo, Salud mental.

Importancia del trabajo en equipo en los jóvenes

En mi experiencia como estudiante universitario tuve la oportunidad de hacer parte de varios equipos interdisciplinarios y siempre me llamaron la atención las dinámicas, intereses, actitudes, dificultades y soluciones que se daban en ellos. Sin embargo, lo más interesante ocurría en mí, pues sentía que pertenecer al equipo, hacer parte de su cotidianidad y de sus dinámicas favorecía mi confianza, seguridad y autoestima.

Este interés me ha acompañado en mi vida laboral y alcanzó otro escenario con mi ingreso, hace 14 años, a la Pontificia Universidad Javeriana Cali, en donde mi trabajo ha estado orientado a la comunidad educativa, especialmente a jóvenes universitarios. He tenido la oportunidad de desarrollar talleres de trabajo en equipo con jóvenes de todas las carreras y semestres: equipos constituidos, como los grupos representativos del Centro de Expresión Cultural³, Centro Deportivo⁴, y equipos circunstanciales, particularmente de innovación y diseño de producto; en cursos, como el ME310⁵; proyecto síntesis⁶; proyectos

3 Talleres realizados con el grupo de teatro, el coro y el grupo de rock.

4 Talleres realizados con los grupos representativos de fútbol, fútbol sala, baloncesto, rugby, ultimate, voleibol, tenis de campo, tenis de mesa, waterpolo y equipo de natación.

5 El ME310 es un curso internacional de innovación por diseño realizado por la Pontificia Universidad Javeriana en alianza con Stanford University.

6 Proyecto de semestre donde estudiantes de Ingeniería y de otra facultad desarrollan una solución interdisciplinar a un problema.

como Andar (Facultad de Ingeniería), TRIZ⁷ y Rat relay⁸ entre otros.

En este recorrido, he compartido con jóvenes que se encuentran en un momento fundamental de su vida. Corresponden a lo que el profesor Arnett (2008) denomina adultos emergentes. El término *adultez emergente (emerging adulthood)* se refiere al periodo entre los 18 y los 30 años, que se caracteriza por 5 aspectos:

En primer lugar, la búsqueda de identidad. Los jóvenes emergentes están buscando su identidad desde diferentes ámbitos, como el académico, laboral o relacional afectivo. Establecen relaciones con sus pares, confrontando sus ideas y sus estéticas.

En segundo lugar, es una etapa de gran inestabilidad en la que los cambios son una constante. En el caso de los universitarios, el establecimiento de nuevos grupos de amigos, el inicio de relaciones de pareja, la transición de su ciclo vital y las exigencias académicas e institucionales hacen que el joven esté viviendo constantes cambios. Por otra parte, hay una exigencia familiar e institucional⁹ de mayor autonomía y responsabilidad.

En tercer lugar, es una etapa de gran libertad en la que los jóvenes se centran en ellos, dejando de lado la necesidad de responder a las exigencias de sus padres. Los adultos emergentes requieren ajustes en sus vínculos y comunicación con sus padres, se hacen

7 Triz es una metodología para la solución de problemas inventivos, se han desarrollado talleres con diferentes empresas e instancias de la Pontificia Universidad Javeriana Cali.

8 El Rap Relay es una maratón de diseño que recoge problemas de 8 ciudades de 6 países, cada ciudad recibe el problema de otra y realiza una tarea para su solución durante 6 horas, luego pasa los resultados a otra ciudad que repite el proceso con una tarea diferente y a su vez recibe un problema nuevo, son 6 rotaciones para un total de 36 horas donde equipos interdisciplinarios de estudiantes trabajan en línea.

9 En la Pontificia Universidad Javeriana en el momento de ingreso e inducción de estudiantes se menciona que se espera de ellos.

más autónomos, Arnett (2008) afirma “se alejan inexorablemente de sus familias rumbo a un mundo más amplio y crean nuevos apegos fuera de la familia” (p.193). El grupo de pares y las relaciones de pareja se convierten en el foco de apego.

En cuarto lugar, son unos años en los que se está en tierra de nadie (*feeling in between*). La mayoría de los jóvenes ni se consideran adolescentes, por tener más de 18 años, ni tampoco personas adultas, al no haber adquirido las responsabilidades e independencia que exige la madurez. Es un periodo inexplorado que es necesario comprender teniendo en cuenta los contextos socioculturales en los que viven los jóvenes.

Por último, la quinta característica es una etapa de posibilidades. Ellos creen en el cumplimiento de todos sus proyectos y que sueños son posibles, pese a que sus sueños no correspondan con las acciones que realizan a diario. Por ejemplo, quieren ser exitosos académicamente, pero no estudian lo requerido para cumplir este propósito, sin embargo, no ponen en duda su realización.

El panorama nos muestra un adulto emergente con una variedad de retos en su desarrollo psicológico y social. La universidad¹⁰ y sus actividades curriculares y extracurriculares, le proporcionan al joven diversos ambientes de desarrollo.

10 La Universidad hace referencia a la Pontificia Universidad Javeriana Cali.

Trabajo en equipos interdisciplinarios. Escenario para los adultos emergentes

El joven permanece de 4 a 6 años en la universidad, donde tiene múltiples oportunidades de trabajar en equipo. Desde los equipos para trabajos específicos de clase, como los grupos representativos culturales y deportivos, entre otros. La universidad, que está interesada en favorecer la participación estudiantil, la entiende como “una forma de intervención que les permite a los individuos reconocerse y ser reconocidos como actores dentro de una determinada sociedad”¹¹.

Los diversos escenarios de trabajo universitarios¹² proporcionan al joven el espacio para interactuar con otro, manifestar y actuar sus dificultades e inestabilidades, seguir construyendo su identidad y soñar con sus posibilidades en un ámbito de trabajo en equipo, interdisciplinaria e innovación.

En estos escenarios los jóvenes expresan y vivencian sus sentimientos, emociones y pensamientos sobre sí mismos, todo esto dinamizado en la relación con los demás del equipo, sus reglas y sus objetivos. Como señala Surdo (1998) “La magia del trabajo en equipo reside en su sinergia, en ese concurso activo y concertado de relaciones interpersonales que tienen una función (p. 221).

Para muchos jóvenes, trabajar en equipo es un problema. El tiempo de reunión, la asignación de tareas, los problemas de comunicación

11 “La Participación de Estudiantes en la Vida Universitaria Javeriana: Políticas del consejo directivo universitario. Bogotá, abril 3 de 2002”. En separata de hoy en la vida Javeriana abril de 2002

12 El curso ME310; proyecto síntesis, en la carrera de Ingeniería Electrónica; cursos con metodologías de innovación, como Triz y Design Thinking, en una plataforma como el Design Factory o en la formación que conlleva el concurso Ideas Domum, entre otros.

y los incumplimientos de las responsabilidades individuales, hacen que la opción preferida sea evitar trabajar con otros. Blake (1989) afirma “Crear equipos implica acción deliberada para identificar barreras y derribarlas, y cambiar comportamientos indeseables por otros que puedan llevar a un desempeño óptimo (p. 5). Las diferentes disciplinas profesionales, cuando confluyen en un solo propósito, se enriquecen mutuamente, en la calidad e innovación de las ideas. También en lo personal, aspecto que debe ser investigado.

Adultos emergentes y salud mental

La OMS define salud mental como un estado de bienestar en el que el individuo es consciente de sus propias capacidades. Puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

El adulto emergente vive la búsqueda de su identidad en la vivencia de sus inestabilidades y cambios. No tiene afianzadas sus capacidades, lo cual afecta la forma en que afronta las dificultades. Se siente libre y capaz de cumplir todo lo que se propone. Sin embargo, todo está por hacerse, en un ámbito de ambigüedad propio de su etapa. El adulto emergente necesita escenarios para desarrollar sus capacidades, ajustar sus incertidumbres y regular sus deseos. En otras palabras, necesita escenarios para continuar su desarrollo teniendo como interlocutor a un otro. Un escenario posible es el ámbito que proporciona el trabajo en equipos interdisciplinarios. Si se parte de la hipótesis que el equipo interdisciplinario es escenario de desarrollo para los adultos emergentes y que esto contribuye a su salud mental de forma positiva.

Promoción de la salud desde contextos académicos

Teniendo en cuenta lo anterior, donde se identifican las problemáticas actuales que viven los jóvenes universitarios y se reconoce el trabajo en equipo como un espacio de interacción para expresar y solucionar algunas de estas dificultades, se puede hacer la siguiente pregunta ¿Cómo intervenir en las problemáticas de los jóvenes desde el tema de trabajo en equipo? Se puede pensar en una estrategia de intervención enfocando el tema de trabajo en equipo como un potencial dinamizador del desarrollo de los adolescentes, para ello tradicionalmente se puede brindar talleres de trabajo en equipo abiertos a los estudiantes, lo cual es una actividad tradicional, sin embargo, cuando se ha realizado de esta forma el tema no resulta atractivo para los jóvenes y la participación es baja.

Si se piensa que el tema de trabajo en equipo hace parte de la dinámica académica cotidiana, encontramos que los jóvenes deben trabajar con otros todo el tiempo en el contexto universitario y allí viven sus conflictos sin tener consciencia de los procesos de interacción que realizan y sus efectos. Es lógico pensar que los resultados de estas interacciones generan choques y conflictos que pueden afectar el estado de ánimo de los jóvenes y finalmente su rendimiento académico.

Por ello, pensar en encontrar una vinculación con la parte académica y poder desarrollar contenidos de trabajo en equipo que le aporten al desarrollo de los jóvenes, se presenta como una alternativa diferente.

Cuando se piensa en promoción de la salud en el ámbito universitario se piensa en las áreas de bienestar universitario como las entidades responsables de esta tarea, versus la parte académica que como su nombre lo indica se encarga de la enseñanza del

conocimiento formal disciplinar, pareciera, que cada dependencia tiene un propósito establecido donde la única coincidencia es que ambas tienen como usuario principal los estudiantes.

Pensar en un modelo donde ambos actores (académica y bienestar) puedan encontrar un punto de convergencia que permita el cumplimiento de la misión de cada dependencia, pero que, a su vez, se fortalezcan mutuamente potenciando esta finalidad, parece un sueño, históricamente no parece una unión natural, deben ocurrir varios escenarios para que esto pueda ser posible:

- Que cada dependencia reconozca el saber del otro.
- Identificación de un tema donde ambos saberes confluyan.
- Reconocer las ventajas del trabajo articulado entre dependencias.
- Apertura de pensamiento y disposición de trabajo articulado.
- Trabajar decididamente con tiempos, responsabilidades y recursos definidos.
- Definir un resultado.

Una vez se cumplen estos aspectos, la alianza parece natural y necesaria.

Curso TRIZ

Este curso se está realizando desde hace 7 años, la alianza entre diferentes dependencias que aportan los siguientes profesionales: psicólogo, ingeniero y diseñador, surgió de manera fortuita, cuando se inició el primer curso en el año 2010, desde la Facultad de ingeniería se pidió apoyo al Centro de Bienestar, para solucionar un problema de trabajo en equipo que tenían los profesionales que estaban diseñando la capacitación, fruto de los resultados positivos de esta intervención se planteó la opción de llevar las actividades y el tema de trabajo en equipo al curso. Los resultados fueron evidentes

en términos de dinámica grupal, sinergia entre los participantes y calidad de ideas desde las primeras experiencias, por tanto, quedó el elemento de trabajo en equipo como fundamental del curso Triz, con el paso del tiempo se convirtió en un aspecto diferenciador de otras propuestas de capacitación en innovación.

El curso-taller de la Teoría de Solución de Problemas Inventivos TRIZ, es un conjunto de técnicas de aproximación sistémica a los problemas y de búsqueda convergente de soluciones efectivas. Al apoyarse en el conocimiento acumulado del trabajo de los inventores, la revisión de patentes, la aplicación de las leyes naturales y una adecuada estrategia de trabajo en equipo, el proceso se vuelve estructurado y eficiente en la solución de problemas. Estas características, hacen que TRIZ sea utilizada en la mayoría de las empresas más importantes del mundo.

Está dirigido a profesionales y estudiantes de cualquier disciplina que se enfrenten a la solución de problemas técnicos, tiene como objetivo aplicar las técnicas TRIZ para obtener soluciones innovadoras, con base en el conocimiento científico, para aquellos problemas que se plantean en la actualidad industrial dentro de una dinámica competitiva. Su metodología consiste en sesiones teórico-prácticas en las que se discutirán los conceptos con talleres de aplicación grupal, tiene una duración de 20 horas.

Los contenidos son los siguientes:

1. La importancia del trabajo en equipo.

- Requisitos básicos en la conformación de equipos de trabajo (integración, reconocimiento del otro, respeto).
- Identificación de posibilidades y dificultades tanto individuales como colectivas (comunicación, inercia mental).

- El impacto de las referencias afectivas en el desempeño de los equipos de trabajo (resolución de conflictos, ideación, innovación).

2. Nociones esenciales TRIZ

- Sobre los conceptos de creatividad.
- La importancia del usuario en el proceso de análisis y solución de problemas en la empresa.
- Fuentes de referencia del trabajo de G. Altshuller.
- Las leyes de evolución de los sistemas técnicos.
- Herramientas de análisis y solución de problemas con TRIZ.

3. El análisis sistémico de problemas con la técnica de las Nueve Ventanas.

- Identificación de la función principal de un sistema técnico.
- Interpretación sistémica y evolutiva de las nueve ventanas.
- Aplicación de las nueve ventanas en el análisis de un problema técnico.
- Extracción de contradicciones de un problema a partir de las nueve ventanas.

4. La técnica de la Matriz de Contradicciones para la solución de problemas técnicos.

- Identificación de los parámetros TRIZ.
- Identificación de los principios TRIZ.
- Planteamiento de las contradicciones de un problema técnico en lenguaje TRIZ.
- La obtención de Principios TRIZ por medio de la matriz de contradicciones.
- Generación de ideas aplicando los principios TRIZ.

Resultados y discusión

Actualmente el taller Triz, se ha dictado en 15 ocasiones con grupos de entre 20 y 30 estudiantes y profesionales, las actividades académicas y de trabajo en equipo son organizadas de manera alternada en diferentes momentos del taller, iniciando con actividades de integración y reconocimiento del otro. La respuesta de los participantes es favorable debido que muestran una mejor disposición a las actividades robustas de la metodología, y generan dinámicas de trabajo en equipo y colaboración que favorecen la innovación.

La discusión de conquistar nuevos escenarios para hacer promoción y prevención de la salud, siempre será sometido a la crítica, en nuestro caso, qué tanto el curso es académico, qué tanto es de promoción de la salud, es una tensión presente y que debe continuarse evaluando. Esta estrategia nos invita a movernos de nuestro lugar, de nuestros servicios cotidianos, de nuestra seguridad, de nuestro saber para incursionar en el camino de la incertidumbre, pero con la claridad de tener un faro, brindarle a nuestros estudiantes escenarios para su desarrollo psicológico correspondiente con su etapa de vida, por medio del trabajo en equipo desde un contexto académico, valorando el trabajo con otros como un camino de expresión y solución de conflictos, lo cual aporta a la salud mental de los jóvenes y al bienestar de la comunidad en general.

Conclusiones

El trabajo articulado desde los ámbitos académicos y de bienestar, abre un nuevo escenario de intervención en promoción y prevención de la salud.

Los jóvenes universitarios (adultos emergentes 18-30 años) reflejan sus dificultades en la relación con el otro, trabajar en equipos interdisciplinarios es una oportunidad para ellos de movilización y solución de los conflictos, es importante abrir diferentes escenarios que permitan la expresión de los jóvenes. Esto permite identificar dificultades a tiempo y poder intervenir en ellas.

La diversidad de integrantes, disciplinas y roles del trabajo interdisciplinario presenta un ambiente propicio de expresión para los jóvenes. El curso de Triz, es un escenario de desarrollo personal desde un contexto académico al incluir en su dinámica y contenidos, el trabajar en equipo.

Referencias Bibliográficas

Arnett J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente*. México: Pearson Educación.

“La Participación de los Estudiantes en la Vida Universitaria Javeriana: Políticas del Consejo Directivo Universitario. Bogotá, abril 3 de 2002”. En: Separata de Hoy en la Javeriana, abril de 2002.

Blake, R. y Mouton, (1989). *Como trabajar en equipo*. Bogotá. Carvajal S.A.

OMS (2013). *Salud mental: Un estado de bienestar*. Recuperado de http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

Surdo E. (2008). *La magia de trabajar en equipo*. Buenos aires: Ediciones Granica S.A Universidad Empresarial Siglo 21.