



**- UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL -  
, UNIDAD AJUSCO ,**

ESTRATEGIAS DE ORIENTACIÓN PEDAGÓGICAS DIRIGIDAS A PADRES DE  
FAMILIA PARA PREVENIR EL USO DE SUSTANCIAS ADICTIVAS (ALCOHOL  
Y TABACO) EN ALUMNOS DE SECUNDARIA.

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

P R E S E N T A

MARTHA EUGENIA ESTÉVEZ SÁNCHEZ

**ASESORA: SONIA LORENA ESPERÓN LORENZANA**

MÉXICO D.F. 2009

# AGRADECIMIENTOS

## **A Dios:**

Gracias padre mío por haberme dado la vida, y por haber marcado los caminos que tu designaste para mí, por tomarme de tu mano y vencer todos los obstáculos.  
Gracias por haberme dado la sabiduría y la fortaleza para terminar esta tesis.

## **A Claudia Isadora:**

Gracias hija mía por haberme dejado tu valentía y perseverancia que me dieron la fuerza que necesitaba para seguir adelante, gracias mi amor por todo lo que me enseñaste, siempre estarás en mi corazón.

## **A la Universidad Pedagógica Nacional:**

Por abrirme sus puertas y por todos los conocimientos que adquirí para llegar a hacer una profesionista exitosa.

## **A mis profesores:**

Gracias a todos ellos por sus enseñanzas.

**Asesora:** Profa. Sonia Lorena Esperón Lorenzana, por brindarme su tiempo y sus conocimientos para la elaboración de esta tesis.

# DEDICATORIAS

## **A mis hijos:**

Claudia Isadora, Martha Michell, José Luis, y Victor Hugo por su apoyo y comprensión y por ser el motor de mi vida, ya que son ustedes lo mas preciado que Dios me dio en esta tierra.

## **A mi esposo:**

Por su apoyo y su comprensión.

## **A mis padres:**

Por haberme dado la vida y por que se que desde el cielo estarán muy orgullosos de su hija.

## **A mis hermanos:**

José Luis, José Manuel, Carmen, Fernando y Salvador, por su amor y apoyo.

## **A mis nietas:**

Andrea Samantha. Daniela Itzel, Camila Anelis, y Danelli Regina., por darme su amor y contagiarme con su alegría.

## **A la sociedad:**

Para contribuir con un granito de arena a que las drogas no lleguen a las familias de los niños y jóvenes, y que esta propuesta pueda ser de utilidad para prevenir estas adicciones del alcohol y el tabaco.

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	6
-------------------	---

## **CAPÍTULO 1.**

### Contextualización

1.1 .Concepto de contextualización.....	8
1.2 Marco contextual de la comunidad escolar de la escuela secundaria federalizada telpuchcalli.....	9
1.3 Datos del plantel.....	10
1.4 Adolescencia.....	13
1.5 Etapas de la adolescencia.....	15
1.5.1 Adolescencia temprana.....	16
1.5.2 Adolescencia media.....	16
1.5.3 Adolescencia tardía.....	17
1.6 Teorías del adolescente.....	22
1.7 Teoría psicoanalítica.....	23
1.8 Teoría cognitiva.....	25
1.9 Teoría del aprendizaje social.....	28

## **CAPÍTULO II**

### El adolescente y las drogas

2.1. Concepto de drogas.....	30
2.2. Uso y abuso de drogas.....	34
2.3 Alcohol.....	36
2.4. Tabaco.....	38
2.5. Daños a largo plazo.....	40
2.6. Riesgos asociados.....	41
2.7. Problemas asociados al tabaquismo.....	42
2.8. La familia como un factor determinante en la prevención de adicciones.....	43

### **CAPÍTULO III**

#### Fundamentación de la propuesta

3.1 Objetivos de la investigación.....	48
3.2 Metodología.....	48
3.2.1 Población y muestra.....	48
3.2.2 Instrumento.....	49
3.2 Resultados.....	50

### **CAPÍTULO IV**

#### **PROPUESTA**

4.1 Taller para prevenir las adicciones en adolescentes de secundaria.....	68
4.2. Objetivos.....	69
4.3. Actividades.....	71
4.4. Reflexiones finales.....	81
Bibliografía.....	83
Bibliografía del taller.....	85
Anexos.....	86

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años, el uso de drogas ha aumentado y la población más vulnerable se encuentra entre los 10 y 18 años de edad. Es en estos años que transcurre la pubertad y la adolescencia; son etapas de la vida por las que atraviesa el ser humano y en las que experimenta una serie de cambios mentales, físicos y emocionales, lo cual lo coloca en una situación de riesgo. Por ello los padres de familia deben vigilar de manera más cercana el desarrollo de los hijos que se encuentran en estas edades.

Las alarmantes estadísticas en cuanto al consumo de drogas en nuestro país nos presenta un indicador, ya que señalan la gravedad en el incremento del consumo de estas sustancias, por lo que se tienen que buscar más alternativas de prevención para poder orientar a los adolescentes, desde el ámbito de la familia y la escuela.

Aunque este tema no es nuevo, se debe asumir mayor responsabilidad por parte de la familia para detectar posibles riesgos a los que están expuestos los jóvenes, e incrementar estrategias para poder protegerlos ante este cáncer de la sociedad

El compromiso actual de la pedagogía y de las instituciones educativas es formar personas con un mejor nivel de vida, personas reflexivas ante los riesgos que los adolescentes encuentran día a día en el contexto donde se desarrolla.

Considero sustantivo el papel de la familia como un recurso básico para resolver los problemas que puedan presentar los jóvenes en esta etapa.

También desde el ámbito profesional, la educación preventiva se tiene que establecerse como una de las mejores alternativas ante las drogas, una educación para la vida, y la salud integral, que este basada en los valores éticos, morales y espirituales para propiciar en el individuo un desarrollo óptimo para sí mismo y dentro del contexto social.

Ante tal situación, es necesario considerar los aspectos susceptibles de ser abordados por la educación como son: la escuela, medios de comunicación masiva, y la familia, ya que diversos expertos en el tema coinciden que la mejor estrategia para prevenir el problema es a través de una orientación para la vida.

Es así, que se presenta el trabajo que elaboró para colaborar con un programa cuyo objetivo es el de fomentar una actitud y un compromiso de los padres de familia de adolescentes, para la prevención de la drogadicción.

En el capítulo uno se abordará la contextualización, y la investigación que sustenta este proyecto, también se dará a conocer las etapas de la adolescencia, para poder tener una mejor comprensión de los jóvenes en este proceso; en el marco teórico se mencionarán las teorías de la adolescencia que sustentan este trabajo; ya que es importante el tener muy claro el contexto social en donde se desarrolla la interacción y las conductas de los sujetos que son la parte esencial de esta investigación.

En el capítulo dos explicaré la relación que existe entre los adolescentes y las drogas, en donde se expondrán sus características dentro del desarrollo físico y psicológico, ya que es una etapa crítica en estos cambios. Lo que lo pone en un alto riesgo ante las drogas, principalmente las que son de inicio (alcohol y tabaco) y que serán las que más tarde pueden inducirlos a consumir drogas ilegales, también se darán a conocer los daños a corto y largo plazo y los riesgos asociados ante el consumo de drogas.

Finalmente se conocerá cual es el papel de la familia, la cual es de vital importancia en la vida del adolescente y la sociedad, por que es donde él tiene que desarrollarse bajo las normas que ella misma ha creado, para que los seres humanos se rijan por ellas.

Ya que la familia como base de la sociedad, es considerada como un elemento fundamental para esta investigación, se darán las herramientas para que puedan proteger a sus hijos ante los peligros que puedan presentar fuera de ella.

En el capítulo tres se desarrolla el trabajo de campo que se realizó para este proyecto así como todo lo referente a la metodología que se utilizó para la elaboración de esta investigación, haciendo alusión al tipo de población con la que trabajó para la aplicación de cuestionarios, el análisis de los resultados obtenidos de acuerdo a los cuestionarios y las conclusiones que arrojaron.

Por último en el capítulo cuatro se propone un curso taller destinado a que los padres de familia adquieran habilidades y conocimientos en materia de prevención de adicciones, en el cual se presentan las estrategias pedagógicas enfocadas a la prevención de las drogas, ya que el problema de las adicciones puede prevenirse con la participación de todos.

En esta tarea la función de los padres es primordial, por ser los principales responsables del adecuado crecimiento de sus hijos.

# CAPÍTULO 1.

## CONTEXTUALIZACIÓN.

### **1.1. Concepto de contextualización.**

Contexto es el conjunto de circunstancias que rodean a una realidad determinada y donde se ejercen influencias mutuas.

Debido a que las circunstancias se sitúan en un hecho, es esencial que se tome como un punto básico para el desarrollo de esta investigación.

El conocimiento del contexto en donde se desarrolla el adolescente es necesario, para poder analizar cada una de sus actitudes y la manera de comportarse, en el medio en donde se dan los aprendizajes, como la familia, y la escuela, ya que es importante para poder sugerir las estrategias de prevención que ayudarán a los padres para poder protegerlos contra las adicciones.

Ya que los jóvenes buscan el enfrentamiento con las normas y leyes sociales, llevándolos al desarrollo de conductas antisociales que pueden causarles daños tanto en la salud física como mental. Considerando el actual desarrollo de los adolescentes, estas acciones pueden incluirse en el amplio grupo de problemas de conducta propias de la edad.

Pero ¿qué es lo que genera estos problemas?, ¿la drogadicción es una causa que facilita el desarrollo de conductas antisociales como la actividad sexual prematura, el fracaso escolar, la baja autoestima o la delincuencia? o ¿es el efecto de estas acciones?

El encontrar la respuesta exacta es muy difícil, porque depende de una serie de factores, entre ellos, los patrones de comportamiento del sujeto, pero por esta dualidad entre las problemáticas de los adolescentes y el consumo de drogas, es necesario plantear acciones de prevención no sólo que estén dirigidas a brindar información sobre el problema, sino a desarrollar estrategias que permitan habilitar a los adolescentes respecto a las acciones que deben seguir para prevenir el consumo de drogas.

Al conocer algunos datos sobre este problema, es importante tomar en cuenta que la familia puede intervenir para evitar que el consumo de drogas afecte a sus hijos.

Es por esta razón que en este capítulo se abordará el proceso por el cual transcurre su estancia dentro del ámbito educativo y la interacción que se da entre profesores y alumnos y el papel del orientador en su labor dentro de la institución.



## **1.2. Marco contextual de la comunidad escolar de la escuela secundaria federalizada Telpuchcalli.**

Esta investigación se desarrolló en la Escuela Secundaria federalizada “Telpuchcalli”, que se encuentra ubicada en la colonia Ciudad Azteca, la cual pertenece al Municipio de Ecatepec, en el Estado de México.

Ahora bien, en cuanto a su extensión el Estado de México ocupa el vigésimo quinto lugar en el país.

Según cifras aportadas por la Secretaría de Programación y Presupuesto, el territorio mexiquense abarca 21,355 kilómetros cuadrados, donde viven 14.160.736<sup>1</sup> millones de habitantes, 663 habitantes/km<sup>2</sup>

Esto ha sido el resultado de la gran migración rural-urbana, así como de los altos índices de fecundidad y el descenso de mortalidad que se ha venido registrando. Así como el proceso de migración rural-urbano que dan paso a un rápido crecimiento urbano. Es uno de los estados que ha generado una mayor concentración de la población en las ciudades. Ello se relaciona con la cercanía con el Distrito Federal y resulta ser un importante polo de atracción poblacional.

Los municipios más importantes por el número de habitantes son: Ecatepec, Nezahualcoyotl, Naucalpan, Tlalnepantla y Toluca, ya que en estos municipios se concentran las actividades económicas (agrícolas, ganaderas, mineras, industriales y comerciales) del estado y requieren de mucha mano de obra, es decir, de trabajadores.

Por otro lado la Colonia Ciudad Azteca es una de las 358 colonias que alberga el municipio de Ecatepec, esta dividida en 3 secciones: Azteca Primera, Azteca Segunda y Azteca Tercera.

La mayor parte de la población de Ciudad Azteca se dedica al comercio dependiente, obreros, empleados, trabajadores por su cuenta.

El tipo de familias que se encuentran albergadas en esta colonia según estadísticas proporcionadas por el municipio de Ecatepec, son consideradas como: Clase media, media baja y baja.

La Escuela Secundaria “Telpuchcalli” se encuentra ubicada en la Av. Del Quinto Sol y Xitle., en la Col. Ciudad Azteca Segunda Sección.

---

<sup>1</sup>INEGI.XII Censo General de Población y Vivienda 2000, y 11 conteo de Población y Vivienda 2005.

Tiene la modalidad de secundaria “federalizada” y se encuentra ubicada en una colonia urbanizada.

Cuenta con dos turnos el matutino con un horario de 7.00 a 13.10 hrs. Y el vespertino con un horario de 13.30 a 19.40 hrs.

En esta escuela solo se encuentran 3 grupos por grado, con 30 alumnos cada uno, en el turno vespertino y el perfil de los alumnos que lo integran es:

- a) Alumnos que son ubicados por el SAID.(Sistema Anticipado de Inscripción domiciliaria)
- b) Alumnos rechazados de otras secundarias
- c) Alumnos con materias reprobadas.

La mayoría de los alumnos proceden de colonias alejadas a este plantel, ya que al no encontrar lugar en otra escuela son asignados a ésta, cuyos alumnos desde sus inicios ya traen consigo una carga extensa de carencias educativas, problemas familiares, insuficiencia alimenticia y el bajo rendimiento académico que se acrecenta aun mas cuando dentro de la institución chocan con los alumnos de otras escuelas que viven en los alrededores.

Según el estudio socioeconómico que se elabora al inicio de su inscripción, la clasificación que tienen las familias de los alumnos es: clase media, media baja y baja.

Por lo que se deduce que el factor económico es determinante; sin embargo, la buena disposición y la calidad en los valores humanos, así como los roles que cada individuo desempeña en la sociedad, contribuyen en un interés genuino por el desarrollo integral de la familia, ya que estos son elementos trascendentales en un momento dado para que un sujeto pueda desarrollarse como ser humano.

### **1.3. Datos del Plantel**

Este cuenta con una sola planta, el material de construcción es de tabique y concreto, está distribuido de la siguiente forma:

18 salones

2 Laboratorios de Biología, Física y Química.

1 Laboratorio de computación, con computadoras descompuestas.

1 Biblioteca.

1 Área de Educación Física.

1 Aula de ayuda psicopedagógica.

Así mismo cuenta con los siguientes talleres:

Dibujo técnico

Electricidad

Estructuras metálicas

Taquimecanografía

Corte y confección.

### **Personal**

Planta Docente

1 Director para los dos turnos.

2 subdirectores, uno para cada turno.

47 docentes para las diversas materias que integran el programa de secundaria.

Por los datos arrojados en las observaciones que se hicieron durante la investigación, podemos concluir que el conocimiento del contexto en donde se desarrolla el adolescente es de vital importancia, ya que podemos inferir que es congruente con la situación económica, de la cual procede, y de la posición social a que pertenece como principales factores del perfil descrito por la trabajadora social.

Después de señalar los datos para el conocimiento de los alumnos de esta secundaria, se procederá a describir el trabajo del Orientador, ya que se encuentra limitado para desempeñar sus funciones adecuadamente, pues tiene que atender los dos turnos (matutino y vespertino) y no abarcar todas las problemáticas que se presentan dentro del plantel, ya que durante el turno matutino está de tiempo completo, pero durante el turno vespertino, se retira a las 3 de la tarde y deja a la Trabajadora Social toda la responsabilidad que a él le corresponde. También observamos que no se lleva un control de los alumnos con materias reprobadas, no se da un seguimiento de los problemas que se derivan de las conductas de los alumnos dentro de este turno, y no hay una relación de actividades diarias.

El perfil que tiene el orientador ( psicólogo), le ayudaría a elaborar programas para reducir los índices de reprobación, las conductas y toda la problemática que rodea a los adolescentes que cursan esta etapa de su vida.

Pero, por lo que se percibió durante las prácticas de campo, en esta secundaria el Orientador sólo se preocupa por otras actividades que no pertenecen a su función como orientador.

Ya que, para que un adolescente actúe de manera eficiente, debe entender tanto las expectativas de los demás, como poseer capacidad para satisfacerlas.

La familia, y todos los que influyen en su vida, pueden tener una actitud negativa hacia el aprendizaje. La institución, la autoridad y el maestro influyen en el estudiante; según las actitudes de los maestros pueden animar a los jóvenes a permanecer en la escuela. Así, el maestro podría ejercer influencias positivas en ellos, cuyos padres dejan mucho que desear como modelos. El interés y la participación del joven en la escuela media puede aumentar de manera notable si los maestros tuvieran trato con cada alumno y proporcionaran dirección y consejo en asuntos personales.

Sin embargo, cuando el profesor tiene todas sus horas de clase seguidas o poca disposición de hablar o escuchar al joven ¿cómo podrá un posible desertor ver en él un modelo importante que se preocupé por su persona?. En muchas ocasiones por falta de tiempo, sumado a las características y personalidad de cada maestro se rompe la interrelación maestro-alumno, originado en él una falta de interés y participación en la materia.

La tarea de los maestros de las a signaturas de secundaria y los orientadores es de suma importancia, ya que ellos pueden facilitar no solo el ingreso, sino la estancia en el plantel; pero además, hacer desear a los alumnos el asistir a la escuela, convertirla en un lugar donde ellos sepan que pueden estar a gusto.

Las funciones del orientador educativo en las escuelas secundarias deberían estar enfocadas a:

Detectar los casos que presenten problemas de desarrollo o desajuste emocional o, en su defecto, transferirlo a la institución que le proporcione el tratamiento adecuado a su problemática específica.

Identificar posibles riesgos que amenacen el sano desarrollo de los adolescentes.

Tener un trabajo interdisciplinario para el mejor conocimiento del adolescente ya sea dentro del contexto escolar como en de la familia, ya que eso daría un mayor conocimiento de la problemática del alumno y encontraría las medidas adecuada para su pronta ayuda.

La prevención como una de las medidas indispensables antes de que ocurran los sucesos el orientador debe de prevenir en su medida y con los recursos a su alcance para

aminorar los riesgos a los que se encuentra el adolescente sobre todo en esta etapa crucial para los seres humanos en donde se está más expuestos a identificarse con

alguna sustancia adictiva solo por pertenecer a un grupo de pares o por querer ser diferente de los demás

La metamorfosis que transcurre entre la primaria y la secundaria conlleva importantes cambios en la vida del ser humano; de la sensibilidad de padres y maestros hacia lo que significan tales cambios dependerá en gran parte la adaptación del joven a sus nuevas exigencias como personas.

Es por ello que se hizo un análisis más profundo del sujeto o adolescente y los efectos de riesgo que lo pueden llevar hacia la drogadicción.

#### **1.4. ADOLESCENCIA**

En este apartado, se describen las características generales de esta etapa, la ambivalencia del adolescente frente a su propio cuerpo; es decir, los conflictos que se generan a partir de los cambios físicos y emocionales, sus nuevas capacidades intelectuales, y todo lo que se genera en el entorno familiar a partir de los cambios en la conducta del adolescente.

Por lo que coincido con Aberasturi cuando nos dice: "Entrar en el mundo de los adultos (deseado y temido) significa para el adolescente la pérdida definitiva de su condición de niño. Es un momento crucial en la vida del hombre y constituye la etapa decisiva de un proceso de desprendimiento que comenzó con el nacimiento"<sup>2</sup>

La inserción en la edad adulta es el carácter definitorio más esencial de la adolescencia y la tarea principal que los adolescentes deben enfrentar. En muchas sociedades todos los cambios de status social dentro de la comunidad van acompañados de rituales, a veces muy complejos, que resaltan simbólicamente ese tránsito, tanto para el que cambia, como para el resto de la sociedad.

"Los cambios psicológicos que se producen en este período y que son el correlato de cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo. Ello sólo es posible si se elabora lenta y dolorosamente el duelo por el cuerpo de niño, por la identidad infantil y por la relación con los padres de la infancia"<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Aberasturi., Arminda y Knobel, Mauricio. *La Adolescencia Normal*, Editorial Paidós. México 1996. pág. 15

<sup>3</sup> Idem.

“Diversos autores coinciden en mencionar que la adolescencia es la etapa de mayor riesgo para caer en la fármaco dependencia debido a la simultaneidad de cambios que se presentan y que conllevan una crisis de identidad. Se ha demostrado a través de las investigaciones que los adolescentes constituyen el grupo de población de mayor riesgo en caer en esta dependencia hacia las drogas, ya sean legales o ilegales.”<sup>4</sup>

La adolescencia es un proceso de cambios físicos y cognitivos, lo cual conlleva a un conflicto de identidad a través de una búsqueda de valores, del conocimiento de sí mismo. El adolescente trata de adaptarse al contexto social que exige nuevas responsabilidades en el ámbito afectivo, con los amigos, la familia etc. Los factores sociales repercuten directamente en el desarrollo adecuado o inadecuado de su personalidad y manejo de emociones. Búsqueda y cambios son las características principales de esta etapa de crisis, en la que su propia individualidad, que se forma tan abstracta en la niñez adquiere en la adolescencia una identidad que le permitirá un mejor desarrollo integral y también entro del marco social.

Mussen quien señala que “una tarea fundamental de la adolescencia de nuestra sociedad es la de encontrar una buena respuesta a la pregunta que dice ¿Quién soy?”<sup>5</sup>

La búsqueda de una identidad es la tarea de vida del adolescente, la pregunta de ¿Quién soy? es el problema capital de esta etapa, por esta interrogante vital.

La crisis de la identidad se caracteriza por una inestabilidad propia de una etapa con cambios somáticos y psíquicos fundamentales y de inserción a nuevas expectativas sociales.

Este período fluctúa entre una dependencia y una independencia extrema y sólo la madurez le permitirá más tarde aceptar ser independiente dentro de un marco de necesaria dependencia. Pero, al comienzo, se moverá entre impulsos al desprendimiento y la defensa que impone el temor a la pérdida de lo conocido. Es un período de contradicciones, confuso, ambivalente, doloroso, caracterizado por fricciones con el medio familiar y social. Este cuadro es frecuentemente confundido con crisis y estados patológicos.

La adolescencia se define como una etapa del desarrollo humano, en ella cambiarán diversos aspectos de la vida, es decir, que su funcionamiento será cada vez más complejo y de mejor calidad, a medida que aumenta la edad.

---

<sup>4</sup> Centros de Integración Juvenil A.C. *Guía práctica para padres de Familia*. Como proteger a tus hijos contra las drogas. México, 2002. Pág. 149

<sup>5</sup> Mussen, Cogner Kagan. *Desarrollo de la Personalidad del niño*. Editorial Trillas. México, 1987. Pág. 106

Es un periodo de duración variables, que inicia con la pubertad, la cual puede comenzar entre los 9 y los 13 años, y la adolescencia finaliza cuando el individuo alcanza la madurez emocional y social, para asumir el papel de adulto, por lo que dicho suceso puede durar unos años o no concluir jamás.

Velasco, afirma que la adolescencia, se define como, “la etapa del desarrollo humano de comienzo y duración variables, la cual marca el final de la niñez y crea los cimientos para la edad adulta. Está marcada por cambios interdependientes en las dimensiones biológicas, psicológicas y sociales del ser humano”<sup>6</sup>

### **1.5. Etapas de la adolescencia.**

La adolescencia es una etapa normal de desarrollo biopsicosocial en ese sentido ofrece a quien la vive un vasto mosaico de formas para madurar en los aspectos físicos, emocional y social.

Cada adolescente es único y, al iniciar esa etapa, representa una parcela humana abierta a un gran campo de posibilidades para lograr la realización personal, la cual es mayor de acuerdo con las oportunidades que se le brinden para desarrollar las tareas evolutivas necesarias y obligatorias de la adolescencia. Ese tránsito hacia la maduración psicosocial significa la continuación del desarrollo humano, no sólo desde la infancia sino también desde la fecundación, y termina con la muerte.

En gran parte, la adolescencia es el resultado de la experiencia de la vida infantil en la familia, la escuela y la comunidad.

La adolescencia es una transformación profunda que impone al joven grandes exigencias de adaptación, de acuerdo con nuevas funciones biológicas, nuevos tipos de roles y responsabilidades familiares y sociales. Estas se da cuando comienza la pubertad, la maduración sexual y los cambios que se presentan desde el punto de vista biológico.

Estos cambios físicos del adolescente repercuten directamente en su estado de ánimo, porque va perdiendo sus características de niño, sin adquirir completamente las del hombre, esta situación crea en ellos un sentimiento de inseguridad y búsqueda de su identidad.

El proceso de la adolescencia se reconoce como un largo camino con indicadores buenos de su inicio y muy vagos o ninguno de su término. Se considera que la

---

<sup>6</sup> Velasco, Leticia. *Desarrollo Bio-sico-social de la adolescencia. Tareas, Metas y Logros. En manual Básico de salud, sexualidad y adolescencia. Ed. Pax. México, 2002, Pag. 5*

adolescencia comprende de 10 a 12 años de vida cronológica y durante este período la secuencia de los sucesos marca diferencia notable entre las tareas a realizar en las etapas de inicio y final. Por ello, existe el consenso de dividirla en tres etapas.

### **1.5.1 Adolescencia temprana.**

Abarca de los 12 a los 14 años de edad y corresponde el período de la educación secundaria.

“Esta etapa se caracteriza por la búsqueda de autonomía, independencia y propia identidad; la rebelión a todo lo que significa autoridad y el inicio del pensamiento abstracto (hipotético-deductivo) Está matizado por muchos y muy rápidos cambios tanto internos como externo debido a la aparición de la pubertad.

La respuesta del adolescente a ella es, en general, de preocupación por los siguientes puntos: tamaño y posición de los órganos genitales ( en el varón); tamaño de los senos y la función de la menstruación (en la mujer); estatura, acné, acrecentamiento de los impulsos sexuales y agresivos que no saben manejar; comparación de sí mismos con los amigos; la nueva conciencia que tiene de su cuerpo, sentimientos bisexuales que le provocan confusión.

Durante el inicio de la adolescencia, entendida como fenómeno psicosociocultural, aparece un incremento del impulso sexual y agresivo. Con el funcionamiento hormonal aparece un verdadero desequilibrio emocional.

El joven busca la descarga de su impulso en la masturbación, aparece como parte normal de su crecimiento y desarrollo psicosexual. A menudo se acompaña de fantasías de todo tipo”

Algunos autores reconocen la etapa de la preadolescencia en relación con el desarrollo cognitivo y emocional, y la ubican entre los 11 y 12 años de edad. Esta etapa es una buena opción y en realidad representa la parte final de la infancia. Durante ella, los cambios acelerados en las esferas cognitivas y emocionales son de importancia particular. Así, la preadolescencia y la pubertad, a punto de aparecer o en su primer estadio, constituyen el detonador principal de la adolescencia.

### **1.5.2 Adolescencia media.**

Se extiende desde los 15 hasta los 17 años de edad y entonces equivale al período del bachillerato en cualquiera de sus modalidades de la educación media superior.

En esta edad se vive una etapa propensa a experimentar y desarrollar el sentimiento de omnipotencia que lleva a muchos a adoptar un comportamiento de alto riesgo. Por ello, y en función del estilo de vida y el núcleo de pares, los jóvenes con mayor libertad o



con medios familiares poco contenedores suelen involucrarse en conductas antisocial, posibilidad de accidentes, alcoholismo, drogadicción y contactos sexuales recurrentes

que, en caso de falta de precaución, los conducen hacia embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual.

El adolescente en este período tiene ansias de conocer a través de la experiencia y esto es en todas las esferas: la sexualidad se aviva, se replantean los valores adquiridos en la infancia y la influencia del grupo de contemporáneos adquiere una gran relevancia. Lo que experimente, en gran parte, lo hace con relación al grupo. Muchas veces se encuentra con una sociedad contradictoria que lo confunde y lo lleva a rebelarse contra lo establecido, y quizá sea ésta una manera de romper con el mundo infantil. Debido a que los cambios se suceden a una velocidad vertiginosa, en esta etapa es muy importante el ejemplo, o la guía y la orientación del adulto.

### **1.5.3 Adolescencia tardía o fase de resolución de la adolescencia.**

Comprende de los 18 a los 21 años de edad y corresponde a la educación universitaria casi por completo.

La preocupación por el cuerpo y la apariencia personal desaparecen del plano de los grandes problemas. Aquélla se convierte en inconvenientes ocasionales y se vuelven persistentes sólo en casos de anormalidad o defecto corporal.

La autonomía e independencia personales están en vías de lograrse por completo. Por ello, la conducta conciliatoria con los padres y los adultos aparece y se manifiesta en una tendencia a la aceptación nueva del diálogo sereno y la atención hacia sugerencia y consejo.

En el área cognitiva, el desarrollo del pensamiento abstracto es cada vez más grande y permite a los jóvenes establecer diversos compromisos, más complejos y de mayor responsabilidad.

La adolescencia tardía conlleva la aparición de la moral posconvencional. Por tal razón, en esta etapa, los valores de los jóvenes son ya el producto de una meditación, así como la expresión de ser de sí mismo y, en parte el grupo al que pertenecen, entonces no es extraño que los defiendan por convicción y se sientan más seguros y firmes en la vivencia de dichos valores, ya sea de carácter moral, cultural o ético. Los jóvenes poseen una conciencia ya realista y muy racional, por eso los muy obsesivos sienten mucha frustración cuando se demandan a sí mismos grados muy altos de actuación escolar, social o activa y no pueden lograrlo por limitaciones o porque erraron la vía.

En esta etapa, los jóvenes aprenden con más asertividad a tomar decisiones, establecen perspectivas del futuro, confían más en sus planes y logran delinear su proyecto de vida con la mayor firmeza.

Las relaciones con los pares todavía son vitales, pero de mayor número y más selectivas, íntimas y enriquecedoras. Los adolescentes establecen nuevos lazos de amistad con adultos: formalizan sus compromisos afectivos con la facultad para reconocer, respetar y valorar al compañero, y aprenden que parte de la felicidad consiste en saber satisfacer al otro.

Esta etapa del desarrollo intelectual y emocional, lleva a los jóvenes al deseo de formar su propia escala de valores y de lograr una autosuficiencia e independencia social y familiar.

La adolescencia tardía se remite más a la crisis de identidad. El adolescente se cuestiona ¿Quién soy? Y ¿Hacia dónde voy? En este periodo el individuo tiene que realizar decisiones para su futuro y, consecuentemente, delimitar su identidad, la que se gesta sobre tres puntos: grupos, procesos de identificación y esquema corporal. Esto se traduce en una serie de pares antitéticos, el joven necesita dar respuesta a una serie de sentimientos encontrados sobre su identidad como: ¿Quién es y quién no es?, ¿Quién quisiera ser y quién no quisiera ser?. De la manera como afronte y resuelva su “crisis de identidad” surgirá o no una síntesis; es decir, se consolidará como una persona que se conoce a sí mismo, con una identidad propia.

“La Organización Mundial de la Salud (OMS), ubica al período adolescente entre los 10 y 19 años de edad y considera la adolescencia temprana, entre los 10 y los 14 años y de los 15 a los 19 años como adolescencia tardía. Así mismo, delimita la juventud entre los 15 a los 25 años. La primera fase de la adolescencia está vinculada con el inicio de la pubertad mientras que la fase tardía vinculada con el inicio de la juventud, es decir, a los 25 años”.<sup>8</sup>

En nuestra sociedad, la adolescencia tiene una duración entre los 10 y hasta los 25 años aproximadamente, en parte debido a los años que se requieren para terminar una carrera y las pocas oportunidades de trabajo que existen para los jóvenes, lo cual a su vez implica que el tiempo de dependencia de los hijos hacia los padres se prolongue; sin embargo, puede durar toda la vida, cuando el adolescente no alcance el nivel de maduración emocional que le permita visualizarse como un ser independiente, capaz de adquirir la responsabilidad de sí mismo.

---

<sup>8</sup> Citado en: Velasco, Leticia. *Desarrollo Bio-Sico-Social de la Adolescencia. Tareas, Metas y Logros*. En: manual Básico de Salud, Sexualidad y Adolescencia. Centro de Orientación para Adolescentes. (CORA) México, 1998. S/P.

Tanto las modificaciones corporales incontrolables como los imperativos del mundo externo que exigen del adolescente nuevas pautas de conciencia, son vividos al principio como una invasión. Esto lo lleva a retener, como defensa, muchos de sus logros infantiles, aunque también coexiste el placer y afán de alcanzar un nuevo status.

También lo conduce a un refugio en su mundo interno para poder reconectarse con su pasado y desde allí enfrentar el futuro. Estos cambios, en los que pierde su identidad de niño implican la búsqueda de una nueva identidad que se va construyendo en un plano consciente o inconsciente. El adolescente no quiere ser como determinan los adultos, pero en cambio, elige a otros como ideales, se va modificando lentamente y ninguna premura interna o externa favorece esta labor.

Aberstury nos dice que “La pérdida que debe aceptar el adolescente al hacer el duelo por el cuerpo es doble: la de su cuerpo de niño cuando los caracteres sexuales secundarios lo ponen ante la evidencia de su nuevo status y la aparición de la menstruación en la niña y el semen en el varón, que les imponen el testimonio de la definición sexual y del rol que tendrán que asumir, no sólo en la unión con la pareja sino en la procreación”<sup>9</sup>

El paso de niño a adulto lleva consigo profundos cambios en los tres aspectos fundamentales de la persona: en lo físico, en lo psicológico y en lo social.

Estos cambios originan en el adolescente una gran confusión y le producen sentimientos y conductas inadecuadas que no puede controlar.

“Desde el punto de vista psicológico la complejidad de los cambios actitudinales, mentales y afectivos, se sintetizan en cinco áreas de la conducta, crítica para el desarrollo de su personalidad: a) los cambios psicológicos; b) las relaciones familiares; c) relaciones con los pares del mismo sexo o del opuesto; d) crecimiento cognitivo o intelectual; y e) la identidad personal. El mundo adolescente está formado por sujetos que oscilan entre la inestabilidad producto de los cambios psíquicos y biológicos y la inseguridad del ambiente social, y la búsqueda de un ambiente estable que defina su tambaleante identidad.”<sup>10</sup>

Debido a los cambios mencionados, el adolescente entra en una crisis, donde empieza su búsqueda por una identidad que le de seguridad, pero para que eso suceda tiene que pasar por varios procesos que le causarán distintos conflictos con las personas que se mueven a su alrededor que son: padres, hermanos, familiares, profesores, etc., ya que los adultos empiezan a notar esos cambios en el adolescente y sobre todo a los padres

---

<sup>9</sup> Aberasturi, Arminda y Knobel, Mauricio Op. Cit. Pág. 16-17

<sup>10</sup> Llanes, Jorger. *La juventud y las Drogas*. Editorial Concepto, S.A. México 1982. Pág. 20-21

les resulta doloroso el aceptar la pérdida del hijo en cuanto a la dependencia que tienen de ellos. Es común encontrar la sensación de vacío, fracaso en padres que han hecho de los hijos una extensión suya, cuando éstos llegan a dicha etapa.

Los adolescentes están profundamente preocupados por la opinión que los otros tienen de ellos, y la comparan con su propia percepción.

Para poder funcionar dentro de esta nueva situación, el adolescente busca personas cuya apariencia, estilo de vida o valores le resultan atractivos.

La imitación le permite ensayar comportamientos y hacer suyos los que más vayan con su personalidad y con su visión de la vida.

Las posibilidades de que el adolescente lleve a cabo un proceso de identificación adecuado están en relación directa con los marcos de contención, tanto familiares y sociales así como modelos de comportamiento se le brinden.

“Está claro que los cambios físicos desempeñan también un factor importante, ya que al cambiar su imagen, el adolescente trata de modificar su visión del mundo, buscando nuevas formas de convivencia con el medio que lo rodea. Cuando esto ocurre el adolescente intenta aislarse del mundo en busca de seguridad, crítica aquellos aspectos del adulto que le son desagradables o ajenos y que de ninguna manera desea reproducir al formarse a sí mismo como adulto”<sup>11</sup>

Los factores psicológicos así como los fisiológicos, que se manifiestan en la etapa del adolescente, son determinados en el proceso de formación integral en cada estudiante que cursa el nivel secundaria.

Quizá se relaciona a la adolescencia con la palabra “problema” debido a la crisis que surge como consecuencia de los cambios que se presentan en la vida adolescente, además del descontrol que provocan las exigencias contradictorias planeadas por la sociedad. En ocasiones se le pide al joven comportarse como adulto con respeto, compostura y cordura, mientras que otras veces se le deja al margen de situaciones importantes al considerar que no tiene capacidad para tomar decisiones por ser todavía un niño.

“El adolescente durante la conformación de su personalidad tiende a rechazar todos aquellos valores que le son impuestos, defiende únicamente aquellos que considera propios, por ello necesita irse adaptando al mundo de acuerdo a sus propios requerimientos, convirtiéndose así en un reformador social. Con actitudes como esta, el adolescente busca dar soluciones a los problemas más trascendentales con los que viven

---

<sup>11</sup> Aberasturi, Arminda y Knobel, Mauricio. Op. Cit. Pág. 157

cotidianamente como el amor, la libertad, la educación, la religión, la paternidad, el matrimonio, etc”<sup>12</sup>

Para concluir, podemos decir que “ la imagen del individuo que se aferra a valores introyectados desde el exterior, como hechos estáticos que rara vez puede analizarlos o comprobarlos, es la imagen de la mayoría de nosotros. Si tomamos las concepciones de los demás como nuestras perdemos contacto con la sabiduría potencial de nuestro propio funcionamiento y perdemos confianza en nosotros mismos. Puesto que estos constructores de los valores a menudo difieren de nuestras experiencias, estamos básicamente divorciados de nuestro mundo interior, esto explica la tensión y la inseguridad modernas. Esta discrepancia fundamental entre los conceptos del individuo y sus experiencias reales, entre la estructura intelectual de sus valores y el proceso de valoración propios que permanece desconocido dentro de sí, forman parte de la alienación fundamental del hombre moderno con respecto a sí mismo”.<sup>13</sup>

El adolescente, al desarrollarse dentro de este medio adverso, tiene que luchar por buscar esa identidad, todo a su alrededor le va a aportar la parte que va a ir integrando poco a poco a esa formación, esto será conforme a su desarrollo y su capacidad, la cual le permita hacerlo.

Ante esta problemática es necesario analizar que: “el adolescente se ve movido por las exigencias de experimentar nuevas cosas, de ver cómo están hechas y que efectos producen sobre su persona; asimismo experiencias como fumar, beber e incluso algunas relaciones sexuales (y en general todas las formas de comportamiento de anticipación) son a menudo iniciadas por el individuo porque quiere saber en que consisten. A estas experiencias directas van a unirse las indirectas, las que proveen libros, periódicos, revistas, el cine, la radio, la televisión etc. Estas últimas son necesarias, pero existe el peligro de que adquieran un punto central, si se cierran en sí mismas y se formalizan reduciendo y empobreciendo así el campo de las experiencias directas.”<sup>14</sup>

El ser humano desde que nace experimenta nuevas sensaciones, ya que al estar fuera del vientre de la madre tiene que ir descubriendo otro mundo, en donde aprende a adaptarse fuera de la simbiosis de la madre.

Al irse desarrollando el niño, empieza a descubrir primeramente los placeres que le transmite el cubrir sus necesidades básicas, y así con el paso del tiempo empieza descubriendo mayores sensaciones.

---

<sup>12</sup> Ibid.

<sup>13</sup> Rogers, Carl. *Libertad y Creatividad en la Educación* Editorial Paidós, México 1983. pág. 185

<sup>14</sup> De Bartolomeis, Francisco. *La Psicología del Adolescente y la Educación*. Tr. Paulo García Mora. Editorial Roca. México, 1978. Pág. 115.

Cuando tiene conciencia y se limita a que sólo lo que los padres le indican que puede hacer, le incrementa la necesidad de descubrir lo que está prohibido.

Y esto se acrecienta cuando todo a su alrededor le está diciendo, compra, consume, ponte, fuma, toma, prueba, etc. Entonces la curiosidad de saber que es lo que se siente en las diferentes circunstancias, provocará en el adolescente que empiece a experimentar, y si esto es agradable para él, entonces estará en una mayor aceptación de las adicciones.

Por otro lado “el adolescente se enfrenta a la necesidad de asumir valores y pautas de comportamiento social, a la elección de compañeros de vida, así como a las definiciones vocacionales. Las determinaciones tomadas a este respecto se ven influenciadas en primer lugar por el grupo familiar, después por el grupo social inmediato, por la escuela y los maestros, así como por la sociedad en su conjunto.”<sup>15</sup>

Ya que en la medida que el niño empieza a tener conciencia, imita conductas, ya sea de los padres o de las personas que están en contacto con él, aunando las que más tarde se anexarán en el contexto donde se desarrollará.

Es por eso que en la familia se deberían de modificar esas conductas, las cuales ponen en riesgo al niño que las adquiera. ya que el niño aprende de lo que observa a su alrededor.

Ante estas expectativas es necesario tener un conocimiento amplio de la etapa de la adolescencia y los riesgos a los cuales están expuestos

Por otro lado es necesario buscar alternativas de prevención y adelantarse al evento.

### **1.6. Teorías de la adolescencia.**

Es necesario mencionar tres de las teorías más importantes de la adolescencia que se han encargado de explicar el significado total de los cambios fisiológicos de esta etapa y sus consiguientes efectos en las funciones del individuo y en otros aspectos de la vida, ya que toda teoría implica una manera particular de percibir la naturaleza del desarrollo humano.

Por un lado, el psicólogo norteamericano G. Stanley Hall fue quien abrió el camino al estudio de la adolescencia sosteniendo que ciertos factores fisiológicos genéticamente determinados, producen reacciones psicológicas.”Afirma que la adolescencia representa una etapa de turbulenta transición para la especie humana, consideró la turbulencia como un período tormentoso y a la vez estimulante, en el que se producen innumerables tensiones, con inestabilidad, entusiasmo y pasión, en la que el joven se encuentra

---

<sup>15</sup> Llanes Briceño, Jorge. *La Juventud y las Drogas*. Editorial Concepto. México, 1982. Pág. 23.

dividido entre tendencias opuestas. Además de que la adolescencia supone un corte profundo con la infancia y como un periodo de recapitulación de las etapas anteriores.”<sup>16</sup>

Basándonos en el estudio realizado por Conger quien ha estudiado específicamente la etapa de la adolescencia, la define “como el periodo de cambios rápidos, físicos, sexuales e intelectuales dentro del adolescente y de cambios ambientales en la naturaleza de las exigencias externas que la sociedad impone en sus miembros en desarrollo.”<sup>17</sup>

Hace gran énfasis en la importancia de la sociedad como factor que determina el comportamiento del adolescente.

Desde el punto de Diana Papalia y Dally Wendkos, quienes realizaron estudios en base al desarrollo humano consideran a la adolescencia como un estadio del desarrollo que comprende cada cultura, define a esta como “el lapso comprendido entre la niñez y la edad adulta que implica cambios psicológicos, cognitivos y físicos.”<sup>18</sup>

Al igual que Conger, consideran que de acuerdo a como cada sociedad vea a la adolescencia es como va ser definida. Hace hincapié en la sociedad occidental (es la más adecuada para el estudio que estamos realizando) donde la adolescencia comienza alrededor de los 12 o 13 años y termina en los 19 o 20 años, pero recalcan que depende de la sociedad, por tal motivo es difícil delimitar el final de la adolescencia.

A partir de lo anterior, puede verse que las concepciones sobre la adolescencia son variadas y diferentes autores han subrayado más unos caracteres que otros, pero aunque incluyan muchos matices, en este apartado sólo se resaltarán básicamente tres: la posición psicoanalítica, que distingue los aspectos psicológicos, la teoría del aprendizaje social, que destaca la influencia de los factores sociales en el desarrollo del individuo y la teoría cognoscitivista de Piaget, que da una explicación biológica al conocimiento, las cuales se abordarán a continuación.

### **1.7. Teoría Psicoanalítica.**

Esta teoría, la mas antigua y con mayores aportes al conocimiento acerca del ser humano, tiene sus orígenes en los conceptos de Sigmund Freud sobre el desarrollo

---

<sup>16</sup> Muss, Rolf E. *Teorías de la Adolescencia*. Editorial Paidós. México 1999. Pág. 25

<sup>17</sup> Conger John. *Adolescencia Generación Presionada*. Editorial Latinoamericana. Serie: La Psicología y Tú. México, 1980. Pág. 6

<sup>18</sup> Papalia, Diana y Wendkos, Dally. *Desarrollo Humano*. Editorial Mc. Graw Hill 8º edición. México, 1988. Pág.. 409

psicosexual, que fueron llevados y magnamente reactivados en el campo de la adolescencia por la doctora Anna Freud.

Según esta visión, la maduración sexual biológica en el púber revive y aumenta las múltiples y súbitas descargas de impulsos sexuales y eróticos, que a su vez son agresivos. Estos impulsos, los pensamientos y las sensaciones difíciles de aceptar, y al mismo tiempo de controlar hacen que el joven entre en una etapa de inestabilidad caracterizada por periodos de agresión y abrumadores sentimientos de culpa.

La tarea primordial del adolescente, tal como lo concibe la teoría psicoanalítica, puede resumirse como el “logro de la primacía genital y la consumación definitiva del proceso de la búsqueda no incestuosa del objeto.”<sup>19</sup>

Sin embargo el adolescente “atraviesa por desequilibrios e inestabilidad extremas. Lo que configura una entidad semipatológica, que se ha denominado síndrome normal de la adolescencia, que es perturbado para el mundo adulto, pero necesario, para el adolescente, que en este proceso va a establecer su identidad, que es un objetivo fundamental de este momento vital.”<sup>20</sup>

Derivada de la teoría psicoanalítica, Erikson desarrolla su propia teoría que enfatiza “el desarrollo del yo lo constituye la adquisición de una identidad del yo, la cual se cumple de diferentes maneras en una cultura y otra.”<sup>21</sup>

El aspecto sociológico, desde esta perspectiva de la adolescencia es el resultado de tensiones y presiones que provienen de la sociedad. El sujeto tiene que incorporar los valores y las creencias de la sociedad, es decir, terminar de socializarse y al mismo tiempo adoptar determinados roles sociales.

Sin embargo, el cumplimiento de esta tarea evolutiva contiene un elemento común a todas las culturas, y es la idea de que el niño con el fin de adquirir una identidad del yo, fuerte y sano, ha de recibir gran reconocimiento de sus rendimientos y logros. Erikson describe ocho etapas o pasos evolutivos del ser humano, en cada uno surge un conflicto con dos posibles desenlaces: si el conflicto se elabora de manera satisfactoria, la cualidad positiva se incorpora al yo y puede producirse un desarrollo posterior saludable; pero si el conflicto persiste o es resultado de manera insatisfactoria, se perjudica el yo en desarrollo, integrándose en él la cualidad negativa. Cada etapa depende de la solución de integración de la etapa anterior.

---

<sup>19</sup> Muss, Rolf E. Op. Cit. Pág. 34

<sup>20</sup> Aberasturi, Arminda y Knobel, Mauricio. *Adolescencia Normal. Un enfoque psicoanalítico*. Editorial Piados. Buenos Aires, 1996. Pág. 10.

<sup>21</sup> Ibidem. Pág. 48



Para Erikson, la adolescencia es la quinta de las ocho edades del hombre. A esta etapa la denominó identidad frente a difusión del ego, en la cual el adolescente tiene la tarea de integrar todos los papeles o roles que aprendió durante su infancia, en una sola identidad congruente. Por otro lado, los cambios físicos señalan la llegada a la plena edad adulta, con el interrogante de su función dentro de la sociedad. El aspecto más importante de la búsqueda de la identidad es la decisión que se toma al elegir una carrera.

Erikson considera importante el estudio de la identidad, ya que el adolescente tiene que reestablecer la identidad del yo a la luz de sus experiencias anteriores y aceptar que los nuevos cambios corporales y sentimientos libidinales que son partes de sí mismos.

Todos los autores psicoanalíticos describen al joven como una persona en tensión, agitación confusión. Frente a este estrés emocional y social, el adolescente responde con mecanismos de defensa inmaduros. Los que mas predominan de estos son la regresión, la negación y la obstinación. De acuerdo con esta teoría, la única manera positiva de salir y superar este estado es que el joven aprenda a usar al razonamiento abstracto. A partir de esta teoría se piensa que todo adolescente que no presente cierta confusión y problemática durante la etapa, debe verse como una persona que está alterando o deteniendo su adolescencia.

Como puede verse, cada autor define a la adolescencia desde el ángulo en que la estudia, la teoría psicoanalítica pone el acento en los factores internos que desencadenan la adolescencia y se manifiestan en los conflictos de integración social; en cambio, las teorías sociológicas atribuyen la adolescencia a causas sociales exteriores, poniendo mayor énfasis en los factores medioambientales y la adolescencia se concibe como el resultado de tensiones y presiones que vienen de la sociedad.

### **1. 8. Teoría Cognitiva**

La teoría de Piaget Epistemología genética, como también se le conoce, es considerada cognoscitivista por dar una explicación biológica del conocimiento y basarse en el estudio del desarrollo de la inteligencia a partir de la producción de conocimientos, tanto en el aspecto cognoscitivo como afectivo.

Cabe aclarar que esta teoría enfatiza el papel activo que desempeña el individuo en su propio desarrollo. Según este enfoque, el individuo está en continua actividad para conocer su mundo y hacer más eficiente su funcionamiento en él, adquiriendo formas cada vez más eficientes para explorar todos los aspectos de su medio ambiente, utilizando sus experiencias pasadas, integrándolas a las actuales y respondiendo a las demandas que se le presenten.

Según Piaget, en la adolescencia se producen importantes cambios en el pensamiento que van unidos a modificaciones en la posición social. El carácter fundamental de la adolescencia es la inserción en la sociedad de los adultos, por ello las características de la adolescencia están muy relacionadas con la sociedad en la que se producen. El individuo se inserta en esa sociedad, pero tiende a modificarla. Para ello elabora planes de vida, lo que consigue gracias a que puede razonar no sólo sobre lo real, sino también sobre lo posible. Las transformaciones afectivas y sociales, van unidas indisolublemente a cambios en el pensamiento.

Piaget establece cuatro etapas a través de las cuales el desarrollo cognoscitivo avanza, y cada una de ellas es muy diferente de las otras. Dichas etapas por las que atraviesa el niño se presenta como resultado de la interacción entre la maduración y el medio ambiente, cada una muestra una forma diferente de cómo el individuo se adapta a su medio ambiente. En cada una de ellas, la organización y estructura del pensamiento del niño difiere de manera cualitativa. Este paso casi a menudo imperceptible entre cada etapa conlleva un gran salto hacia delante en la capacidad del niño para manejar nuevos conceptos.

La secuencia de las etapas y subetapas, nunca varía, tampoco es posible saltarse una etapa, puesto que cada una perfecciona a la anterior y a la vez sienta las bases para la siguiente, las cuales guardan cierta relación con la edad cronológica, sin embargo, éstas son alcanzadas por cada individuo de acuerdo con su propio y único itinerario.

Como ya lo había mencionado, el adolescente de secundaria se encuentra entre los 12 y los 15 años, por lo tanto, la población que nos interesa estudiar en este momento, se encuentra según Piaget, en la etapa de las operaciones formales, ya que en esta fase el adolescente aborda los problemas que tiene que resolver de una manera distinta y mucho más eficaz que los niños de las etapas anteriores. Según el esquema de Piaget “hay una evolución del pensamiento concreto al abstracto y la capacidad de utilizar el pensamiento alcanza su máxima eficiencia. Como consecuencia cambiará su perspectiva del tiempo, desarrollara otras habilidades para comunicar lo que piensa, será capaz de formular hipótesis, corregir falsos supuestos, considerará otras alternativas cada vez mas complejas y establecerá sus propias conclusiones”<sup>22</sup> Por otro lado es en esta etapa cuando la vida del ser humano completa el desarrollo de la inteligencia.

---

<sup>22</sup> Velasco, Leticia. Desarrollo *Bio-psico-sexual*. En: *Salud y Sexualidad en la Adolescencia y la Juventud*. Editorial Pax. México 2002. Pág. 15

El adolescente va a ser capaz de utilizar estrategias, como la de ir variando un factor cada vez, es decir, de disociar los factores, para determinar el efecto causal que tiene cada uno de ellos sobre el resultado.

Por otro lado, la utilización de un razonamiento sobre lo posible exige que el razonamiento sea verbal. Mientras que hasta la etapa anterior el niño solo podía actuar sobre las cosas, ahora va a hablar sobre las cosas, además de actuar sobre ellas; entonces, el lenguaje pasa a ocupar un papel mucho más importante, pues lo posible sólo puede formularse en términos verbales.

También el sujeto va a ser capaz, y va a necesitar hacer deducciones de sus hipótesis.

Puede decirse que el curso del desarrollo intelectual es un camino progresivo hacia una mayor dependencia de principios lógicos y una creciente independencia respecto de la realidad inmediata.

De acuerdo con todo lo anterior, podemos afirmar que el período formal supone una gigantesca ampliación de las posibilidades de resolución de los problemas, lo cual es indispensable para vivir y desenvolverse en un mundo que cambia rápidamente, en el que es necesario manejar continuamente mucha información, siendo éstas características de la sociedad en que vivimos.

El adolescente empieza a desarrollar aptitud para el nivel más elevado del pensamiento abstracto, encontramos en él un gusto y un manejo mucho más fácil de las abstracciones. El adolescente se aventura más con su pensamiento y juega con él como el niño jugaba con las cosas, manipulándolas y experimentando sus propiedades. Hablamos entonces, que el adolescente es un teórico, a diferencia de las etapas anteriores.

En resumen, podemos decir que el adolescente es mucho más capaz que el niño de interpretar la exigencia y, sobre todo, de manipularla, de crear condiciones para poder observar un fenómeno, en una palabra de aislar las variables que producen un fenómeno. Es capaz también, de formular hipótesis de examinar si son ciertas o falsas etc. Su razonamiento es un arma muy potente para entender el mundo.

El pensamiento formal es una arma muy sofisticada y poderosa que permite resolver problemas complejos de una forma característica de la ciencia. Pero eso no quiere decir que los sujetos que han alcanzado el nivel del pensamiento formal lo utilicen siempre para resolver todas las tareas que se le presentan. En la edad adulta seguimos utilizando una gran cantidad de esquemas sensoriomotores y concretos.

Por lo tanto, se deberá tomar en cuenta que aunque los sujetos desarrollan el pensamiento formal entre los 15 y 20 años, dependerá de sus aptitudes, de sus capacidades para servirse de él, de factores afectivos y sociales, el cómo utilice esas estructuras formales.

Ya que, “ante los problemas físicos y biológicos, el adolescente es capaz de adoptar esa actitud de búsqueda, de experimentación y reflexión, también ante los problemas personales y sociales, de la misma manera puede reflexionar sobre sí mismo y sobre el mundo cotidiano, el inmediato familiar, el mediato de su sociedad, en el universo mismo”<sup>23</sup> Solo a partir de ese momento el adolescente empieza a entender la situación política, económica y social de su entorno, intenta conocer cómo se mueve el gobierno, cuál es la función de los partidos políticos, la utilidad de las leyes, las reglas y normas sociales, las problemáticas de la pareja, problemas de salud (alcoholismo y drogadicción), etc., por mencionar algunos ejemplos.

### **1.9. Teoría del Aprendizaje Social.**

Esta teoría psicológica propuesta por Bandura, es basada en los principios del aprendizaje, la persona y su cognición junto a los aspectos del ambiente en que lleva a cabo la conducta; varios de los programas preventivos más eficaces parten de la misma, utilizan algunos de sus componentes o los sustentan junto a otras teorías.

Para fines de esta tesis considero que esta teoría es una de las más importantes ya que el niño basa su aprendizaje de lo que observa, y los adolescentes son especialmente sensibles a percibir los mensajes de sus iguales, las motivaciones y las perspectivas de los otros, y los identifican como propios.

Ahora bien, “el nuevo hombre con predominio del hemisferio derecho, comprende sobre todo un modo sensitivo, dejando que vibren todos sus sentidos. Conoce a través de sensaciones. Reacciona ante los estímulos de los sentidos, no ante las argumentaciones de la razón”<sup>24</sup>.

Esta teoría propone que toda conducta es el resultado de un aprendizaje social.

Se acepta que el ser y hacer de un adolescente en gran parte se relaciona con la conducta social de su familia, la escuela y el barrio donde pasó la infancia y transcurre la adolescencia. La conducta final del joven en gran parte se vinculará con los reforzadores conductuales sociales predominen y elegidos en cada contexto. El

---

<sup>23</sup> Merino Gamiño, Carmen. *Identidad y Plan de vida en la Adolescencia Media y Tardía*. En: Perfiles Educativos. N°. 60. Año 1999. pág. 46

<sup>24</sup> Luna Cárdenas, Juan. *La Educación Audiovisual*. Editorial Porrúa. México, 1966. Pág. 26

concepto de autosuficiencia propone que los jóvenes solo actúan con verdadero esmero y voluntad para alcanzar una meta y una recompensa en la medida del conocimiento, la habilidad y la seguridad que pueden alcanzarla. Esto es si un joven no está convencido de que puede lograr lo que se propone independientemente del esfuerzo que haga y lo favorecedor del medio, la probabilidad de que lo consiga disminuye notablemente.

“El aprendizaje vicario, observacional o mediante modelo se define como el proceso de aprendizaje por observación en el que la conducta de un individuo o grupo –el modelo– actúa como estímulo de pensamientos, actitudes o conductas similares por parte de otro individuo que observa la actuación del modelo”<sup>25</sup>

Esto lo podemos observar en los adolescentes cuando se enfrentan a los medios de comunicación y los mensajes que se encuentran implícitos en cada uno de ellos la publicidad subliminal que actúa como modelo en cada uno de sus actos o en la formación de su personalidad y su identidad.

Bandura sosteniendo una concepción de interacción basada en una reciprocidad triádica, propone el modelo de determinismo recíproco entre la conducta, los factores cognitivos y otros personales, y las influencias ambientales, señalan que estos operan de manera interactivo como determinantes de cada una de las otras.

La relativa influencia ejercida por los tres tipos de factores interactuantes variará para diferentes actividades, diferentes individuos y diferentes circunstancias. Los tres factores no interactúan de modo totalmente simultáneo, sino secuencialmente en transcurso del tiempo

La Teoría Cognitiva Social, puede resultar de una considerable utilidad para explicar el proceso que, a nivel de cogniciones (expectativas, creencias, pensamientos), encausa a un sujeto hacia una conducta de consumo. Los determinantes dentro de este modelo son los significados funcionales unidos a la conducta de consumo en combinación con la eficacia esperada de conductas alternativas. Es decir, las cogniciones funcionan como detonadores de la decisión de consumo/no consumo, ya que, debido a los altos niveles de estrés y, no tener la percepción de conductas alternativas, se inician los episodios de consumo para pasar a los hábitos.

De manera, que considero esencial el enfoque de estas teorías, ya que el sujeto desde niño se va desarrollando dentro de los aspectos que se mencionaron en cada una de ellas.

---

<sup>25</sup> Centros de Integración Juvenil. Modelos y Métodos de Evaluación de Programas Preventivos del Uso de drogas. Subdirección de Investigación. México 2005. Pág. 15

## CAPÍTULO II

### El adolescente y las drogas.

#### 2.1. Concepto de drogas

Hablar de la salud integral, así como de las actitudes que dañan la salud física, mental y social, necesariamente lleva a reflexionar acerca del uso, abuso y dependencia de sustancias (drogas), tema conocido también como adicciones.

En la adolescencia se producen importantes cambios físicos, emocionales, sociales y psicológicos que provocan cierta confusión, sentimientos encontrados o angustia en las personas, haciéndolas un grupo con riesgo de caer en las adicciones.

En la etapa adolescente existe un alto riesgo de abusar y depender de las drogas, en realidad, es el sector de la población más expuesto a este problema.

El fenómeno del consumo y la dependencia hacia las sustancias en la adolescencia es un problema social y de salud muy grave.

No es un tema de moda ni una actividad que haya comenzado a practicarse recientemente. Desde épocas remotas, diferentes civilizaciones han utilizado sustancias con fines medicinales, religiosos o de evasión; sin embargo, los efectos sociales de esta actividad no tenían la dimensión que se presenta actualmente.

La producción y consumo de sustancias tóxicas, en los llamados países occidentales, tuvieron auge después de la segunda mitad del siglo XX. Especialmente en la década de los 60, cuando con su consumo se pretendía crear un paraíso artificial en el cual evadirse de la gran crisis social, económica, política y cultural en que estaba sumergido el mundo.

La situación del consumo se agravó con la formación de redes internacionales de tráfico y comercio (denominadas carteles), que aportan enormes ganancias a todas las mafias del mundo.

Las consecuencias sociales y económicas del consumo y comercialización de estas sustancias es tan grave que muchos países han unido sus esfuerzos para combatir su uso, tráfico y comercialización.

Debido a ello considero necesario que se den a conocer las causas de que en esta época los adolescentes estén más vulnerables ante las adicciones.

Actualmente nuestro país se encuentra inmerso en una profunda crisis, no sólo económica, sino política y social. Esto lo vemos reflejado en diversos ámbitos dentro de la sociedad. Y directamente con la juventud, ya que es donde considero que estos problemas repercuten con mayor intensidad, sobre todo en los adolescentes, quienes en esta etapa ya se encuentran en una problemática característica de esta fase y si a esto le agregamos que se desarrolla en una familia disfuncional, las adicciones se presentan como un problema multifactorial.

“Las realidades cotidianas resultan cada día difíciles de asumir. No resulta extraño que muchas personas recurran a remedios fáciles, a sustitutos, para hacerles frente: alcohol, tabaco, medicamentos. Vienen a hacerlas el aceite que permite que toda la maquinaria social funcione”<sup>26</sup>

“La droga está ahí, acechando a sus victimas en la calle, los centros de diversión, las escuelas y universidades, las tiendas, las fiestas, los bolsillos de los amigos, bajo la apariencia inocente de un caramelo, de unas jícamas con chille o de una paleta helada”<sup>27</sup>

.Para comprender en qué consiste la farmacodependencia es necesario definir dicho término: la Organización Mundial de la salud (OMS), desde 1969 señaló farmacodependencia como: “el estado psíquico y a veces físico causado por la interacción entre un organismo vivo y un fármaco, caracterizado por modificaciones del comportamiento y por otras reacciones que comprenden siempre un impulso irreprimible a tomar el fármaco en forma continua o periódica a fin de experimentar efectos psíquicos y a veces para evitar el malestar producido por la privación”<sup>28</sup>

La farmacodependencia es pues un fenómeno social muy complejo que sigue propagándose constantemente y cuyos alcances lo han convertido en un verdadero problema de salud pública.

Las actuales condiciones sociales propician el consumo de dichas drogas y la mejor alternativa considerada por los expertos como la mas pertinente y situada en primer nivel ante el problema se centra en la prevención primaria la cual está basada en la educación para la vida, para la salud.

Por lo que podemos inferir que la drogadicción se perfila como un problema en el que interactúan múltiples factores, lo que la convierte en un tema muy complejo.

---

<sup>26</sup> Vega, Armando. *Las Drogas ¿Un Problema Educativo?* Editorial Diálogos en Educación. Colombia, 1992. Pág. 13

<sup>27</sup> La comunidad de Encuentro. *Las Adicciones y las Disfunciones en la Familia*. Editorial Trillas. México 1998. Pág. 19

<sup>28</sup> Centros de Integración Juvenil. A.C. *Guía Técnica. Información Preventiva*. México 2003. Pág. 48

Sin embargo, es posible delimitar tres factores esenciales: la cultura, la familia y el individuo, ya que nos desarrollamos actualmente en una cultura que propicia y promueve el consumo de diversas drogas tanto legales como ilegales, la disponibilidad de las mismas, el ejemplo de familiares y amigos, la familia disfuncional, la falta de difusión de programas preventivos y educativos que propicien factores de protección, y su puesta en práctica, los cambios y las crisis económicas, sociales y de valores, la falta de oportunidades y alternativas, recreativas, deportivas, y artísticas, para los jóvenes, los cambios en el sistemas de roles y valores, el narcotráfico y todas sus implicaciones, entre las que se encuentra la corrupción y denigración en los diversos sectores sociales, desde consumidores vendedores directos e indirectos hasta servidores públicos, así como la promoción que realizan los diversos medios de información masiva, en el devenir del contexto social cotidiano, son entre otros, algunos de los aspectos sociales que abren las puertas a la farmacodependencia.

“El consumo de drogas en la juventud contemporánea, plantea nuevos problemas y desafíos que sin duda redundarán en consecuencias de vasto alcance en la sociedad. El problema de la farmacodependencia ha adquirido en la actualidad proporciones epidémicas que obligan a preguntarse: ¿por qué la droga es consumida tan frecuentemente por la juventud? Las estadísticas y la información sobre estas nos dice que el número de jóvenes en relación con drogas es cada vez mayor”<sup>29</sup>

Hay sin duda un sin fin de respuestas a esta pregunta formulada por el autor, ya que podemos observar las causas mas comunes en: factores sociales, familiares, grupales e individuales, que requieren para su solución de la interacción de diversas instituciones.

Conocer los posibles factores que inciden para que el adolescente sea un potencial adicto, serán herramienta fundamental, que los padres de familia deben de manejar para en lo posible ayudar a corregir conductas propias de su personalidad.

El uso y abuso de la droga en los adolescentes es un fenómeno dinámico que asume caracteres específicos en diversos contextos. Se observa su dinamismo en que en los últimos 20 años el patrón para el uso y abuso de drogas en los adolescentes ha cambiado.

La generación actual de adolescentes y pos-adolescentes se divide en dos grupos: uno constituido por aquellos en contacto principalmente con marihuana, LSD, drogas alucinógenas y estimulantes psíquicos, y el otro por aquellos que usan drogas más potentes como la heroína. Según algunas apreciaciones, los preadolescentes y adolescentes de la generación pasada que consumían drogas eran pocos y generalmente

---

<sup>29</sup> Llañes Briceño, Jorge. *La Juventud y las Drogas*. Editorial concepto. S.A. México, 1982. Pág. 92.



marginados, procedentes de las grandes ciudades; en la actual generación el uso de las drogas ha tenido una mayor aceptación social y ésta es una notable diferencia de generaciones anteriores. Sin embargo, tienen interés en el cambio de patrones de conducta respecto de las drogas. En grupos de psicoterapia hace quince o veinte años, los adolescentes hablaban sobre las drogas como una forma de escape o evasión, hoy día consideran el consumo de drogas como la posibilidad de introducirse a una nueva dimensión y encontrar nuevos caminos de resolución a problemáticas sociales y personales.

Se dice que el individuo puede entrar en uno de estos dos estados de dependencia, ya sea psíquica o física.

La combinación de fenómenos psicobiológicos y sociales, junto con la inestabilidad emocional hacen de la adolescencia un periodo de difícil adaptación; este hecho se acrecienta por posiciones sociales tan importantes como las ya descritas.

“Aunque las adicciones se pueden adquirir en todas las etapas de la vida, la mayoría de los adictos se inician en la adolescencia, considerándose éste el periodo de mayor riesgo, hasta los 25 años”<sup>30</sup>

Cada vez son más los consumidores de alcohol y tabaco, jóvenes o adolescentes. Las razones de éstos son varias, pero en nuestra sociedad, hoy día, es común ver que incluso los niños lo consuman. En ello influye la curiosidad, o la presión de los amigos, el deseo de vencer la timidez, el querer sentirse independiente, el aparentar mayor edad, el identificarse con los adultos bebedores, la rebeldía, la enorme fuerza persuasiva con que se administra la publicidad para el consumo de alcohol y tabaco, etc., pero hay un riesgo más, que consiste en iniciarse en la farmacodependencia, es decir, en consumir drogas más fuertes porque ya se ha adquirido la tendencia de procurarse una euforia artificial.

La nicotina es una de las sustancias más adictivas conocidas, siendo muy fácil y frecuente que los menores adquieran su hábito. ¿Es realmente el tabaquismo temprano un factor que predispone a la farmacodependencia? Los investigadores consideran que sí, porque es frecuente que los adictos a las drogas y al alcohol hayan sido fumadores antes de iniciarse en otros hábitos. La razón es que deben vencer el malestar que se presenta cuando se empieza a fumar. Pero cuando se vuelve un hábito en ellos, recurren con más facilidad a drogas como la marihuana. Además, al hacerse dependiente de una sustancia química la persona renuncia a su autonomía y se hace más vulnerable a otras sustancias cuyos efectos son similares.

---

<sup>30</sup> Idem.

## 2.2. Uso y abuso de drogas

Cada año aumenta el número de jóvenes que consumen alguna droga. Algunos sólo han probado en una ocasión, lo cual no indica que sean adictos; sin embargo, sí están en riesgo de serlo. Los niños y jóvenes son los más vulnerables, pues se encuentran en una etapa de la vida en la que se está desarrollando su propia personalidad, su identidad, hay cambios importantes, cuestionan las figuras de autoridad, etc.

En esta etapa también la vida social cambia, el grupo de amigos se torna más importante, es aquí cuando el adolescente quiere sentirse popular y aceptado. Pasa más tiempo con el grupo de amigos, fuera de su hogar, ésto estimula la curiosidad por realizar actos peligrosos que los hagan sentirse diferentes a los demás.

Otra de las causas que provocan el consumo de alguna droga, se debe a la falta de información sobre las consecuencias, por un espíritu de rebeldía; el hecho de que sean prohibidas las hacen atractivas al adolescente, implica un reto a la autoridad, también movidos por la curiosidad.

Es de todos conocido que el uso de drogas no es un fenómeno sólo de nuestra juventud actual sin embargo, el consumo de nuestros días se presenta con dos características específicas:

- a) “existe una mayor aceptación social de las drogas, es decir, ha dejado de ser un problema de un grupo de individuos, una elite o grupos específicos en total marginación respecto a su contexto social,
- b) la incidencia de su consumo”<sup>31</sup>

El uso actual de drogas entre adolescentes ha llegado a niveles de epidemia que lo convierten en un problema de salud pública en la mayoría de los países.

El problema es tan grave que diversas dependencias públicas e instituciones privadas realizan esfuerzos y destinan recursos para elaborar campañas para la prevención de las adicciones.

Dicho fenómeno afecta profundamente a nuestra sociedad actual, el uso y el abuso de drogas, particularmente consumidas por la población de jóvenes cada vez se da a edades mas cortas

Para fines de esta tesis solo se manejarán las sustancias adictivas de inicio que son alcohol y tabaco.

---

<sup>31</sup> Centros de Integración Juvenil. A.C. *¿Cómo Proteger a tus Hijos Contra las Drogas? Guía Práctica para Padres de Familia*. México 2002. Pág.. 63.

Ahora bien, droga es toda aquella sustancia que al consumirse actúa directamente sobre el sistema nervioso central produciendo cambios y alteraciones significativos en el organismo, en la conducta y en el estado de ánimo.

“Es cualquier sustancia que, una vez introducida en el organismo a través de distintas vías (esnifada, inyectada, fumada, tragada o inhalada), tiene capacidad para alterar ciertas funciones corporales, sensaciones, estado de ánimo o percepciones sensoriales”<sup>32</sup>

El consumo de la misma puede llegar a causar una dependencia tanto física como psíquica, llegando a convertirse en una necesidad irrefrenable de seguir consumiéndose, convirtiéndose en adicción.

El síndrome de abstinencia consiste en un gran malestar y ansiedad ocasionada por no consumir la droga en lapsos determinados; y para ser evitado, el usuario necesita volver a utilizar la sustancia, aumentando constantemente la dosis para conseguir el mismo efecto y otros más placenteros.

Cuando una droga ya no satisface la necesidad buscada por el consumidor, éste recurre a drogas cada vez más fuertes pudiendo llegar a la sobredosis que pueden causar la muerte, o a lesiones cerebrales irreversibles.

Evidentemente, muerte, graves lesiones cerebrales irreversibles, desintegración familiar, incremento en la delincuencia, de la violencia, accidentes, narcotráfico y deserción escolar son algunas de las consecuencias de la farmacodependencia.

Como las drogas son sustancias cuyos componentes químicos alteran las funciones normales de los seres humanos, podemos observar que existen sustancias como el alcohol y la nicotina (tabaco) que se expenden en forma legal; otras consideradas ilícitas porque su producción, distribución y venta, además de ser clandestinas, representan serios problemas por los fuertes daños que producen en la salud.

Por lo tanto, podemos ver que la mayoría de las drogas tienen la particularidad de producir adicción, ya que poseen efectos aparentemente placenteros que suelen llevar a quienes las prueban a buscarlas nueva y reiteradamente para experimentar dichos efectos. Aunque esto no ocurre en todos los casos, las personas psicológicamente más vulnerables tienden a recurrir a ellas con más frecuencia y en cantidades cada vez más fuertes. Este fenómeno se denomina tolerancia y está encadenado a otra situación que se conoce como dependencia.

La dependencia puede ser física y psicológica. La primera se presenta cuando los agentes químicos de las sustancias invaden el cuerpo y el cerebro. La segunda es el estado emocional de búsqueda vehemente de la sustancia.

---

<sup>32</sup> Centros de Integración Juvenil. *Conceptos Básicos en Drogodependencias*. México 1969. Pág. 7

Uno y otro se manifiesta por tensión, dolores abdominales, sudoración, inquietud, desesperación, etc., que generan una fuerte necesidad de ingerirla de nuevo en forma compulsiva, para evitar sensaciones desagradables que vienen cuando desaparecen los efectos placenteros. Es por ambos fenómenos (tolerancia y dependencia) que del uso ocasional de las drogas, o puede pasarse al abuso de las legales como de las ilegales.

El alcohol y el tabaco son de uso común desde edades tempranas al igual que drogas ilegales como la marihuana, la cocaína, los inhalables y otras.

### **2.3. Alcohol**

El alcohol se consume desde hace siglos en todo el mundo, por distintos motivos relacionados con situaciones culturales y sociales, como fiestas y celebraciones. En ocasiones, algunas personas intentan convencer a otras para que beban. A través de la televisión, la radio y anuncios en la calle se transmiten mensajes que invitan a tomar bebidas alcohólicas. Sin embargo, cada persona adulta tiene la responsabilidad de actuar con prudencia, sin admitir la insistencia de otros.

El alcohol es una sustancia que acompaña múltiples actos de orden social, el consumo de cerveza y bebidas preparadas con brandy, ron, tequila, whisy, vodka, etc., suelen pasar de ser ocasional o social a habitual, provocando lo que conocemos como alcoholismo.

Más aun hemos observado que en los últimos años (a partir de la década de los ochenta) se ha dado un aumento espectacular en el consumo de alcohol por parte de la población adolescente y juvenil.

Es preocupante que cada año que pasa se adelante más la edad en la que los adolescentes se inician en el consumo de bebidas alcohólicas. No se trata de un fenómeno actual, sino programado en algunos sectores del negocio del alcohol.

Un ejemplo de ello es la actual proliferación de discotecas para preadolescente. Con ellas se pretende “sembrar”, predisponer a los niños hacia esa forma tan “sana” de llenar su tiempo libre.

El consumo de alcohol tiene, para muchos jóvenes de hoy, un simbolismo cultural. Significa que uno ya puede ser aceptado en el grupo de diversión (muchas veces no llega a ser grupo de verdaderos amigos).

También significa que se pertenece a la generación de joven y que ya se es mayor.

El alcohol es, para estos jóvenes, un rito colectivo y un actor de relación personal.

Es también la llave que abre la puerta del ocio y de la libertad.

Uno de los rasgos más característicos de esta cultura juvenil es la conducta excesiva.

El exceso de alcohol genera en los jóvenes violencia e impulsos destructivos. También desarrolla la tendencia al riesgo e incluso al suicidio.

Se trata no del riesgo justificado, con sentido, sino del riesgo por el riesgo.

Así se explica por qué algunos de ellos mezclan nuevas sustancias con la bebida habitual; por qué otros mantienen relaciones sexuales con personas desconocidas y sin tomar ninguna precaución; por qué muchos conducen un vehículo bajo los efectos del alcohol. Las consecuencias están relatadas, cada lunes, en las páginas de sucesos de los periódicos: peleas, comas etílicos, accidentes de carretera por nombrar algunos de ellos.

En la primera etapa de la embriaguez el alcohol actúa como excitante produciendo un estado transitorio de euforia. En una segunda etapa actúa como narcótico, provocando un estado de sopor que lleva al olvido de las situaciones desagradables de la vida. La tercera etapa es la que corrientemente se denomina resaca: después de una borrachera vienen los dolores de cabeza, las náuseas y vómitos, los temblores, etc.

Si estas borracheras se repiten con alguna frecuencia, se puede llegar a ser un alcohólico crónico.

La acción del alcohol se localiza en el cerebro. Por eso, su uso inmoderado perturba el funcionamiento de algunas funciones: disminuye la agudeza de la percepción; debilita la memoria, haciendo que se tengan lagunas mentales, tanto cuando se está bebido como en los días siguientes; produce una pérdida progresiva de su autocontrol. También perturba algunos hábitos relacionados con las restricciones de la libertad (cumplir reglas, aceptar prohibiciones, etc.) Dejando así abierta la puerta para los comportamientos más primitivos.

El alcohol es un depresor del sistema nervioso central, que en pequeñas cantidades, puede generar una sensación de liberación, relajación y alegría, es por eso que en ocasiones se piensa que el alcohol es un estimulante. En dosis mayores se produce la embriaguez, caracterizada por alteraciones del comportamiento, reducción de la facultad de autocrítica, falta de juicio, mala coordinación de los movimientos y alteración de la capacidad perceptiva, y si la depresión del sistema nervioso central es intensa puede llegar hasta el coma.

Es necesario aclarar que la mayoría de las consecuencias y/o daños a corto plazo provocados por el alcohol pueden presentarse desde la primera ingesta, dependiendo de la cantidad de alcohol que se consuma y pueden ser tan severos hasta llegar a la muerte;

mientras que algunos otros padecimientos como la cirrosis, las úlceras y el deterioro de algunos órganos, sobre todo del aparato digestivo, se llevarán más tiempo.

Es conveniente que los adolescentes sepan que el mayor índice de muertes en jóvenes y adolescentes corresponde a accidentes automovilísticos en estado de ebriedad.

El organismo es capaz de eliminar 1 onza de alcohol por hora y kilo de peso; es decir, una persona elimina en una hora menos cantidad de alcohol que la contenida en una bebida estándar, lo cual indica que la velocidad cantidad de alcohol que se ingieras serán factores determinantes para pasar del uso al abuso.

#### **2.4. Tabaco**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que el hábito de fumar cigarrillos es causa directa o indirecta de cerca de 8,242 muertes por día y cuatro millones al año en el mundo. En México se estima que 122 personas mueren diariamente por causas asociadas al tabaco

La Encuesta Nacional de Adicciones de 1998, señala que en México, el 27.7% de la población urbana entre 12 y 65 años fuman (13 millones de personas), 57.4% no fuma y el 14.8% refirió ser exfumador

Respecto al genero, esta misma encuesta, reportó que el 42.9 de los varones fuma, en comparación con el 16.3% de mujeres.

En la Encuesta Nacional sobre el uso de Drogas entre la Comunidad Escolar de 1991, (nivel secundaria y bachillerato) se registró que una tercera parte de los estudiantes había tenido experiencias con el tabaco, en 17 de cada 100 casos esto ocurrió en el último año, y 10% fumaron en el mes anterior del estudio. 3% afirmó fumar a diario. La edad más crítica para iniciar el consumo de tabaco es entre los 11 y los 14 años. Aunque 4.9% de la muestra reportó haber tenido su experiencia con esta sustancia antes de los 10 años, prácticamente todos los usuarios se iniciaron antes de tener edad legal para adquirir esta droga.

Sin embargo, podemos darnos cuenta que a estas cifras aportadas por los Centros de Integración Juvenil se han ido incrementando día con día y esto lo podemos constatar con la información que proporcionan los medios de información masiva.

De tal manera que es necesario que el adolescente este informado tanto de las cifras y el daño que tiene en la salud.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el tabaquismo es una dependencia a la nicotina contenida en las hojas de la planta del tabaco. Pero además, al fumar se liberan más de 4000 sustancias químicas, muchas de ellas dañinas, incluso

cancerígenas. Cada vez que se inhala el humo del tabaco, pequeñas cantidades de estas sustancias invaden los pulmones, ocasionando que los cilios de las vías respiratorias dejen de funcionar adecuadamente y provoquen la acumulación de polvo, polen y las propias sustancias del tabaco.

El humo del tabaco contiene importantes sustancias tóxicas, entre las principales, se encuentran:

**Nicotina.** Es una sustancia que actúa como estimulante del sistema nervioso, acelera los latidos del corazón, incrementa la presión arterial y estrecha los vasos sanguíneos. La nicotina es la causante de la dependencia física provocada por el tabaco y, por tanto, de que cuando se suprime bruscamente su consumo aparezcan diversas molestias.

**Alquitrán.** Es el nombre utilizado comúnmente para denominar la mezcla de sustancias que se produce cuando el tabaco arde y que se deposita en los pulmones. La coloración de su concentrado es de aspecto marrón. Se ha demostrado su relación directa con la aparición del cáncer de pulmón y otro tipo de tumores

**Monóxido de carbono.** Es un gas tóxico que se adhiere a la hemoglobina de la sangre y hace disminuir la capacidad de ésta para abastecer al organismo de la cantidad de oxígeno que necesita.

**Gases irritantes.** Son los responsables de las toses, faringitis, catarros, bronquitis tan habituales en los fumadores. Actúan alterando los mecanismos defensivos del pulmón y favoreciendo las infecciones.

El humo de un cigarro contiene más de 4,000 sustancias químicas, de las cuales 40 pueden causar cáncer.

Debido a la gran cantidad de componentes químicos del tabaco, las investigaciones han demostrado que algunas afecciones inmediatas que impactan directamente a la mujer fumadora son: cabello reseco, cutis seco y arrugas prematuras mala cicatrización, mal aliento, inflamación en las encías.

Una de las principales partes que se afecta en el organismo por el consumo de tabaco es la boca, ya que el humo contiene agentes químicos que al entrar en contacto con las bacterias que están siempre presentes en la boca, contribuyen a la formación de ácidos que dañan lentamente el esmalte. Primero aparecen manchas en las piezas dentales, que ocasionan mal aliento y pueden producir caries. También se pueden debilitar las encías, provocando sangrados o incluso la pérdida de piezas dentales.

Fumar aumenta el riesgo de padecer enfermedades respiratorias, desde catarros y

bronquitis hasta otras que pueden ser mortales, como el enfisema pulmonar y el cáncer. El enfisema pulmonar es una enfermedad crónica obstructiva de los pulmones, que se caracteriza por la pérdida de elasticidad de sus tejidos y la obstrucción progresiva de los alvéolos; esto provoca dificultad para la inspiración normal y para el intercambio gaseoso. El síntoma más frecuente es el ahogo, seguido de tos cuando la persona hace cualquier esfuerzo físico. El 80% de los casos de enfisema pulmonar se deben al consumo de tabaco; otras causas son haber respirado durante mucho tiempo polvos en minas, madererías o canteras.

El cáncer es una enfermedad ocasionada por la proliferación de células que se producen sin control; algunas veces forman aglomeraciones denominadas tumores. La acumulación de células cancerosas en cualquier parte del cuerpo provoca serios daños a los tejidos normales; en los pulmones puede obstruir los alvéolos, las arterias y las venas. El humo del tabaco también puede provocar cáncer en lengua y garganta.

## **2.5. Daños a largo plazo**

Ser fumador es un factor de riesgo para desarrollar arteroesclerosis en la arteria que provee de sangre al pene: la erección de éste es un fenómeno de congestión vascular (llegada y acumulación intensa de sangre en el pene). Si esas arterias se obstruyen la erección no sería posible. La arteroesclerosis es un proceso que cierra lentamente las arterias por acumulación de grasas en sus paredes.

Diversas investigaciones afirman que el tabaquismo constituye una enfermedad que se relaciona con distintos tipos de cáncer como son: pulmón, laringe, cavidad bucal, páncreas, vejiga y riñón, entre otros; así como enfermedades del corazón, enfermedades vasculares, cerebrales, bronquitis crónica, enfisema y enfermedad pulmonar obstructiva crónica.

En los hombres el riesgo de desarrollar cáncer es de 5 a 20 veces mayor en los que son fumadores en comparación con los que no lo son.

Los jóvenes que inician el consumo de tabaco antes de los 18 años de edad, tienen mayor probabilidad de desarrollar una adicción a la nicotina difícil de abandonar. Asimismo es más probable que experimenten con otras drogas.

“Generalmente cuando se carece de una información objetiva en torno a un fenómeno, el consumo de drogas en este caso, se tienden a generar algunas explicaciones basadas en el sentido común, el cual tiene una importancia fundamental respecto a la configuración del conocimiento a partir del cual las personas orientan su actitudes. Por



ello, es fundamental realizar una desarticulación de las ideas que conforman ese conocimiento, retomándolas y compararlas en una información más verídica y basada en investigaciones con cierto rigor científico. Esta desarticulación (o desconstrucción del objeto), abre las posibilidades de elevar la competencia comunicativa<sup>33</sup>

Los mitos más comunes sobre el consumo de tabaco son:

El tabaco da personalidad.

El tabaco disminuye el estrés, relaja y tranquiliza.

El tabaco quita el frío.

El tabaco hace sentir y parecer mayor.

El tabaco ayuda a no engordar.

El consumir tabaco ayuda a relacionarse.

El tabaco sólo afecta si se fuma en exceso.

El tabaco ayuda a la digestión.

Por eso es importante que se desmitifique éstos para que los adolescentes tengan la información necesaria y que no se dejen llevar por falsos mitos.

## **2.6. Riesgos asociados.**

Cuando los padres no fuman y no aprueban que sus hijos fumen, será menor el porcentaje de adolescentes que se convertirán en fumadores (10%). Sin embargo, si los padres son fumadores y se muestran indiferentes a tabaquismo de sus hijos, será más alto el porcentaje (32.5%) de adolescentes que fumarán.

Muchas personas piensan que el hecho de no fumar y convivir con fumadores no es peligroso y no causa daño alguno en el organismo, sin embargo, es necesario que los jóvenes sepan que el humo del cigarrillo es dañino tanto para el fumador como para las personas que se encuentran a su alrededor.

La toxicidad del humo procedente de la combustión del tabaco cuando se quema lentamente en el cenicero, es mucho mayor. El alquitrán forma parte de la fase articulada del humo, que es respirado no sólo por el fumador activo sino también por el fumador pasivo.

El cigarrillo no sólo amenaza la salud de los fumadores, sino también de quienes los rodean. Las personas que trabajan o conviven con fumadores, resultan afectados porque respiran el humo que queda en el ambiente, y pueden padecer enfermedades como:

---

<sup>33</sup> Centros de Integración Juvenil. *La información y los Procesos Comunicativos en la Prevención del Consumo de Drogas. En Modelos Preventivos* de CIJ. México 1999. Pág. 56

Cáncer de pulmón, bronquitis crónica, faringitis, rinitis, infecciones respiratorias agudas.

Es de vital importancia que los adolescentes y la familia tengan la información adecuada para prevenir las adicciones del alcohol y el tabaco ya que se consideran las drogas de inicio.

No podemos dejar de lado la publicidad del tabaco ya que se producen mensajes no sólo para propiciar la selección entre marcas de cigarrillos por los fumadores, sino para promover e inducir el consumo de tabaco, especialmente en los jóvenes.

Sin embargo, la madurez, el éxito, la popularidad y el atractivo de los jóvenes no depende del uso del tabaco, como se ha enfatizado en la publicidad de los medios de comunicación, sino de la confianza en sí mismos, en carácter, la autoestima y el optimismo, apoyados en la familia, el deporte y la salud.

## **2.7. Problemas asociados al tabaquismo.**

El tabaquismo tiene un alto costo social y familiar. Atender a personas con enfermedades pulmonares crónicas, infartos al miocardio, gangrena por bloqueo de arterias y más de 30 enfermedades que tienen relación con esta adicción, implica invertir cuantiosos recursos. A nivel mundial se registran entre cuatro y cinco millones de muertes al año.

De acuerdo con el Consejo Nacional de las Adicciones de México (encuesta 2002), el gobierno mexicano invierte 30 mil millones de pesos anuales en el tratamiento médico de enfermedades relacionadas con el consumo de tabaco, mientras que sólo recauda 15 mil millones de los impuestos que los fumadores pagan al comprarlo.

Tomando en cuenta los altos costos sociales y sanitarios que acarrea el tabaquismo, se han tomado medidas para su control y prevención, entre las que destacan:

- La inclusión de una advertencia en las cajetillas sobre los efectos nocivos del tabaco en la salud.
- La prohibición de anuncios de cigarrillos en radio y televisión.
- La prohibición de fumar en ciertos lugares públicos.
- Elevar su consumo a través del cobro de más impuestos.
- Sanciones para quienes los venden a menores de edad.

En la mencionada encuesta nacional, se señala que 27% de la población entre 12 y 65 años es fumadora, porcentaje que representa más de 17 millones de habitantes.

Desafortunadamente, entre más joven se comienza a fumar, más fácilmente se cae en la adicción. Por ello, es importante que se haga conciencia de los riesgos que conducen primero al hábito, y luego a la adicción. Algunos son:

- La presión de los amigos para iniciar el hábito.
- Pensar que al fumar te ves “más interesante”, de mayor de edad o más maduro.
- El mito de que al fumar se “calman los nervios” cuando en realidad tiene el efecto contrario.

Durante la adolescencia comienza a definirse el carácter que se tendrá durante la adultez.

## **2.8. La familia como un factor determinante en la prevención de adicciones.**

Es de vital importancia el tema de la familia, debido a que el individuo crece dentro de un núcleo familiar y social y donde desarrolla su propia personalidad, por lo cual, es necesario indagar en este ámbito, para lograr una concepción clara de la compleja problemática que este factor tan importante desempeña en la formación del niño y del joven, con base en las actitudes de los padres y sus repercusiones a futuro en cuanto a las adicciones.

La familia como grupo social es la encargada principal de proporcionar la subsistencia de los hijos, así como la educación de los mismos. Las relaciones que se dan al interior de la familia y los roles que a cada uno de los miembros que la conforman, les corresponde realizar, está permeada por el momento histórico, el contexto social, y las condiciones objetivas de las mismas.

Actualmente, la familia se encuentra sometida normalmente a presiones internas originadas por la evolución y el crecimiento de sus miembros y a la presión externa, que exige la adaptación de cada integrante de la familia a su entorno social. La respuesta a tales demandas exige una transformación constante del comportamiento de cada uno ellos y en sus relaciones mutuas. Así, la familia muestra un desarrollo continuo, experimentando cambios a través del tiempo y atravesando por una serie de etapas que exigen una reestructuración.

Así mismo, “en la cultura de nuestro país la familia ocupa un lugar central. El mexicano considera a la familia como el centro fundamental de sus actividades y referencias”<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> Carrizo B. Héctor y otros. *Sociedad y Sexualidad*. Editorial Conapo. México, 1986. Pág. 71

En esta fase, la tarea principal de los padres es enseñar a sus hijos a ser seres sociales con los demás miembros de la sociedad, ya que de eso dependerá que no crezcan como seres aislados.

En sí todo lo que sucede en la familia, se va a reflejar en la sociedad, las relaciones que en el interior de ella se presentan, la forma de comunicarse, entre otras, va a ser la manera en que la propia familia va actuar, ya que también es influenciada por el exterior. Lo que no hay que perder de vista es que todo lo que hace que una familia se conforme por muy mal que se encuentre, sea lo que sea, se puede cambiar y corregir en cualquier momento, pero lo principal es no olvidar que lo que se debe tomar en consideración para reforzar a cada miembro de la familia es su autoestima individual, la comunicación en el establecimiento y respeto que garanticen la armonía en la familia. “Se cree que la invalidez, y enfermedades físicas así como alteraciones mentales, la delincuencia y otras formas de desajustes en la vida adulta tienen frecuentemente su origen en los años de crecimiento, cuando el niño depende de sus padres. Nuevamente surge aquí la cuestión de saber si estos males no podrían ser prevenidos mediante el adecuado cuidado de los padres y el bienestar familiar”<sup>35</sup>

Una de las tareas básicas de la familia es conocerse. Es obligación de los padres entender a sus hijos; pero también es un imperativo que ellos permitan a sus hijos les conozca. Sólo así podrá haber un diálogo en el núcleo familiar y se logrará que la relación trascendental se de.

En la medida en que se logren tomar acciones concretas a través de una educación para la salud con base en la información relacionada con las actitudes positivas y negativas de los padres, es que se podría lograr no solo prevenir las adicciones, sino también, y como consecuencia la obtención de un mejor nivel en la calidad de vida con base en la concientización de sus aciertos y deficiencias.

Por lo que hay “una necesidad de implementar talleres sobre prevención de farmacodependencia, estimulando al niño y al adolescente a realizar actividades que le beneficien a él y a su comunidad, alternativos a una educación sobre drogas, donde, fundamentalmente, se toquen temas acerca de la familia, su comunidad, desarrollo sexual, físico, psicológico y social de su crecimiento, lo cual permitiría conocer su medio y manejarlo en concordancia con sus posibilidades”<sup>36</sup>

“En la medida en que la familia posea una estructura viable que le permita proveer un sentido de pertenencia a sus miembros, dar apoyo y seguridad, facilite la socialización y

---

<sup>35</sup> Stern. H. *La Educación de los Padres*. Editorial Kapellusz. Buenos Aires, 1967. Pág. 3

<sup>36</sup> Barrera Villalpando. *Taller Sobre Prevención de la Farmacodependencia Dirigido a Maestros*. Tesis UNAM. Pág. 35

permita la individualización favorecerá la gestión de salud en sus integrantes, o bien en la medida en que no pueda adaptarse a cambios internos (evolución natural) o externos (evolución social)”<sup>37</sup>

Por eso los padres de familia deben tener los conocimientos básicos para tratar los puntos clave, que pueden ser las múltiples razones para su consumo, factores sociales y culturales que faciliten o inhiben su uso, la importancia de mantener abierta cierta línea de comunicación y una relación que anime a los hijos a discutir abiertamente sus posiciones ante el consumo de las drogas.

Es imprescindible que ellos tengan toda la información para poder tener herramienta para la protección de sus hijos.

No podemos dejar de lado la influencia de la familia en las diferentes drogodependencias.

“Esta influencia familiar puede manifestarse incluso a nivel de que las drogas sean una forma privilegiada de reducir las tensiones familiares. Por otra parte, hay que recordar que toda influencia social pasa ordinariamente por el tamiz de la familia, que puede amplificar como disminuir sus efectos positivos o negativos”<sup>38</sup>

Al considerar a la familia como un factor de riesgo de la drogadicción, no debemos olvidar que la familia como un sistema que para que funcione y cumpla realmente su cometido necesita de la salud de todos sus miembros.

La comprensión del fenómeno que se presenta en las familias disfuncionales es básica para tener una concepción clara de la problemática y su repercusión en cuando a la salud emocional de sus miembros, ya que la adecuada interacción familiar es un factor determinante dentro del contexto de la prevención.

Ahora bien, una familia disfuncional es aquella en que los miembros juegan roles rígidos y en la cual la comunicación está severamente restringida a las declaraciones que se adecuan a esos roles. Los miembros no tienen libertad para expresar todo un espectro de experiencia, deseos, necesidades y sentimientos, sino que deben limitarse a jugar el papel que se adapte al de los demás miembros de la familia. En todas las familias hay roles, pero a medida que cambian las circunstancias, los miembros también deben cambiar y adaptarse para que la familia siga siendo saludable.

“El proceso de emancipación en vez de efectuarse en forma natural se convierte en un auténtico drama. Las causas se encuentran tanto en la conducta del padre como en la personalidad inmadura y débil del joven. La emancipación no significa la desaparición

---

<sup>37</sup> Revista *INACE*. Año 1 No. 1 Enero/Febrero 1996. Pág. 6

de las relaciones afectivas, sino independencia y creación de nuevos vínculos humanos, a través de las diferentes fases por las que pasa el ser humano, en el caso del drogadicto este proceso ha fracasado por diversos motivos.”<sup>39</sup>

“En una familia disfuncional siempre hay una negación compartida de la realidad. Por serios que sean los problemas, la familia no se vuelve disfuncional a menos que se produzca la negación. Mas aún, si algún miembro de la familia intentara liberarse de esa negación, por ejemplo describiendo en términos precisos la situación familiar, el resto de la familia se resistiría con fuerza a esa percepción”<sup>40</sup>

La negación es un sistema protector, un mecanismo de defensa para lograr en cierta medida el control sobre algunas situaciones realmente incómoda, que llega a causar dolor, en el caso de la familia enferma existe tanto dolor que la realidad es negada radicalmente para evitarlo.

Cabe mencionar que la adicción se puede dar en familias donde la madre o el padre están ausentes o en donde alguno de los dos tiene ya problemas de alcoholismo, tabaquismo o drogadicción. Sin embargo, las investigaciones han demostrado que las adicciones en los hijos se dan en mayor grado en las familias intactas o integradas.

Otro aspecto importante de mencionar es la influencia que ejercen los padres con la fuerza del ejemplo, ya que los niños o jóvenes al ver en sus padres el consumo de diferentes estimulantes, ya sea para socializar o para otros fines, llegan a reproducir en ocasiones la misma conducta ante situaciones similares en su vida, de una manera irresponsable o sin control alguno.

“Un factor psicológico adicional que contribuye para el surgimiento de la adicción, es la interacción familiar”<sup>41</sup>

Por ejemplo, los niños aprenden que hay un mecanismo ampliamente aceptado y buscado en el grupo familiar y social, cuyo objetivo es la alteración de la percepción y de la conciencia, el uso del alcohol. Este mecanismo es un mensaje sistemático que los niños reciben y aprenden en el seno de la familia, en la televisión, en las fiestas o reuniones sociales etc. Al igual que sucede con muchas otras conductas adictivas y socialmente aceptadas, cuando el niño ve que el consumo del alcohol es permitido y que sus consecuencias son buscadas, apreciadas, celebradas, motivadas en las alteraciones de la conducta y de la conciencia resultantes.

---

<sup>39</sup> Op. Cit. Pág. 97

<sup>40</sup> Idem. Pág. 172

<sup>41</sup> Conadic. *Las Adicciones en México. Hacia un Enfoque Multidisciplinario*. Editorial Conadic. México 1992. Pág. 72

Como se puede observar, la actitud de los padres es de trascendental importancia para lograr un adecuado desarrollo de la personalidad en sus hijos, de la calidad de esta interacción podría depender el futuro de la vida de la historia de un ser humano, de nuestros jóvenes, de los alumnos o tal vez de los propios hijos, por lo cual el compromiso del sistema educativo y de la pedagogía específicamente, es buscar los medios adecuados para que a través de nuestras instituciones educativas se propicie en los padres el mejorar la calidad de sus relaciones familiares.

Los padres son las primeras personas por las que se orientan los hijos, por lo cual su influencia repercute directamente en su personalidad, ya sea de forma negativa o positiva.

Es por eso, que el tener una información adecuada ayudaría a orientar a los hijos a tener las herramientas adecuadas para prevenir las adicciones.

Además, a través de la orientación educativa se tiene la responsabilidad y el compromiso de atender este aspecto considerando de trascendental importancia la lucha contra el abuso de drogas.

Por lo tanto el niño debe tener un ambiente familiar impregnado de amor, respeto, y comprensión para que adquiera seguridad en sí mismo, los valores, la autoestima, la adecuada interacción personal son los elementos de protección no solo ante los problemas de la drogadicción, sino ante cualquier conducta antisocial.

Esta tarea no es fácil para los padres, ya que se tienen que cambiar una serie de patrones de conducta arraigados, cuyos orígenes se dan desde la niñez, por lo tanto, el desarrollo afectivo propiciado por los padres es de trascendental importancia para un óptimo desarrollo de la personalidad de los hijos.

## **CAPÍTULO III**

### **FUNDAMENTACION DE LA PROPUESTA**

#### **3.1. Objetivos de la investigación.**

Durante el proyecto de investigación se plantearon los siguientes objetivos:

- a) Conocer cual es la información que tienen los padres acerca de las drogas.
- b) Que los padres de familia de hijos adolescentes identifiquen los principales factores de riesgos que pueden llevar a los jóvenes a las drogas..
- c) Que los adolescentes identifiquen las drogas de inicio (alcohol y tabaco)
- d) Conocer cuales son las estadísticas de este problema captado en esta escuela y las medidas que se han tomado para prevenirlas.

Para cubrir estos objetivos fue necesario realizar una investigación de campo para conocer cual es la realidad actual en esta secundaria ubicada en el Estado de México.

#### **3.2. Metodología.**

Durante el ciclo escolar se pidió la participación de los alumnos del turno vespertino de los tres grados, y la participación de los padres de los alumnos, la trabajadora social, el orientador, el director y la subdirectora, los cuales contribuyeron a la realización de esta investigación de campo.

Se realizaron entrevistas, al director que abarca los dos turnos, y a la subdirectora que únicamente trabaja en el turno vespertino, se aplicaron cuestionarios a los alumnos y a los padres de familia de cada uno de ellos.

Se aplico también un cuestionario al orientador, ya que únicamente hay uno para los dos turnos.

Se entrevisto a las dos trabajadoras sociales de cada turno, el trabajo de observación de las actividades solo se realizo con la trabajadora social del turno vespertino.

Se trabajo con cada grupo durante todo el turno (entrada: 13:30 a 19:40 hrs.)

Se entrevistaron a varios alumnos acerca del servicio de orientación.

#### **3.3 Población y Muestra.**

Para realizar esta investigación de campo nuestra población a estudiar fueron los alumnos, los padres de familia, el orientador, el director, subdirector, trabajadora social.



Se tomo una muestra representativa ya que por no estar en nuestro alcance el estudio de la totalidad de alumnos, la investigación solo se aplico al grupo de 3° “H” con 26 alumnos.

Se tomo este grupo ya que las autoridades de la escuela solo nos permitió trabajar con ellos, ya que referían que era el peor grupo de todos y por eso era que los profesores de las a signaturas faltaban mucho a impartir sus clases, y eso me permitió estar mas en contacto con ellos.

### **3.4 Instrumento.**

El instrumento que se utilizo para obtener la información fue el cuestionario y la entrevista, por ofrecer varias ventajas entre ellas el de tener la disponibilidad para aplicarlo al número de sujetos que escogimos para nuestra muestra y que a la vez nos daría la oportunidad de establecer contacto con ellos y explicarles el propósito del estudio.

El cuestionario se les aplico a los alumnos del tercer grado del turno vespertino, padres de los alumnos, orientador, la entrevista se les aplico al director, subdirectora y trabajadora social.

El cuestionario se construyó con preguntas abiertas y cerradas, en donde se les pide a los encuestados contestar simplemente si o no, respuesta breve, opinión.

Se utilizaron preguntas cerradas ya que estas nos ofrecen la ventaja de ser fáciles de resolver para el entrevistado, requieren de poco tiempo para su llenado y porque son fáciles de clasificar y de analizar.

También fue necesario utilizar preguntas abiertas, éstas tienen un poco de inconveniente ya que son difíciles de tabular e interpretar ya que se da una respuesta libre y con la redacción del propio sujeto.

El cuestionario de los alumnos consta de las siguientes secciones (**Ver anexo 11**):

Las preguntas abiertas y cerradas nos proporcionaron: datos personales, datos de salud y hábitos personales, relaciones familiares, opinión acerca de las drogas.

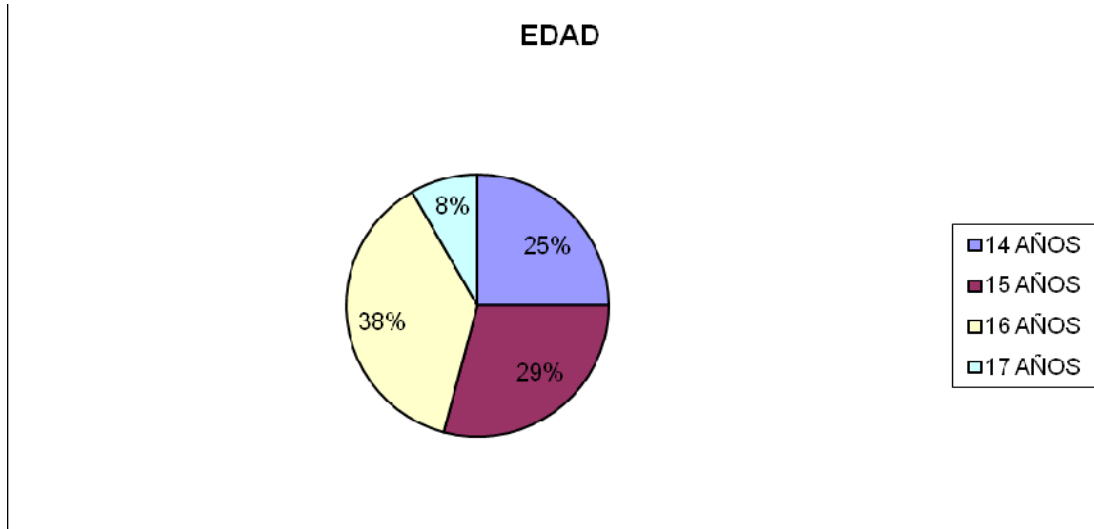
El cuestionario de los padres consta de las siguientes secciones:

Las preguntas abierta, cerradas y de opinión nos proporcionaron datos personales, socioeconómicos, datos de la comunidad, alimentos que consumen, relaciones familiares, información acerca de las drogas.

Las entrevistas fueron con preguntas concretas, y de opinión

A continuación se anexan los resultados obtenidos de las respuestas de los cuestionarios.

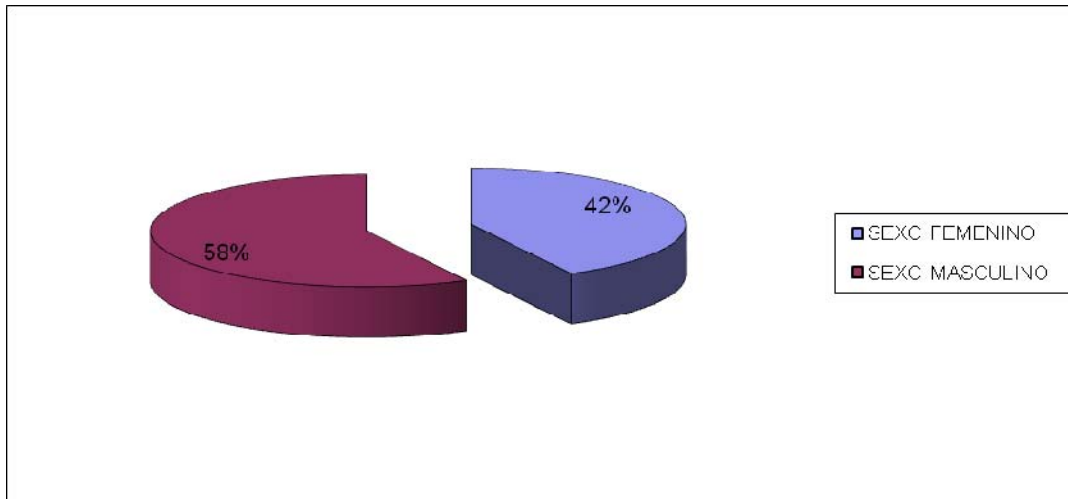
EDADES	CANTIDAD DE ALUMNOS
14	6
15	7
16	9
17	2



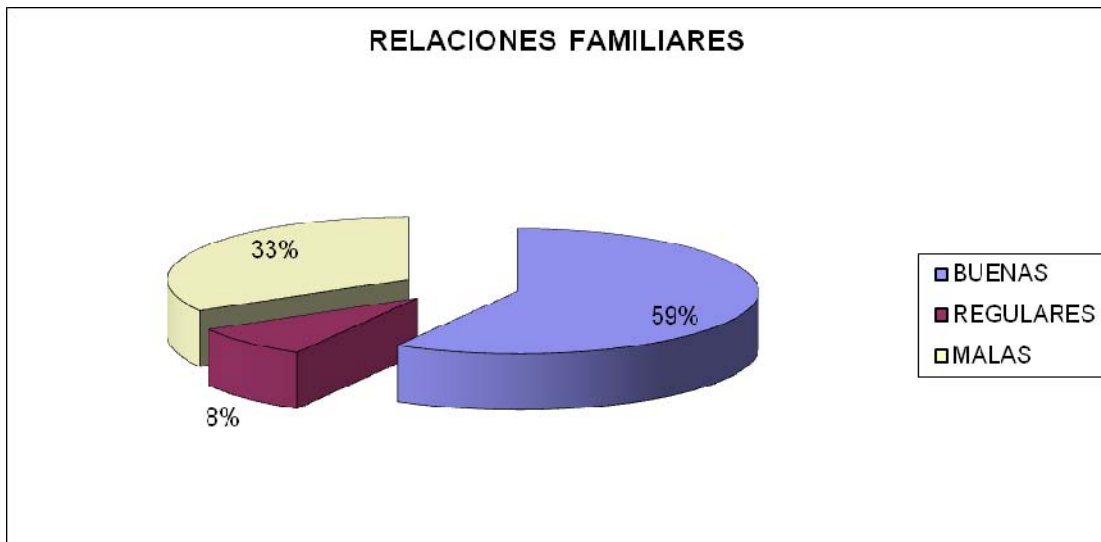
Las edades de los alumnos se encuentran entre las etapas de la adolescencia que se identifican como:

- A) Adolescencia temprana que abarca de los 12 a los 14 años de edad y que corresponde al periodo de la educación secundaria.
- B) Adolescencia media. Se extiende desde los 15 hasta los 17 años de edad y equivale al periodo del bachillerato en cualesquiera de sus modalidades.

SEXO FEMENINO	SEXO MASCULINO
11	15

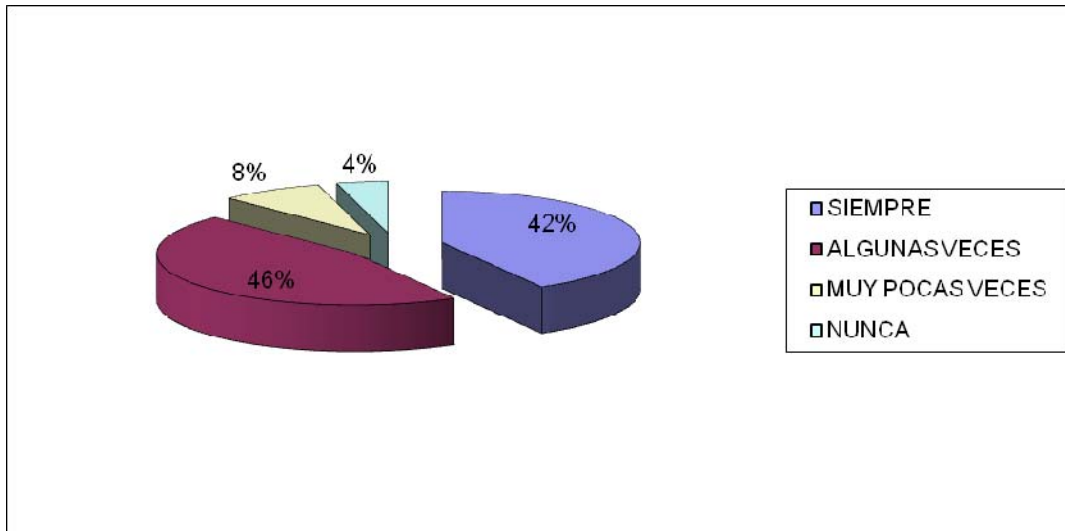


RELACIONES FAMILIARES		
BUENAS	REGULARES	MALAS
14	2	8



Según las respuestas de los alumnos, llegué a la conclusión que el porcentaje mas alto arrojo relaciones aparentemente buenas. Solo que en el comparativo con las respuestas de los padres debiera de ser una relación regular.

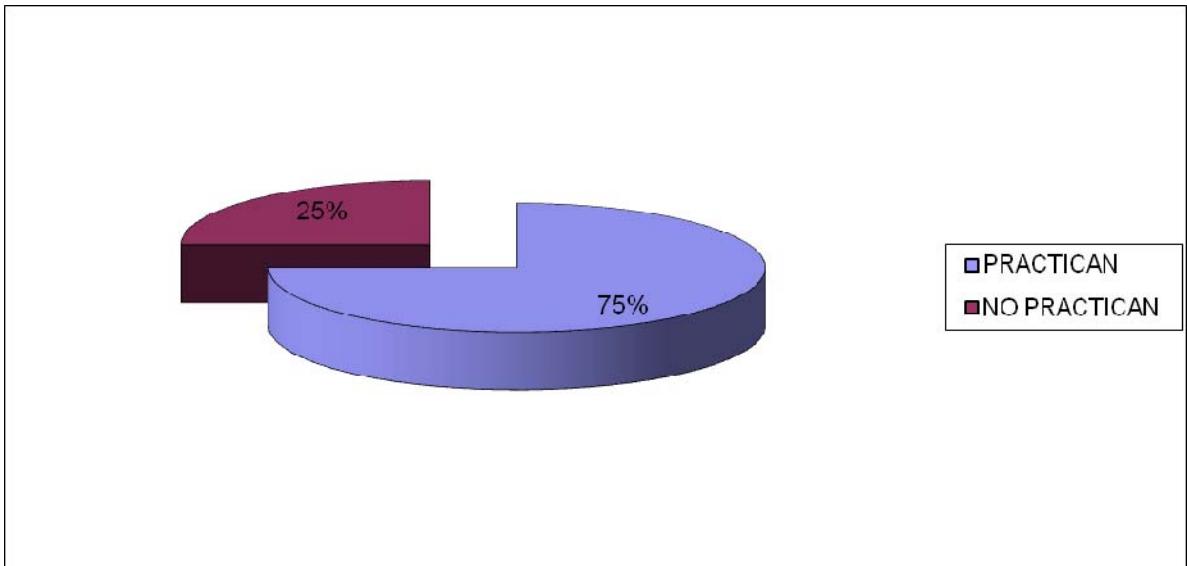
FRECUENCIA EN LA COMUNICACIÓN CON LOS PADRES	
SIEMPRE	10
ALGUNAS VECES	11
MUY POCAS VECES	2
NUNCA	1



ALUMNOS QUE PRACTICAN ALGUN DEPORTE	
PRACTICAN	NO PRACTICAN
18	6

Según las respuestas de los alumnos el porcentaje que practican deporte es mayor a los que no lo practican, como consecuencia esto les dará una mayor protección contra la farmacodependencia, ya que al desarrollarse dentro de una disciplina deportiva, tendrá su tiempo ocupado en el, y ampliara favorablemente una salud física y mental.

Los 6 alumnos que no practican ninguno, refieren que solo algunas ocasiones desarrollan alguna actividad de ejercicios en la materia de educación física en la escuela, pero contestaron que no les interesa la practica de alguna disciplina deportiva.

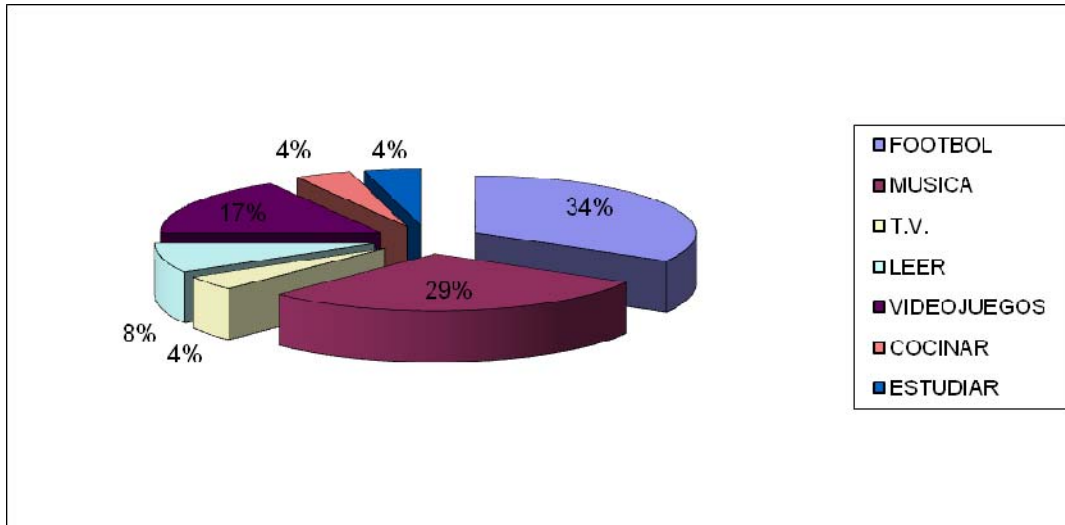


PASATIEMPOS EMPLEADOS POR LOS ALUMNOS	
FOOTBOL	8
MUSICA	7
T.V.	1
LEER	2
VIDEOJUEGOS	4
COCINAR	1
ESTUDIAR	1

Según las respuestas obtenidas por los alumnos en las actividades que desarrollan como pasatiempo favorito, la mayoría tienen bien definidas ciertas acciones donde emplean su

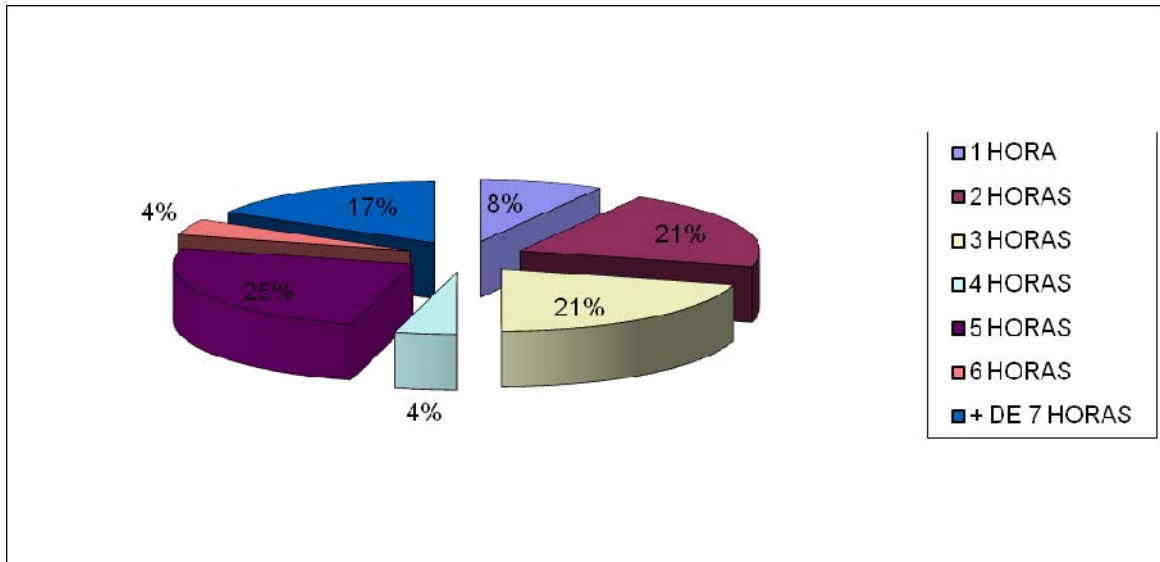
tiempo, ya que al tenerlas será una manera de desarrollarse en actividades que les ayudara a enfocar su tiempo sanamente.

Tendrán la oportunidad de poder combinarlas con el estudio y será una manera de alejarse del ocio que puede llevar a los adolescentes a caer en vicios adictivos.



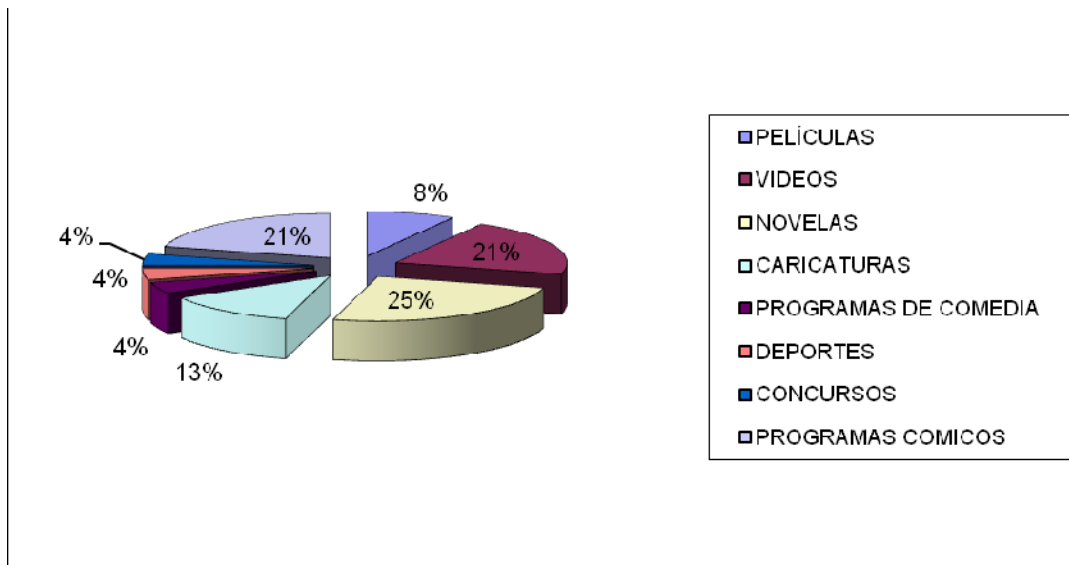
TIEMPO DEDICADO A VER T.V. POR LOS ALUMNOS	
1 HORA	2
2 HORAS	5
3 HORAS	5
4 HORAS	1
5 HORAS	6
6 HORAS	1
+ DE 7 HORAS	4

El tiempo registrado por los alumnos nos da una visión de los altos porcentajes en el que ocupan su tiempo para ver televisión, y esto ocasiona una serie de efectos en ellos, ya que dependiendo de los programas que son de su interés, pueden llegar a tener una influencia grave en sus conductas debido a que los programas que se transmiten en esa herramienta que es la televisión los adolescentes pueden ver programas llenos de violencia y de actos que van fuera de las normas sociales, modas actitudes que tienen que ver con la fármaco dependencia.



PROGRAMAS TELEVISIVOS ELEGIDOS POR LOS ALUMNOS COMO SUS FAVORITOS.	
PELÍCULAS	2
VIDEOS	5
NOVELAS	6
CARICATURAS	3
PROGRAMAS DE COMEDIA	1
DEPORTES	1
CONCURSOS	1
PROGRAMAS COMICOS	5

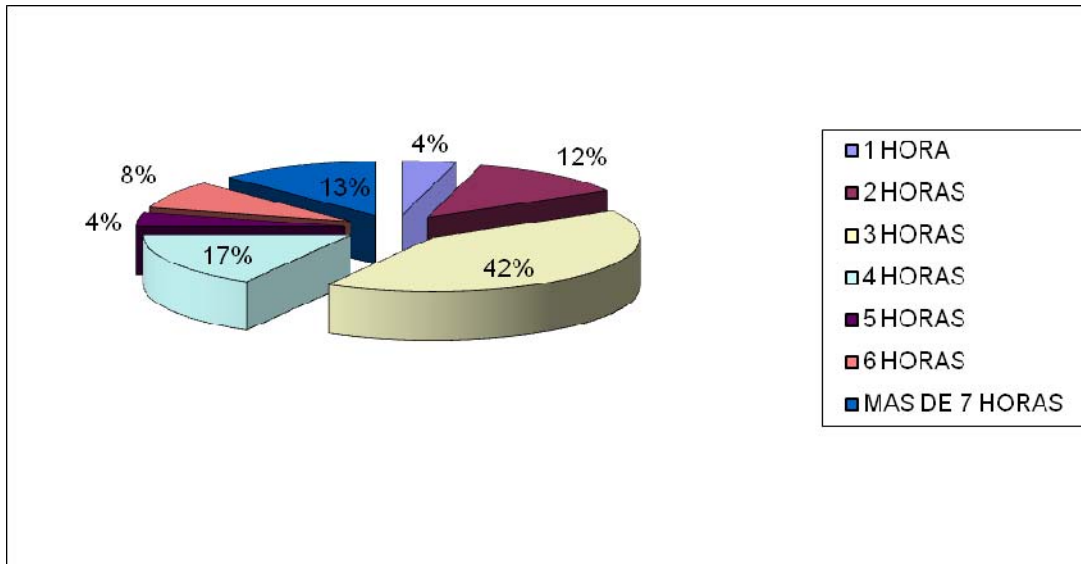
Por el tipo de programas que mas eligieron los alumnos podemos observar la influencia que tienen las telenovelas en los adolescente., ya que actualmente se transmiten novelas de corte juvenil en los que supuestamente se tratan temas de relevancia para los jóvenes pero si no tiene un sentido crítico y se paran en la realidad y ubican que, lo que se transmiten solo ocurre dentro de las telenovelas, los jóvenes adoptaran las conductas de algunos de los integrantes de estas y tratara de imitar, llevándolos a una falsa realidad. Los videos que actualmente se proyecta en algunos canales solo transmiten actos sangrientos y hasta satánico que pueden también influencia las conductas de loa adolescentes, y provocar desviaciones en su camino y enfocarlos a ir en contra de las reglas familiares, escolares y sociales.



TIEMPO EMPLEADO A LOS AMIGOS	
1 HORA	1
2 HORAS	3
3 HORAS	10
4 HORAS	4
5 HORAS	1
6 HORAS	2
MAS DE 7 HORAS	3



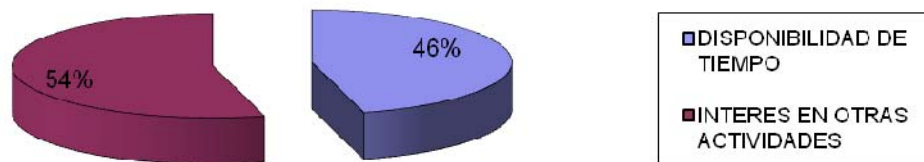
El tiempo que los alumnos ocupan con el grupo de pares parece tener una influencia bastante fuerte en ellos, ya que se registra un tiempo considerable en el cual dedican su tiempo para este tipo de relaciones en diferentes actividades, lo cual será un factor a considerar por los padres de familia, que de ello depende que estén enterados quienes son sus amigos y a que dedican el tiempo que pasan juntos, ya que esto les ayudara a protegerlos de ciertas conductas o actitudes que puedan acarrearles problemas.



CAUSAS DE LA POCA COMUNICACIÓN CON LOS PADRES DE FAMILIA	
DISPONIBILIDAD DE TIEMPO	11
INTERES EN OTRAS ACTIVIDADES	13

En la mayoría de las respuestas de los alumnos, cual es la frecuencia de la comunicación con los padres, podemos observar que es por la falta de tiempo que se emplea en

interesarse por la problemática de los adolescentes, ya que debido a que los padres se encuentran inmersos en su propia problemática en cuando a subsanar la economía familiar, el desempleo, Problemas de salud, etc. Eso crea que los padres no se entere por la problemática de los jóvenes que en esta etapa de su vida requieren de una mayor atención y de constantes orientaciones para mejorar su desarrollo físico u psicológico, ya que al entere nos por ellos se sentirán amados y escuchados, esto les dará una protección ante los constantes riesgos a que se enfrentan los adolescentes.

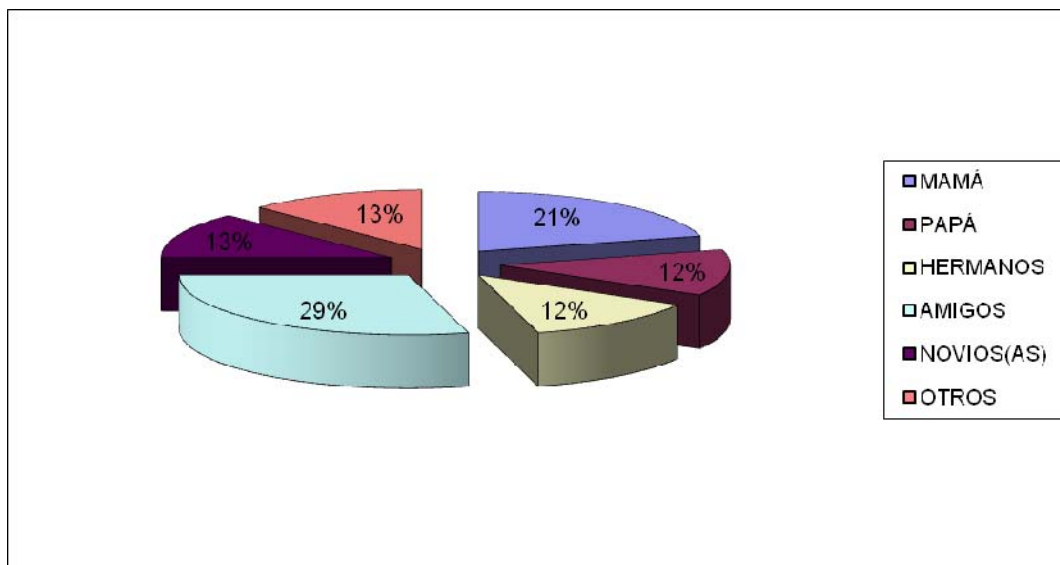


PERSONAS MAS CERCANAS A LOS ALUMNOS	
MAMÁ	5
PAPÁ	3
HERMANOS	3
AMIGOS	7

NOVIOS(AS)	3
OTROS	3

Los datos arrojados por los alumnos en cuanto a quienes son las personas con las que tienen un mayor acercamiento son los amigos, ya que ellos refieren que son las personas a quien le tienen mayor confianza para tratar sus problema.

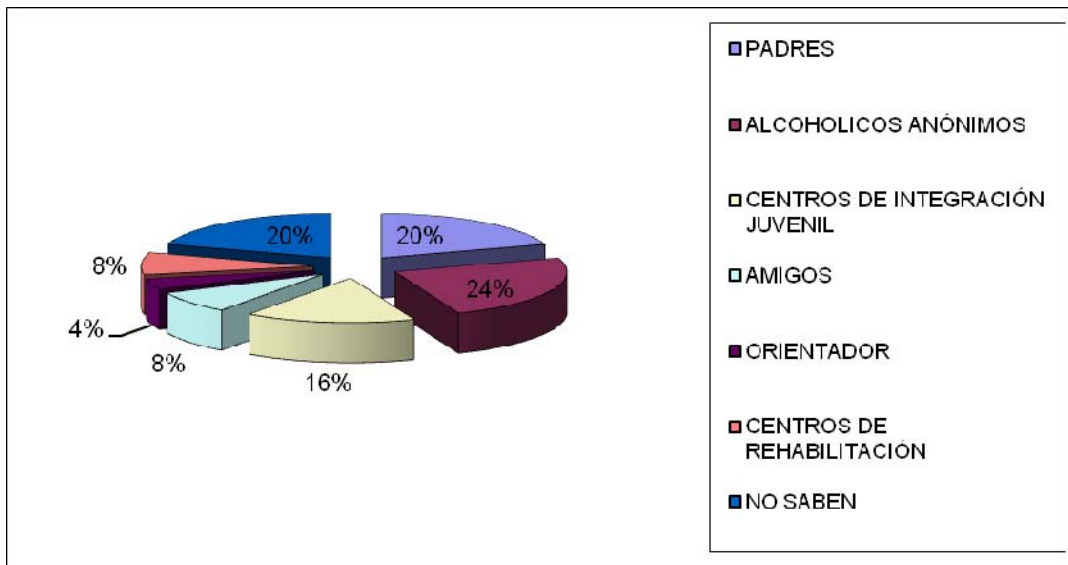
Los adolescentes consideran con sus respuestas que le dan mayor relevancia al grupo de pares, pero también se observa que algunos encuentran en la madre apoyo en cuanto que se identifican con ella como la persona que los puede orientar aunque con ciertas reservas que es clara la identificación con los amigos.



CONOCIMIENTO DE LOS ALUMNOS SOBRE INSTITUCIONES, PERSONAS QUE PRESTAN AYUDA EN PROBLEMAS DE DROGAS.	
PADRES	5
ALCOHOLICOS ANÓNIMOS	6
CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL	4
AMIGOS	2

ORIENTADOR	1
CENTROS DE REHABILITACIÓN	2
NO SABEN	5

Los datos arrojados por los alumnos sobre el conocimiento que tienen de personas o instituciones que les pueden ayudar o informar acerca del consumo de alcohol y tabaco es muy pobre, ya que en esta grafica se puede identificar que la de mayor importancia es para alcohólicos anónimos y después ponen a los padres de familia como orientadores en caso de una situación de esta naturaleza, después le dan importancia a los centros de integración juvenil, ya que en su escuela se han dado platicas informativas sobre este tema, es prácticamente irrelevante el lugar que se le da al departamento de orientación e su escuela ya que este será el encargado de proporcionar información y crear estrategias para protegerse ante una situación de esta naturaleza, orientación a padres, sobre todo en este problema que aqueja a la juventud.

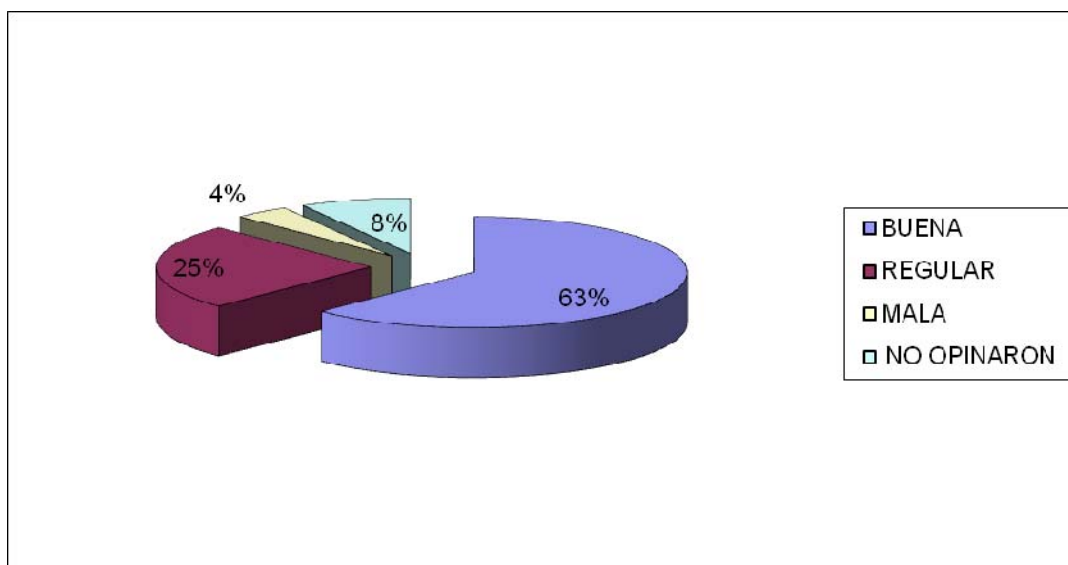


**OPINIONES DE LOS ALUMNOS SOBRE EL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN DE SU ESCUELA.**

BUENA	15
REGULAR	6
MALA	1
NO OPINARON	2

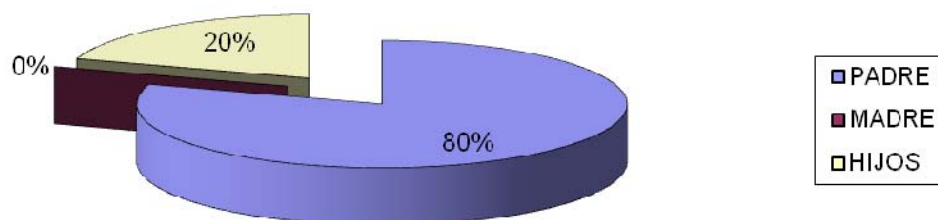
Las respuestas generadas por los alumnos sobre el departamento de orientación sobretodo en la ayuda que se pudiera requerir por parte de ellos, consideran que el servicio que les brinda este departamento es bueno, aparentemente, ya que, es incongruente esta opinión por que algunos nunca han requerido de este servicio y los que lo han necesitado, no han encontrado una respuesta aceptable por parte de el orientador, entonces sienten que no pueden encontrar apoyo por parte de este departamento y por lo tanto no lo buscan en caso de ser necesario.

Sólo cuando se pueda presentar situaciones de mala conducta por parte de los alumnos son llevados a que se les de un citatorio por parte de la trabajadora social, que es la que se encuentra mayormente involucrada con la problemática de los alumnos.



MIEMBROS DE LA FAMILIA CONSUMIDORES DE ALCOHOL Y TABACO	
PADRE	4
MADRE	
HIJOS	1

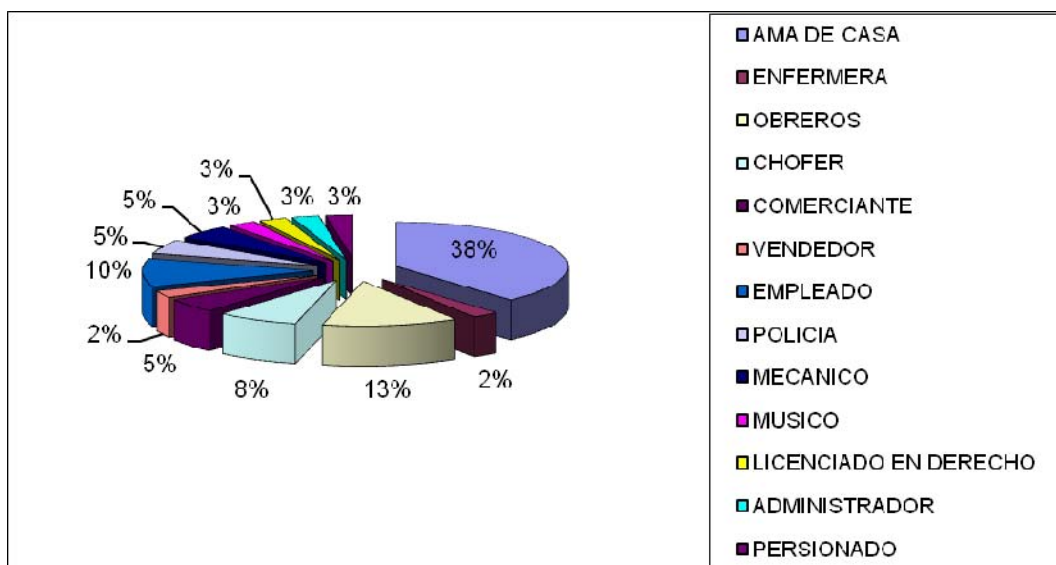
Partiendo de los datos arrojados en los cuestionarios sólo cuatro padres son adictos al alcohol o tabaco, ya que no lo especifican, y uno de los hijos de la familia, por las respuestas que se generaron los padres están consientes de que estas sustancias son drogas, ya que causan adicciones en el organismo y que son dañinas para su salud, considero que los padres de estos alumnos deberían de saber, que sus hijos están mayormente predispuestos hacia estas sustancia, ya que observan a su propio padre consumirla, hay en ellos un ejemplo claro del consumo.



OCUPACIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA	
AMA DE CASA	15
ENFERMERA	1

OBREROS	5
CHOFER	3
COMERCIANTE	2
VENDEDOR	1
EMPLEADO	4
POLICIA	2
MECANICO	2
MUSICO	1
LICENCIADO EN DERECHO	1
ADMINISTRADOR	1
PERSIONADO	1

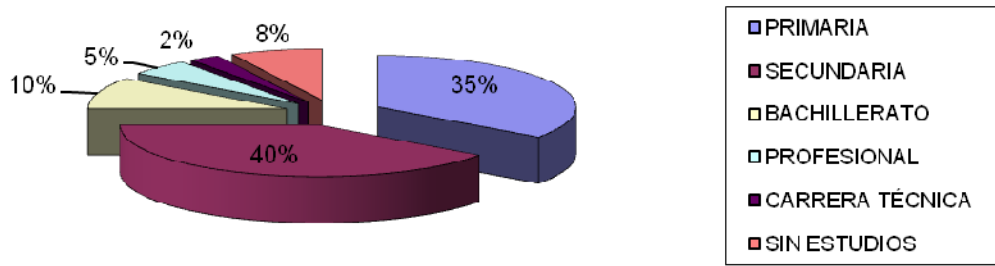
Los datos arrojados en los cuestionarios a padres de familia de los alumnos, nos da un índice de que las madres únicamente se dedican a las labores familiares, solo tres mujeres trabajan, y los padres son los que tienen la carga de la economía familiar, ya que se puede observar que las actividades que tienen no les permite el dedicarles el tiempo adecuado a los adolescentes.



ESCOLARIDAD DE LOS PADRES DE LOS ALUMNOS	
PRIMARIA	14

SECUNDARIA	16
BACHILLERATO	4
PROFESIONAL	2
CARRERA TÉCNICA	1
SIN ESTUDIOS	3

Los datos arrojados en los cuestionarios a los padres de familia podemos observar que el mayor índice de escolaridad es la secundaria, ya que las edades promedio de los padres es entre los 25 y los 64 años, esto nos indica que son padres jóvenes en su mayoría, lo que representa que debiera de haber una mayor comunicación con los adolescentes, ya que se puede observar que también son familias integradas por pocos miembros.

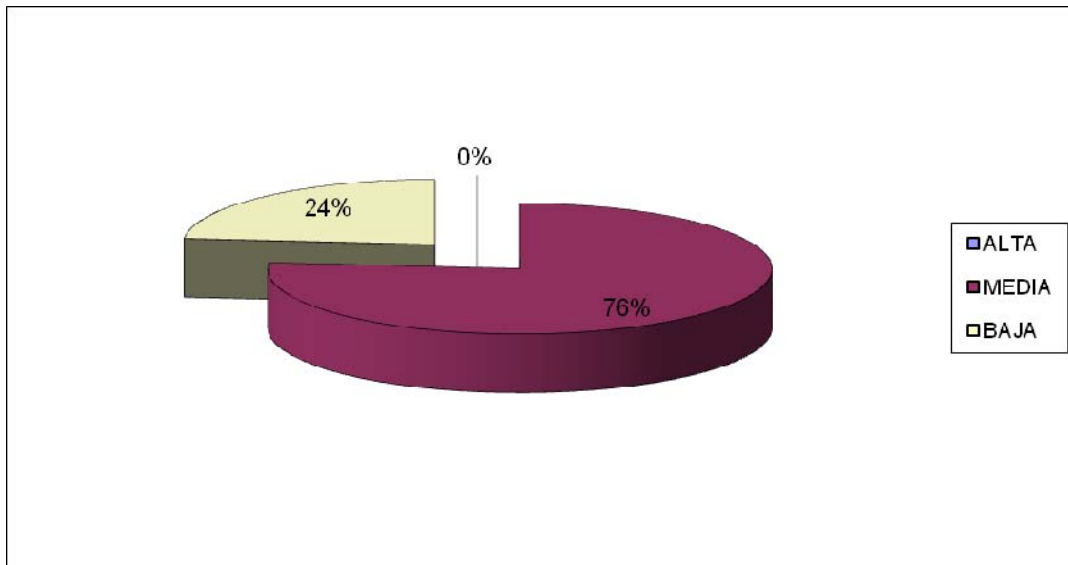




SITUACIÓN ECONOMICA FAMILIAR	
ALTA	
MEDIA	13
BAJA	4

La citación económica de las familias de los alumnos, los cuales son arrojados por sus respuestas nos da el conocimiento para poder decir que en la mayoría son de clase media y media baja.

Debido a esta situación económica es muy probable que se encuentren estas familias en un constante estrés ante la falta de mayores recursos que les permita tener una mejor calidad de vida dentro de sus familias, lo cual pone en riesgo la estabilidad emocional de los integrantes de la misma, y crear problemas ante la falta de una economía estable.



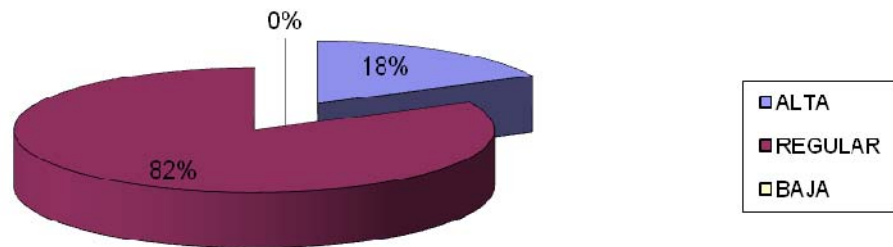
PERCEPCIÓN DE INFORMACIÓN EN PREGUNTAS RELACIONADAS A LAS DROGAS A LOS PADRES DE FAMILIA.

ALTA	3
REGULAR	14
BAJA	

Ante las preguntas que se enfocaron a la percepción que los padres tienen ante este tema de la drogadicción, podemos observar que sólo 3 padres tiene un 100% bien definida cada una de las preguntas en cuanto a la información adecuada que se relaciona con algunas de las sustancias adictivas como son el tabaco y en alcohol, los padres están concientes de que son drogas aceptada por la sociedad y en las cuales sus hijos se encuentran mas propensos de adquirirlas, ya que se pueden encontrar en muchos lugares y son vendidos a los adolescente a temprana edad.

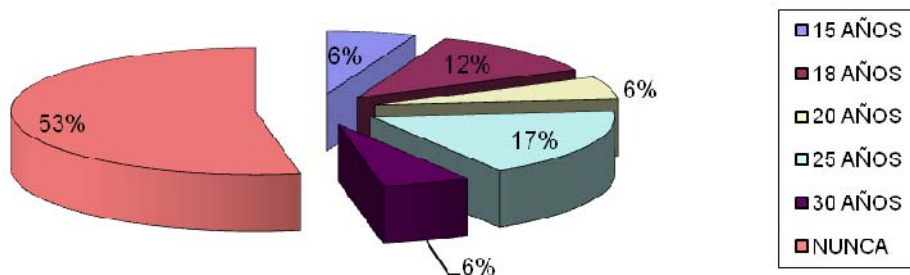
El consumo de estas sustancias pueden causar adicción los adolescentes si se consume con frecuencia, ante estos riesgos los padres den de tener una mayor información ante estas consecuencia.

La mayoría de los padres contestaron con algunas fallas que no tienen la información adecuada para poder trasmitirla a sus hijos.



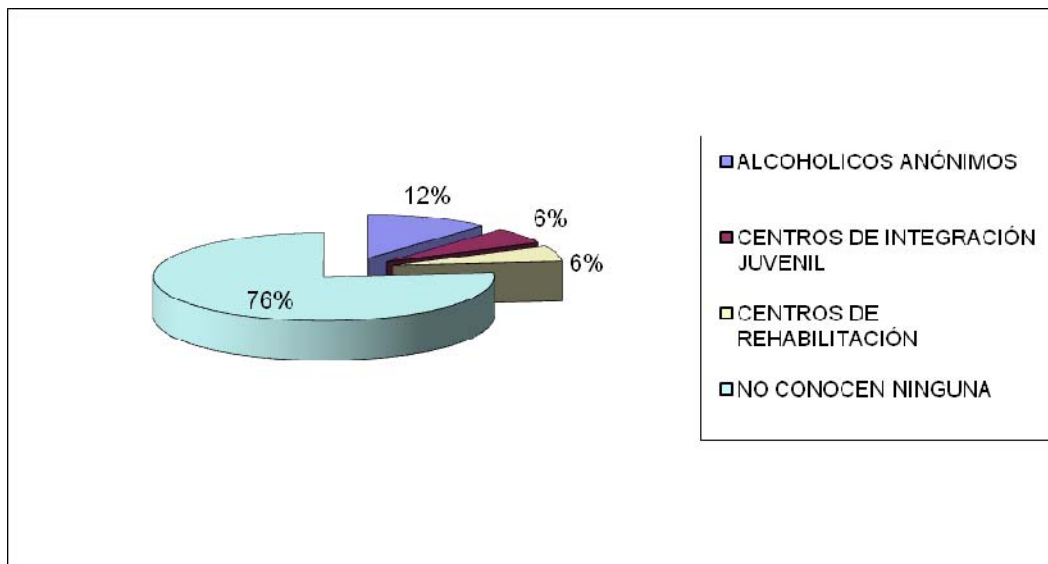
CRITERIOS DE LOS PADRES EN LA EDED PERMITIDA PARA EL CONSUMO DE ALCOHOL Y TABACO.	
15 AÑOS	1
18 AÑOS	2
20 AÑOS	1
25 AÑOS	3
30 AÑOS	1
NUNCA	9

Los datos arrojados ante la pregunta, cual es la edad permitida por los padres para que los adolescentes puedan fumar y beber, sin que sus padres puedan objeta su consumo, según los criterios de los padres, la mayoría contesto que no deberían hacerlo a ninguna edad y que esto les ocasionaría problemas de salud y adicciones a ellas por lo que tienen claro el riesgo que tienen los adolescentes y otros consideran que si hay una edad determinada para su consumo. Ya que consideran que ya tienen edad para decidir y que cada quien es responsable de sus actos.



CONOCIMIENTO DE INSTITUCIONES DE AYUDA CONTRA LA FARMACODEPENDENCIA POR LOS PADRES.	
ALCOHOLICOS ANÓNIMOS	2
CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL	1
CENTROS DE REHABILITACIÓN	1
NO CONOCEN NINGUNA	13

Los datos arrojados en el cuestionario podemos observar que los padres de familia no tienen una información de la existencia de instituciones de ayuda en donde acudir en caso de tener un problema de esta naturaleza, es muy alto el porcentaje de los que desconocen que si hay lugares donde se les puede dar información, orientación etc. El desconocimiento de información es grave ya que si se presentara un problema no sabrían a quien recurrir y la problemática de los adolescentes se acrecentaría de una manera grave para la salud.



## **CAPÍTULO IV**

### **PROPUESTA**

#### **4.1 Taller para padres para prevenir las adicciones en adolescentes de secundaria.**

Los resultados arrojados de la investigación académica que se aplicó en la Escuela Secundaria Tepuchcalli, constituyeron el sustento para poder estructurar esta propuesta.

Considero necesario que los padres de familia estén informados como proteger a la familia contra el uso de drogas, debido al papel que desempeñan como forjadores de las actitudes, creencias, normas y valores en las etapas mas importantes del desarrollo formativo.

Los padres de familia son grupos particularmente difíciles de convocar, por lo que se requiere de estrategias de abordaje específico, apoyadas de materiales y actividades las cuales aportaran las herramientas necesarias para prevenir cualquier evento que se de en el consumo de drogas a edades tempranas.

La poca información que tienen los padres acerca de las adicciones y de los cambios que sufren sus hijos, durante el proceso de la adolescencia en la cual están mas vulnerables ante los riesgos que en esta época se da entre los jóvenes, hace necesario que se de este curso taller, para que estén atentos ante estos cambios que se pueden generar en ellos.

Con base en lo anterior y para apoyar la función de los padres en la prevención de las adicciones, se propone como proyecto un curso taller que consta de 10 sesiones de 2 horas cada una.

Se pretende que los padres de familia tengan una participación activa dentro del taller, construyan su propio aprendizaje a través del análisis, la reflexión y crítica, lo cual se busca a partir de que el coordinador del taller estimule a los padres con actividades grupales, para que de esa manera aprendan unos de otros. Además de incorporar nuevos conocimientos a través de experiencias previas; para que el conocimiento adquirido resulte significativo.

Por lo que se promoverá la reflexión y se invitará constantemente a que externen su punto de vista, así como sus dudas, comentarios y sugerencias, además de participar constantemente en las técnicas de grupales que sean sugeridas.

## **4.2 Objetivos.**

**Objetivo general:** Que los participantes adquieran habilidades y conocimientos en materia de prevención de adicciones.

### **Objetivos específicos:**

-Apoyar a los padres de familia a identificar y saber manejar los factores de riesgo y protección.

-Motivar el interés de los padres de familia por aprender las estrategias de prevención mas adecuadas para sus hijos.

-Modificar los factores de riesgo y protección con relación al consumo de drogas en los hijos.

### **Universo de trabajo.**

Este curso está dirigido a la población adulta, preferentemente a padres de familia.

Para la conformación de grupos, es recomendable que esté integrado de 10 a 12 personas, pero el número de integrantes no debe constituir un obstáculo para que pueda desarrollarse el curso; es decir, puede constituirse por menos o mas personas.

Se indicará el propósito por el cual se reunieron, se dará a conocer la forma en como podemos evitar que nuestros hijos consuman drogas, ya que están en constante riesgo de enfrentarlo.

Debido a que existen situaciones y condiciones que protegen a la familia contra el consumo de drogas, incrementan la resistencia y disminuyen el riesgo de uso.

Es muy importante que en sus hogares se identifiquen y fortalezcan estos elementos protectores.

El coordinador es un mediador en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que debe mantener una actitud activa dentro del taller y así promover la participación de los asistentes, pero siempre cuestionando la utilidad del contenido. Tomando en cuenta las particularidades de los padres de familia y en su caso, si es necesario, modificar la dinámica que se esta llevando en el grupo.

Debe establecerse en el grupo un ambiente agradable de trabajo, respetar a los participantes y evitar no hacer comentarios ofensivos.

Por su lado, los padres deben, procurar asistir puntualmente al taller así como participar activamente dentro del taller, debe participar en cada una de las técnicas grupales que se proponen.

Las características de la población con la que se va a trabajar son padres que trabajan y todos tienen, al menos, un hijo adolescente que esta cursando la educación secundaria.

Resulta un poco difícil trabajar con los padres de familia, puesto que traen consigo costumbres, ideas, creencias y cierta educación que tiene mucho que ver con su propia historia de vida, pero por otro lado hay otros padres que les interesa educar a sus hijos de una manera clara y diferente a la forma en la que ellos fueron educados por lo que se interesan por nuevas alternativas para lograrlo.

Por lo que se buscará dar respuesta a sus dudas de cómo esta educando y orientando a sus hijos en la prevención de drogas, sobre todo cuando se encuentra en la etapa de la adolescencia.

Es necesario que el taller se lleve a cabo en una sala o salón con ventilación adecuada y suficientemente iluminación. Es indispensable que cuente con un cañón, computadora, pizarrón y escritorio, esto con la finalidad de hacer dinámicas las sesiones y demostrar a los padres otras formas de trabajar , diferente a lo tradicional (solo escuchar al maestro y utilizar pizarrón y gis). El uso de estos recursos, además, ayudará a ilustrar mejor la temática que se esté viendo. Dentro del taller también se utilizan láminas, posters, recortes, ilustraciones, papel, plumas, etc., para poder llevar a cabo las técnicas grupales

## Sesión 1 “Presentación y animación”

**Objetivo:** Propiciar que los asistentes al taller se conozcan y reflexionen sobre el significado de ser padres..

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
Significado de ser padre	<p>Técnicas: presentación por parejas y el amigo secreto. (ver anexo 1)</p> <p>Exposición de forma de trabajo y entrega de información en la cual los asistentes se apoyarán para contestar: preguntas de los cuestionarios, test y todas las actividades que se darán durante la duración del taller.</p> <p>Preguntas relacionadas sobre el tema significado de ser padres.</p> <p>Lectura de la primera parte de la información.</p>	<p>Papeles pequeños</p> <p>Hojas blancas,</p> <p>Pizarron, gis.</p>	<p><i>Bustillos de Núñez Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 25-29</i></p> <p><i>Guía práctica para padres de familia.</i></p> <p><i>Como proteger a tus hijos contra las drogas.</i></p> <p><i>Centros de Integración Juvenil.</i></p> <p><i>Pag. 11-117</i></p>	<p>Conocer en las respuestas del cuestionario cual es la opinión de cada uno de los integrantes sobre el tema del significado de ser padres, con base en la lectura y su opinión personal.</p>

OBSERVACIONES \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## SESION 2: “Permaneciendo para vivir sin drogas”

**OBJETIVO:** Que los padres detecten cuentan con información necesaria para detectar el riesgo en el inicio del consumo de drogas.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN.
Factores de riesgo. Conducta antisocial temprana. Aislamiento de actividades sociales. Incidencia síndrome infantil. Altos niveles de angustia. Crear que se tiene un escaso control sobre la propia vida en la adolescencia Actitud permisiva hacia el consumo de bebidas alcohólicas y tabaco. Necesidad de experimentar Emociones fuertes y sensaciones intensas durante la adolescencia.. Baja autoestima	Técnica: Sociodrama y Juego de roles (ver anexo 2) Se integrará un tema por equipo los cuales preparan una breve exposición ante los demás equipos. Al finalizar se llegará a una conclusión por medio de lluvia de ideas. Técnica grupal el espejo de la verdad (Ver anexo 2)	Hojas blancas, papel bond, plumiles, carteles, ilustraciones.	<i>Bustillos de Núñez Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 91-97</i>  <i>Guía práctica para padres de familia.</i> <i>Como proteger a tus hijos contra las drogas.</i> <i>Centros de Integración Juvenil. Pág. 117-126</i>	Escribir qué aprendizajes les dejaron cada uno de los temas y cómo lo llevarán a cabo en su vida y de qué manera lo aplicarán en su relación con sus hijos.

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### SESION 3 : “Problemas en las relaciones interpersonales”

**OBJETIVO:** Que los padres reconozcan la necesidad de ejercitar con sus hijos adolescentes, a fin de mejorar la dinámica familiar.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
<p>Percepción de que los padres y/o demás familiares se encuentran alejados</p> <p>Uso de drogas en edades tempranas.</p> <p>Abusos alimenticios.</p> <p>Creatividad limitada.</p> <p>Manejo inadecuado del tiempo libre.</p> <p>Timidez e inseguridad.</p> <p>Altos niveles de depresión</p> <p>Alcoholismo y/o uso de drogas ilegales por parte de los padres de familia.</p> <p>Consumo de drogas de los hermanos mayores índice en el consumo de los hermanos menores.</p>	<p>Técnica: carta a mis hijos (ver anexo 3)</p> <p>Comentar las experiencias con los padres, si dentro de sus relaciones familiares existen algunos de estos factores y cuáles son las dificultades que tuvieron y como podrían superarlas.</p> <p>Intercambio de experiencias y exposición de conclusiones.</p> <p>Película: una amistad peligrosa. (ver anexo 3)</p>	<p>Hojas de papel bond, blancas, lápices o plumas</p> <p>Video VHS</p> <p>Televisión</p>	<p><i>Guía práctica para padres de familia.</i></p> <p><i>Cómo proteger a tus hijos contra las drogas.</i></p> <p><i>Centros de Integración Juvenil. Pág. 127-139</i></p> <p><i>Franco, Gloria. La comunicación en la familia. Ediciones palabra, S.A. Madrid, 2001</i></p>	<p>Análisis de cada una de las cartas escritas por los padres, para saber cual es la relación familiar e incrementar estrategias para acercarlos con sus hijos.</p> <p>Opiniones personales de la película.</p> <p>Sugerencias por escrito para mejorar las relaciones con sus hijos adolescentes.</p>

OBSERVACIONES:

---



---



---

#### SESION 4: “ Escaso involucramiento de los padres”

**OBJETIVO:** Que los padres participen en las actividades de sus hijos independientemente de la edad.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
<p>Limitadas expectativas de los padres con respecto a la educación de sus hijos.                      La conducta represiva.                      Inducción de sentimientos                      No directividad y permisividad de los padres.                      Comunicación negativa                      Falta de límites.                      Padres de temperamento violento.                      Escasa supervisión de los padres.                      Padres aislados                      Violencia intrafamiliar                      Tolerancia de la familia hacia las drogas.                      Padres mentalmente enfermos.                      Uso de drogas en el grupo de amigos.</p>	<p>Se formarán 2 equipos y cada uno leerá una revista y elaboraran un colage con los artículos que se tratan en ellas.                      Técnica: Cuento dramatizado (ver anexo 4)                      Para dar elementos de análisis sobre estos temas.                      Técnica; lluvia de ideas por tarjetas (ver anexo 4)                      Lectura la dialéctica de la soledad (adolescencia crisis, conductas, familia, gustos)                      Análisis para identificar el por que de determinados comportamientos.</p>	<p>Tarjetas, papel bond, lápices, plumones, recortes de revistas, periódicos, etc.</p>	<p><i>Guía práctica para padres de familia.</i>  <i>Como proteger a tus hijos contra las drogas.</i>  <i>Centros de Integración Juvenil. Pág. 139-150</i>  <i>Revista bimestral Libera adictus.</i>  <i>México, SS, SEP</i>  <i>Artículos: Una relación intensamente destructiva.</i>  <i>Año 2, No. 8 1995</i>  <i>Orígenes y efectos de las adicciones, año 9, No. 120, 2002</i>  <i>Paz, Octavio, El laberinto de la soledad. 1997,</i>  <i>México. FCE Pág. 211-231</i></p>	<p>Identificación de los elementos del comportamiento de los hijos.</p>

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SESION 5: “Las drogas en nuestra época”

**OBJETIVO:** Transmitir información a los padres de familia sobre el consumo de drogas en México y cómo esta afectando a las familias.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
<p>¿Cuántas personas consumen drogas?</p> <p>¿Quiénes consumen drogas?</p> <p>¿Qué tipo de drogas se consumen más en nuestro país?</p> <p>¿Cuántas veces se usa una droga?</p> <p>¿Dónde se consigue la droga?</p> <p>Cómo padres de familia es importante tomar en cuenta lo siguiente:</p>	<p>Técnica Afiche (ver anexo 5) video: Qué es la farmacodependencia y sus consecuencias.</p> <p>Análisis del video, los equipos expondrán sus conclusiones a los demás padres.</p> <p>Contestar cada una de las preguntas con base a la información de los anexos.</p> <p>Intercambio de actividades para corregir la información correcta.</p>	<p>Cartulinas, hojas blancas, marcadores, papel bond</p> <p>Recortes de periódicos.</p> <p>Video VHS, televisión</p>	<p>Bustillos de Núñez Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 114,116. <i>video 1998, México, SEP. 40 min., color (VHS) Guía práctica para padres de familia.</i></p> <p><i>Cómo proteger a tus hijos contra las drogas. Centros de Integración Juvenil. Pág. 63-68</i></p>	<p>Revisión de las respuestas</p> <p>Con la información adecuada para cada una.</p>

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SESIÓN 6: “Drogas más utilizadas”

**Objetivo:** Que los padres conozcan los componentes químicos de las drogas y sus efectos en el organismo.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
<p>¿Qué son las drogas?</p> <p>¿Qué drogas se utilizan con más frecuencia?</p> <p>Alcohol y sus efectos en el corto y largo plazo.</p> <p>¿Cómo puede darse cuenta que un familiar tiene problemas de alcoholismo?</p> <p>Tabaco y sus efectos en el corto y largo plazo.</p> <p>¿Cómo puede darse cuenta que un familiar tiene problemas de tabaquismo?</p> <p>Marihuana y sus efectos a corto y largo plazo.</p> <p>¿Cómo puedo darme cuenta que un familiar utiliza marihuana?</p>	<p>Lectura de los Artículos: Una relación intensamente destructiva.(ver anexo 6)</p> <p>Orígenes y efectos de las adicciones.</p> <p>Formación de 2 equipos y elaborar una exposición sobre cada uno de los temas.</p> <p>Técnica estudio de casos (ver anexo 6)</p> <p>Técnica cuento dramatizado (ver anexo 6)</p>	<p>papel bond lápices, marcadores, plumones, hojas blancas.</p> <p>Página web.</p> <p>Sistema de computo, Internet.</p>	<p><i>LIBERA ADICTUS. México, SS. SEP. Año 2, No. 8., 1995. Año 9. No. 120, 2002.</i></p> <p><i>Bustillos de Núñez Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 106-107, 128,129</i></p> <p><i>Guía práctica para padres de familia. Cómo proteger a tus hijos contra las drogas. Centros de Integración Juvenil. Pág. 71-84</i></p> <p><i>Página web. <a href="http://www.oms.org">http://www.oms.org</a></i></p>	<p>Exposición, análisis de los temas.</p>

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SESION 7: “El cambio está en tus manos”

**OBJETIVO:** Fortalecer los valores y aplicar normas, que les ayudarán a los padres a proteger a sus hijos contra las drogas.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
<p>Valores</p> <p>Establecer y aplicar normas contra el abuso de drogas.</p> <p>Fortalecer la autoestima.</p> <p>Hablar y escuchar a sus hijos.</p> <p>Ternura e intercambio afectivo.</p> <p>Fomentar el apego a la escuela y el desarrollo de hábitos de estudio.</p> <p>.</p>	<p>Técnica la pecera. (Ver anexo 7)</p> <p>video: Ética para Amador</p> <p>Análisis del video bajo una lluvia de ideas.</p> <p>Lectura: Relaciones humanas comunicación, solidaridad, afectividad.</p> <p>Técnica: “El rumor” (ver anexo 7)</p> <p>Debate</p> <p>¿Qué cambiaran y que aprendizaje tomarán para su vida familiar.?</p> <p>Exposición individual.</p>	<p>Hojas blancas, colores, plumones, Video VHS.</p>	<p><i>Bustillos de Núñez Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 145-147, 216-217</i></p> <p><i>Ética para Amador (1998. México, SEP, CONACULTA. 40 min. Color (VHS)</i></p> <p><i>Pick, Susan y Rubio, Isabel(1998). Hablando se entiende la gente. México, Limusa.</i></p> <p><i>Guía práctica para padres de familia.</i></p> <p><i>Cómo proteger a tus hijos contra las drogas. Centros de Integración Juvenil. Pág. 153-177</i></p>	<p>Análisis el video.</p> <p>Exposición individual sobre los cambios y aprendizajes que harán para cambiar la relación familiar.</p>

**OBSERVACIONES:**

---



---



---

## SESION 8 “Actuemos de acuerdo”

**Objetivo:** Que los padres de familia identifiquen los cambios biológicos, psicológicos y emocionales, por los que atraviesan el adolescente

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN.
<p>Etapas Preescolares De los 6 a los 8 años De los 9 a los 11 En la secundaria (12 a 14 años) La preparatoria (15 a 17 años)</p>	<p>Técnica: Recuerdo de la adolescencia Técnica: “Puro cuento” (Ver anexo 8) Video: ¿Qué me está pasando? (Ver anexo 8) Técnica: “Quiero a mi hijo y se lo demuestro” Técnica: “Las mariposas son libres” (ver anexo 8)</p>	<p>Grabadora y CD de música de los 60<sup>as</sup> y 70<sup>as</sup> y de música actual. (30 min.) Video VHS, televisión. Hojas de papel bond, recortes de revistas, periódico. Canción “no basta” de Franco de Vita, tapete para cada participante</p>	<p>¿Qué me está pasando? (1999). México, SEP, SS. 30 min., color (VHS) <i>Bustillos de Núñez Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 181-183</i> <i>Guía práctica para padres de familia. Cómo proteger a tus hijos contra las drogas. Centros de Integración Juvenil. Pág. 171-177</i></p>	<p>Elaboración de un colage con las características de los cambios de sus hijos adolescentes (explicar por lo menos 3 de (c/u)  Exposición ante los integrantes del grupo.</p>

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## SESION 9 “ Enamoramiento y las drogas”

**OBJETIVO:** Sensibilizar a los padres para detectar cuando hay presiones en los adolescentes que los pueda orillar a las drogas.

CONTENIDO	ACITIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN.
<p>Noviazgo</p> <p>Presión social</p> <p>Los amigos del adolescente</p> <p>Los medios de comunicación y el adolescente.</p> <p>Embarazo en la adolescencia.</p>	<p>Película: “PUBERTAD” (Ver Anexo 9)</p> <p>Análisis, de la película, exposición de conclusiones.</p> <p>Técnica: Doble personalidad (ver Anexo 9)</p> <p>Video salud y sexualidad</p>	<p>Video en VHS</p> <p>Hojas blancas, de colores, papel bond, colores,</p>	<p><i>Graciela y Vargas Vargas Laura, Técnicas participativas para la educación popular. Editorial popular, pag. 221-223</i></p> <p><i>Guía práctica para padres de familia. Cómo proteger a tus hijos contra las drogas. Centros de Integración Juvenil. Pág. 9</i></p>	<p>Elaboración de un recuento de quienes y cómo eran los amigos de los padres cuando estos eran adolescentes, cuáles eran sus gustos, preferencias y formas de comunicación con sus hijos a partir de sus semejanzas y diferencias con ellos.</p>

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Sesión 10: CIERRE DEL CURSO

**OBJETIVO:** Reflexionar sobre la importancia de la comunicación como un elemento en la prevención de adicciones.

### Conclusión de las sesiones

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
Evaluación del taller Formato de sugerencias Agradecimiento de la asistencia. Entrega de diplomas.	Película: Saxofón (ver anexo 10) Comentarios de la película y la relación con la importancia de mantenerse comunicados los padres con los hijos. Se recuerda que es la última sesión y se agradece la participación de los asistentes. Técnica: Hasta luego. (ver anexo 10)	Video VHS. Hojas, diplomas.		Evaluación del taller por parte de los padres asistentes. Comentarios y sugerencias del taller.

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### 4.4. REFLEXIONES FINALES

La realización del presente trabajo me permitió llegar a las siguientes conclusiones:

- La adolescencia es una etapa del desarrollo humano en la que se es vulnerable a las adicciones.
- Esta etapa es percibida como una etapa especial, por lo que cada ser humano la vive de manera distinta, y la función principal es comprender todas las fases de la madurez; física, psicológica y social, ya que este cambio lo experimenta drásticamente y repentinamente en un lapso muy breve, en ningún otro momento se halla menos preparado para enfrentar los problemas que trae ese cambio, por ello la importancia de brindarles una orientación adecuada.
- El medio familiar, social y cultural en el que se desenvuelve el adolescente es determinante en la adquisición de valores.
- Dentro de la familia el adolescente debe encontrar no sólo la satisfacción de sus requerimientos materiales básicos, sino un ambiente propicio para lograr su identidad personal, su autonomía, y los vínculos afectivos y el papel que le corresponde cumplir dentro de su contexto social.
- La comunicación es un proceso psicosocial básico y decisivo en la familia, en el cual se da y se recibe información, es una manera de intercambiar ideas, sentimientos, experiencias y mensajes, La calidad de la comunicación en la familia está relacionada con la capacidad de transmitir lo que se desea y la habilidad de escuchar a los demás.
- La familia es la institución más comprometida de la sociedad para dar las herramientas básicas ante el problema de las drogas y son los padres los principales aliados para prevenirlas. Sin embargo, cuando las funciones de la familia no se cumplen y se encuentran en ella carencias afectiva, educacionales, morales, de valores y económicas son las principales generadoras de las adicciones en los adolescentes.
- La influencia que ejerce la sociedad en el adolescente es muy importante, pues al no encontrar éstos el afecto, la aceptación y la identificación dentro del seno familiar, buscan suplir estas carencias con su grupo de amigos, con la pandilla de su barrio del contexto donde se desarrolla, adoptando una serie de conductas y actitudes de individuos negativos o antisociales.

- Es importante plantear alternativas de intervención (el taller) con los padres, con el fin de prevenir, disuadir y evitar las adicciones. Al ser ellos quienes han creado un ambiente adecuado o inadecuado para el desarrollo de las capacidades, habilidades y autoestima de los adolescente, también pueden contribuir de manera directa a la no reincidencia de las conductas antisociales y las adicciones al cambiar o mejorar la dinámica familiar, La experiencia vivencial de los talleres, las dinámicas en cada una de las sesiones tienen como finalidad enfrentar a los padres de una manera real a la prevención y solución de los problemas con su adolescente.
- Las diez sesiones que integran el taller están encaminadas a sensibilizar, favorecer, explicar y dar a conocer a los padres de familia elementos básicos e importantes para que ellos mejoren su relación con sus hijos adolescentes a través de los siguientes temas: Significado de ser padres, problemas en las relaciones interpersonales, comunicación verbal, no verbal, asertividad, conocerse a sí mismo y finalmente cuando se da una educación débil se generan hijos con problemas.
- Un pedagogo es quien conoce las instancias que determinan el hecho educativo, así como los factores que se encuentran detrás del mismo, y los elementos que le dan sentido y que lo constituyen, esto significa el conocimiento del curriculum, de los modelos educativos conocidos como escuelas o paradigmas educativos, la metodología y la didáctica, así como las diversas teorías educativa, por lo cual está en condiciones tanto de evaluar como de diseñar programas educativos que correspondan al momento histórico, a las necesidades imperantes y a las condiciones existentes, también su aplicación directa en el sentido práctico, con las técnicas adecuadas.
- El pedagogo desempeña diferentes roles en una institución, debido a eso se le considera multifacético, ya que está preparado para poder realizar diversas funciones como: diagnostico curricular, creación de estrategias, técnicas de estudio, formulación de talleres con alumnos y padres de familia, etc.

Es por eso que la pedagogía me ha dado el conocimiento para poder desarrollar las estrategias de este taller enfocado a prevenir las adicciones, ya que dentro de mi practica profesional en el proceso enseñanza aprendizaje, he podido comprobar la necesidad de proponer posibles soluciones, ante este grave problema que son las drogas en la actualidad.

## BIBLIOGRAFÍA

- ABERASTURI, Arminda y KNOBEL, Mauricio. *La Adolescencia Normal. Un Enfoque Psicoanalítico* Editorial Paidós.. Buenos Aires,1996.
- BARRERA VILLALPANDO. *Taller Sobre Prevención de la Farmacodependencia Dirigido a Maestros*. Tesis UNAM
- CARRIZO B. Héctor Y Otros. *Sociedad, Cultura y Sexualidad*. México, 1986. Ed. Conapo
- CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL, A.C. *Conceptos Básicos en Drogodependencias*. México, 1969
- CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL, A.C. “*Como Proteger a tus Hijos Contra las Drogas*” *Guía Práctica para Padres de Familia*. México, 2002.
- CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL, A.C. *La Información y los Procesos Comunicativos en la Prevención del Consumo de Drogas. En modelo preventivo de C.I.J.* México, 1999.
- CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL, A.C. *Modelos y Métodos de Evaluación de Programas Preventivos del Uso de Drogas*. Subdirección de investigación. México, 2005
- CONADIC. *Las adicciones en México. Hacia un enfoque multidisciplinario*. México 1992..
- CONGER, John. *Adolescencia Generación Presionada*. Editorial Latinoamericana. Serie La Psicología y Tú. México 1980.
- DE BARTOLOMEIS, Francisco. *La psicología del Adolescente y la Educación*. Tr. Paulo García Mora. Editorial Roca. México, 1987
- INEGI. X11 censo de Población y Vivienda 2000 y 11 Conteo de Población y Vivienda 2005.
- LA COMUNIDAD DE ENCUENTRO. *Las adicciones y las disfunciones en la familia*. Editorial Trillas. México, 1998.
- LUNA CARDENAS, Juan. *La Educación Audiovisual*. Editorial. Porrúa. México 1966.
- LLANES BRISEÑO, Jorge, *La Juventud y las Drogas*. Editorial. Concepto, S.A. México, 1982,
- MERINO GAMIÑO, Carmen. *Identidad y Plan de Vida en la Adolescencia Media y Tardía*. En: Perfiles educativos No. 60. Año 1999.

- MONROY DE VELASCO, Anamelis. *Salud, sexualidad y Adolescencia” Guía practica para integrar la orientación sexual en la atención de salud a los adolescentes”* Editorial Pax. México, 1990, .
- MUSSEN, Cogner Kagan. *Desarrollo de la Personalidad del Niño*. Editorial Trillas. México 1987.
- MUSS, Rolf. E. *Teorías de la Adolescencia*. Ed. Paidós. México. 1999.
- PAPALIA, Diana y WENDKOS, Dally. *Desarrollo Humano*. Ed. Mc. Graw Hill 8ª, Edición. México 1988.
- REVISTA INACE Año 1 No. 1 Enero/Febrero 1996.
- ROGERS, Carl. *Libertad y Creatividad en la educación*. Editorial Paidós, México 1983, Pág. 185
- STERN. H. *La educación de los padres*. Editorial. Kapellusz. Buenos Aires, 1967.
- VEGA, Armando. *Las Drogas ¿Un problema educativo actual?* Editorial. Diálogos en Educación. Colombia 1992.
- VELASCO, Leticia. *Desarrollo Bio-sico-social de la adolescencia. Tareas, metas y logros. En: Manual básico de salud, sexualidad y adolescencia y la juventud. Centro de Orientación para Adolescentes (CORA) Ed. Pax. México 1998.*

## BIBLIOGRAFÍA DEL TALLER

- BUSTILLOS DE NÚÑEZ, Graciela y VARGAS VARGAS, Laura. *Técnicas participativas para la Educación Popular*. Editorial Popular. México, 1991
- CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL. *Guía Práctica para Padres de Familia. Cómo Proteger a tus Hijos Contra las Drogas*. México, 2002.
- ETICA PARA AMADOR, 1998. México, SEP, CONACULTA
- FRANCO, Gloria. *La comunicación en la Familia*. Ed. Palabra. Madrid, 2001.
- LIBERA ADICTUS. México. SS. SEP. Artículos: *Una Relación Intensamente destructiva*. Año 2. No. 8, 1995
- ORIGENES Y EFECTOS DE LAS ADICCIONES, año 9, No. 120. 2002
- PAZ, Octavio. *El Laberinto de la Soledad*, México 1997. FCE.
- PICK, Susan y RUBIO, Isabel. *Hablando se Entiende la Gente*. México, Ed. Limusa
- ¿QUÉ ES LA FARMACODEPENDENCIA Y SUS CONSECUENCIAS? Video 1998, México, SEP.
- ¿QUÉ ME ESTA PASANDO? 1999. México, SEP, SS. Video. (VHS)

# ANEXOS

### **Técnica: Presentación por parejas**

**Objetivo:** Presentación, animación.

Desarrollo: Los coordinadores dan la indicación de que se van a presentar por parejas y que estas deben intercambiar determinado tipo de información que es de interés para todos, por ejemplo: el nombre, el interés que tiene por el curso, sus expectativas, información sobre su trabajo, su procedencia y algún dato personal.

Cada persona busca un compañero que no conozca y conversará durante cinco minutos.

Luego en asamblea cada participante presenta a su pareja.

La duración de esta dinámica va a depender del número de participantes, por lo general se dará un máximo de tres minutos por pareja para la presentación en plenario.

El coordinador debe estar atento para animar y agilizar la presentación.

### **Técnica: El amigo secreto.**

**Objetivo:** Crear un clima de compañerismo e integración.

Desarrollo: Se le pide a los participantes que cada uno de ellos escriba en un papel su nombre, a qué se dedican y alguna característica personal (como cosas que les agraden, etc.) Una vez que todos los participantes hayan escrito su nombre se ponen en una bolsa o algo similar y se mezclan todos los papeles; luego cada persona saca un papelito a la suerte, sin mostrarlo a nadie, el nombre que está escrito corresponde al que va a ser su “amigo secreto”

Una vez que todos tengan a su amigo secreto, se explica que durante el tiempo que van a trabajar juntos deben comunicarse con el amigo secreto de tal forma que éste no los identifique. Que el sentido de esta comunicación es levantar el ánimo de una manera simpática y fraternal, hacer bromas, (siempre y cuando estas no vayan a perjudicar a ninguna persona), reconocer sus aportes, hacer críticas constructivas, etc.

Esto implica que vamos a observar a nuestro amigo secreto, y todos los días debemos comunicarnos con él, (por lo menos una vez) enviándole alguna carta o algún obsequio (lo que la imaginación de cada quién sugiera).

Para hacer llegar nuestro mensaje al amigo secreto, lo enviamos con otro compañero del taller, o lo colocamos en algún sitio específico en que sepamos que el compañero lo va a encontrar; nadie debe delatar quien es el amigo secreto de cada quien.



El último día del taller se descubren los amigos secretos y por qué; luego se descubre si acertó o no y el verdadero amigo secreto se manifiesta y luego a él le toca descubrir a su amigo secreto y así sucesivamente hasta que todos hayan encontrado el suyo.

### **El significado de ser padres.**

Por lo regular los padres protegen a sus hijos de todo peligro.

La familia es el grupo en que los seres humanos se desarrollan desde el momento del nacimiento hasta la muerte. En ella se aprende todo lo necesario para poder tener una calidad de vida.

En el núcleo familiar conviven distintas personas con características físicas, emocionales y sociales diferentes.

Lo físico se refiere a todo aquello que está relacionado con el cuerpo. Lo emocional tiene que ver con la manera de reaccionar ante diversas situaciones. Mientras que lo social está constituido por todos los contactos que se tienen con otros seres humanos.

Cada persona tiene cualidades que la hacen única e irrepetible y todas, absolutamente todas las personas son valiosas, independientemente de lo que las hace diferentes.

De acuerdo con las características y la forma de relacionarse, cada uno de los integrantes de la familia ocupa un rol diferente. Este papel hace que se tengan obligaciones y derechos dentro del grupo familiar.

Como ya se ha mencionado, las funciones de los padres son importantes, ya que el cumplimiento responsable de ellas permite proteger a los hijos contra el consumo de drogas.

La madre juega un papel decisivo en el desarrollo de los niños, pues es la figura central en la unidad familiar. Al nacer, el primer contacto que tienen es con su madre; de ella reciben en los primeros años de su vida, calor, caricias, afecto, lenguaje y alimento.

Generalmente pasa más tiempo con ellos que el padre. Hay estudios que señalan que la calidad del vínculo madre-hijos parece relacionarse con una serie de conductas como:

- Lograr un sentimiento de seguridad en el niño.
- capacidad intelectual.
- Motivación para alcanzar el éxito.
- Desarrollo del lenguaje.



- Autonomía.
- Imagen y amor que se tiene por uno mismo.
- Socialización.
- Agresividad o comunicación clara y directa.
- Sentido de bienestar.

Las funciones de la madre varían dependiendo de las condiciones sociales, ideológicas y culturales en que se encuentre. Algunos autores han señalado la importancia del papel de la madre en el desarrollo tanto físico como emocional de los niños durante los primeros años de vida, dejando en un nivel secundario la función del padre. Hoy en día es más frecuente que el padre se involucre en la crianza de los hijos desde que están en el vientre materno.

En la actualidad, cada vez un mayor número de mujeres incursionan en el ámbito laboral, por lo que desempeñan diferentes papeles: esposa, madre y trabajadora.

El hombre desempeña el mismo número de roles, pero en muchas familias no realiza actividades domésticas.

El padre tiene funciones muy importantes: en muchos casos es el principal sostén económico y sirve como modelo para los hijos. Él es una figura que representa protección, interviene en las decisiones en cuanto a premios y sanciones, brinda apoyo y consejos a sus hijos, etcétera.

Regularmente al padre no se le atribuye tanta responsabilidad en la educación de sus hijos. La forma más usual que tiene para relacionarse con ellos es por medio del juego, aunque ocasionalmente los cuida, alimenta, etcétera. Algunas funciones tradicionalmente asignadas al padre son las siguientes:

- Servir como modelo para la diferenciación de papeles entre hombre y mujer.
- Brindar protección a la familia.
- Aportar el dinero para la manutención.
- Poner límites y normas al funcionamiento familiar, cuidando su cumplimiento.
- Apoyar la integración de la personalidad, el desarrollo emocional y la salud psicológica de los hijos.
- Cuidar que en el desarrollo de los hijos exista un buen autoconcepto y autoestima.

Los estudiosos afirman que los padres son los encargados de transmitir a sus hijos normas sociales, costumbres, creencias, formas de vida, estilos de comunicación, hábitos, actitudes, mecanismos de solución de conflictos, forma de vestir y gustos, a través de los cuales los niños se van adaptando a la sociedad.

El papel de los padres en el cuidado de los hijos es indudable, si se toma en cuenta que los pequeños y las pequeñas no pueden valerse por sí mismos y necesitan de alguien para cubrir sus necesidades físicas básicas.

En cuanto a las necesidades psicológicas de los hijos, los padres brindan afecto y protección, indispensables en el desarrollo emocional.

El afecto es un sentimiento que los padres desean transmitir a sus hijos a través de los diferentes cuidados que les brindan. El amor hacia ellos es lo que lleva a los padres a educar de determinada manera, y toda decisión que toman en relación con los hijos se piensa en su beneficio, aun cuando se trate de castigos.

El afecto y la seguridad dan las bases para que exista confianza recíproca en la relación; es decir, los hijos saben que pueden buscar apoyo, orientación, consuelo, etcétera. Los padres confían en que sus hijos realicen o no determinadas tareas.

La única manera de desarrollar este tipo de confianza en los hijos es observándolos y conociéndolos lo más completamente posible.

La mayoría de los padres conocen las habilidades de sus hijos, sus intereses y el tipo de temperamento que tienen. Sin embargo, no siempre conocen sus preocupaciones, sus temores, las características de sus amistades, qué es lo más importante para ellos, cuáles son sus metas, qué piensan de ellos mismos o cuáles son sus sentimientos.

Los aspectos relacionados con afecto y confianza están ligados con la comprensión. Para algunos padres es difícil comprender a los hijos, ya que consideran que no tienen problemas ni preocupaciones, o que sus conflictos son transitorios o sin importancia. Pero éste es el punto de vista de los padres, no de los de hijos. Para los hijos puede ser angustiante no encontrar un juguete, terminar con su pareja, acercarse a alguien desconocido y darle un beso porque los papás le dicen es tú tío, o tener miedo de algo que no pueden describir. Realmente los hijos pueden sentirse angustiados, tristes o incomprendidos cuando no son tomados en cuenta o no se les atiende con la misma importancia con la que se escucha a un adulto.

Los padres pueden ponerse en el lugar de sus hijos, regresarse a su edad y pensar lo que significa para ellos algunas situaciones; entender que sus razonamientos son diferentes y que en ocasiones sus pensamientos son más lógicos y claros.

Para algunas personas ser padre o madre es la experiencia más importante que han tenido en su vida y encuentran una gran satisfacción y felicidad al desempeñar sus funciones. Para otras, es una constante preocupación y una limitación en su desarrollo personal; otras más, consideran que es un gran reto o una gran responsabilidad. Algunas

piensan que es una manera de ir creciendo junto con los hijos; otras lo consideran una dependencia exagerada y desean que los hijos crezcan rápidamente. Hay quienes viven la maternidad y la paternidad como un constante conflicto entre su realización como padres o madres, lo cual les genera sentimientos de culpa.

La misión de la maternidad y la paternidad tiene objetivos diferentes para las personas. La mayoría desea que sus hijos sean felices, honrados, autosuficientes, independientes, sanos. También desean que se comparta amor, pero lo anterior sólo se logra a través del involucramiento positivo y real entre los padres con sus hijos.

#### PREGUNTAS.

- 1) ¿Para usted cuál es el significado de ser padre?
- 2) ¿Cómo se relaciona con cada uno de los miembros de su familia?
- 3) ¿Cuál es la función de cada uno de los padres?
- 4) ¿Cuáles son los roles que ustedes realizan dentro de su familia?
- 5) ¿Qué cosas cambiaría de su relación familiar?

### **TÉCNICA: EL SOCIODRAMA**

**OBJETIVO:** Análisis de cualquier tema basándose en situaciones o hechos de la vida real, actuando, en la que se utilizan gestos, acciones y palabras.

**Desarrollo:** Primero se dará un tema a cada equipo: deben tener muy claro cuál es el tema que se va a presentar, y por qué lo van a hacer en ese momento.

Los equipos conversarán sobre el tema: los compañeros que van a hacer el socio drama dialogaran un rato sobre lo que conocen del tema, cómo lo viven, cómo lo entienden.

Elaboran la historia o argumento.

Una vez hecha la historia es bueno que hagan un ensayo antes de hacer la presentación final.

Por último hacer las conclusiones a que han llegado.

Recomendaciones: Hablar con voz clara y fuerte, moverse y hacer gestos, no dejar que las palabras sean lo único de la actuación, utilizar algunos materiales que hagan más real la actuación (sombreros, pañuelos, una mesa, etc.), usar letreros grandes de papel para indicar lugares.

### **TÉCNICA: EL JUEGO DE ROLES**

**OBJETIVO.** Analizar las diferentes actitudes y reacciones de la gente frente a situaciones o hechos concretos.

**Desarrollo:** Al igual que el socio drama, es una actuación en la que se utilizan gestos, acciones y palabras.

La diferencia está, en que en el juego de roles se representan las actitudes de las personas, las características de sus ocupaciones o profesiones o las formas de pensar de la gente.

1.- Se escoge el tema.

2.- Se conversa sobre el tema.

3.- Hacer una historia o argumento, para poder presentarlo con orden. En este caso es importante que quede claro la actitud y la reacción de los personajes.

Y así, está listo para presentarlo y hacer la discusión.

## **TÉCNICA: EL ESPEJO DE LA VERDAD.**

**OBJETIVO.** Observar la imagen que los miembros del sexo complementario tienen de nosotros y confortar esta con la que tenemos de nosotros mismos. Conocer la interpretación que los otros hacen de nuestros gestos y posturas socialmente aprendidas, identificando los sentimientos y características personales que se utilizan en el chantaje emocional.

**DESARROLLO:** Comentar acerca de los papeles sociales diferentes para el hombre y la mujer y de las dificultades que implica el actuar menos estereotipadamente.

Pedir al grupo que se divida en dos: una de hombres y otra de mujeres.

Comentar que van a cambiar funciones y que los hombres actuaran como mujeres y las mujeres como hombres, para tratar de convencer unos a otros de llevar a cabo algo que saben que el otro no quiere hacer. Un ejemplo puede ser una conquista o seducción o una reunión de solo hombres o una de solo mujeres.

Dar diez minutos para que se pongan de acuerdo y preparen una situación concreta que no dure más de diez minutos.

Pueden elegir representantes para la actuación o hacerlo en grupo.

Realizar cada una de las representaciones de los dos grupos. Los hombres serán el auditorio de las mujeres y las mujeres el público de los hombres.

Analizar con el grupo:

¿Cómo se sintieron representando al otro sexo?

¿Qué diferencias de percepción hay entre la forma como nos representa el otro sexo y la forma en la que nos consideramos a nosotros mismos?

## **Permaneciendo alerta para vivir sin drogas**

Los padres pueden detectar algunos signos, rasgos o actos que están relacionados con un riesgo para iniciar el consumo de sustancias.

A estos se le denominan **factores de riesgo** y son definidos como ciertas características que existen en la comunidad, familiar, escuela e individuos previos al consumo de drogas, que aumentan la probabilidad de que este fenómeno ocurra durante el desarrollo de la persona.

Estas circunstancias pueden estar relacionadas con algún (os) miembro (s) de la familia, por lo que su detección es importante, ya que a través de su identificación y de los esfuerzos que se hagan por desaparecerlas o disminuirlas, se protege a la familia

Conducta “antisocial” temprana (entre los cinco y los siete años de edad) que persiste hasta la temprana adolescencia, expresada en términos de agresividad.

Es común escuchar a padres que reportan que sus hijos han tenido problemas escolares con demasiada frecuencia, por lo que son citados continuamente en la dirección escolar de los planteles con el fin de informarse sobre la conducta del hijo, los daños que provocó y las sanciones a las que se hizo acreedor.

Los comportamientos de este tipo pueden ser muy variados, pero todos tienen en común el denotar agresividad. Entre los ejemplos se pueden mencionar: daños al mobiliario; riñas verbales y/o físicas; incumplimiento de normas como salir del salón sin autorización, gritar, lanzar objetos a compañeros; robos, etcétera.

Las consecuencias de estos actos son también diversas y van encaminadas a disminuir o desaparecer la conducta, aunque en muchos casos sólo la refuerzan. Entre las reacciones que pueden presentarse se encuentran actos de violencia física (golpes) y verbal (gritos e insultos).

Otras formas son ignorar al sujeto o sancionarlo quitando objetos o actividades que son placenteras para él.

La manera de reaccionar de los padres puede contribuir a la desaparición o al control de las conductas antisociales de los hijos, por lo que se recomienda que: se establezcan normas claras, precisas y congruentes con las acciones paternas; la instauración de límites; el uso de firmeza al dar instrucciones, y la imposición de sanciones no violentas.

### **Aislamiento de actividades sociales.**

Desde el nacimiento, hombres y mujeres empiezan a tener contacto con otros individuos de su misma especie; este hecho continúa porque forma parte de la naturaleza. Los primeros contactos interpersonales se dan dentro de la familia, para continuarse posteriormente en la escuela, el trabajo y los grupos de pares (vecinos, amigos, clubes, pandillas, etcétera).

No en todo momento se puede mantener interacción con otros, pues existen actividades que no están relacionadas con la intervención de alguien más. Las labores individuales también forman parte de la vida cotidiana y se constituye como elementos fundamentales de la salud mental del individuo.



El equilibrio entre acciones sociales e individuales está relacionado con características de personalidad, organización de ocupaciones diarias, permanencia dentro de determinado lugar, etcétera.

Es importante detectar si existen cambios en la frecuencia de contactos sociales que tiene un miembro de la familia. Esto es notorio cuando el sujeto no desea participar en actividades familiares, ha dejado de salir con su grupo de amigos, evita contestar llamadas de compañeros o gente que conoce, permanece mucho tiempo en tareas individuales (ver televisión, navegar por internet) sin permitir la involucración o acompañamiento de otros miembros en ellas y realiza labores que impiden una verdadera interacción entre personas.

Ante esto los padres deben de vislumbrar alternativas. Un síntoma de depresión es precisamente el aislamiento, por lo que convendría indagar qué es lo que está causando esta situación. Asimismo, se debe favorecer la comunicación entre familiares y la programación de acciones en conjunto.

### **La incidencia del síndrome infantil de hiperactividad y déficit de la atención.**

En la crianza de los hijos pueden dar casos donde los niños presentan una serie de conductas que ocasionan un sinnúmero de problemas. Estos comportamientos hacen que los profesores y padres de familia etiqueten a los niños como un niño (a) problema, latoso (a) e incontrolable. Los comportamientos se caracterizan por la incapacidad de dedicarse a alguna acción hasta concluirarla y de fijar la atención en un estímulo durante un lapso que permita pensar que existe interés por la tarea. Lo anterior provoca que el sujeto muestre excesos motores (el niño (a) realiza una gran cantidad de actividades)

El conjunto de características antes mencionadas es llamado síndrome infantil de hiperactividad.

De acuerdo con algunas investigaciones, se ha establecido este síndrome como de riesgo para el inicio de consumo de drogas. Ante esto, los padres pueden recurrir a un profesional de la conducta (psiquiatra y psicólogo); ellos brindarán estrategias que permitan un adecuado manejo de esta situación.

### **Altos niveles de angustia.**

En la actualidad, es común que el núcleo familiar se enfrente a una serie de acontecimientos que están relacionados con el surgimiento de angustia. Existen situaciones de estrés que afectan a cada uno de los integrantes de la familia.

Existen situaciones estresantes que se pueden cambiar, pero otras son continuas e inevitables, por lo que la búsqueda de alternativas es necesaria.

Algunas sugerencias para disminuir la tensión son la práctica de actividades relajantes o entretenidas (bailar, practicar algún deporte, descansar, etcétera); y la modificación de pensamientos causantes de angustia, vislumbrando la vida como algo positivo y percibiendo los problemas como un desafío, más que como una amenaza.

### **PREGUNTAS**

1. ¿En que medida esta en sus manos evitar que sus hijos consuman drogas?
2. ¿Cuál es la ventaja de conocer las situaciones que pueden poner en riesgo a nuestros hijos para iniciar el consumo de drogas?
3. En su opinión, ¿Cuál de las situaciones que acaban de leer, pueden conducir al uso de drogas?
4. ¿En que momento pueden considerarse peligrosos estos comportamientos y como nos podemos dar cuenta.

### **Crear que se tiene un escaso control sobre la propia vida en la adolescencia.**

La adolescencia es una etapa de cambios para asumir nuevos roles que conllevan, por lo tanto, otras responsabilidades y derechos. La inserción a la vida adulta es un proceso que requiere de la activación de todas las herramientas psicológicas con las que cuenta el adolescente.

Una de estas herramientas es el autocontrol.

El autocontrol es la capacidad de gobernar nuestros actos y sentir la seguridad de que la mayor parte de los acontecimientos diarios están relacionados con nuestras capacidades (están en nuestras manos)

Los adolescentes, al enfrentarse a los cambios individuales que exige el nuevo papel que desempeñan, pueden percibir que carecen de un adecuado control sobre su vida.

Ante esta situación, los padres de familia deben fortalecer la convicción de que cada persona es responsable de sus propios actos. El adolescente debe tener confianza en sus habilidades para un buen desenvolvimiento en la vida diaria (capacidad de entablar

conversaciones; habilidad de defender sus derechos, expresar sus sentimientos y pensamientos, sin que esto le cause ansiedad; amor y respeto por uno mismo).

Recuerde que cualquier habilidad es producto de la práctica continua; si el adolescente es producto de la práctica continua; si el adolescente se fortalece con el aprendizaje de nuevas aptitudes y desarrolla confianza en su persona, se sentirá más seguro en el control de su vida.

### **Actitud permisiva hacia el consumo de bebidas alcohólicas y tabaco.**

En la familia se establecen normas que rigen el comportamiento de sus integrantes, mas no están escritas, ya que forman parte del aprendizaje. De esta manera, existen mensajes que el sujeto va adoptando, convirtiéndose en parte de su visión del mundo.

Actualmente las estrategias de publicidad, a través de sus mensajes, han conseguido que los productos que promocionan se vuelvan parte de la vida cotidiana. Algunos de éstos se han vuelto una necesidad por todas las virtudes que se les atribuyen (la mayor parte de las veces falsas).

Entre estos mensajes se encuentran los relativos al uso del alcohol y tabaco, donde se glorifican sus efectos (como me hace falta un cigarrillo para los nervios), se asocian con momentos agradables (una fiesta sin alcohol no es fiesta), se minimizan sus consecuencias (no te posa nada, ándale no seas marica).

Los mensajes no siempre son hablados, ya que con el ejemplo también se promueve el consumo.

Los padres, como agentes de prevención, deben estar pendientes de este tipo de mensajes y contrarrestarlos brindando información adecuada y oportuna sobre drogas, para evitar que sus hijos perciban el consumo de alcohol y tabaco como algo favorable.

### **Baja autoestima.**

Uno de los atributos deseables para la constitución de tareas individuales y sociales es una adecuada valoración de sí mismo.

Algunos de los problemas de la gente se relacionan con la baja autoestima. Por ejemplo: dificultades para establecer relaciones con otros, incapacidad de búsqueda de actividades placenteras, angustia, fracasos escolares y laborales, inadaptación, etcétera.

Una autovaloración adecuada permite al sujeto conducirse de una manera gratificante con él mismo y con otros.

En el desarrollo de la autoestima, los padres de familia juegan un papel importante. Algunas recomendaciones para fortalecer la autoestima de los hijos son las siguientes:

- a) Al comunicarse, utilice frases positivas que no pongan una etiqueta a sus hijos ni atenten contra su dignidad.

En vez de usar la frase: Eres una niña estúpida, que nunca haces nada bien, puede

Decir ten mayor cuidado cuando realices alguna tarea.

- b) Evitar gritos, insultos o golpes cuando se sanciona a los hijos. Cualquier tipo de violencia hace que ellos se sientan devaluados.
- c) Reconocer sus actividades. Sus logros deben ser aprobados a través de palabras de aliento, pequeños obsequios u otras formas.
- d) No exigir más de lo que sus hijos pueden dar. Algunos de ellos viven pendientes de la aprobación que les brindan sus padres, pero que los hijos al ver que no las cubren desarrollan una concepción disminuida de sí mismos.

Prescindir de la realización de comparaciones. Los hijos son individuos únicos y por lo tanto diferentes a otros. La personalidad, habilidades, aptitudes y actitudes de ellos son diversas, por lo que las comparaciones no tienen razón de ser. Si desea puntualizar su desagrado sobre alguna conducta. Hágalo saber claramente sin comparar.

**TÉCNICA : CARTA A MIS HIJOS.**

**OBJETIVO:** Facilitar la comunicación entre los adolescentes y sus padres.

Desarrollo: Solicitar a los padres que escriban una carta dirigida a su hijo adolescente. En ésta comentarán algún aspecto del que no han podido hablar con él y del cual les gustaría hablar.

Preguntar si algún voluntario quisiera leer su carta al grupo.

Si nadie quiere leerla, pedir que comenten su experiencia, los que la escribieron cómo se sintieron y los que no lo hicieron que expongan sus razones.

Sugerir como actividad en casa que entreguen la carta a su destinatario considerando las posibles consecuencias de ello ( ver actividad en casa)

**TÉCNICA: ACTIVIDAD EN CASA.**

**OBJETIVO:** Favorecer la comunicación entre padres e hijos.

Pedir a los padres que entreguen la carta que escribieron a quien se la hayan dirigido.

Comentar que el propósito de la carta es que ellos (los padres) se sientan en confianza total para dirigirse a sus hijos.

No olvidar que ésta es una sugerencia. Algunos padres no estarán preparados para afrontar la reacción de su hijo adolescente o se sentirán incómodos por lo que no hay que presionarlos, solo hay que alentarlos a abrir el camino.

**Película: Una amistad peligrosa.**

**Dir. A. Brook**

**Año 1999**

**Color/120 min. VHS**

Contenido: Familia, adolescencia, anorexia, bulimia, escuela, compañeros(as), alcoholismo.

Se trata de una joven adolescente que busca por todos los medios ser aceptada y popular en su escuela; piensa que sólo lo conseguirá si se mantiene muy esbelta. Esta película incluye el tema de los desórdenes alimentarios que podemos sufrir al permitir que estereotipos y valores marcados por la moda influyan de modo determinante en nuestra vida.

Problemas en las relaciones interpersonales.

Los hombres y las mujeres como seres sociales necesitan de la interacción con otros para poder sobrevivir. Algunas maneras de comunicarnos son indirectas: la agresión, el sarcasmo, la indiferencia; otras pueden ser los halagos, las caricias, las miradas, etcétera.

De acuerdo con los estilos de relación serán los resultados que se obtengan, por lo que deben ejercitarse formas de relación libres de violencia, emitir mensajes claros y contactos afectuosos.

### **Percepción de que los padres, madres y/o demás familiares se encuentran alejados.**

Se dice que los seres humanos construyen una representación del mundo en su cerebro; desarrollan ciertas ideas y conceptos acordes al ambiente físico y social en el que se desenvuelven. Así funciona lo que se denomina percepciones, los individuos captan algunos eventos o situaciones de la realidad y les otorgan un significado o valor. Las ideas que se forman a partir de estas experiencias rigen su comportamiento.

Por ejemplo, ante cierta conducta de los padres (ausencia prolongada del hogar), los hijos pueden interpretarla como falta de interés o carencia de amor a ellos.

Otro problema que puede presentarse es que los hijos perciban a los padres como ajenos o lejanos, que sientan que no forman parte de sus actividades o proyecto de vida, e inclusive que no deseen comunicarse con ellos.

Para evitar este tipo de situaciones, los padres deben estar cerca de sus hijos, involucrarse en sus actividades, iniciar o continuar conversaciones, permitiendo la libre expresión de ideas y sobre tener en cuenta que son el mayor soporte para ellos, por lo que su presencia, amor y cercanía son imprescindibles.

El uso de drogas en edades tempranas con frecuencia conduce a problemas serios de consumo.

El conocimiento profundo de los hijos permite detectar cualquier cambio en el comportamiento; si éstos aparecen y se mantienen, los padres de familia deben verificar si se relacionan con el consumo de drogas. Cuando se inicia el uso de sustancias a edades tempranas es probable que se presenten posteriormente serios problemas de abuso.

Los padres deben estar pendientes de este momento para evitar que el problema aumente.

Durante el transcurso de las respuestas encontraremos que algunos problemas, por su complejidad, deben ser atendidos por especialistas.

### **Abusos alimenticios.**

Una de las características de cualquier tipo de adicción son los impulsos irrefrenables por realizar algo. Este fenómeno se denomina compulsión.

La compulsión se relaciona con tener excesos y la falta de límites al actuar.

Entre las compulsiones, el abuso en el consumo de alimentos, es uno de los que provocan un gran número de problemas de salud.

Es importante que los padres fomenten la salud a través de la promoción de hábitos sanos. Se recomienda cuidar el tipo de alimentos que se ingieren, estableciendo la importancia de comer sólo lo necesario.

El riesgo de las actitudes compulsivas como el exceso al comer, se asocia con la responsabilidad de extender esta compulsión hacia otras esferas, como puede ser la adicción a las drogas.

### **Creatividad limitada.**

El desarrollo de la humanidad se relaciona con la capacidad de crear. Los grandes artistas, científicos e inventores, a través de su trabajo creativo, han contribuido a los avances del mundo.

Pero esta habilidad no es exclusiva de algunos personajes, es una capacidad que pueden promoverse y ejercitarse.

Los padres de familia pueden fomentar la creatividad en sus hijos desde edades tempranas a través de ejercicios, de brindar ambientes ricos en estímulos, de la construcción de objetos en conjunto, etcétera.

Se ha demostrado que las personas poco creativas tienen escasas habilidades para enfrentar algunos conflictos de manera efectiva; recuerden que en el afrontamiento de problemas algunos sujetos deciden consumir drogas como vía de solución.

Además, el individuo poco creativo es vulnerable a aceptar cualquier forma de entretenimiento, lo que en ocasiones le impide visualizar maneras sanas de divertirse y lo pone en riesgo de usar sustancias.

### **Manejo inadecuado del tiempo libre.**

El tiempo libre es la oportunidad de realizar actividades con fines de entretenimiento y sano esparcimiento. Dentro de las necesidades y derechos que tienen los hombres y las mujeres, las actividades recreativas ocupan un papel importante.

Los padres pueden otorgar opciones para que los hijos aprovechen el tiempo libre. En algunas de las actividades que se desarrollen es conveniente la participación de los padres, siempre y cuando respeten las actividades individuales o de grupo que elijan sus hijos.

Las actividades que se realizan en familia pueden ser; asistir a un museo, cine, teatro; salir a un paseo; comer en familia, entre otras.

El aprovechamiento del tiempo libre aleja la posibilidad de consumir drogas; recuerden que el ocio es la madre de todos los vicios.

### **Control limitado de los impulsos desde la infancia.**

Los seres humanos somos curiosos por naturaleza y la forma de conocer el mundo es a través de su exploración.

En este descubrimiento los niños van incorporando normas sociales que rigen su comportamiento (lugares para ir al baño, momentos y maneras de saludar, prohibición para examinar algunos objetos, etcétera).

En algunas ocasiones no se establecen límites o éstos son inconsistentes para la acción de los hijos, lo que provoca en ellos confusión al decidir cuál es la conducta adecuada para la solución de un problema.

Recuerde que la ausencia de límites en cualquier área provoca caos, desorganización y anarquía, además de constituirse como factor de riesgo para el consumo de drogas.

### **Timidez e inseguridad.**

El carácter social de la humanidad posibilita que los seres humanos mantengan vínculos con otros de su misma especie. Pero existen algunas circunstancias que impiden que estas relaciones sean satisfactorias.

Para algunas personas es difícil interactuar con otros debido a que no se sienten seguros en su forma de conducirse. Estos sujetos por lo regular evitan cualquier tipo de contacto social, y si lo tienen muestran angustia, expresada a través de sudoración, ruborización, ausencia de contacto visual, disminución del volumen de voz, etcétera.

Lo anterior se relaciona con el valor que se da uno a sí mismo. Si el sujeto se percibe sin valor, poca cosa o inferior, es probable que exprese comportamientos que lo minimicen.



Los padres pueden influir en el amor propio de los hijos y fortalecer su autoestima si reconocen sus metas, fomentan el respeto y aprecio por sus personas y evitan ridiculizarlos.

Otra forma de evitar la timidez e inseguridad es a través del aprendizaje de medios efectivos para comunicarse: hablar de manera clara y precisa, utilizar tonos de voz congruente con lo que se dice, expresar ideas y pensamientos evitando la ansiedad, etcétera.

Las habilidades que tiene un sujeto para interactuar con otros de manera armónica proveen a los individuos de herramientas para evitar la soledad y el aislamiento que provocan la inseguridad y timidez puedan constituirse en un riesgo para consumir drogas.

Desinterés en el desarrollo escolar, a través de inasistencias frecuentes a clases, repudio a la permanencia en la escuela y disminución del tiempo que se dedica a las tareas escolares.

La escuela es una institución en la que los hombres y las mujeres se desarrollan en el ámbito individual y social.

Funciona como apoyo, ya que provee a sus miembros de habilidades y los hace pertenecer a un grupo.

Existen algunos problemas que afectan el desarrollo escolar, como son los siguientes:

- a) Inasistencias frecuentes a clases.
- b) Repudio a la permanencia en la escuela.
- c) Disminución del tiempo que se dedica a las tareas escolares.

Existen estudios que han demostrado que la falta de interés por la escuela y los fracasos escolares están relacionados con riesgos para consumir drogas. Los padres de familia pueden hacer mucho para evitar que esto ocurra.

### **Altos niveles de depresión.**

La depresión es un padecimiento caracterizado por la disminución de actividades y un profundo sentimiento de tristeza.

Entre sus principales síntomas se encuentran los siguientes:

- a) Aumento o disminución del sueño.
- b) Tristeza, melancolía
- c) Fatiga sin relación con las actividades que lleva a cabo.
- d) Sensación de incapacidad.

- e) Disminución de la actividad sexual.
- f) Inhibición del apetito
- g) Ideas suicidas o intentos de suicidios.
- h) Falta de atención.
- i) Incapacidad de disfrutar actividades que antes eran satisfactorias.
- j) Pérdida o aumento de peso.

Si se detecta una o más de las manifestaciones arriba señaladas, los padres pueden actuar a través de la búsqueda de atención con un especialista (psicólogo y/o psiquiatra). Existen drogas que tienen el poder de cambiar el estado de ánimo de quien las consume, haciendo que el sujeto se sienta con deseos de realizar muchas actividades. Los estados de depresión pueden ser tan desagradables que los sujetos probablemente considerarán que cualquier cosa (en este caso el consumo de drogas) que los evite puede usarse.

### **Preguntas**

- 1- ¿por qué puede ser peligroso que sus hijos tengan demasiado tiempo de ocio?
- 2- ¿qué actividades podemos fomentar en nuestros hijos para desarrollar su creatividad?
- 3- ¿por qué es importante que nos interese en lo que hacen nuestros hijos en la escuela.
- 4- ¿qué podemos hacer ante el rechazo de nuestros hijos por la escuela?

### **Alcoholismo y/o uso de drogas ilegales por parte de los padres de familia.**

Existe un refrán que dice: El que con lobos anda a aullar se enseña. Como gran parte de la sabiduría popular, esto es cierto, ya que se predica mejor con el ejemplo.

Los padres funcionan como modelos de aprendizaje para sus hijos. Si se toma en cuenta que gran parte del aprendizaje es por imitación, las conductas de los padres ejercerán gran influencia sobre los hijos.

Recuerden que los mensajes que se brindan deben ser congruentes con el comportamiento que se muestra; si desean que sus hijos no consuman drogas, no les enseñen a hacerlo.

Está demostrado que si los padres consumen alcohol y otras drogas se incrementa el riesgo de que las usen también los hijos. El consumo de drogas de los hermanos mayores incide en el consumo de hermanos menores.

El consumo de drogas de los hermanos mayores incide en el consumo de los hermanos menores.

Los modelos a seguir van cambiando de acuerdo con la edad que se tenga. En la infancia los modelos principales son los padres, por lo que es común escuchar expresiones como: quiero ser como mi papá o cuando sea grande voy a ser doctora como tú. En la adolescencia se desarrollan patrones de conducta influidos por otros modelos, como son otros adolescentes y adultos.

Ante esta situación, los hermanos mayores tienen una gran responsabilidad, ya que su conducta va a afectar la de los menores. Recuerden que en familia todas las acciones que se realizan influyen en las de los demás.

La evidencia indica que en la adolescencia, la influencia de los hermanos mayores y el grupo de personas de la misma edad del sujeto, resulta mayor que la que ejercen los padres.

Por lo tanto, si los hermanos mayores o amigos consumen droga, tendrán gran influencia sobre los hermanos menores.

**Técnica: Cuento dramatizado**

**Objetivo: Dar elementos de análisis sobre un tema**

**Desarrollo:**

Sobre cualquier tema general, se prepara un cuento o una historia.

Se escoge una cantidad de participantes según el número de personajes de la historia, para que la representen en forma de mímica, mientras el coordinador o uno de los participantes va leyendo el texto.

Una vez que se ha ensayado, se presenta al conjunto de los participantes.

Siguiendo los mismos pasos que las otras técnicas con actuación, se realiza la discusión.

**Técnica: Lluvia de ideas por tarjetas.**

**Objetivo:** Poner en común el conjunto de ideas o conocimientos que cada uno de los participantes tiene sobre un tema y colectivamente llegar a una síntesis, conclusiones o acuerdos comunes.

**Desarrollo:** El coordinador debe hacer una pregunta clara, donde exprese el objetivo que se persigue. La pregunta debe permitir que los participantes puedan responder a partir de su realidad, de su experiencia.

Las ideas se escriben en tarjetas, una idea por tarjetas.

Las tarjetas pueden elaborarse de forma individual o en grupos, cada participante lee su tarjeta y luego se ven pegando en forma ordenada en la pared o en un papel.

Se pide a cualquier compañero que lea una de las tarjetas que ha elaborado, ésta se coloca en la pared, luego se pide que si algún otro compañero tiene alguna tarjeta que se refiera a lo mismo o similar a la del compañero, la lea y se van colocando juntas todas las que salgan sobre el mismo tema o aspecto, y así sucesivamente hasta que todas las tarjetas se hayan colocado. Quedarán así varias columnas. Se regresa sobre cada columna para repasar el contenido hay que darle un nombre a la columna que sintetice la idea central que está expresada en el conjunto de tarjetas.

### **Escaso involucramiento de los padres**

Los padres pueden participar en las actividades de sus hijos independientemente de su edad. Ellos, de acuerdo con su personalidad, edad e intereses, eligen diversas tareas. Tal vez para los padres algunas acciones no sean interesantes, pero hay que recordar que para los hijos pueden ser muy importantes.

El conocimiento de los hijos y la observación de sus actividades pueden brindar información de sus preferencias. El respeto que tengamos de ellas y la participación conjunta en algunas, fomentan el acercamiento y la comunicación con ellos.

Recuerden que no se puede participar en todas las actividades de los hijos, por lo que es importante respetar las individuales e intencionar momentos para estar juntos.

Está demostrado que la lejanía entre madre e hijos, los puede hacer vulnerables para consumir drogas.

Limitadas expectativas de los padres con respecto a la educación de sus hijos.

Los padres, desde el momento de nacimiento de sus hijos, formulan hipótesis en cuanto a su futuro. Este hecho es llamado formación de expectativas y se refiere a lo que se espera de los demás.

En lo referente a la educación, los padres desarrollan ciertas expectativas en cuando a éxitos escolares, elección de carrera profesional, recibir reconocimientos, etc.

Cuando se espera un limitado éxito escolar, pueden utilizarse mensajes que devalúen las capacidades de los hijos (eres un tonto, para qué invierto en ti, mejor ya ponte a trabajar). Recuerden que sus hijos tienen capacidades que pueden desarrollarse; la motivación para las actividades escolares pueden promoverse a través de expectativas positivas y del apoyo cuando hay dificultades de aprendizaje.

Se ha demostrado que entre menos se espera, menos se obtiene. Por lo que es importante confiar en las capacidades de los hijos y tener la certeza de que ellos pueden dar mucho en su desarrollo como estudiantes.

Está demostrado también que si se espera poco de los hijos en su vida escolar, existe riesgo para ellos de que consuman drogas.

### **La conducta represiva**

Los padres tienen la responsabilidad de atender a los hijos y de estar atentos a la dinámica familiar. Dentro de ésta, el establecimiento y cumplimiento de normas es importante, ya que regulan el funcionamiento de la familia.

Los padres deben estar de acuerdo en cuanto a las sanciones que se establecen cuando hay incumplimiento de estas normas. Recuerden que los límites deben ser respetados y

que la necesidad de sancionar en algún momento es responsabilidad de la pareja conjuntamente.

Inducción de sentimientos de culpa como mecanismos de control.

Existen diversas formas de controlar la conducta de los hijos. Una estrategia es el chantaje, en la que se les responsabiliza de malestares reales o fingidos; también puede usarse este tipo de reacción para evitar que los hijos realicen sus propias actividades, presionándolos para que atiendan a los padres dolientes.

El resultado de lo anterior puede provocar sentimientos de culpa en los hijos.

Los padres deben evitar este tipo de actitudes. Recuerden que existen otras formas de regular el comportamiento de los hijos, como el acuerdo democrático de reglas y precisas, el establecimiento de sanciones y las negociaciones acerca de algunas situaciones inesperadas que se presenten.

El respeto por las actividades y decisiones de los hijos es importante; cada persona tiene la responsabilidad de controlar su conducta y los padres son personas que están con los hijos, pero en ningún momentos son sus dueños.

### **No directividad y permisividad de los padres de familia.**

En familia conviven distintas personas. Las diferencias de determinan por la edad, el papel que se juega ( mamá, papá e hijos), el sexo (masculino o femenino) y la personalidad de sus integrantes.

Lo anterior fija los estilos de vida. En algunas ocasiones existen conductas de los hijos con las que no están de acuerdo los padres.

De alguna manera los padres tienen la función de orientar el comportamiento de los hijos. Existen problemas para establecer el punto intermedio entre lo que se permite y lo que se prohíbe, sobre todo tomando n cuenta las conductas de los hijos con las que no se está de acuerdo.

En esta decisión, los padres tienen la responsabilidad de ser flexibles, evitando una excesiva permisividad.

Los acuerdos pueden ser a través de la reflexión que se establezca entre padres e hijos.

### **Comunicación negativa.**

En algunas familias se utiliza la violencia como parte de la comunicación. Esta violencia puede ser expresada a través de las siguientes formas:

1. Uso de frases negativas. Se utilizan mensajes donde se acentúan aspectos para descalificar y no se especifica lo que se pide.
2. Utilización de gritos. El aumento del volumen de voz tiene efectos de amedrentamiento y puede inmovilizar o provocar ira en el otro.

En las pláticas que se establezcan en la familia procure utilizar un tono de voz adecuado, evite gritos, señalando de manera clara y precisa lo que solicita, sin términos negativos y, sobre todo, respetando a su interlocutor.

Si está enojado intente relajarse antes de iniciar la conversación, para evitar el uso de frases negativas y gritos, y por ende, atentar contra la autoestima del otro.

### **Falta de límites.**

La conducta se regula a través de los límites, que son las normas que definen quiénes participan y de qué manera.

Por lo tanto, en la familia se determinan los lineamientos por los que se debe regir la conducta de sus integrantes.

Un ejemplo del establecimiento de límites en la familia puede ser el manejo de autoridad de los padres, cuando se establece que sólo ellos pueden sancionar a los hijos, restringiendo la participación de otros familiares. (tíos, abuelos, primos, etc.) en esta tarea.

Otros límites pueden ser las condiciones que deben regir el juego entre hermanos y/o primos como: evitar actos violentos, respetar las propiedades del otro, compartir juguetes, utilizar los lugares autorizados para la ejecución del juego, entre otras.

Cuando los límites no son claros se pueden presentar dificultades, pues si no se especifican las reglas, no se puede esperar que se cumplan.

La claridad impide que se den interpretaciones erróneas, por lo que es importante la constancia para evitar incongruencias; flexibilidad para adecuarse a la etapa de desarrollo en la que se encuentra la familia.

### **Padres de temperamento violento.**

Uno de los elementos más importantes en la dinámica familiar es la comunicación. A través de ella expresamos ideas, emociones y sentimientos. Las estrategias son diversas y van desde una simple caricia, hasta profundos diálogos.

En los procesos de comunicación es importante evitar los mensajes violentos y aumentar los momentos para entablar conversaciones.

### **Escasa supervisión de los padres.**

Los adolescentes desempeñan varias funciones y realizan diferentes actividades. Por lo regular disponen de tiempo que utilizan para desarrollar diversas labores. Estas actividades están relacionadas con sus intereses, posibilidades y entorno.

Los padres deben interesarse en lo que hacen sus hijos, manteniéndose informados de sus labores fuera de la escuela, solicitando que sean avisados de ellas y supervisando cualquier tipo de conducta problemática que pudiera presentarse (vínculo con consumidores de drogas, asociación de actividades con consumo de drogas...)

### **Padres aislados**

La falta de contacto con los hijos es un factor de riesgo familiar para el consumo de drogas. Este aislamiento puede ser físico o emocional. En el caso físico hablamos de la ausencia de uno o ambos padres, mientras que el emocional se refiere a un alejamiento entre padres e hijos.

Los padres deben estar atentos para evitar el alejamiento de sus hijos.

### **Violencia intrafamiliar**

La violencia es un problema de tipo social y familiar que afecta a las diferentes esferas de la vida. En la familia este trastorno se puede presentar a través de maltrato físico o psicológico.

El maltrato físico puede ser mediante golpes, violación, tortura, etc. Mientras que el psicológico puede ser mediante gritos, regaños exagerados, amenazas, insultos, entre otros.

Entre las consecuencias del maltrato están las siguientes:

1. Problemas de aprendizaje.
2. Trastornos de personalidad.
3. Agresividad.
4. En los niños, fuga del hogar que repercute en el incremento de niños de la calle.
5. Delincuencia.

La violencia es un problema que debe ser atacado desde diferentes frentes. Los padres tienen la responsabilidad de evitar esta conducta. Algunas estrategias que pueden ayudar son las siguientes:

1. Controlar la ira mediante ejercicios de relajación o respiración.
2. Entender la dignidad que tienen hombres y mujeres en la familia.
3. Seleccionar momentos para entablar conversaciones, cuando los participantes estén tranquilos.



4. Aprender a relacionarse a través de frases positivas.
5. Buscar ayuda profesional.

### **Tolerancia de la familia hacia el consumo de drogas.**

La negación de los problemas no resuelve nada. Para atacar un problema es imprescindible identificarlo, conocer las causas que lo originaron y buscar alternativas de solución.

En algunas familias donde existen personas que consumen drogas, la situación se niega o acepta de manera disimulada.

Ante dicha situación, es recomendable reconocer que existe una problemática y se busquen estrategias de solución, como acudir a tratamiento.

### **Padres mentalmente enfermos.**

En algunas ocasiones las situaciones problemáticas que se presentan en la familia son originadas por trastornos mentales de los padres. En estos casos es importante que ellos acudan a tratamiento con especialista, o que los hijos acudan a instituciones que den orientación.

En otros casos pueden presentar padres que cometan alguna conducta que atenta contra el equilibrio social, como delincuencia o vandalismo. Los hijos de estos sujetos corren el riesgo de consumir drogas, por lo que la búsqueda de un nuevo ambiente y la asesoría legal son importantes.

### **Uso de drogas en el grupo de amigos.**

La influencia que ejercen los amigos en el sujeto, puede potencializar que éste ejecute algunas conductas parecidas o similares a las de ellos.

En el ámbito grupal se dan ciertos fenómenos, entre los que se encuentra el sentido de pertenencia al mismo. Este sentido está determinado por la participación en actividades conjuntas. En los grupos que utilizan drogas estas actividades se relacionan con la droga o con su consumo.

Frente a esta situación, los padres deben estar pendientes de los grupos de los que sus hijos forman parte.

## **Técnica: Afiche**

**OBJETIVO:** Presentar en forma simbólica la opinión del grupo sobre este tema.

**Desarrollo:** Por lo general esta técnica se utiliza cuando se trabaja en pequeños grupos. Se les pide a los participantes que sobre el tema que se ha discutido o que deben discutir en los grupos, presenten sus opiniones en forma de afiche.

Una vez elaborado el afiche, cada grupo lo presenta al plenario, para realizar su descodificación.

Se le pide a alguno de los principiantes que hagan una descripción de los elementos que están en el afiche.

Se pide que el resto de los participantes hagan una interpretación de lo que les parece que da a entender el afiche.

Luego, los compañeros que han elaborado el afiche, explican al plenario la interpretación que el grupo le había dado a cada símbolo.

Es importante el proceso de descodificación del afiche por parte del plenario, porque permite ir introduciéndose en el tema y captar en toda su riqueza el contenido que se ha plasmado de forma simbólica

Esta técnica también se puede utilizar como un ejercicio de comunicación, los símbolos no son interpretados por todos de la misma forma, van a depender del contexto y el grupo que los elabora o los interpreta para que tengan un determinado contenido.

### **¿Cuántas personas consumen drogas?**

En 1998, 5 de cada 100 personas admitieron haber consumido sustancias alguna vez en su vida (se excluyeron tabaco y alcohol). En una encuesta anterior eran sólo 4 personas, lo que indica que ha aumentado el consumo

Los datos anteriores muestran lo que sucede a nivel nacional. Con poblaciones específicas los resultados son diferentes. Por ejemplo, en las escuelas de secundaria y bachillerato la proporción de estudiantes que han usado drogas se eleva a 8, por lo que puede considerarse a este grupo como de riesgo para el inicio del consumo.

A partir de estos datos puede afirmarse que aunque la mayoría de las personas consumen drogas, es importante realizar acciones que disminuyan o impidan que el problema crezca hasta alcanzar la magnitud de otros países, como Estados Unidos.

### **¿Quiénes consumen drogas?**

Se ha identificado que quienes usan sustancias tienen principalmente las siguientes características:

En su mayoría son hombres jóvenes; por cada mujer que consumió algún tipo de droga 8 varones lo hicieron; además, más de un tercio de los adolescentes y jóvenes que tienen entre 12 y 25 años admitieron haber usado sustancias.

En México, la edad en la que se utiliza por primera vez alguna droga se encuentra entre los 10 y 18 años; en el caso de la Unión Americana, los niños prueban alcohol a los 12 años, mientras que se experimenta por primera vez con marihuana a los 13 años.

Debido a esta situación, los padres de familia de hijos adolescentes deben estar atentos a su desarrollo, conociendo sus actividades, hábitos, grupos de reunión, etcétera. En la adolescencia se dan muchos cambios; si el muchacho se siente acompañado, amado y tomado en cuenta, contará con protección ante las drogas.

### **¿Qué tipo de drogas se consumen más en nuestro país?**

La marihuana es la droga que más se usa en México, ya que casi 5 de cada 100 habitantes la han probado. Después se encuentran: la cocaína y los inhalables (thinner, pegamentos, lacas, gasolina, pinturas, etcétera). De las mencionadas, el consumo de cocaína ha crecido notablemente; en los últimos 5 años se triplicó la cantidad de personas que la prueban. En el mismo lapso, los que experimentaron con marihuana aumentaron de 1.4 a 2.25 millones.

La Región Noroccidental de nuestro país (Baja California, Baja California Sur, Sonora y Sinaloa) es el área donde más se usan drogas, ya que 7 de cada 100 personas las han probado. Además las drogas mencionadas, esta zona es en la que más se consume heroína, comparado con los resultados nacionales.

Los datos presentados no pretenden que los padres de familia tengan un conocimiento amplio sobre las características de consumo de drogas, sino que en casos donde existe el problema ellos sepan que pueden asistir a Centros de Integración Juvenil. El interés principal es que se contemple la gravedad del problema y la posibilidad que se tiene de actuar para evitarlo dentro de sus familias.

### **¿Cuántas veces se usa una droga?**

El número de ocasiones que se consumen sustancias es variado. Algunas personas toman drogas sólo una vez y no vuelven a hacerlo nunca, mientras que otras las usan con regularidad.

Por ejemplo, 5 de cada 100 personas han consumido alguna sustancia al menos una vez en la vida, lo que indica que probablemente para algunas de ellas esto sólo ocurrió de manera única o esporádica.

Sólo una persona de cada 100 fue usuaria de drogas durante el último año, y 4 de cada mil consumieron alguna sustancia al menos una vez en el último mes.

Por otro lado, existen personas que sólo utilizan un tipo de drogas, mientras que otras consumen más de clase de sustancias. En nuestro país, más de la mitad de los consumidores toman varias drogas, mientras que el resto sólo usa de un tipo.

Las drogas producen tolerancia y dependencia, por lo que es posible que se incremente el número de veces que se realiza el consumo y la cantidad que se usa, ya que el organismo va necesitando más droga para obtener el mismo efecto. Por ese motivo es necesario que los padres promuevan la comunicación en la familia, reduciendo riesgos y fortaleciendo la protección para impedir que los hijos se inicien en el empleo de sustancias.

### **¿Dónde se consigue la droga?**

Los lugares donde se adquiere más frecuentemente la droga son: la calle, la casa y la escuela.

Muchos padres de familia piensan que sus hijos consumirán drogas en ambientes fuera del hogar. Aunque esto es probable, se ha observado que en casa los hijos pueden estar en contacto con drogas médicas (pastillas para dormir), alcohol, cigarrillos, así como consumir marihuana y cocaína. También se ha encontrado que un joven que usa tabaco tiene cinco veces más riesgo de usar una droga ilícita, que quien no lo hace.

A partir de lo anterior, es importante que estén alertas tanto de los grupos de amigos que frecuentan sus hijos, como el uso y disponibilidad de las drogas en el hogar.

**Como padres de familia es importante tomar en cuenta lo siguiente:**

-El consumo de drogas ha aumentado, por lo que se deben reducir riesgos y reforzar la protección en la familia. Recuerden que en esta década los estudios muestran que el número de personas que usan sustancias ha crecido.

-La población más vulnerable para iniciar el uso de drogas son los niños o adolescentes (varones), por lo que los padres deben apoyar a sus hijos en su paso por estas etapas.

-Otro dato alarmante es que la mayor parte de los consumidores usan más de un tipo de drogas. Esto tiene repercusiones negativas, pues entre más variedad de sustancias se utilicen, mayores son las dificultades para el tratamiento del adicto.

Al conocer algunos datos sobre este problema, es importante tomar en cuenta que la familia puede intervenir para evitar que el consumo de drogas afecte a los hijos.

En sus manos está la posibilidad de reducir riesgos y brindar protección a sus seres queridos. La situación del uso y abuso de drogas es grave, pero si ustedes, junto con otras familias, asumen esta responsabilidad, se suman las acciones que logran resultados alentadores.

**Video: Qué es la farmacodependencia y sus consecuencias.**

Contenido: Adicciones, drogas, alcohol, salud.

El video informa acerca de las drogas y sus consecuencias para la salud.

Además describe cómo actúa una persona que utiliza droga, sus estados emocionales, los de su conducta y carácter.

### **Revista Bimestral LIBERA ADICTUS.**

Se trata de una revista que te proporciona información actualizada sobre temas como, las adicciones, sexualidad y salud. Los dos artículos que te recomendamos describen el lado oscuro de las drogas y de las relaciones sexuales no deseadas.

### **Técnica estudio de casos.**

Objetivo: Llegar a conclusiones o a formular alternativas sobre una situación o problema determinado.

Desarrollo: Se prepara un resumen sobre una situación o problema que tenga que ver con el tema que se trabaja, bajo la forma de un “caso” particular. Ya sea por escrito u oralmente se expone y se trabaja con el plenario ( o en grupo si el número de participantes es muy amplio)

Todos los participantes en base al documento o la exposición, discuten el caso presentado, dando ideas, posibles soluciones o interpretaciones.

Los coordinadores, irán anotando aportes significativos y posibles soluciones que vayan saliendo en la discusión en el pizarrón. En base a estas anotaciones se hará una conclusión final.

Una vez agotada la discusión, se realiza una síntesis ordenando los problemas y las soluciones sugeridas y se analiza su viabilidad..

Se llega con el grupo a elegir las soluciones o conclusiones que crean correctas. Luego se reflexiona sobre la relación del caso y la solución con la vida real de los participantes.

### **Técnica: Cuento dramatizado.**

Objetivo: Dar elementos de análisis del tema.

Desarrollo

Se prepara un cuento o una historia.

Se escoge una cantidad de participantes según el número de personajes de la historia, para que la representen en forma de mímica, mientras el coordinador o uno de los participantes va leyendo el texto.

Una vez que se ha ensayado, se presenta al conjunto de participantes.

Siguiendo los mismos pasos que las otras técnicas con actuación, se realiza la distribución.

## **¿Qué son las drogas?**

Las drogas son sustancias cuyos componentes químicos alteran las funciones normales de los seres humanos. Existen sustancias como el alcohol y la nicotina (tabaco) que se expenden en forma legal; otras son consideradas ilícitas por que su producción y venta, además de ser clandestina, representan serios problemas por los fuertes daños que producen en la salud.

La mayoría de las drogas tienen la particularidad de producir adicción, ya que poseen efectos aparentemente placenteros que suelen llevar a quienes las prueban, a buscarlas nueva y reiteradamente para experimentar dichos efectos. Aunque esto no ocurre en todos los casos, las personas psicológicamente más vulnerables tienden a recurrir a ellas con más frecuencia y en cantidades cada vez más fuertes. Este fenómeno se denomina tolerancia y está encadenado a otra situación que se conoce como dependencia.

La dependencia puede ser física y psicológica. La primera se presenta cuando los agentes químicos de las sustancias invaden el cuerpo y el cerebro. La segunda es el estado emocional de búsqueda vehemente de la sustancia.

Uno y otro se manifiestan por tensión, dolores abdominales, sudoración, inquietud, desesperación etcétera, que generan una fuerte necesidad de ingerirla de nuevo en forma compulsiva, para evitar las sensaciones desagradables que viene cuando desaparecen los efectos placenteros. Es por ambos fenómenos (tolerancia y dependencia) que del uso ocasional de las drogas, puede pasarse al abuso y de ahí a la adicción. Esto ocurre tanto con las drogas legales como con las ilegales.

## **¿Qué drogas se utilizan con más frecuencia?**

El alcohol y el tabaco son de uso común desde edades tempranas al igual que drogas ilegales como la marihuana, la cocaína, los inhalables y otras, cuyas características y efectos a corto y a largo plazo se describen a continuación.

### **Alcohol**

El alcohol es una sustancia que acompaña a múltiples actos de orden social. El consumo de cerveza y bebidas preparadas con brandy, ron, tequila, whisky, vodka, etcétera, suele pasar de ser ocasional o social a habitual, provocando lo que conocemos como alcoholismo.

El alcoholismo es una enfermedad crónica, caracterizada por una conducta normal de búsqueda de alcohol y que siempre lleva a la pérdida de control en la forma de beber. Tiene severos efectos en la salud, así como a nivel familiar y social.

Los efectos del uso del alcohol en el corto plazo incluyen:

- Sensación de mayor libertad y confianza.
- Menor coordinación motora y lentitud de reflejos.
- Lenguaje farfullante, poco claro, errores de pronunciación.
- Menor capacidad para concentrarse en un tema.
- Cambios intensos en el estado de ánimo. Se pasa de la alegría al llanto o a la agresión.
- Alteraciones de la capacidad de juicio, dificultad para valorar una situación.

Los efectos a largo plazo incluyen:

- Gastritis.
- Pérdida del apetito.
- Deficiencias vitamínicas.
- Malestares gastrointestinales.
- Problemas cutáneos.
- Impotencia sexual.
- Daño hepático (cirrosis)
- daños cerebrales.
- Alteraciones en la memoria.
- alteraciones en el corazón, pulmones, sangre, páncreas, etcétera.

**Embarazo.** Las mujeres embarazadas que consumen alcohol pueden dar a luz a niños con un síndrome fetoalcohólico; es decir, recién nacidos con diversos problemas como retardo mental y otras anomalías físicas irreversibles. Los hijos de padres alcohólicos tienen un alto riesgo de ser alcohólicos también.

**¿Cómo puedo darme cuenta de que un familiar tiene problemas de alcoholismo?**

- Cuando es incapaz de controlar la bebida; es decir, que a pesar de que se haga el propósito de beber moderadamente, termina siempre en estado de ebriedad.
- Utiliza el alcohol como un medio para escapar o solucionar problemas que requieren pensarse; aquellos que ameritan reflexión y capacidad para tomar decisiones.
- Presenta cambios importantes en su personalidad.

Una persona habitualmente tranquila o moderada se transforma en una persona violenta y agresiva.



-Es muy tolerante al alcohol; es decir, bebe grandes cantidades y no muestra signos de embriaguez, hasta cierto límite.

-Ocasionalmente tiene bloqueos o lagunas mentales.

Es incapaz de recordar lo que hizo mientras estaba bebiendo.

-Tiene problemas en el trabajo, la escuela y en sus relaciones sociales, como consecuencias de su alcoholismo.

### **Tabaco**

La nicotina es un alcaloide natural que está contenido en los cigarrillos y otros productos de tabaco tales como puros, chicles o tabaco en polvo para pipa. Fumar se considera un hábito que forma parte de la vida social y se asocia al prestigio, éxito o mejor apariencia o se utiliza como un rito de iniciación a la adolescencia o la vida adulta. No obstante, la nicotina es una de las drogas más adictivas cuyo uso de inicia a edades cada vez más tempranas.

El consumo de tabaco persiste a pesar de la amplia difusión de sus riesgos. Éstos impactan tanto a los consumidores como a otras personas, debido a que el humo del cigarrillo contiene una gran cantidad de gases que causan infecciones y enfermedades respiratorias, cáncer y otros padecimientos. El tabaquismo afecta a la mayor parte de los sistemas en el cuerpo y es una de las principales causas de muerte a nivel mundial.

Los efectos del uso de tabaco en el corto plazo incluyen:

-Alteraciones en la conciencia y en la capacidad para percibir.

-Enojo, hostilidad y agresión.

-Insomnio.

-Sueños extraños.

-Inestabilidad en el humor y cambios en el estado de ánimo.

-Mareo y vértigo.

-Vómito.

-Dolor abdominal.

-Sudoración.

-Complicaciones circulatorias.

-Elevación del pulso.

-Aumento de la presión arterial.

-Taquicardia y arritmias cardíacas.

- Disminución de temperatura en los dedos de las manos y los pies.
- Interferencia en el funcionamiento personal.

**Los efectos a largo plazo incluyen:**

- Cambios en el estado de ánimo: muy alegre o depresivo.
- Insomnio.
- Irritabilidad.
- Sentimiento de frustración.
- Ira.
- Ansiedad.
- Dificultades en la concentración.
- Aumento o disminución en la frecuencia cardíaca.
- Aumento del apetito o peso.
- Aumento de la eliminación urinaria (orinar con más frecuencia).
- Enfermedades y complicaciones cardiovasculares.
- Lesiones cardíacas (al miocardio y coronarias).
- Aumento de la tensión arterial.
- Enfermedades pulmonares.
- Úlceras y problemas digestivos.
- Aparición de diversos tipos de cáncer: de pulmón, boca, esófago, estómago u otros.
- En los hombres, reduce la fertilidad.

**Embarazo.** Los efectos adversos del tabaco durante el embarazo incrementan el riesgo de abortos espontáneos en el primer trimestre. Fumar daña al feto y a la madre; da como resultado niños nacidos muertos, prematuros o de menor peso, así como muerte infantil súbita. También existe evidencia de que el uso del tabaco en mujeres embarazadas puede provocar que sus hijos corran mayor riesgo de desarrollar trastornos de conducta. El uso de tabaco en la mujer provoca menopausia precoz, además de un mayor riesgo para desarrollar enfermedades cardiovasculares y accidentes cardíacos y cerebrales, en comparación con los hombres; es el enemigo número uno de la belleza y la salud, pese a que el hábito de fumar en la mujer se asocia con independencia y sofisticación.

### ¿Cómo puedo darme cuenta de que un familiar tiene problemas con el tabaco?

-Si es incapaz de controlar sus deseos de fumar; es decir, que a pesar de que se haga el propósito de no fumar, no puede evitarlo.

-Lo primero que hace en la mañana es encender un cigarrillo antes de iniciar cualquier otra actividad.

-Utilizar el cigarro como un medio para controlar sus estados de ánimo y principalmente su ansiedad, cuando se enfrenta a problemas que requieren pensarse.

-Si lo observa inquieto, impaciente e intranquilo.

-Tiene cambios importantes en su estado de ánimo y dificultades para concentrarse y para dormir.

-Presenta ulceraciones en la boca con frecuencia o tos persistente.

-Aumenta su apetito y su peso o tiene deseos de comer cosas dulces.

-Presenta frecuentemente dolores de cabeza.

Para cerciorarse de que tiene problemas con el tabaco, conteste las siguientes preguntas.

Si obtiene más de 5 puntos, puede considerarse dependiente a la nicotina:

<b>Preguntas</b>	<b>Respuestas</b>	<b>Puntuación</b>
¿Cuánto tiempo después de despertar fuma su primer cigarrillo.	Menos de 5 minutos	3
	6 a 30 minutos	2
	1 a 60 minutos	1
	más de 60 minutos	0
¿Le cuesta trabajo dejar de fumar en lugares donde está prohibido? (cine, teatro, hospitales, biblioteca)	Si	1
	No	0
¿Cuál es el cigarro que más le cuesta evitar?	El primero de la Mañana	1
	Otro	0
¿Cuántos cigarrillos fuma al día?	1 a 15	1
	16 a 25	2
	Más de 26	3
¿Fuma incluso cuando está enfermo y/ o en cama?	Si	1
	No	0
¿Con qué frecuencia le da el golpe a su cigarrillo?	Nunca	0
	A veces	1
	Siempre	2

**Técnica: “LA PECERA”**

**Objetivo:** Permitir al grupo una visión crítica de sus planteamientos sobre el tema.

**Desarrollo:** Se enumeran los participantes por orden, del 1 al 3 para formar tres grupos.

Pueden ser 2 grupos si el número de participantes es menor de veinte.

Cada grupo formará círculos.

El grupo 1 discute algún tema del contenido y llega a una conclusión (aproximadamente 10 a 15 minutos)

El grupo 2 observa y da una opinión sobre la respuesta dada por el primero. El grupo 3 observa y da una opinión sobre las otras dos.

Luego se hace una síntesis general. El coordinador debe de estar muy atento para hacer preguntas que permiten orientar y profundizar la discusión.

**Video: Ética para Amador**

El video tiene por objetivo proporcionar elementos para abordar el problema de cómo hablar de ética a los adolescentes, sin incurrir en la simple descripción de ideas morales o en el adoctrinamiento.

Libro : Hablando se entiende la gente.

Las autoras opinan que sí llegamos a comprender que “hablando se entiende la gente”, evitaríamos muchos problemas; además de que nos invitan a identificar el diálogo y la comunicación como medios esenciales para convivir y tener un espíritu de servicio.

**Técnica: “el Rumor”**

**Objetivo:** Ver como la información se distorsiona a partir de la interpretación que cada uno le da.

**Desarrollo:** Quien coordina prepara un mensaje escrito.

Se pide un mínimo de 6 voluntarios, que se numeran. Todos menos el primero salen del sitio donde estén.

(El resto de los participantes son los testigos del proceso de distorsión, que se da al mensaje; van anotando lo que va variando de la versión inicial).

Quien coordina lee el mensaje al No. 1, luego se llama al No. 2, el No. 1 le comunica la No. 2 lo que le fue leído, sin ayuda de nadie. Así sucesivamente, hasta que pasen todos los compañeros.

El último compañero, en lugar de repetir el mensaje oralmente, es más conveniente que lo escriba en la pizarra, si es posible. A su vez, el que coordina anotará el mensaje original para comparar.

Discusión: el ejercicio permite reflexionar que la distorsión de un mensaje se da por no tener claro el mensaje, pues por lo general, se nos queda en la memoria aquello que nos llama más la atención, o lo que creemos que es más importante.

Nos permite discutir como nos llegan en la realidad las noticias y acontecimientos, y cómo se dan a conocer; cómo esto depende del interés y de la interpretación que se le da.

### **Como proteger a la familia contra el uso de drogas.**

Existen situaciones y condiciones que protegen a la familia contra el consumo de drogas, incrementan la resistencia y disminuyen el riesgo de uso.

Es muy importante que en nuestro hogar se identifiquen y fortalezcan estos elementos protectores.

Es conveniente destacar las edades de los jóvenes de 10 a 18 años, por ser consideradas las de mayor riesgo para el inicio de consumo de drogas.

Es muy importante que en nuestros hogares se identifiquen y fortalezcan estos elementos protectores.

Se presentan una serie de factores que deben favorecer y reforzarse dentro del núcleo familiar, para evitar que sus miembros recurran a las drogas.

Recuerden que su participación es fundamental.

Platiquen en familia sobre las alternativas que aquí se presentan y la forma como pueden llevarse a la práctica en su vida diaria.

El cambio está en sus manos.

“Si cuenta con información y protección ante el consumo de drogas, puede prevenir este grave problema.”

### **FACTORES DE PROTECCIÓN.**

Actividades que pueden implementar con sus hijos para evitar que consuman drogas.

#### **-Enseñar valores.**

En las familias se espera que los hijos se comporten o sean de determinada forma; se establecen principios y normas de acción a través de valores. En algunos casos, los hijos que deciden no usar drogas, lo hacen por que tienen una fuerte convicción de que su uso puede ser perjudicial; están convencidos porque tienen un sistema de valores. Los

valores familiares proporcionan razones para que los hijos digan que no y para ayudarles a mantener esta decisión.

**Cómo hacerlo.**

Comunique abiertamente los valores. Hable de la importancia de ciertos valores, como la confianza en sí mismo, la responsabilidad, la honestidad, entre otros.

Señale la forma en que los valores ayudan a tomar decisiones acertadas. Enseñe a sus hijos que cada decisión se basa en anteriores ya que una decisión acertada facilita las siguientes.

**Tarea.**

-Cuando hable de responsabilidad, muestre como lo que hacemos tiene una consecuencia, por lo que antes de tomar decisiones debemos pensar en ella.

-Reconozca que las acciones de los padres afectan el desarrollo de los valores de los hijos. Los niños imitan el comportamiento de los padres. Evalúe el uso que hacen ustedes del tabaco, alcohol, los medicamentos y otras drogas.

-Procure que sus actos coincidan con sus palabras.

Los hijos se dan cuenta cuando un comportamiento de los padres indica que pueden mentir, por lo que es recomendable que sea congruente entre lo que dice y lo que hace.

-Asegúrese de que su hijo comprenda realmente los valores familiares. Los padres suponen, a veces erróneamente, que los hijos han absorbido los valores, aun cuando nunca se ha hablado de ello. Usted debe verificar que éstos formen parte de la vida de los hijos.

**-Establecer y aplicar normas contra el uso de drogas.**

Los padres tienen la responsabilidad de señalar las normas que los hijos deben seguir. En el caso de uso de alcohol y otras drogas éstas deben ser estrictas para proteger el bienestar de la familia. Si las reglas no son cumplidas deben estar preparados para imponer sanciones.

**Cómo hacerlo.**

-Sea específico. Explique las razones en las que se basan las normas. Dígalas cuáles son y qué espera de ellos. Platique sobre las consecuencias que habrá si no se cumplen: cuáles serán las sanciones, en qué forma se aplicarán, cuánto tiempo representarán y cuál es el propósito del castigo.

-Sea consistente. Aclare a sus hijos que la norma de no consumir drogas permanece vigente en todo momento: en casa, en reuniones con amigos, en bares y discotecas, etcétera.

-Sea razonable. No agregue nuevas consecuencias que no hayan sido convencidas antes de haberse infringido la norma. Evite amenazas irreales. Reaccione con calma y aplique el castigo que el hijo espera.

### **-Fortalecer la autoestima.**

Ayudar a los hijos a desarrollar una fuerte autoestima es una tarea importante de la paternidad. Los niños con una alta autoestima tienen grandes posibilidades de ser adultos sanos, exitosos y felices.

Desarrollar la autoestima del hijo no significa aprobar todo lo que hace, sino mostrar cariño y aceptación de su persona tanto cuando lo elogia como cuando lo corrige.

### **Cómo hacerlo.**

-Expresa sentimientos. La comunicación de sentimientos permite señalar al otro lo que estamos sintiendo en ese momento. Esta tarea puede ser gratificante si se hace de forma honesta y sin dañar.

-Describe de forma concreta y precisa lo que ha observado en la conducta de sus hijos y cómo afecta a los demás.

-Evite juzgar, comparar, negar sus sentimientos, ridiculizar, elogiar excesivamente, adularle al mismo tiempo que se recuerdan sus fracasos, hacer generalizaciones, atacar, insultar, amenazar.

-Reconozca los sentimientos de sus hijos. Ellos desarrollan ciertas emociones al enfrentarse al mundo, algunas son muy claras, otras son difíciles de describir.

-En algunas etapas de su desarrollo los cambios a los que tienen que enfrentarse hacen que estén emotivos, por lo que debemos entender y respetar sus sentimientos.

-Formule claramente lo que espera de ellos. Al solicitar algo se debe expresar de manera sencilla y directa.

-Fomente la autonomía. Enseñar a los hijos los conocimientos y habilidades que necesitan para dejar el nido, es una tarea básica de los padres y supone lo siguiente: Fomentar la confianza, fortalecer el sentido de éxito y reforzar las capacidades sociales.

Fomentar la confianza significa darles la oportunidad de ser ellos mismos, creer en sus habilidades, reforzar una imagen positiva de sí mismo. El sentido de éxito se refiere al deseo por realizar las cosas bien y la puesta en marcha de todas sus posibilidades para llegar a una meta. Por último, el reforzamiento de capacidades sociales está relacionado con el fortalecimiento de habilidades para relacionarse con otros, poder entablar conversaciones, expresar lo que se siente y quieren sin experimentar ansiedad, etcétera.

-Hablar con su hijo y escucharlo.

Muchos padres tienen dificultades para conversar con sus hijos. Un buen nivel de comunicación es una herramienta que fortalece a la familia contra el consumo de drogas.

### **Cómo hacerlo.**

Aprenda a escuchar. Asegúrese de que su hijo se sienta cómodo transmitiéndole sus problemas o preguntas.

Escuche atentamente lo que dice. No permita que la discusión vaya acompañada de enojo. Si es necesario, tome un descanso de cinco minutos para calmarse antes de continuar. Tome nota de lo que su hijo no le dice. Si no le cuenta sus problemas, tome la iniciativa y pregúntele lo que ocurre con sus amigos (as) en otras actividades.

-Brinde elogios. Destaque las cosas que sus hijos hacen bien en vez de estar pendientes de las que hacen mal.

Cuando los padres elogian más que criticar, los niños aprenden a sentirse seguros de sí mismo y desarrollan la confianza necesaria para tomar decisiones.

-Trasmita mensajes claros. Diga lo que desea decir sin rodeos, solicite con amabilidad y firmeza lo que siente; no debe ocultarse, sólo aprenda a expresarlo.

### **-Dar ternura e intercambio afectivo.**

Toda persona, sea niño, joven o adulto, tienen derecho a expresar el cariño que siente por su familia. El amor es un escudo contra el consumo de drogas; se ha demostrado que la expresión del afecto a través de diversas formas, puede favorecer un ambiente de felicidad en la familia y constituirse como protector ante el peligro de las drogas.

### **Cómo hacerlo.**



-Demuéstrele cariño a través de besos, caricias, abrazos y apretones. Para dar afecto los seres humanos han desarrollado una serie de vías. Estas formas de expresión son diferentes de acuerdo con la cultura de la que se trate.

-Utilice frases cariñosas. Para demostrar cariño tenemos una vía que intenta describirlo; la palabra hablada o escrita. Al acercarnos a los hijos podemos expresarles que estamos ahí junto a ellos, que cuentan con nosotros, que los amamos.

-Fomentar el apego en la escuela y el desarrollo de hábitos de estudio.

El hábito de estudiar posibilita el desarrollo de las aptitudes intelectuales; permite desarrollar los intereses, y desarrolla motivaciones y aspiraciones vocacionales.

### **Cómo hacerlo**

-Manifieste interés por los eventos culturales. Muestre a través del ejemplo que estas actividades son entretenidas y enriquecedoras.

-Comparta y consulte con sus hijos aspectos culturales.

Las conversaciones en familia puedan estar relacionadas con cuestiones de cultura. Los temas acerca de las bellas arte pueden ser muy favorecedores.

-Fomente la participación de los hijos en asociaciones o grupos del barrio. Señale la importancia de realizar actividades en grupo que alimenten el espíritu o den un servicio a la comunidad.

Se pide a los asistentes que en una hoja elaboren un listado de actividades que pueden desarrollar dentro de su familia de acuerdo a la edad de sus hijos, para evitar que en algún momento se presente el consumo de drogas.

Se les explicara que la lista que elaboren es solo para hacer una reflexión en sus hogares

### **Técnica: “Recuerdo de la adolescencia”**

**Objetivo:** Identificar un momento especial de la adolescencia.

**Desarrollo:**

El instructor realizará el ejercicio de relajación muy suavemente, pondrá música tranquila y a volumen bajo, hablará despacio. El instructor pedirá a los integrantes del grupo que cierren los ojos, que relajen cada parte de su cuerpo paso a paso, desde el dedo chiquito del pie, pasando por las piernas, el abdomen, el pecho, la espalda, los brazos, el cuello hasta la cabeza.

Solicitará a los participantes que se acuerden de algún momento alegre, travieso, picaro, que tuvieron en la adolescencia.

Sugerirá que recuerden escenas, lugares, sensaciones, personas, música, moda y amigos relacionados con esa etapa de su vida.

Solicitará que regresen a la etapa actual de sus vidas lentamente y con seguridad, que echen una última mirada a sus recuerdos y salgan de ahí lentamente, relajándose completamente, sintiendo su piel, su respiración y cada parte de su cuerpo... que reconozcan el olor y el lugar en que se encuentran ahora y que abran los ojos.

Después de la pausa el conductor preguntará: ¿cómo se sintieron?, ¿fue difícil recordar?, ¿qué cosas tenían presente en ese momento?

Retomando los comentarios del grupo se recordará que todos vivimos la etapa por caminar solos, pero sintiendo la compañía y el apoyo de los padres.

Resaltar la importancia de entender a los hijos adolescentes y de ser tolerantes con los altibajos (completamente normales) que se tienen durante este periodo del desarrollo.

### **Técnica: “Puro cuento”**

**Objetivo:** Evaluar el dominio que los participantes tienen del tema.

Permite precisar conclusiones y afirmaciones de forma colectiva.

**Desarrollo:**

El coordinador prepara un cuento o una charla el cual contiene fallas en cuanto a utilización de conceptos o de interpretación del tema que se ha venido tratando. Luego lo lee lentamente en voz alta. Todos los participantes están sentados. Cuando encuentran algo que creen que es falso se levantan. La persona que coordina pregunta a los que se

pusieron de pie por qué creen que es falso, y también a quienes se quedaron sentados por qué creen que es verdadero.

El texto puede sacarse en mimeógrafo y darle a cada participante una copia para que vaya subrayando errores. Cada participante anota lo que creen que está incorrecto.

Luego se discute lo que se ha subrayado. Cada uno debe fundamentar por qué cree que eso es incorrecto y todos opinan al respecto. Al final se obtiene una conclusión general, o una nueva redacción.

### **Video ¿Qué me esta pasando?**

En este video encontrarán respuestas a preguntas que chicos y chicas de la edad adolescente se hacen ante los cambios de esta etapa: ¿Por qué estoy tan irritable?, ¿Qué es el deseo sexual? Y ¿Qué es la eyaculación?

### **Técnica: “Quiero a mi hijo y se lo demuestro”**

**Objetivo:** Que los participantes aprendan formas de mostrarles amor y afecto a sus hijos.

### **Desarrollo:**

El coordinador solicitará a los participantes que se acuesten en el piso y se relajen.

Pondrá la música relajante y solicitará que la disfruten, que cierren los ojos y que se concentren en las palabras que él les dirá.

Se guiará el ejercicio de relajación utilizando un tono de voz suave y hablando lentamente. Dirá las siguientes frases observando las reacciones del grupo para modular la voz y el ritmo del ejercicio.

Siente tu cuerpo... relájate... escucha los sonidos... que te rodean... relájate... siente los dedos de tus pies... aflójalos... siente tus pies... relájate, descansa... olvídate de todo, descansa... siente tus piernas, siente tus caderas, descansa, relájate... revisa tus piernas y tus caderas, asegúrate que siguen relajadas. Siente tus glúteos, te sientes pesado, descansa... siente tus órganos genitales, relájate... escucha la música, siente tu abdomen, relájalo... relaja tu espalda.

Revisa tu cuerpo que siga relajado. Siente tus manos, relájate... tranquilo, disfruta, siente tus brazos, déjate ir, siente tus hombros, ahora siente tu cuello tu nuca, relájate... siente tu cara, relaja todos los gestos. Revisa todo tu cuerpo. Ahora estas totalmente relajado.

Piensa que estás lleno de amor y usa tu cuerpo para demostrar tu amor a un bebe de seis meses... ahora revisa que tu cuerpo siga relajado y lleno de amor y demuestra ese amor a una hija de 8 años... nuevamente regresa a tu cuerpo siéntelo relajado y lleno de amor y demuéstalo a tu hijo de 14 años, nuevamente regresa a tu cuerpo siéntelo relajado y lleno de amor... escucha esta canción (cambia el casete con la canción No basta de Franco de Vita) Al terminar la canción el coordinador continuara diciendo ahora, respira profundamente... una vez mas, poco a poco... empieza a reconocer los sonidos que te rodean, y lentamente abre los ojos, estira tu cuerpo reconoce lo que está a tu alrededor, lentamente, despierta, estírate, siéntate. Todo esto lo hará en un tono de voz dulce, lento, inspirando tranquilidad y confianza.

Pedir a los participantes que comenten sobre su experiencia, ¿Cómo se sintieron? ¿Qué descubrieron? ¿Qué les gusto y que no les gusto del ejercicio ¿Por qué?

Comentar sobre la diferencia en lo que sintieron al demostrar amor y afecto a cada una de las personas de acuerdo con su edad y sexo.

Comentar con el grupo la importancia de demostrar amor y afecto a los hijos de cualquier edad y sexo y hacerlo de manera que ellos se sientan cómodos buscando la forma y el momento adecuado.

Sugerir a los asistentes que escriban una carta a su hijo adolescente. En ésta comentarán algún aspecto o sentimiento del que no han podido hablar con él, y del cual les gustaría hablar. Pedir que entreguen la carta que escribieron a quien la dirigieron.

### **Técnica; “ Las mariposas son libres”**

**Objetivo:** Analizar la analogía de que los hijos son como larvas en capullo, que cuando maduran se convierten en mariposas y emprenden el vuelo.

**Duración:** Cinco minutos en la primera sesión; dos o tres minutos en cada sesión posterior y cinco minutos en la última del curso.

**Material:** capullos de mariposa para cada uno de los participantes.

**Desarrollo:** El coordinador entregará un capullo a cada uno de los participantes solicitándoles que lo guarden y que vayan observando su desarrollo a lo largo del curso; si alguno se convierte en mariposa antes de terminar que la dejen volar. Les recordará que traigan su capullo a la última sesión.

Una variante de lo anterior, si es muy difícil conseguir capullos, es pedir los padres que dibujen un capullo y su desarrollo a lo largo de cada sesión del taller. En la última trazarán una mariposa y la dejarán volar.

Comentará con el grupo unos minutos durante cada sesión, qué sienten al ver que los capullos se van desarrollando, En la última sesión o cuando el capullo se convierta en mariposa, los participantes dirán lo que sintieron y que semejanza ven entre el desarrollo de la larva en el capullo y el de sus hijos adolescentes.

### **Actuemos de acuerdo con la edad de los hijos.**

Los hijos van cambiando de acuerdo con su edad. Es sorprendente ver los logros que ha tenido un niño de 3 años con respecto a un bebé recién nacido. Durante su desarrollo escolar, el estudiante de secundaria se diferencia mucho del universitario.

Con el fin de estar más cercano a cada hijo de acuerdo con su edad, se presentan algunas recomendaciones que protegen a los hijos contra el consumo de drogas:

#### **Preescolar**

Destine cierto momento donde pueda usted dedicarle completa atención a sus hijos. Jueguen juntos, lean un libro, construyan un papalote, etc. Esto crea fuertes lazos de confianza y amor entre ustedes.

Señale qué sustancias de la casa son tóxicas y perjudiciales. Mantenga lejos de ellos gasolina, thinner, pegamentos, etc. Los cuidados a sus hijos en esta edad, impide que se intoxiquen o jueguen con estas sustancias peligrosas.

Dígales que las medicinas pueden ser dañinas si no se utilizan como se debe. En enséñeles a no tomarlas si usted no se las ofrece. Los pequeños deben entender que los medicamentos son para curar, pero si no se administran adecuadamente pueden ser peligrosos.

Explique por qué los niños necesitan una alimentación nutritiva y balanceada. Haga que sus pequeños nombren varios alimentos sanos que comen con regularidad y explíqueles en qué forma esa comida los hace fuertes y saludables.

Establezca lineamientos que enseñen a sus hijos el tipo de comportamiento que usted espera. Enséñeles las normas básicas para convivir con otros niños: jugar sin pelear, compartir juguetes, tratar con respeto, etc.

Estimule en sus hijos la capacidad para seguir instrucciones. Por ejemplo invítelos a ayudarlo a cocinar; al seguir una receta ellos aprenden a seguir pasos para llegar a una meta. Los juegos didácticos de diferentes formas y colores también pueden ayudar.

Aprovechen la oportunidad de utilizar juegos como una forma de ayudar a sus hijos a manejar situaciones de frustración y resolver problemas simples. Por ejemplo una torre de cubos que constantemente se cae puede hacer que un niño llore. Usted puede hacerle sugerencias para que la torre no se venga abajo, pero al mismo tiempo debe preguntarle su opinión acerca de la mejor manera de hacerlo. Convertir un fracaso en un éxito refuerza la confianza de los niños en sí mismos.

Ayude a sus hijos a tomar decisiones. Sugíérales varias opciones entre las que puedan elegir la ropa que desean usar o lo que quieren ordenar en un restaurante.

### **De los 6 a los 8 años**

Explique la necesidad del establecimiento de normas .

Una manera de hacerlo es refiriendo las reglas de seguridad para cruzar una calle.

Destaque la importancia de una buena salud hablando de lo que la gente hace para mantenerse sano, como cepillarse los dientes después de cada alimento, lavarse las manos con jabón antes de comer, alimentarse nutritivamente, hacer ejercicio, dormir y descansar lo suficiente.

Analice y comente a sus hijos la forma en que los anunciantes procuran persuadir a los niños a comprar sus productos como papas fritas, cereales y juguetes con nombres de personajes de las caricaturas.

Hábleles sobre las enfermedades que conocen y para las cuales se necesitan medicamentos recetados por un doctor; muchos niños han sufrido infecciones de garganta, oídos, tos, gripe. Hablar sobre tales enfermedades puede ayudarlos a comprender que sólo cuando están enfermos deben tomar medicamentos.

Practique con sus hijos distintas formas de decir que no.

Describa situaciones que puedan hacerlos sentir incómodos: si se les invita a salir en bicicleta cuando usted no les da permiso o si les ofrecen medicamentos y otras sustancias desconocidas. Enséñeles a utilizar frases para contestar ante los eventos mencionados: “No puedo salir , ya que no tengo permiso de hacerlo”, “No quiero probar lo que me das, mejor vamos a hacer otra cosa”.

Prepare una lista de personas en las que sus hijos puedan confiar. Anote los números telefónicos de parientes, amigos de la familia, vecinos, profesores. Ilustre la lista con fotografías. Explíquenles el tipo de ayuda que cada persona puede brindarles en situaciones inesperadas, como cuando se les acerca un extraño o no pueden entrar a su casa.

### **De los 9 a los 11 años**

Dedique momentos para conversar con sus hijos. Procure darles atención completa. El diálogo puede hacerse en la habitación del hijo, una visita a un restaurante, entre otros.

Estimule a su hijo para participar en actividades sanas que le permitan conocer a nuevos amiguitos y divertirse. Los deportes y los grupos auspiciados por la iglesia o la comunidad constituyen excelentes medios para que conozcan a otros niños de su misma edad.

Enséñeles a conocer las formas sutiles en las que se promueve el uso de alcohol y tabaco. Analice la forma en que los niños se ven bombardeados con mensajes en la televisión, las letras de las canciones, carteleras, anuncios en los que el uso de estas sustancias es atractivo.

Practique con sus hijos las formas de decir NO, recalando maneras de rechazar alcohol y otras drogas.

Es común que a los niños de sexto grado de primaria se les ofrezca cerveza y cigarrillos y que conozcan a otros niños que los consumen.

Pida a sus hijos que hojeen el periódico de la mañana y que señalen con un marcatextos cualquier sección relacionada con el uso de alcohol y otras drogas.

Sin duda habrá artículos sobre crímenes relacionados con drogas, problemas de países vinculados con narcotráfico y accidentes automovilísticos ocasionados por beber alcohol. Hábleles acerca de cómo afecta a la salud, la enorme pérdida de vidas y de recursos ocasionada por la drogadicción.

Hágase amigo de los padres de los amigos de sus hijos, para apoyar los esfuerzos por enseñarles a los niños buenos hábitos personales o sociales. Una reunión de vecinos, un evento deportivo o una cita en la escuela, son lugares apropiados para encontrarse con ellos.

### **En la secundaria (12 a 14 años)**

Continúe practicando con sus hijos las formas de decir que NO. Enséñeles a reconocer las situaciones que pueden ocasionar problemas, tales como ir a casas donde no haya adultos y donde los jóvenes fumen o beban alcohol. Presente una situación donde usted les pide a sus hijos que prueben alcohol o drogas y deje que practiquen la forma de decir NO.

Ayúdeles a desarrollar una imagen positiva de sí mismos, asegurándose de que luzcan bien y se sientan sanos, Además, proporciónelos alimentos balanceados.

Identifique lo que sus hijos consideran importante en su vida en este momento. Pueden tener temores acerca de su sexualidad, la posibilidad de parecer diferentes a los amigos y el ingreso a la escuela secundaria. Lo anterior constituye problemas reales que merecen la preocupación y atención de los padres. Platique de éstos y otros temas con ellos para que sientan su apoyo.

Revise y actualice las normas de la casa y las responsabilidades de los hijos con respecto a las labores del hogar, las horas para ver la televisión y el horario de regreso durante los fines de semana.

Hable con sus hijos acerca de la amistad. Indique que los verdaderos amigos no les piden que hagan cosas sabiendo que están mal y que pueden ser peligrosas.

Organice fiestas supervisadas y otras actividades en su casa que reflejen la norma contra el uso de alcohol y otras drogas. Por ejemplo, pueden reunirse para comer hamburguesas y ver una película.

### **La preparatoria (15 a 17 años)**

Siga hablando con los hijos sobre el uso de alcohol, tabaco y otras drogas. Es muy posible que tengan amigos que consumen o que conozcan a personas que lo hacen. Explíqueles acerca de la forma en que el uso de sustancias amenaza la vida y limita oportunidades en el futuro.

Planifique estrategias para limitar horas no supervisadas que sus hijos pasan en casa mientras usted trabaja.

Estimule a sus hijos a que se integren, como voluntarios, en una institución dedicada a la prevención de la drogadicción, como Centros de Integración Juvenil.

Invítelos a que consideren la posibilidad de asociarse a un club deportivo, teatro, artesanías, danza, etc.

Cuanto más ocupados estén, menos probable será que se aburran y que busquen escape en el alcohol y otras drogas.

Planee actividades con otras familias durante las vacaciones escolares.



**Película: “ Pubertad”**

**Sinopsis:** Las transformaciones que el adolescente vive durante la pubertad son tratados en este audiovisual en el cual mediante una platica con un médico va despejando las dudas de un grupo de jóvenes con respecto a los cambios físicos, biológicos y psíquicos que están experimentando.

La comprensión de estos cambios resulta un elemento fundamental para los adolescentes, así como también para los adultos, ya que en la medida en que sean entendidos estos, podrán evitarse algunas actitudes y conceptos erróneos provocados por la falta de adecuada información.

**Técnica: “Doble personalidad”**

**Objetivo:** ejercitarse en realizar deducciones.

**Desarrollo:**

Se pide a dos voluntarios, que se les hace salir del salón o sitio donde se esté reunido.

El resto de participantes escoge dos nombres de compañeros conocidos para que los que han salido averigüen quiénes son.

Se le pide a uno que pase y se le dice que el que está afuera va a representar a (nombre de alguno de los participantes).

Otros de los compañeros le dicen al que se quedó afuera que el que está adentro va a representar a (otro nombre de los participantes)

Los voluntarios deben descubrir a quién están representándose guiándose por las preguntas que el otro le hace (ya que cada uno conoce a quién representa el otro compañero)

Las preguntas no deben ser demasiado reveladoras, pero deben ser sobre algo propio de esa persona a quien el otro representa (trabajo, familia, características, etc.)

Se le da un premio al que averigua primero a quién está él representando.

**El noviazgo**

La prioridad de los noviazgos entre jóvenes suele ser la necesidad enorme de confiarse en privado de confiarse en privado a alguien elegido libremente y dispuesto a escuchar, apoyar, comprender y dar afecto. Esto lleva irremediabilmente a crear espacios que sólo la intimidad puede dar y, por ello, los jóvenes se proponen conseguirla por cualquier vía.

Las grandes amistades y afectos de la adolescencia también se caracterizan por imitación mutua. El deseo de parecerse al amigo no es anómalo o ilógico, sino comprensible, porque la mayoría de los adolescentes es sus primeras relaciones de amistad o noviazgo consideran al otro o al tú como la encarnación de un ideal. Si se medita un poco, la actitud de imitación es similar al sentimiento maduro que experimenta el adulto, es decir, complementariedad o convergencia con la persona amada. Cuando se da en una relación positiva, la imitación por lo general constituye una ayuda o proyecto de semejanza mutua y es fructífera mientras no anule los potenciales de cada individuo.

### **Presión social.**

Una característica general de las relaciones sociales de los adolescentes es la formación de pequeños grupos de compañeros de la misma edad para compartir problemas y vivencias, sentirse más seguros y aprender de los demás ciertas formas típicas de comportamiento.

Si bien hay adolescentes solitarios o que prefieren tener sólo uno o dos amigos íntimos para socializarse, la mayoría procura ser miembro de algún grupo más numeroso. Los jóvenes forman grupos de amigos con la finalidad de compartir gustos o intereses, divertirse, estudiar juntos y aprender a vivir.

Hay jóvenes que se incorporan a un grupo porque con ello se sienten más seguros y creen que eso aumenta su prestigio; también ocurre que el grupo los presiona para que sen parte de él. Incorporarse a un grupo por imposición es un error. Esto implica que el grupo limitará tu libertad o te inducirá a cometer actos que ponen en riesgo tu seguridad física o mental.

Por otro lado, existen grupos de jóvenes que en realidad son bandas. Sus miembros no estudian ni trabajan, o si pertenecen a alguna institución, no les interesan las actividades que se realizan en ella y sólo buscan matar el tiempo. Con frecuencia, estas personas son antisociales, no respetan a los demás, los molestan o perturban con escándalos. También pueden consumir alcohol y otras drogas, o dedicarse a actividades ilegales, como la violencia física, el robo, la violencia o, incluso, el asesinato.

Muchos integrantes de las bandas tienen una deficiente relación familiar; por ello buscan en estos grupos un escape a sus problemas emocionales y escolares. Si bien la energía de estos jóvenes puede canalizarse de manera positiva en actividades deportivas

o en mejoras para la comunidad, es común que se presenten conductas agresivas derivadas del consumo de drogas.

El uso de drogas es un hábito que implica la aceptación y pertenencia a un grupo. Las drogas inducen al olvido temporal de algún problema, pero nunca contribuyen a solucionarlo. De hecho, provocan dificultades mucho mayores de las que se tenían antes de su consumo.

Algunos adolescentes toman bebidas alcohólicas para ser admitidos en una banda. Otros se inician en el hábito de fumar porque sus amigos y conocidos lo hacen.

Estos jóvenes dan más valor al acto de beber o fumar que a los efectos nocivos de dichas sustancias. Lo que pretenden es aparentar que son personas mayores o que poseen una jerarquía superior; sin embargo, ignoran que para ganarse el reconocimiento de los demás primero deben respetarse a sí mismo y no realizar acciones que los perjudiquen.

Las drogas no sólo dañan el organismo del adicto, sino también su vida social. Las relaciones interpersonales del joven se deterioran gradualmente, e incluso éste llega a tener conflictos con el grupo de compañeros con quienes se inició el consumo de drogas; su conducta y modales agresivos pronto arruinan las relaciones sociales que había llevado en forma adecuada.

### **Los amigos del adolescente.**

Muchos jóvenes se han acercado a algún tipo de sustancias que provoca adicción por curiosidad, por sentirse incluido en el grupo de amistades, o bien por buscar una salida a problemas personales, familiares o económicos, pero también porque muchas veces no tienen alguna persona a su lado para que los oriente.

En otras ocasiones la influencia de personas adultas con las que se vive en casa y consumen algún tipo de droga es uno de los factores que llevan a chicos y chicas a emplear alguna sustancia adictiva.

### **Los medios de comunicación y el Adolescente.**

Estos contribuyen a la promoción del consumo de tabaco, alcohol. De manera que en distintos espacios y en diversas familias es posible encontrar algún tipo de adicción, pero lo más grave es que algunas drogas no escandalizan ni preocupan socialmente porque tienen gran aceptación; una de ellas es el tabaco.

Los jóvenes siempre estarán expuestos a la influencia de tu entorno social y familiar y de algunos mensajes de los medios de comunicación.

Principalmente en la televisión se anuncian productos adictivos ligados con aspectos sexuales, mediante símbolos, figuras o rótulos que se relacionan con la conquista de la pareja o con la atracción sexual. Es recomendable que en la familia se analicen estos anuncios y se platique acerca de las adicciones para tomar conciencia de los alcances de esta enfermedad social.

### **Embarazo en la adolescencia.**

Debido a la escasa educación sexual que existe en México, muchos adolescentes sólo se preocupan por practicar sus primeras relaciones sexuales agradables sin pensar mucho en las consecuencias de éstas.

Durante la adolescencia, los jóvenes no planean sus relaciones, simplemente aceptan la oportunidad que se les presenta.

Por ello, siempre que se hable de relaciones sexuales entre amigos de diferente sexo o entre novios, se debe aclarar que se tiene el firme propósito de emplear preservativos junto con algún otro anticonceptivo, tanto para evitar las enfermedades de transmisión sexual, como los embarazos no deseados en una etapa de la vida en la cual la pareja no está preparada para formar una familia.

El embarazo es un proceso biológico, psicológico y social muy importante en la vida de una pareja, especialmente para la mujer. El embarazo de adolescentes acarrea graves repercusiones en la salud personal, afectiva, social y económica de la pareja. La gestación en adolescentes menores de 17 años se denomina embarazo precoz.

El embarazo precoz limita severamente la posibilidad de vivir una adolescencia productiva. La adolescente embarazada que no disponga de la posibilidad de formar una familia, ya sea porque su pareja sexual no se interese en ello o no cuente con las posibilidades de hacerlo, se enfrenta a la decisión de aceptar a su hijo o no. Cualquier opción que elija significará trastornos emocionales y económicos muy graves.

**PELÍCULA: SAXOFÓN**

SINOPSIS. El objetivo de esta película es recuperar el acercamiento afectivo entre padres e hijos.

Confronta los conflictos de identidad masculina y de afirmación social en la adolescencia y la edad mediana, así como las diferentes perspectivas de vida que dificultan seriamente la comunicación.

Duración: 20 minutos.

Formato: Película de ficción en 16 mm/color

**TÉCNICA: HASTA LUEGO.**

**OBJETIVO: CLAUSURAR EL TALLER.**

**DESARROLLO**

Tener lista la mesa de honor decorada.

Evitar cualquier indicio de tensión en el momento en que cada padre pase por su diploma.

Plantear al grupo que, a diferencia de otra clausura, esta será cálida.

Pedir a los asistentes que piensen en alguna anécdota agradable que haya vivido durante el curso.

Llamar a cada uno de los participantes por su nombre para que pasen a recoger su diploma o constancia de participación, el cual recibirán del coordinador al pasar ante la mesa de honor.

Al finalizar la entrega de diplomas, el coordinador dará su punto de vista en cuanto al trabajo.

# UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Este cuestionario será empleado únicamente para la realización de la tesis. La información aquí vertida se manejará en forma confidencial.

## CUESTIONARIO

### DATOS PERSONALES

Apellido Paterno \_\_\_\_\_ Materno \_\_\_\_\_ Nombre (s) \_\_\_\_\_

Edad \_\_\_\_\_ Sexo M ( ) F ( ) Grado y Grupo \_\_\_\_\_

Fecha de Nacimiento \_\_\_\_\_ Nacionalidad M ( ) E ( )

Lugar de Nacimiento \_\_\_\_\_

Estatura \_\_\_\_\_ Peso \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

Calle y No.

Colonia

Población

Estado

Código Postal

Teléfono

Anota los datos de las personas que viven en tu casa.

Nombre	Edad	Escolaridad	Ocupación
Padre			
Madre			
Hermanos (as)			
Otros familiares			

## DATOS DE SALUD Y HÁBITOS PERSONALES

Actualmente ¿Cómo consideras tú estado de salud?

Bueno ( )

Regular ( )

Malo ( )

Si contestaste regular o mala, especifica, por favor, la causa.

---

¿Practicas algún deporte?

Si ( ) ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

No ( ) Causa \_\_\_\_\_

¿Pertenece a algún club Social o Deportivo?

Si ( ) ¿Cuál? \_\_\_\_\_

No ( )

¿Cuál es tu pasatiempo favorito? \_\_\_\_\_

¿Cuánto tiempo empleas para ver televisión? Anota tus programas favoritos.

\_\_\_\_\_

¿Cuántas horas empleas para convivir con tus amigos? Anota las actividades en las que participas con ellos \_\_\_\_\_

¿Cuál es el nombre de tus mejores amigos? \_\_\_\_\_

De las 3 preguntas anteriores ¿cuál consideras que es más importante para ti? y ¿ por qué?

\_\_\_\_\_

## RELACIONES FAMILIARES

Tus relaciones familiares son: buenas ( ) regulares ( ) malas ( )

Si contestaste regular o mala, especifica por favor, la causa.

---

¿Con que frecuencia platican tus padres contigo?

Siempre ( ) Algunas ocasiones ( ) Rara vez ( ) Nunca ( )

¿A qué lo atribuyes?

---

¿Quién es la persona (s) con la que te sientes más cercano?

Mamá ( ) Papá ( ) Hermano ( ) Hermana ( ) Amigos ( ) Otros ( ) Anota

¿Quién

es? \_\_\_\_\_

¿Cuándo tienes algún problema, a quién se lo platicas? \_\_\_\_\_

¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Consideras que el orientador de la escuela te puede ayudar a resolver tus problemas?

Si ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

No ( ) Anota las causas \_\_\_\_\_

¿Has requerido de este servicio?

Si ( ) No ( ) ¿En que circunstancias? \_\_\_\_\_

¿Alguna vez te has sentido solo, deprimido, incomprendido, falta de cariño?

Si ( ) No ( ) Explica en que circunstancia \_\_\_\_\_

¿A quién recurrirías en estos casos? \_\_\_\_\_

¿Cuál es tu opinión sobre el servicio de orientación de tu escuela?

---



¿QUÉ OPINAS ACERCA DE ESTAS CUESTIONES?

Examina y reflexiona cada una de ellas y anota lo que tú consideres que es correcto o incorrecto.

Juan fuma, y piensa que nadie puede reprocharle, ya que su padre fuma.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

Los padres pueden fumar porque son adultos que no piden dinero a nadie para sus cigarros.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

Ningún maestro que fume, puede impedir que los alumnos fumen dentro de la escuela.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

Los adolescentes que fuman e ven muy maduros, aunque no lo sean.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

En las fiestas es necesario tomar 2 o 3 copas para divertirse de verdad.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

El alumno que invita cigarros a sus compañeros siempre será muy popular.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

Cuando se llega a adulto es importante fumar para ser bien visto.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

Para ser parte de un grupo es necesario fumar y beber alcohol.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

Cuando se ingiere alcohol se pueden conducir vehículos y no ocasionar accidentes.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

El alcohol y el tabaco se pueden dejar cuando uno lo dese.

Correcto ( )    Incorrecto ( )

El ingerir alcohol ayuda a las personas a desinhibirse y actuar con seguridad aunque no la tenga.

Correcto ( ) Incorrecto ( )

El alcohol y el tabaco son drogas permitidas por la sociedad.

Correcto ( ) Incorrecto ( )

Los anuncios publicitarios (televisión, radio, revistas, cine etc. ) sobre el consumo de alcohol y tabaco incitan a la juventud a tener preferencias por determinadas marcas.

Correcto ( ) Incorrecto ( )

En el consumo de tabaco uno de los agentes químicos causante de la dependencia es la nicotina.

Correcto ( ) Incorrecto ( )

Los cigarrillos Light son menos perjudiciales para los consumidores, porque en su combustión se produce menos humo.

Correcto ( ) Incorrecto ( )

Una persona que sólo bebe cerveza nunca se volverá alcohólica, únicamente los que beben.

Correcto ( ) Incorrecto ( )

Reflexiona y contesta.

¿Aceptarías que tu mejor amigo te invitara droga diciéndote que no te pasará nada?

---

¿Si supieras que tu mejor amigo está consumiendo droga, le advertirías algo?

---

¿Qué harías si te encontraras en alguno de los dos casos arriba mencionados?

---

Anota, lugares o personas que consideres que podrían ayudarte a tener información para solucionar casos, ocasionados por el consumo de alcohol, tabaco, drogas no permitidas.

# UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

## UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Este cuestionario será empleado únicamente para la realización de la evaluación socioeconómica de los padres de los alumnos de 3° de secundaria. La información aquí vertida se manejará en forma confidencial.

### CUESTIONARIO

#### DATOS PERSONALES

Apellido Paterno \_\_\_\_\_ Materno \_\_\_\_\_ Nombre (s) \_\_\_\_\_

Edad \_\_\_\_\_ Sexo M ( ) F ( )

Fecha de Nacimiento \_\_\_\_\_ Nacionalidad \_\_\_\_\_

Lugar de Nacimiento \_\_\_\_\_

Estado civil: Soltero ( ) Casado ( ) Otro especifique \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

Calle y número

Colonia

Población

Estado

Código Postal

Teléfono

Nombre y grupo del alumno \_\_\_\_\_

Nombre y edades de los hijos \_\_\_\_\_

Anote por favor los siguientes datos:

#### ESCOLARIDAD

Nombre de la escuela	Años cursados	Certificado o título recibido
Primaria		
Secundaria		
Bachillerato		
Profesional		
Comercial u otras		

Estudios que efectúa en la actualidad.

Escuela \_\_\_\_\_

Horario \_\_\_\_\_

Curso o Carrera \_\_\_\_\_

Grado \_\_\_\_\_

**DATOS SOCIOECONÓMICOS.**

¿Vive en casa propia? No ( ) Si ( )

¿Paga renta? No ( ) Si ( ) Renta mensual \$ \_\_\_\_\_

¿Tiene usted otros ingresos? Si ( ) No ( ) Describalos \_\_\_\_\_

¿Su cónyuge trabaja? No ( ) Si ( ) ¿dónde? \_\_\_\_\_

\$ \_\_\_\_\_

Percepción mensual

¿Posee automóvil propio? No ( ) Si ( ) Marca \_\_\_\_\_ Modelo \_\_\_\_\_

¿Con qué bienes y servicios cuenta actualmente en su vivienda?

Cuenta con: refrigerador ( ) Lavadora ( ) Horno de micro ondas ( )

Computadora ( ) T.V. ( ) Equipo modular ( ) Cocina integral ( ) Cafetera ( )

DVD ( ) Aspiradora ( ) Licuadora ( ) Tostador ( ) Teléfono ( )

Fax ( ) Suscripción a T.V Privada ( ) Suscripción a Internet ( ) Correo

Electrónico ( ) Suscripción a revistas científicas ( ) Enciclopedia y obras de

consulta ( ) Cuarto de estudio ( ) Personal domestico ( ) Libros

especializados ( ) Motocicleta ( ) Bicicleta ( )

**INDIQUE EL MONTO MENSUAL DE LOS SIGUIENTES EGRESOS (Aproximado)**

Renta, hipoteca o predial \$ \_\_\_\_\_

Luz \_\_\_\_\_

Agua \_\_\_\_\_

Alimentación \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_

Transporte \_\_\_\_\_

Gas \_\_\_\_\_

Pagares o prestamos \_\_\_\_\_

Impuestos \_\_\_\_\_

Gastos de mantenimiento \_\_\_\_\_

Vestido \_\_\_\_\_

Actividades recreativas \_\_\_\_\_

Medico, medicinas \_\_\_\_\_

Suscripciones \_\_\_\_\_

Pago de seguros \_\_\_\_\_

Medicamentos \_\_\_\_\_

Otros \_\_\_\_\_

El lugar que habita actualmente es:

- a) Casa
- b) Departamento
- c) Departamento de interés social
- d) Vecindad
- e) Cuarto de azotea o de servicio
- f) Casa de huéspedes /pensión /hotel

La vivienda que habita es:

- a) Propia
- b) De su familia
- c) Rentada
- d) Prestada
- e) La esta pagando con plan de crédito
- f) La comparte con otro familiar que es el propietario
- g) Otras situaciones (especifique)\_\_\_\_\_

¿Con quién comparte su vivienda? (Marca las opciones necesarias)

Ambos padres ( ) Padre ( ) Madre ( ) Esposo (a) ( ) Hijo ( ) Otros familiares ( ) Amigos ( ) Vive solo (a) ( )

¿Con cuántas personas comparte su vivienda? \_\_\_\_\_

¿Cuántos habitaciones tiene el lugar que usted habita? (incluyendo todos los servicios)

Indique el número de espacios con los que cuenta su vivienda.

- |                         |            |
|-------------------------|------------|
| a) Recamaras            | Núm. _____ |
| b) Baños completos      | _____      |
| c) Medios baños         | _____      |
| d) Cocina               | _____      |
| e) Sala                 | _____      |
| f) Estancia o sala      | _____      |
| g) Comedor              | _____      |
| h) Ante comedor         | _____      |
| i) Cochera              | _____      |
| j) Patio o jardín       | _____      |
| k) Vestíbulo            | _____      |
| l) Cuarto de servicio   | _____      |
| m) Cuarto de televisión | _____      |
| n) Estudio              | _____      |
| o) Azotehuela           | _____      |
| p) Sótano               | _____      |

Condiciones generales de la construcción (materiales, pisos, techos, etc.)

Tipo de construcción: tabique ( ) block ( ) adobe ( )

Indique el número de focos con los que cuenta su vivienda. Num. \_\_\_\_\_

Mencione los servicios públicos con los que cuenta en la zona donde vive.

Agua potable (dentro de la vivienda)	Si ( )	No ( )
Drenaje (dentro de la vivienda)	Si ( )	No ( )
Alcantarillado	Si ( )	No ( )
Alumbrado publico	Si ( )	No ( )
Calles pavimentadas	Si ( )	No ( )
Transporte público	Si ( )	No ( )
Teléfonos públicos	Si ( )	No ( )
Servicios de limpia	Si ( )	No ( )
Servicios de gas	Si ( )	No ( )
Vigilancia	Si ( )	No ( )
Escuelas	Si ( )	No ( )
Comercios	Si ( )	No ( )
Restaurantes	Si ( )	No ( )
Parques	Si ( )	No ( )
Club o deportivos	Si ( )	No ( )
Casa de cultura	Si ( )	No ( )
Museos	Si ( )	No ( )
Teatros	Si ( )	No ( )
Cines	Si ( )	No ( )
Bibliotecas	Si ( )	No ( )

#### DATOS DE LA COMUNIDAD

Urbana ( ) Residencial ( ) Popular ( )  
Suburbana proletaria ( ) Marginal ( )  
Rural campesina ( ) indígena ( )

Ocupación predominante (población económicamente activa) \_\_\_\_\_

#### ALIMENTOS QUE CONSUME REGULARMENTE

Leche ( ) Huevo ( ) Carne ( ) Pescado ( ) Cereales ( ) Frutas ( )

Pan ( ) Pollo ( ) Verduras ( ) Otros \_\_\_\_\_

Por los datos anteriores se concluye que la situación económica familiar es:

Alta ( ) Media ( ) Baja ( )

Actualmente ¿Cómo considera su estado de salud?

Bueno ( ) Regular ( ) Malo ( )

¿Padece alguna enfermedad crónica? Si ( ) No ( ) ¿Cuál? \_\_\_\_\_

¿Qué deportes practica? \_\_\_\_\_

¿Pertenece a algún club social o deportivo? Si ( ) No ( )

¿Cuál es su pasatiempo favorito?\_\_\_\_\_

### RELACIONES FAMILIARES

¿Con que frecuencia platica con sus hijos?

Siempre ( ) Algunas ocasiones ( ) Rara vez ( ) Nunca ( )

Según su respuesta indique por que considera que se de esa frecuencia.

¿Quién es la persona con la que se siente más cercana?

Esposo ( ) Hijos ( ) Amigos ( ) Otros especifique\_\_\_\_\_

¿Cuándo tiene algún problema, a quién se lo platica?\_\_\_\_\_

¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Alguna vez se ha sentido solo, deprimido, incomprendido, falta de cariño?

Explique en que circunstancias\_\_\_\_\_

En el paréntesis anote si es verdadero (V) o falso (F)

- Juan fuma porque ve a su padre fumas.....( )
- Los hijos de padres fumadores, son fumadores pasivos.....( )
- La nicotina es la causa de la dependencia al tabaco.....( )
- Los cigarrillos Light son menos perjudiciales para los no fumadores, porque en su combustión se produce menos humo.....( )
- La acción de la nicotina es la de estimular el sistema nervioso central.....( )
- Fumar cigarrillos es menos peligroso que consumir drogas.....( )
- La publicidad incita al consumo de alcohol y tabaco.....( )
- El tabaco sólo afecta a los fumadores.....( )
- El alcohol y el tabaco no son drogas.....( )
- Una persona que sólo bebe cerveza nunca se volverá alcohólica.....( )

Reflexione y conteste estas preguntas.

¿Aceptaría que su hijo fume o ingiera alcohol?

Si ( ) No ( ) ¿Por qué?\_\_\_\_\_

¿Cuál es la edad según su criterio, en la que los hijos pueden fumar o beber alcohol?

\_\_\_\_\_Años. ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Si supiera que el mejor amigo de su hijo esta tomando drogas, le advertiría algo?

Si ( ) No ( ) ¿Por qué?\_\_\_\_\_

¿Cuál sería su posición ante esta situación?\_\_\_\_\_

¿Para disfrutar de una fiesta o un evento social es necesario que haya alcohol y tabaco?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿El cigarro y el alcohol son drogas?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Las drogas pueden causar adicción?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿El alcohol, tabaco y otras drogas ayudan a desinhibirse y a tener seguridad?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Algún miembro de su casa es afecto al tabaco o al alcohol?  
Si ( ) No ( ) ¿Quién(es)? \_\_\_\_\_

¿El cigarrillo hace que las personas se sientan diferentes de las que no fuman y mantengan un estatus dentro de la sociedad?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Es desagradable platicar con una persona que está ebria?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿El consumo de alcohol con regularidad lleva a las personas a ser alcohólicos?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿El alcohol y el tabaco se pueden dejar cuando uno lo desee?  
Si ( ) No ( ) ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Conoce instituciones o personas que puedan proporcionar información acerca de las drogas? \_\_\_\_\_ ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

¿Considera que, en la escuela de su hijo el área de orientación puede ayudar a resolver este tipo de problemas en los alumnos? \_\_\_\_\_

¿Durante la estancia de sus hijos en la secundaria, alguna vez ha requerido ayuda del departamento de orientación, para solucionar algún problema referente a su hijo?  
Si ( ) No ( ) ¿En qué circunstancia? \_\_\_\_\_

¿Cuál es su opinión de este servicio? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_