



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

DISEÑO DE PROGRAMA EDUCATIVO

**UNA PROPUESTA ALTERNATIVA PARA EL EMPLEO DEL TIEMPO
LIBRE Y OCIO RECREATIVO COMO MEDIO PROTECTOR ANTE LAS
ADICCIONES EN ADOLESCENTES**

TESIS

Que para obtener en título de Licenciada en Psicología Educativa
Presenta:

ROCÍO MONSERRATT RUIZ MANJARREZ

ASESORA: DRA. MÓNICA GARCÍA HERNÁNDEZ

Agradecimientos

A Dios, gracias por nunca soltar mi mano y acompañar cada día de mi vida con tu gracia, amor, consuelo, esperanza y bondad. Gracias por permitirme mirar y sentir tu belleza.

A mi padre Francisco Ruiz González, gracias por tu compromiso en fórmanos a mi hermana y a mí como mejores personas, por tu amor, protección y esfuerzo constante hacía tu familia y tu profesión. Aún tengo muchas preguntas, me encantaría que estuvieras aquí besando mi frente una vez más, sin embargo, se que un día te volveré a ver. Me dejaste el mejor legado, tu corazón, tu visión sensible hacía la humanidad. Te amo papá, gracias por ser el hombre de mi vida, todos los días estás en mi mente y corazón. Este sólo es el comienzo de lo que cimentaste. Mi arquitecto favorito, te extraño.

A mi madre Olivia Manjarrez Cardoso, gracias mami por ser tan hermosa y trabajadora, por ser tan fuerte y solidaria, por sacrificarte y por reflejarnos tu amor y protección cada uno de nuestros días. Simplemente te admiro y te adoro, eres la mujer más bella en todos los sentidos, espero un día poder devolvarte todo lo que nos has dado. Que Dios te bendiga todos los días de tu vida.

A mi hermana Stefani Ruiz, eres el mejor ejemplo de crecimiento, dedicación, nobleza y fuerza, estoy orgullosa de ti y creo que eres una mujer. Te amo hermana, gracias por motivarme.

A mis amigos, gracias por su sincera esencia para conmigo, por sus críticas constructivas, por su compañía en los momentos más complicados y en otros más felices, por creer en mí y por siempre estar ahí con los brazos abiertos.

A mi asesora la Dra. Mónica García Hernández, gracias por recibirme con la mejor disposición e interés para la realización del presente proyecto, por su paciencia y perseverancia, por permitirme conocer que además de ser una excelente profesionalista es también un gran ser humano. Me encuentro muy agradecida con usted por guiarme en este camino el cual para mí no era nada fácil pero usted siempre persistió en hacerme ver y celebrar los frutos de mi trabajo. Gracias por su labor, la admiro bastante.

A la Universidad Pedagógica Nacional, gracias por recibirme y adoptarme durante estos cuatro años de la manera más amena posible, por permitirme lograr el comienzo de una formación profesional y por expandir mi perspectiva ante la gran necesidad de educar formal e informalmente a la humanidad. Educar es liberar.

Dedicatorias

Al Mtro. Rubén Castillo Rodríguez por su labor profesional y por compartir conmigo el interés y pasión de vivir y contribuir en el hacer vivir experiencias estéticas a la humanidad.

A aquellas personas que se llegaron a cruzar en mi camino y creyeron en la importancia de este proyecto.

A los practicantes de su propio tiempo libre.

A los preocupados por la educación no formal.

A todos los que encuentran en las artes la estética que le hace falta a este mundo.

¡Gracias!

ÍNDICE

Resumen.....	1
Introducción.....	2
Planteamiento del problema.....	2
Antecedentes	2
Problema actual	3
Importancia del estudio	6
Pregunta de investigación	10
Objetivos.....	10
Estructura general	11

Referentes teórico-conceptuales

Capítulo 1. La adolescencia y el consumo de drogas.....	13
1.1. ¿Qué es la Adolescencia?	14
1.1.1 <i>Características del adolescente</i>	15
1.1.2 <i>Experimentación y vulnerabilidad ante el consumo de drogas</i>	17
1.2 Las drogas	18
1.2.1 <i>¿Qué son las drogas?</i>	18
1.2.2 <i>¿Qué es una adicción?</i>	19
1.2.3 <i>Antecedentes del uso de drogas</i>	20
1.3 Desde la perspectiva sociopolítica	21
1.4 Desde la perspectiva psicosocial	22
1.5 Desde la perspectiva psicoeducativa.....	24
1.4 Factores en el consumo de drogas.....	27
1.4.1 <i>Clasificación de Factores de Riesgo.</i>	28
1.4.2 <i>Factores biológico-evolutivos.</i>	29
1.4.3 <i>Factores Psicológicos.</i>	29
1.4.4 <i>Factores de socialización.</i>	31
1.5. Factores protectores ante el consumo de drogas	34

1.6 Prevención	35
1.7 Enfoque de prevención: Habilidades para la vida	36
Capítulo 2. El tiempo libre y su vínculo con el consumo de drogas	40
2.1. Desde las prácticas de TLO de la población	41
<i>2.1.1 Antecedentes y actualidad</i>	<i>41</i>
<i>2.1.2 Conceptualizaciones</i>	<i>42</i>
<i>2.1.3 Funciones del TLO</i>	<i>43</i>
2.2 Las caras del TLO	45
<i>2.2.1 Tiempo libre y ocio negativo</i>	<i>45</i>
<i>2.2.2 Tiempo libre y ocio positivo</i>	<i>46</i>
2.3 Desde la recreación del ser humano	48
2.4 Influencia de la cultura en el uso del TLO y los consumos culturales en relación a la salud mental	50
<i>2.4.1 El TLO como parte de la cultura</i>	<i>50</i>
<i>2.4.2 Influencia de los medios de comunicación: Consumo cultural.</i>	<i>51</i>
<i>2.4.3 Los consumos culturales y el adolescente</i>	<i>52</i>
2.5 El TLO en la educación no formal	54
2.6 El TLO recreativo en su función protectora de adicciones y en el desarrollo de habilidades para la vida	55
Capítulo 3. La creación artística como una experiencia estética en la prevención de adicciones durante el TLO.	
Introducción	58
3.1 La experiencia estética	59
<i>3.1.1 Planos y funciones de la experiencia estética</i>	<i>61</i>
3.2 La experiencia estética y prevención de adicciones	65
<i>3.2.1 La necesidad del encuentro artístico</i>	<i>65</i>
<i>3.2.2 La experiencia estética como medio alternativo en la prevención de adicciones</i>	<i>67</i>
3.3. El guía del taller	69
3.4 Modelos de prevención relacionados con uso del TLO y con el arte	71

Capítulo 4. Método	80
4.1. Fase preparatoria	80
<i>4.1.1 Delimitación de la problemática para el diseño de intervención</i>	<i>83</i>
4.2 Fase diagnóstica	84
<i>4.2.1 Muestra</i>	<i>85</i>
<i>4.2.2 Justificación de estrategia de muestreo</i>	<i>85</i>
<i>4.2.3 Instrumentos</i>	<i>87</i>
<i>4.2.4 Piloteo y validación de instrumentos</i>	<i>94</i>
4.3 Fase de resultados y análisis diagnóstico.....	96
<i>4.3.1 Cuestionario al adolescente.....</i>	<i>96</i>
<i>4.3.2 Entrevista a agentes de la comunidad</i>	<i>107</i>
<i>4.3.4 Entrevista a agentes dedicados a la prevención de adicciones</i>	<i>115</i>
<i>4.3.5 Conclusiones del diagnóstico</i>	<i>124</i>
4.4 Fase de diseño del programa de intervención	129
<i>4.4.1 Presentación</i>	<i>129</i>
<i>4.4.2 El taller artístico para el desarrollo de habilidades para la vida</i>	<i>130</i>
<i>4.4.3 Objetivo del taller.....</i>	<i>131</i>
<i>4.4.4 Enfoques</i>	<i>132</i>
<i>4.4.5 Estrategias y técnicas didácticas del taller.....</i>	<i>134</i>
<i>4.4.6 Contenidos temáticos y forma de trabajo.....</i>	<i>136</i>
<i>4.4.7 Descripción de los instrumentos de la evaluación inicial (pre test) y evaluación final (post test)</i>	<i>137</i>
<i>4.4.8 Ejes temáticos del taller</i>	<i>140</i>
<i>4.4.9 Desarrollo del taller.</i>	<i>142</i>
4.5 Fase de propuesta de evaluación al taller	152
Conclusiones y sugerencias.....	155
Referencias	164
Anexos.....	175
Anexo 1. Cuestionario para el adolescente.....	176
Anexo 2. Entrevista a agentes de la comunidad	181
Anexo 3. Entrevista a especialistas encargados de la prevención de adicciones	182

Anexo 4. Pre test.....	183
Anexo 5. Post test.....	186
Anexo 6. Cartas descriptivas de las sesiones del taller.....	189
Anexo 7. Ejemplo de persona admirable.....	218
Anexo 8. Situaciones para representar la influencia de emociones y sentimientos	219
Anexo 9. Fichas de situaciones de violencia	220
Anexo 10. Escenas Kids	221
Anexo 11. Mitos y realidades de las drogas	224
Anexo 12. Conceptos básicos sobre consumo de drogas	227
Anexo 13. Fichas de factores de protección.....	228
Anexo 14. Ojo de dios	229
Anexo 15. Frases resiliencia.....	231
Anexo 16. Imágenes Secretas.....	233
Anexo 17. Concepto y características del mandala	235
Anexo 18. Ejemplo de mandala.....	237
Anexo 19. Estructura para mandala.....	238
Anexo 20. Preguntas del juego papa caliente	239
Anexo 21. Molde máscara.....	240
Anexo 22. Formatos de evaluación de actividades.....	241
Formato de evaluación 1. Sesión 2.	241
Formato de evaluación 2. Sesión 3.....	242
Formato de evaluación 3. Sesión 4.....	243
Formato de evaluación 4. Sesión 7.....	245
Formato de evaluación 5. Sesión 8.....	246
Formato de evaluación 6. Sesión 9.....	247
Anexo 23. Listas de cotejo para evaluación del taller	248
Anexo 24. Manual de apoyo para el guía.....	259

Resumen

El presente documento consiste en un programa educativo para la prevención de adicciones en adolescentes mediante un taller para implementar en contextos escolares, comunitarios y culturales. Es una propuesta diseñada desde la psicología educativa que retoma el crecimiento del consumo de drogas a edades cada vez más tempranas y a la falta de pensamiento reflexivo y creativo en los jóvenes. El objetivo principal es contribuir en la educación no formal a través de elementos que busquen el desarrollo de habilidades para la vida como medio protector ante riesgos psicosociales través de un programa de intervención fundamentado en la vivencia de experiencias estéticas apoyándose de las artes plásticas como alternativa de ocio saludable y recreativo el cual partió de un diagnóstico realizado en tres muestras: adolescentes, agentes de la comunidad, agentes encargados de la prevención de adicciones en la colonia de Santa María Nonoalco ubicada en la delegación Álvaro Obregón, Ciudad de México.

Está conformado por cuatro capítulos, el primero adentra en las características del adolescente, las drogas desde una perspectiva psicosocial, psicoeducativa y sociopolítica, así como los factores de riesgo y de protección ante el consumo. El segundo aborda el vínculo del tiempo libre con el consumo de drogas, el papel de la cultura de consumo, el uso actual del tiempo libre y la importancia de este como un espacio para la prevención. En el tercero se explica a la experiencia estética como una herramienta para el logro de personas reflexivas y creativas, los beneficios de las artes y algunos programas de prevención que se han ayudado de estas para su implementación. Por último, el cuarto pertenece al método el cual se divide en fases: preoperatoria, diagnóstica, resultados y análisis, diseño del programa de intervención y propuesta de evaluación. En la parte de anexos se encuentran las cartas descriptivas para la implementación del taller, los materiales para las sesiones, formatos de evaluación y un pequeño manual que funge como material de apoyo para el guía.

Por medio de este diseño se pretenden mostrar las posibilidades profesionales del psicólogo frente a la problemática social de las adicciones desde un enfoque que busque la formación de personas con habilidades reflexivas, creativas y salud

Introducción

Planteamiento del problema

Antecedentes.

El problema de las adicciones no es una situación reciente en México, con base a las estadísticas se tiene conocimiento de que este fenómeno ha ido aumentando en sentido desfavorable para los niños, adolescentes y jóvenes del país.

México ha mantenido su labor en la investigación de las adicciones, ya que desde 1980 se han realizado encuestas nacionales, en 1988, 1993, 1998, 2002, 2008 y 2011. Las tres primeras encuestas registraban datos urbanos y en las tres últimas se agregaron datos del medio rural. Con estos estudios se ha logrado tener información sobre la evolución del problema, tanto en el medio urbano y rural como a nivel regional y estatal. La sexta Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) implementada en el 2011, señala el interés de tener información actualizada sobre este fenómeno que permita conocer la actitud de la población ante este problema y su asistencia al tratamiento en los centros especializados para tal fin.

Villatoro et al. (2012) realizaron un estudio en el cual consideran que en contexto internacional México es uno de los países con bajo nivel de consumo de drogas, pero que a su vez reporta un incremento de consumo nacional. Por otra parte, se muestra en los resultados que quienes han recibido algún tipo de prevención presentan las prevalencias de consumo más pequeñas, esto indica que es necesario seguir trabajando en dicha labor con los jóvenes y niños para consolidar acciones de promoción de la salud y de desarrollo de habilidades para la vida.

Sin embargo, como parte de los resultados de dicha encuesta se muestra un incremento en el consumo catalogado como “alguna vez” de drogas ilegales y médicas en la población total, en comparación con el 2008, donde los hombres son los que reportaban mayores consumos. La marihuana continúa siendo la sustancia de preferencia de los usuarios. En tanto, con la cocaína se observó un incremento del 1.4% del 2008, a 2.4% hasta el 2011. En la población de 12 a 17 años el consumo es de 1.6% y de 1.5% para cualquier droga ilegal,

con relación al año 2008 los resultados se mantienen iguales. Se observa que el consumo de marihuana es el más prevalente (1.3%), le sigue la cocaína (0.4%) y los inhalables (0.3%). En todos los casos, las prevalencias se mantienen iguales con relación al 2008 (Secretaría de Salud, 2009).

En cuanto a los adolescentes se encontró que el índice de ingesta es bajo, aunque con tendencia al incremento significativo, debido a que el consumo de cualquier droga creció al pasar de 1.6% en 2002 a 3.3% en 2011. En este rango de edad, la marihuana también es la droga de mayor consumo (2.4%), posteriormente los inhalables (0.9%) y la cocaína (0.7%).

Al observar la exposición a la oportunidad de consumir drogas (que se las hayan ofrecido o regalado), vemos que el fenómeno llega al 23.5% de los adolescentes hombres y al 13.3% de las mujeres; en los demás rangos de edad, se tienen porcentajes por arriba del 40%. No obstante, la exposición a programas de prevención también es alta, en especial en la población adolescente que llega al 64% en los hombres y al 70% en las mujeres (Encuesta Nacional de Adicciones, 2011). Por último, es importante mencionar que en dicho sector el crecimiento del consumo ha sido mínimo a pesar de ser este grupo quien señala los niveles más altos vulnerabilidad ante el ofrecimiento de drogas regaladas o compradas. Por otro lado, los hombres de 18 a 34 años fue la población más afectada por el abuso en el consumo.

Problema actual.

Para la atención y prevención del uso indebido de las drogas se han implementado cursos, talleres y programas. En cuanto a los contenidos y método de los programas de prevención existentes en materia de adicciones y con base en las estadísticas se puede llegar a pensar que han sido ineficientes, puesto a que el problema no ha tenido un impacto considerable en su reducción. Gracias a la documentación y revisión de 15 programas de intervención revistas y tesis, principalmente, pude apreciar que la calidad, adecuación y eficiencia de las actividades y contenidos de algunos de estos son en mi opinión de carácter teórico e informativo, aspectos poco atractivos para la comunidad adolescente. Fueron pocos los programas de prevención con sentido innovador, holístico, integral, vivencial, creativo o

lúdico. Es importante mencionar que durante la investigación se encontró que también son escasas las propuestas de programas de intervención en prevención de adicciones en México y casi inexistentes aquellas con un enfoque como los antes mencionados.

En base a lo anterior considero que se han llevado a cabo algunos talleres preventivos de adicciones en los cuales no se consideran las características de la población y contexto para su diseño y metodología de implementación. Es necesario conocer cuáles son las características de la etapa de vida que atraviesan los sujetos, en este caso los adolescentes, quienes presentan estados como la apatía, indiferencia, desinterés, mal empleo del tiempo libre y ocio, contradicción y búsqueda de identidad, los cuales se ven influidos por su contexto económico, social, educativo y cultural muchas veces en sentido desfavorable.

Como se mencionó antes, los resultados de la ENA 2011 arrojaron que los adolescentes son la población a quien más se le ha ofrecido drogas regaladas o compradas. Gracias a esto se puede confirmar alarmantemente cómo nuestros adolescentes sufren riesgo ante el consumo y probable abuso de drogas, pues en los grupos de referencia donde se desenvuelven hay curiosidad por el consumo y fácil acceso. Las drogas están por todas partes, la situación que se vive en este país se presta a que estén expuestos a la manipulación y al deseo por el consumo como un medio de fuga ante los problemas sociales, escolares, emocionales, económicos o familiares. A pesar de esto aún existe la esperanza y oportunidad actual de colaborar

Parte del problema radica en que no se ha puesto la debida importancia en que los jóvenes no sólo necesitan estar informados, si no que necesitan habilidades para la vida, abarcar los temas de su interés de manera reflexiva, analítica y crítica para de esta manera desarrollar conductas saludables que conlleven a una toma de decisiones que les beneficien.

Según Medina, Real, Villatoro y Natera (2013) como expertos de investigación en materia de adicciones en México, recomiendan que hay que apostar más a la prevención, en especial a programas que han mostrado resultados referentes al desarrollo de habilidades para la vida.

¿Qué son las habilidades para la vida? Mangrulkar, Vince, Ch y Posner, (2001) mencionan que la adquisición de habilidades socio-cognitivas y emocionales para enfrentar problemas

son un aspecto clave para el desarrollo humano, éstas son las habilidades para la vida. Se ha considerado un enfoque educativo conocido como educación basada en habilidades, trata de desarrollar habilidades en estas áreas específicas para fortalecer los factores protectores de un adolescente, promover la competitividad necesaria para lograr una transición saludable hacia la madurez y promover la adopción de conductas positivas.

Actualmente sería favorable que las intervenciones con adolescentes se enfoquen en los cambios que estos enfrentan en el aspecto físico, emocional y psicológico. La adolescencia implica una serie de reajustes en la vida de las personas y el joven ante esta situación tiene la necesidad de expresarlo y ser entendido, muchas veces al no ser escuchado por sus padres, tutores, familiares, amigos, o profesores se puede ver involucrado en el consumo de drogas, usándolas como una vía de fuga ante sus sentimientos, deseos, opiniones y emociones reprimidas.

Existe la necesidad de brindar alternativas que permitan la realización de actividades que protejan al individuo ante las adicciones durante un espacio temporal que signifique un espacio para su desarrollo integral.

El tiempo libre y de ocio (TLO) es un espacio con el que actualmente los adolescentes cuentan diariamente, pero que no es valorado y utilizado en el sentido que aporte aprendizajes, destrezas y sentimientos positivos hacia la persona. Regularmente, las actividades que se realizan durante dicho momento se encuentran directa o indirectamente relacionadas con aspectos negativos para la vida del ser humano y sobre todo del adolescente, por ejemplo la delincuencia, las relaciones sexuales sin control y cuidado o el abuso en el consumo de drogas. Se necesita brindar educación para que los jóvenes valoren y organicen su tiempo y sobre todo motivarlos a la realización de actividades recreativas que les aporten beneficios físicos, psicológicos, formativos y sociales. Hay que fomentar las conductas saludables en los jóvenes ya que es un fuerte factor protector ante las adicciones.

A partir de la vivencia en un taller reflexivo en prevención de adicciones y otras experiencias durante año y medio como parte del servicio social, prácticas profesionales y voluntaria en el Centro de Integración Juvenil Álvaro Obregón Oriente, pude darme cuenta

de que los adolescentes no emplean su tiempo libre y de ocio en actividades que les favorezcan, tienen pocas opciones para desahogar sus problemas y sentimientos negativos, así como también carecen de habilidades para poder expresarse.

Hay que apostar más por programas que abarquen de manera creativa y significativa las necesidades actuales del segmento adolescente. Una alternativa sería un programa con a través de algunas técnicas artísticas con enfoque recreativo como un medio que aporta beneficios multidisciplinarios como son un buen empleo del TLO, la vivencia de experiencias estéticas, desarrollo de habilidades reflexivas, creativas y expresivas, comprensión de la percepción de situaciones de la realidad y creación de una red protectora para los adolescentes ante las adicciones.

En México la educación artística a pesar de ser parte del plan de estudios en primaria y en secundaria no se le da continuidad ni el mismo valor que a las demás asignaturas como una experiencia fundamental para el aprendizaje y desarrollo integral del alumno. De acuerdo con Vigotsky (1990) y Dewey (1989) considero que la vivencia artística debe ser experimentada por todo ser humano como parte de su desarrollo integral debido a sus aportes recreativos, formativos, comunicativos, simbólicos, sociales y terapéuticos.

Importancia del estudio.

La mayoría de las instituciones contemporáneas encargadas de la prevención y tratamiento de adicciones imparten talleres que, regularmente, usan el mismo método teórico/informativo básico de enseñanza en diferentes contextos y a pesar de que cuentan con información suficiente y adecuada pueden llegar a ser de aspecto tedioso y desinteresado para el gusto de la población.

La prevención muchas veces se ha entendido como un proceso para satanizar a las drogas y al consumidor, no hay que olvidar que la adicción es una enfermedad. Tal vez no se pueda erradicar el problema pero si minorizarlo tanto en frecuencia, cantidad y propósito de consumo, aumentando la edad de comienzo a la experimentación y creando personas resilientes, reflexivas y con soluciones creativas ante las adversidades cotidianas.

Llanes (1999) menciona que existe una práctica preventiva basada en “educación sobre drogas” la cual se aplica como se siguen las prédicas moralinas y las amenazantes. Todavía muchas instituciones y expertos consideran que este es un enfoque adecuado para aplicarse en las escuelas, pese a que los estudios e investigaciones han demostrado su incapacidad para frenar el consumo, y que, por contrario, han tenido el dudoso privilegio de empeorar las situaciones, pues ha estimulado la curiosidad y el uso experimental incrementando la tolerancia social sobre el consumo.

Es importante este estudio porque a pesar de haber literatura que aborda el ocio, tiempo libre, la recreación y la creación artística como un proceso significativo en el bienestar del ser humano, son pocas (6) las fuentes documentales encontradas en habla hispana que retoman o exponen programas de intervención no convencionales, refiriéndome con convencional a lo informativo, teórico y orientativo. Muy pocos trabajos de investigación han puesto la mirada en proponer programas de prevención de adicciones con un enfoque dirigido al desarrollo de actividades artísticas como una herramienta para alcanzar la recreación y el desarrollo de conductas saludables en el adolescente, además de considerar el tiempo libre y de ocio como un espacio temporal de gran oportunidad para la creación de redes de protección ante las adicciones y otros riesgos psicosociales, por ejemplo el programa *Sóbriate la rumba* en Antioquia, Colombia diseñado en el año 2010 o el programa de ocio alternativo *¿Qué pintan las drogas en tu vida?* diseñado en el 2009.

Regularmente el adolescente es atacado, criticado y relacionado directamente con conductas negativas como rebeldía, caos, inconsciencia y malicia. Opino que es importante ver el otro lado de la moneda en el cual se encuentran las cualidades a potencializar a favor del bienestar de los jóvenes.

Donas (1997) menciona que durante la adolescencia surgen cambios importantes para el desarrollo integral, por ejemplo el logro del pensamiento abstracto, la ampliación del juicio crítico, establecimiento profundo de una visión personal del mundo y del sentido de la vida, intensificación de los sentidos, elaboración de proyecto de vida a partir de los deseos, modificación y ampliación de los intereses hacia diferentes y múltiples opciones que le ofrece la cultura y expansión de la creatividad en función de la multiplicación de estímulos que incrementan aprendizaje de conocimientos formales e informales. Se puede ver que

hay muchas cualidades de la etapa adolescente que pueden fungir como puntos de oportunidad o de provecho para construir y alcanzar el desarrollo saludable del adolescente como parte de su crecimiento.

Sería ideal crear un espacio formativo acorde a las necesidades de los individuos que permita un proceso integral para la manutención de su salud psicológica, física y emocional. La atención integral de los adolescentes (y su adolescencia) tiene un objetivo fundamental que es efectuar acciones dirigidas a promover el desarrollo humano de los mismos.

Desde mi punto de vista el promover la reflexión, creatividad y expresión a partir de y para la construcción de experiencias estéticas a través de técnicas individuales y grupales existe como una necesidad y como una de las tareas importantes que deben efectuar los servicios de salud, culturales y educativos tanto en las actividades intramurales como extramurales con los adolescentes. De este modo también se estará contribuyendo a un mejor desarrollo psicosocial, al fortalecimiento de la autoestima, y a la obtención de instrumentos para desenvolverse positivamente en varios ámbitos de la vida.

Algunas de las ventajas de las intervenciones, como la presente, con un enfoque basado en la reflexión, creación y expresión serían las mencionadas por Miller (2000) en su libro *The Flash of Brilliance Workbook*: ver el alcance de las cosas, tomar la iniciativa, estar abiertos a nuevas maneras de hacer las cosas, buscar las ideas de otros, generar muchas opciones, tomar decisiones basadas en los valores, tomar acción y ser persistentes, compartir el crédito y compensarse a sí mismo y con los demás.

Las expresiones artísticas han sido reconocidas como herramientas que favorecen la sensibilización y comunicación entre los seres humanos y en los jóvenes pueden ser una forma de expresión de sus ideas y emociones (Castro y Ramírez, 2011).

Moreno (2007) menciona que el objetivo del arte en los adolescentes es empleado como un instrumento de exploración creativa que permite reforzar las capacidades expresivas de los y las jóvenes como parte inherente de búsqueda y manifestación individual. Les ayuda a expresar sus conflictos internos clarificándolos para así poderlos trabajar. A través del arte se desarrollan las capacidades de comunicación no verbal y verbal, se trabaja en los

problemas de identidad, de confusión, percibiendo así su propio cuerpo. También ayuda en el conocimiento de la imagen que se tiene de si mismo, además de conocer la que les gustaría tener, reconocer como creen que son percibidos por los demás, a conocer sus emociones, sentimientos, fuerzas, debilidades, problemas de ira y rebelión, de autoridad y conflictos de independencia, así como también despierta el interés por la autorreflexión mediante el intercambio de experiencias que le sirven para reforzar su autoestima. El arte es una alternativa recreativa por la que hay que apostar para fungir como un medio de re-conocimiento y re-construcción ante los problemas del adolescente.

La importancia de este estudio se enfoca en atender la necesidad adolescente de contar con alternativas que favorezcan conductas saludables y promuevan valores, resiliencia, estrategias de resolución de conflictos tanto conscientes como eficientes y que estos sean accesibles económica, temporal y espacialmente para que a partir de esto crezca la posibilidad de realizar un agregado cultural saludable en su contexto.

Para el presente trabajo realicé un diagnóstico que permitiera conocer las características, necesidades, valores y recursos de la comunidad y de los adolescentes que forman parte de ella, así como la labor de los agentes encargados en la prevención de adicciones. A partir de los resultados he diseñado una propuesta de intervención que, considerando los datos obtenidos, atienda parte de la problemática desde la perspectiva del empleo del TLO, el arte en los jóvenes adolescentes y la implicación de los agentes sociales como parte de este proceso. El tener conocimiento de estas características contextuales permitió realizar una intervención basada y adecuada a las necesidades y recursos de la comunidad y de esta forma favorecer la probabilidad de obtener resultados más significativos en cada uno de los sujetos participantes (Calzada, Hidalgo y Rovira, 2006). El error de algunos programas preventivos es no tomar en cuenta el contexto donde se desenvuelve la población.

Esta intervención está diseñada y dirigida para atender las necesidades del segmento adolescente de la colonia Santa María Nonoalco ubicada en la delegación Álvaro Obregón, no obstante, considerando que el problema es nacional, los intereses y características que comparten los adolescentes y que los recursos para su implementación son accesibles, la

intervención podría ajustarse y reaplicarse en contextos y poblaciones similares, también podría ser una guía de capacitación tanto para agentes encargados de la prevención (profesionistas) como para los padres de familia, agentes de la comunidad e incluso para el mismo adolescente.

El presente taller se enfoca en la construcción de habilidades para la vida a través de la vivencia de experiencias estéticas usando como herramienta las artes plásticas. El taller cuenta de 12 sesiones con una duración de 120 minutos cada una, cada sesión se desarrolla en tres fases didácticas: preinstruccional, coinstruccional y postinstruccional. Las sesiones se encuentran organizadas en fichas descriptivas y se anexan formatos de propuesta de evaluación de las sesiones.

Pregunta de investigación

¿En qué medida puede contribuir un programa de prevención de adicciones que promueva experiencias estéticas durante el tiempo libre como alternativa de desarrollo de habilidades ante riesgos psicosociales como el consumo de drogas en adolescentes?

Objetivos

Objetivo General

Aportar en la educación no formal a través de elementos que busquen el desarrollo de habilidades para la vida en adolescentes como medio protector ante el abuso de drogas a través de un programa de intervención fundamentado en la vivencia de experiencias estéticas como alternativa de ocio saludable y recreativo.

Objetivos particulares

- Promover la educación en desarrollo de habilidades para la vida ante riesgos psicosociales.
- Contribuir para la construcción de una cultura del tiempo libre y de ocio recreativo a través de técnicas artísticas plásticas.

- Sensibilizar al adolescente acerca de los beneficios de los componentes de la experiencia estética (creación, reflexión, comunicación) como herramienta para reinventarse día a día.

Estructura general

La primer parte del documento trata del marco teórico el cual se desarrolla de la siguiente manera:

El primer capítulo crea un encuentro con información acerca de lo que son las drogas, las adicciones y sus antecedentes de consumo. En el mismo capítulo también se habla de la problemática de uso indebido de drogas en relación a una primer perspectiva la cual es la adolescencia y sus características. Luego se presentan los factores de riesgo y de protección ante el consumo con los cuales el adolescente puede llegarse a enfrentar. Posteriormente se describe el problema a partir de una segunda perspectiva que es el aspecto sociopolítico el cual retoma principalmente la falta de una política pública en el país para la prevención de adicciones. El capítulo cierra con un acercamiento al concepto de prevención, su importancia ante la problemática del abuso de sustancias psicoactivas y el enfoque de prevención que he considerado para el diseño del programa de intervención, el desarrollo de habilidades para la vida.

En el segundo capítulo se desarrolla el significado de tiempo libre y de ocio y las prácticas de la población como parte de la tercer perspectiva relacionada con la problemática, algunas maneras en que se puede ejercer este espacio temporal y su importante implicación como un factor de riesgo o protección ante el abuso en el consumo de drogas, así como la relación de las adicciones con los consumos culturales que bombardean a la población y sobre todo a los jóvenes en la actualidad. Se culmina con la cuarta perspectiva la cual desarrolla las ventajas y procesos de la recreación como una práctica a desarrollar para un tiempo libre y de ocio alternativo y saludable que promueva el desarrollo de habilidades en los adolescentes ante el riesgo de las adicciones.

Por último, en el tercer capítulo se da a conocer la quinta y última perspectiva en relación con la problemática en la que se mencionan algunos de los beneficios psicológicos, emocionales, sociales y en el desarrollo de aptitudes para la práctica artística lo cual

permite que el sujeto cobre conciencia de sus habilidades en ciertas técnicas artísticas. En seguida se propone una alternativa a desarrollar durante el TLO basada en la práctica reflexiva, pensamiento creativo y expresión artística como un proceso articulado y encaminado a contribuir en la mejora de la prevención de adicciones de los jóvenes. Para finalizar se presentan las características de algunos programas que han apostado por las actividades artísticas como medio de prevención.

En la segunda parte del documento se expone el desarrollo del método comenzando con una descripción del diagnóstico para el diseño del taller en el cual se tomó como contexto a la colonia Santa María Nonoalco ubicada en la delegación Álvaro Obregón al poniente de la Ciudad de México, las muestras fueron: un grupo de adolescentes, agentes de la comunidad y especialistas en materia de prevención de adicciones de la zona elegidos todos de manera estratégica/intencional. Posteriormente y a partir de los resultados y análisis del diagnóstico continuó con la descripción de la elaboración y desarrollo de las partes del taller que tiene como objetivo contribuir a la prevención de adicciones a través de ofrecer actividades artísticas durante el tiempo libre y de ocio que promuevan la recreación en este espacio y al mismo tiempo despierte el desarrollo de habilidades para la vida de los adolescentes.

Se culmina con algunas conclusiones relacionadas a los alcances y limitaciones de la investigación presentada, así como recomendaciones consideradas para la mejora de la intervención.

Referentes teórico-conceptuales

Capítulo 1. La adolescencia y el consumo de drogas

Introducción.

Actualmente la drogadicción continúa siendo uno de los fenómenos problema en la sociedad mexicana, se ha convertido en una situación común. Tal problemática afecta en diferentes aspectos la vida del ser humano que se encuentra inmerso en el abuso de consumo de sustancias psicoactivas, así como también a las personas que le rodean en instancias socializadoras como la comunitaria, escolar y familiar; y por último perjudica el desempeño y calidad satinaría personal, social y laboral. Existe la necesidad de apoyar una educación que permita abordar de manera reflexiva, analítica y crítica la realidad social que enfrentan hoy en día nuestros adolescentes y jóvenes, teniendo muy presente el contexto en el que crecieron y en el cual aprendieron lo que manifiestan en su vivir diario (Díaz y Rafael, 2010).

En la última década la situación problemática de consumo de sustancias psicoactivas no ha disminuido, considerando la Encuesta Nacional de Adicciones 2011 podemos decir que la presente situación es igual o peor que en el año 2008. Diferentes instituciones médicas y sociales como por ejemplo el Instituto para la Atención y Prevención de Adicciones (IAPA) o Centros de Integración Juvenil (CIJ) han hecho esfuerzos por combatir tal problema de salud pública.

En este capítulo abordo temas relacionados con la problemática de adicciones, los tipos de drogas, qué son las adicciones y características de una de las poblaciones más vulnerables ante su consumo: los adolescentes. Por lo tanto, expongo las características evolutivas de la adolescencia y la influencia de estos cambios físicos y emocionales en el establecimiento de la realidad social y en búsqueda de identidad. En esta etapa en gran parte el joven es susceptible al aburrimiento e incapaz de soportar la monotonía, a consecuencia de esto se ve en la necesidad de vivir nuevas experiencias, se convierte en un buscador de emociones, las cuales pueden ligarse a una serie de circunstancias de vulnerabilidad ante el consumo o abuso de alcohol y otras drogas.

Continuo con una breve descripción acerca de qué son las drogas, sus antecedentes históricos y como se ha perdido el sentido y responsabilidad ante su ingesta, ya que actualmente con el negocio del narcotráfico y la influencia de los medios masivos de comunicación se favorece en los jóvenes la ansiedad de experimentar nuevas sensaciones relacionadas a lo psicotrópico a cada vez más temprana edad y no se plantean límites o control, sólo viven el momento sin ser conscientes de las consecuencias físicas, biológicas y emocionales. La sociedad y sus diferentes instancias no han tomado las medidas necesarias por fomentar el manejo de la ansiedad y otras habilidades en sus niños y adolescentes desde edades tempranas y contextos primarios.

Termino con el desarrollo de factores de riesgo y de protección ante el consumo de drogas, haciendo énfasis en la importancia de su conocimiento como puntos clave en la prevención de adicciones.

1.1 ¿Qué es la Adolescencia?

La adolescencia es un periodo en el ciclo vital que precede a la pubertad y antecede a la juventud, la mayoría de los autores la ubican entre los 13 y 18 años aproximadamente. Las conceptualizaciones de la adolescencia están de acuerdo en que durante esta etapa ocurren cambios y decisiones importantes para la vida del ser humano. Los valores y las actitudes ante la vida, así como los comportamientos adultos quedan definidos; se va configurando la identidad personal, el desarrollo emocional, el comportamiento y el físico. Todo esto llevará a los jóvenes a conocer y formar sus intereses, identidad, valores, costumbres y proyecto de vida (López, 2008).

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, en inglés United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF, 2009) considera la adolescencia como una época de cambios que trae consigo enormes variaciones físicas y emocionales, transformando al niño en adulto. En la adolescencia se define la personalidad, se construye la independencia y se fortalece la autoafirmación. La persona joven rompe con la seguridad de lo infantil, corta con sus comportamientos y valores de la niñez; comienza a construir un mundo nuevo y propio. Para lograr esto todavía necesita apoyo de la familia, la escuela y la sociedad para continuar con la adquisición de aprendizajes.

Silva (2008) menciona que la población adulta asocia inmediatamente la etapa de la adolescencia con la aventura, movimiento y pasiones, así como con el abandono, soledad, desubicación, y a veces también con la pérdida, el “mal vivir”, lo erróneo o vagabundo.

Es importante tener en cuenta que la adolescencia así como está llena de dificultades, también lo está de oportunidades. Por ejemplo, Casas y Ceñal (2005) desde una visión más positiva consideran la vivencia de este momento un período con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales que convierten al niño en adulto y le capacitan para la función reproductora. Estos autores también creen necesario comprender y conocer las modificaciones que se sufren en la adolescencia para poder identificar y diferenciar las variaciones normales de las anomalías en el crecimiento y desarrollo de la pubertad.

La adolescencia debería ser uno de los mejores períodos de nuestra vida, puesto que la mayoría de las funciones tanto físicas como psicológicas están en plenitud: fuerza, reflejos, rapidez y memoria. Es cuando disfrutamos más de nuestro cuerpo y sus movimientos, cuando la comida sabe mejor y los olores son más profundos. Es durante ésta fase cuando las ideas nuevas, el arte y las creencias tienen un mayor impacto en nuestra imaginación. “Este progresivo desarrollo intelectual convierte asimismo a los adolescentes en sujetos críticos de sus propios productos, lo que puede originar mayores inhibiciones y bloqueos. El acceso a formas más maduras de imaginación y pensamiento creativo dependerá de estos procesos de transición, y de la vinculación de la imaginación y el desarrollo intelectual con procesos de desarrollo social y emocional, vitales para el acceso a la adultez” (Limiñana, 2008, p.49).

1.1.1 Características del adolescente.

De acuerdo con Pedreira y Álvarez (2000) dicho periodo se determina socialmente como la escolarización obligatoria a partir de los 16 años, esto da al individuo mayor tiempo de formación profesional, lo que origina una mayor postergación para entrar en la vida laboral, dependencia económica de las figuras paternas, retraso en el establecimiento de lazos de pareja, conflictos ideológicos entre joven y la sociedad y cambios en la estructura familiar que contribuyen a la prolongación de la adolescencia.

En este caso me enfocaré a los cambios que poseen mayor relación con el tema, es decir, aquellos que fungen como factores directos para el consumo de drogas:

- La identidad personal. El adolescente pasa por un proceso de identificación, sea con pares o ideologías, creencias, actitudes, modas o percepción del mundo. Se va adquiriendo una forma de vestir, hablar, moverse o simplemente de “estar” con el objetivo de identificarse con el mundo externo.
- El idealismo. Los adolescentes tienen tendencias idealistas las cuales son inherentes a la adolescencia. Lo que distinguiría fundamentalmente al adolescente del niño sería su capacidad de abstraerse del presente y prever el futuro,, enriqueciéndolo con las virtudes de la utopía.
- Adquisición de libertad. Debido a que el individuo se encuentra en una nueva etapa de vida deja de sentirse “niño”, empieza a creer que posee la autonomía suficiente en la toma de sus decisiones y en sus relaciones sociales. Aquí aparece la elección de modas, la pertenencia a grupos, el consumo de sustancias psicoactivas, la explosión de la identidad sexual y de la sexualidad en su conjunto.

La adolescencia es la época de las discusiones, de los desafíos e incluso de oponerse a quienes tienen el deber de estructurar y custodiar. Durante ella los amigos, el grupo y el ídolo adquieren cada vez más lugar en la vida del joven, al grado que, en ocasiones, lo ocupan por completo.

Otras características de la realidad social del adolescente son las siguientes:

- Impulsividad. Es una actitud vital que se está incrementando en las sociedades actuales desarrolladas en la que se elevan continuamente el sentir, el placer, el bienestar y los sujetos se vuelven cada vez más incapaces de soportar el más mínimo malestar o sufrimiento. Los adolescentes socializados en esta cultura, se encuentran inmersos en la búsqueda de la satisfacción y el placer inmediato, de la emoción, de todo aquello que estimule sus sentidos y se hallan excesivamente sometidos a las incitaciones del ambiente (Laespada y Pallarés, 2001).

- El individualismo y la desintegración social. La Fundación de Ayuda a la Drogadicción “Dossier” (2011) menciona que la sociedad del milenio está marcada por el aislamiento y la desintegración social; es decir, el descontrol de los menores, sobre todo en los fines de semana nocturnos y el consumo de drogas asociados a estos momentos. Esto facilita la interacción social con otras personas, dando igual que sean conocidas o no. Muchos de los nuevos patrones de consumo de drogas recreativas se utilizan como ritos de búsqueda de relaciones sociales y sociabilidad entre los jóvenes, el consumo de drogas es un mero instrumento para favorecer las relaciones personales. Lo que se busca es la fusión grupal de sentirse más cerca de sus semejantes y ahuyentar la soledad (Comas, 2001).
- Bajo nivel de tolerancia y frustración. Según Marina y Graña (2001) existe en el adolescente susceptibilidad al aburrimiento, incapacidad de soportar la monotonía, las ganas de vivir nuevas experiencias. Lo anterior unido a una impulsividad creciente muy extendida entre los jóvenes actuales, conduce a que muchos de ellos se conviertan en buscadores de emociones. Se ansía la estimulación y la desinhibición continua. Debido a que no siempre pueden satisfacer sus intereses o necesidades pueden llegar a sentirse frustrados, por esto mismo se vuelven agresivos e intolerantes principalmente con sus padres y con otros jóvenes.

1.1.2 Experimentación y vulnerabilidad ante el consumo de drogas.

El adolescente posee características propias que pueden incrementar su estado de vulnerabilidad ante el consumo de drogas, esto dependerá del grado de intensidad con el que se manifiestan estas características, así como del manejo adecuado o inadecuado que realicen los sujetos de sustancias psicoactivas.

Según Centros de Integración Juvenil (2003) los adolescentes son quienes se encuentran más propensos ante el consumo de alguna droga. Cuando se dice que alguien es vulnerable se refiere, a que es “blanco” para el daño, debido a que se está situado en desventaja mental, experimental, material, física o emocional. Por lo tanto, puede considerarse que es

el periodo crítico para la experimentación de una o más sustancias psicoactivas (Botvin, 1995).

Según Gaudet (2004) esta es la época de experimentar, se busca probar de todo, formar una opinión propia, dar puntos de vista y experimentar lo prohibido, pues es lo más interesante.

El hecho de que el consumo sea solo experimental o se convierta en adicción va a depender del manejo y asimilación de la situación por parte del adolescente, su percepción ante el consumo o su realidad social, entre otros factores de riesgo y de protección que más adelante se desarrollarán.

1.2 Las drogas.

1.2.1 ¿Qué son las drogas?

“Cualquier sustancia que previene o cura alguna enfermedad o aumenta el bienestar físico o mental. En farmacología se refiere a cualquier agente químico que altera la bioquímica o algún proceso fisiológico de algún tejido u organismo” (Norma Oficial Mexicana para la prevención, tratamiento y control de las adicciones, 2009).

La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, UNODC (2012) menciona que las drogas son sustancias que la gente consume por múltiples razones. Algunos para escapar de sus problemas, otros porque están aburridos, sienten curiosidad o sencillamente porque quieren sentirse bien. En ocasiones se ven presionados para consumirlas a fin de “integrarse” en un grupo determinado, para rebelarse o suscitar atención. Los consumidores tienen orígenes muy diversos. Son hombres y mujeres, jóvenes y viejos, ricos y pobres, trabajadores y desempleados, viven en la ciudad o en el campo, no importan sus diferencias personales.

Las drogas impactan en múltiples esferas, afectan el desarrollo económico y social, aumentan los costos de atención a la salud al asociarse con lesiones y con más de 60 enfermedades infecciosas (VIH, hepatitis, etc.) y crónicas (cirrosis, cardiovasculares, cáncer, enfermedades mentales, etc.). Tienen una manifestación visible en diferentes formas de violencia que puede estar asociada al crimen organizado, con actividades

delictivas vinculadas con la adquisición de drogas en el mercado ilegal o inducidas por la intoxicación con sustancias psicoactivas (Medina, Real, Villatoro y Natera, 2013).

Existen múltiples definiciones sobre este concepto desde diferentes enfoques. Lo importante es tener claro que las drogas son sustancias psicoactivas que actúan sobre la percepción de las emociones y el estado de ánimo; aunque el dinero, sexo, juegos de azar, consumismo, entre otros son actos que también pueden llegar a causar adicción en las personas.

En mi opinión las drogas pueden ser sustancias o conductas nocivas capaces de modificar el funcionamiento de un ser vivo, alterando y desequilibrando su manera de pensar, de sentir, de hablar, de moverse y comportarse. El mayor conflicto se crea cuando el consumo es frecuente, en este punto el individuo se ha convertido en adicto o abusa en el consumo, su toma de decisiones afecta de manera negativa desequilibrando aspectos relacionados con su desempeño social, laboral, afectivo, educativo, mental y emocional.

1.2.2 ¿Qué es una adicción?

Las adicciones son trastornos psiquiátricos crónicos que representan un serio problema de salud pública a nivel mundial. Estos trastornos tienen una elevada prevalencia y efectos negativos tanto individuales como familiares y a nivel social con un alto coste sanitario. Algunas investigaciones han evidenciado que los factores ambientales y genéticos contribuyen a las diferencias individuales en la vulnerabilidad a las adicciones; algunos de estos factores pueden ser la intolerancia hacia el estado en el que se encuentra el individuo sin estar bajo el efecto de una droga, la normalización del consumo en la comunidad o el requerimiento de la droga para poder realizar actividades de la vida cotidiana (Ibáñez, 2008).

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (2008) define adicción como una enfermedad crónica del cerebro con recaídas, caracterizada por la búsqueda y el uso compulsivo de drogas, a pesar de las consecuencias nocivas. Se considera una enfermedad del cerebro porque las drogas lo modifican estructural y funcionalmente. Estos cambios pueden durar largo tiempo y ocasionar comportamientos peligrosos en las personas que abusan de las drogas. El estado de adicción consiste en que

el consumidor se encuentra periódica o permanentemente intoxicado, muestra compulsión por consumir la sustancia o repetir la conducta nociva de su preferencia, le resulta verdaderamente difícil o imposible interrumpir o modificar el consumo y presenta una determinación absoluta por conseguir la droga a través de cualquier medio.

Se considera que al igual que con cualquier otra enfermedad, la vulnerabilidad a la adicción difiere de una persona a otra. En general, mientras más factores de riesgo se tienen, mayor es la probabilidad de que el consumo de drogas se convierta en abuso y adicción. En cambio, los factores de protección reducen el riesgo de desarrollar una adicción.

Algunas de las situaciones características de la adicción son:

- Daño o deterioro progresivo de la calidad de vida de la persona, debido a las consecuencias negativas de la práctica de conducta adictiva.
- Pérdida de control moral y emocional. Dificultad para identificar, manejar e interpretar los sentimientos, así como una actitud de intolerancia a algunas emociones, buscando el consumo como una forma de anestesia emocional.
- Negación o autoengaño que se presenta ante una dificultad para percibir la relación entre la conducta adictiva y el deterioro personal.

Estos síntomas se pueden presentar todos juntos o de manera selectiva y con distinta intensidad en un momento dado, así como pueden variar a lo largo del tiempo o con el avance de la enfermedad adictiva.

1.2.3 Antecedentes del uso de drogas.

Las drogas han existido desde tiempos muy antiguos en los diferentes continentes. Su empleo se llevaba a cabo principalmente como un medio medicinal y como herramienta para rituales culturales. Los antepasados de México han empleado las drogas con el objetivo de alcanzar un nivel espiritual que permitiera la comunicación y vínculo con algún ser supremo, también se empleaban como un medio natural de curación. Anderson (2007) platica como los huicholes de la Sierra Madre Occidental han realizado cada año peregrinaciones a "Wirikuta" para recolectar peyote, el cual permanece oculto en el suelo como una enorme raíz en forma de nabo. Los religiosos españoles se referían a esta planta

como "güisqui seco", "hierba divina", "raíz del diablo" o "medicina de Dios". Los botanistas la conocen como *Lophophora Williamsii*. En la obra de Anderson se describe cómo el consumo de peyote conlleva la habilidad de abandonar la existencia física para comunicarse con los espíritus, y "alcanzar la plenitud".

En la actualidad se ha perdido el sentido que tenía el uso de las drogas por nuestros antepasados, así como la responsabilidad ante su consumo. Debido a la facilidad para obtener drogas, al crecimiento del narcotráfico, a falta de políticas que promuevan la prevención y demás factores los jóvenes hoy en día experimentan dicho consumo a edades cada vez más tempranas, sin fines recreativos, responsabilidad y control, lo cual ha venido provocando accidentes, violencia y adicciones.

En nuestro país según los Centros de Integración Juvenil (2003) las drogas que más se consumen son el alcohol y el tabaco desde edades tempranas (12 años), al igual que las drogas ilegales como la marihuana, la cocaína y los inhalables.

1.3 Desde la perspectiva sociopolítica.

Las drogas en sus diferentes manifestaciones han invadido nuestro entorno. Se trata de un fenómeno de múltiples facetas que incluye etapas de producción, tráfico, distribución, consumo y dependencia. Esto afecta a todos los grupos de la población y tienen implicaciones importantes para la salud pública de la nación. El problema requiere de enfoques novedosos que permitan enfrentarlo en su complejidad y cambio.

México define a la situación del consumo de drogas como un problema de seguridad nacional. Atender este complejo fenómeno implica incidir en la oferta y sus consecuencias, en la demanda y sus implicaciones y en el contexto, que incluye una cultura que utiliza violencia como mecanismo para resolver conflictos.

Medina, Real, Villatoro y Natera (2013) opinan que el mayor debate de la política pública referente a la problemática del consumo de drogas gira en torno a la legalización o la prohibición, pero carece de claridad en sus objetivos y definiciones; por ejemplo, ¿se habla de un libre mercado de drogas?, ¿se trata de la marihuana o de todas las drogas? También

se habla de descriminalización con la permanencia de la prohibición pero estableciendo solamente penas administrativas en lugar de la cárcel y de regulación de mercados, como el de medicamentos psicotrópicos. Cada una de estas opciones tiene implicaciones diferentes, por lo que cualquier propuesta debe de partir de una definición clara de conceptos. El debate también plantea la disyuntiva de legalizar la marihuana o todas las drogas como un mecanismo para abatir los beneficios económicos que la prohibición representa para el crimen organizado. Claro que las drogas implican recursos muy importantes para el crimen organizado, sin embargo el incremento de la disponibilidad también conlleva importantes riesgos para la salud pública, que hasta ahora no ha podido enfrentar los retos que el libre mercado de drogas (como el alcohol) implica para el exceso de mortalidad y días vividos sin salud, pérdida de productividad laboral o violencia entre otros impactos.

Los anteriores autores mencionan que si se opta por liberar los controles para disminuir los costos de la política de restricción, habrá un incremento en el consumo. Esta medida deberá ser acompañada, por tanto, de los recursos económicos que permitan al sector salud hacer frente al problema con mejores y más amplias medidas de prevención y tratamiento.

En lo que se refiere al tema de la prevención, no todos los esfuerzos de prevención han sido efectivos, de ahí que sea necesario apoyar aquellos programas que han mostrado resultados. Los programas deben adecuarse a la población objetivo, no todos los individuos tienen los mismos problemas ni las mismas necesidades; varían los antecedentes del individuo (factores heredados y de desarrollo), el tipo de sustancias que se consumen, su vía de administración y el contexto en que ocurre el consumo. Medina, Real, Villatoro y Natera (2013) mencionan que actualmente se ha encontrado evidencia de impacto en la reducción del consumo por algunos programas preventivos al menos en la población mexicana. Considero que la unión de aportaciones de este tipo de una manera masiva podría brindar alternativas variadas de prevención a toda la población.

1.4 Desde la perspectiva psicosocial.

Investigadores de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires, el Ministerio de Educación de la Nación y UNICEF Argentina (2010) mencionaron que la perspectiva psicosocial de las drogas surge en los años 80's, el enfoque deja de ser en la

droga y pasa a ser en el sujeto. Se interpreta que el adicto es un enfermo y que la adicción es la resultante de un malestar psíquico. El interés se centra en el tipo de vínculo que una persona establece con la sustancia. Se plantea que lo no dicho queda tapado u obturado por la práctica del consumo. Por eso, más que buscar formas que permitan “detectar” signos de drogadicción, es importante desde esta postura estar atentos a las dificultades que presentan algunas personas y buscar otras formas del “decir”, más allá del síntoma del consumo. Según los autores, este modelo se sustenta en el reconocimiento de la complejidad de cada individuo y del peso que tienen los factores psicológicos y ambientales sobre sus decisiones. Al centrarse en el sujeto, busca saber cuáles son las necesidades que lo llevaron al abuso de sustancias tóxicas.

El consumo de drogas en adolescentes constituye en la actualidad uno de los importantes fenómenos sociales. El ser humano, cómo sabemos, por naturaleza es un ser social, continuamente se relaciona con sus similares y precisamente por esto es innegable la influencia de las comunidades en el comportamiento, ideología, acciones o hábitos de una persona y por otro lado tampoco se puede negar que dependiendo de la situación en la individualidad de cada persona va a ser o a modificarse su papel o identidad dentro de una sociedad.

Hay ciertas situaciones que hacen a un sujeto más vulnerable que otros ante los riesgos, cuando se dan acontecimientos particularmente estresantes para el individuo como la adolescencia, la pérdida de un ser querido, el término de una relación amorosa y más aún cuando varios de estos fenómenos surgen al mismo tiempo, fenómenos socioemocionales. Si no se tienen las habilidades sociales suficientes para hacer frente a estas situaciones es cuando surgen altas posibilidades de que exista un consumo de drogas.

Retomo a Ovejero (2000) quien comparte que la mente del individuo se va formando a partir de los mensajes recibidos de su entorno, por un lado, los tipos de consumos a los que diariamente estamos expuestos y, por otro lado, por la reacción de los otros hacia nuestra persona las cuales crearán, confirmarán o modificarán la percepción propia de lo que somos.

La búsqueda de identidad en relación con las adicciones puede convertirse en un factor de riesgo en el momento que el adolescente se siente motivado a formar parte y de adoptar acciones de un grupo de personas en el que el consumo de drogas es una acción de aceptación. De acuerdo con el autor tal consumo se inicia cuando el individuo encontrándose en una situación adversa, busca una nueva identidad, y en tal búsqueda no importa demasiado pasar a depender, a veces total o casi totalmente, de alguna sustancia química, o bien de grupos sociales como pueden ser las sectas o un nuevo grupo de conocidos que en cierta medida funcionarían como una especie de “secta” para el individuo que busca una nueva identidad. El formar parte de estos grupos, muy típicos de la adolescencia, aportan al joven apoyo social, pero también implica el desarrollo de ritos y unas señas de identidad. Con frecuencia el consumo de ciertos tipos de drogas, a menudo socialmente prohibidos, es una de las más claras señas de identidad de esos grupos.

La identidad que se posee o incluso que se desea está estrechamente relacionada tanto con los grupos a los que se pertenece (grupos de pertenencia) como con los grupos a los que se desea pertenecer (grupos de referencia). Y, por lo tanto, si el comienzo de la adicción puede depender del grupo de pertenencia o de referencia, también la prevención o incluso la curación serán más fáciles de conseguir a través del grupo.

No se puede dejar de lado el papel de la sociedad en el comportamiento, ideología, toma de decisiones y roles de identidad del individuo el cuál a la vez es un elemento colaborador de la cultura.

1.5 Desde la perspectiva psicoeducativa.

La escuela es una institución que desempeña una función de socialización primaria, puede y debe afrontar los problemas relacionados con las adicciones que se presentan en la sociedad, ya que además de ser un problema social, el consumo de drogas afecta a gran parte de los jóvenes y adolescentes en periodo de formación y las edades de inicio en la experimentación corresponden, en su mayoría, a etapas de formación escolar, esto es desde primaria hasta la educación superior. Además, la escuela ofrece un gran potencial preventivo por sus muchas oportunidades como agente educativo: como hemos visto, la prevención de drogodependencias debe enmarcarse en programas más amplios de

Educación para la Salud, la cual debe ser un objetivo integrado en todos los centros escolares, según la mayor parte de los organismos internacionales de educación. (Concejalía de Gobierno de Seguridad y Servicios a la Comunidad, 2002).

Parte de los objetivos de la licenciatura en Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional es contar con los conocimientos generales acerca del desarrollo humano y los procesos de aprendizaje para diseñar y llevar a cabo programas de intervención y apoyo psicopedagógico que fortalezcan el desarrollo autónomo y capacidad de actuación de los educandos y comunidades de aprendizaje en ámbitos escolares y extraescolares. Hoy en día debido al consumismo, violencia, guerras, aumento descontrolado de la población, etc.; nos encontramos en una gran necesidad de educación no formal, educar para la vida, educar para la paz, educar en valores, educar en habilidades para poder enfrentar todos los fenómenos que están ocurriendo y que continuarán. Claro que es importante la educación formal, pero también es indispensable una educación que construya personas sensibles, creativas, reflexivas, asertivas, resilientes, personas con un equilibrio emocional, mental y espiritual.

Quiero retomar dos de las características educativas del Plan de Estudios de Educación Básica (2011). En dicho plan se maneja la educación en “Competencias para la vida” la cual pretende movilizar conocimientos, habilidades y actitudes en situaciones comunes de la vida diaria, poner en práctica conocimientos para resolución de problemas, así como prevenir otros. El presente plan de estudios promueve experiencias creativas, reconstructivas y pretende que a partir de éstas se tome consciencia acerca de ciertas prácticas sociales. Algunas de dichas “Competencias para la vida”, se relacionan con las habilidades para la vida de la presente propuesta de intervención este hecho amplia la oportunidad de que el taller pueda ser adaptado como parte de los contenidos curriculares de la educación básica en México. Las competencias para la vida de acuerdo con la SEP son:

- Competencias para el manejo de situaciones: Para su desarrollo se requiere: enfrentar el riesgo, la incertidumbre, planear y llevar a un buen término procedimientos; decisiones y asumir sus consecuencias; manejar el fracaso, la

frustración y la desilusión; actuar con autonomía en el diseño y desarrollo de proyectos de vida.

- Competencias para la vida en sociedad. Para su desarrollo se requiere: decidir y actuar con juicio crítico frente a los valores y normas sociales y culturales; proceder a favor de la democracia, la libertad, la paz y a los derechos humanos.

Considero que los procesos y probables resultados del presente trabajo van de la mano con el perfil de egreso de educación básica que la Secretaría de Educación Pública desea formar. Entre algunas características a las que me refiero son:

- Argumenta y razona al analizar situaciones, identifica problemas, formula preguntas, propone soluciones, aplica diferentes estrategias y toma decisiones. (Logra un acercamiento a ser reflexivo y creativo ante el análisis de situaciones adversas)
- Conoce y valora sus características y potencialidades como ser humano; sabe trabajar de manera colaborativa; reconoce, respeta y aprecia la diversidad de capacidades propias y en los otros y se esfuerza por proyectos personales. (Existe un reconocimiento del autoconcepto).
- Promueve y reconoce el cuidado e importancia de la salud. (Y no sólo física si no mental, emocional y espiritual)
- Reconoce diversas manifestaciones del arte, aprecia la dimensión estética y es capaz de expresarse artísticamente (Ha tenido un primer encuentro, sin necesidad de conocimientos técnicos, con la expresión de sus ideas y emociones a través de técnicas artísticas que probablemente nunca se habían experimentado. Oportunidad de sensibilización para expandir el interés hacía las artes).

Por otro lado se ha propuesto que se articulen tres componentes para lograr el desarrollo de los aprendizajes clave que son: formación académica, desarrollo personal y social y autonomía curricular (Nuevo Modelo Educativo 2017). De estos tres componentes me interesa retomar el de desarrollo personal y social, ya que en dicho modelo se menciona el

interés de introducir el desarrollo personal y social de los estudiantes como parte integral del currículo poniendo especial énfasis en el desarrollo de habilidades socioemocionales. Los objetivos de tal integración al currículo son mejorar el desempeño académico, fortalecer la identidad y autoestima de los jóvenes. Favorecer ambientes de sana convivencia, disminuir el ser propensos a desarrollar conductas de riesgo. Para llevar a cabo esto se pretende abordar tres categorías que son:

- Conoce T: aborda aspectos intrapersonales como la autoestima, autorregulación y la determinación.
- Relaciona T: promueve el desarrollo de relaciones interpersonales positivas.
- Elige T: fomenta la toma de decisiones responsables.

El modelo educativo también pretende llevar a cabo programas de prevención de violencia y acoso escolar que se implementen en la educación básica.

Con base a lo anterior opino que la Secretaría de Educación Pública y otros organismos se han percatado de las problemáticas sociales que existen hoy en día como la violencia, acoso, discriminación o adicciones; opino que el educar en el desarrollo de habilidades para la vida como medio de prevención de adicciones a través de experiencias estéticas en cuanto a los ambientes extraescolares puede brindarse en centros sociales, culturales, delegaciones, museos e incluso en instituciones privadas, en todos los casos con grupos de personas o individuos según sus necesidades o intereses. En cuanto al ambiente escolar ésta educación puede ser incorporada siendo parte de las planeaciones curriculares, Como parte del Nuevo Modelo Educativo se busca implementar la “Estrategia de educación y cultura” por parte de la Secretaría de Educación Pública y la Secretaría de Cultura en torno a seis ejes: exploradores de las artes, artes en la escuela, libro y lectura, contenidos culturales digitales, becas y estímulos, capacitación continua. De tales ejes para el interés de los objetivos de la presente propuesta de intervención es el de exploradores de las artes y artes en la escuela, pues, en conjunto promueven un acercamiento a la apreciación y creación artística desde un enfoque lúdico y recreativo.

1.7 Factores en el consumo de drogas.

Las drogas son consumidas por adolescentes que establecen una relación particular con las sustancias, pero lo hacen en un contexto determinado y con un soporte cultural concreto. Los patrones son dinámicos y cambiantes en la medida en que están asociados a nuevos mercados, nuevas modas y nuevos usos emergentes, son una especie de “prototipos” de individuos que se encuentran expuestos ante el uso de drogas y están relacionados íntimamente con los factores de riesgo ante su ingesta (López, 2008).

Clayton (1992) define un factor como un atributo (característica) individual, condición situacional ambiental (contexto) que incrementa o disminuye la probabilidad de la experimentación, transición y abuso de drogas según el nivel de implicación con las mismas (adicción).

Existen diversos factores que relacionándolos con las características de la etapa de vida de la población son claves para la experimentación en el consumo. Los más consecutivos son: la edad (la adolescencia y los cambios que conlleva), los rasgos de personalidad, baja autoestima o auto concepto, rebeldía, intolerancia a la frustración, factores cognitivos (conocimientos, actitudes creencias y expectativas), clima familiar, escolar y comunitario, empleo del tiempo libre, valoración y conocimiento de aptitudes o habilidades y problemas conductuales (González, García y González, 1996). Otros autores consideran factores primordiales en la relación del consumo de drogas a la influencia del grupo de iguales (Graña y Muñoz, 2000), el afecto y la supervisión parental (Martínez, Fuentes, Ramos y Hernández, 2003), el ambiente escolar (Alonso y Del Barrio, 1996), la ansiedad (Becoña y Míguez, 2004), el estrés (Becoña, 2003), la impulsividad (Llorens, Palmer y Perelló, 2005) y las habilidades sociales (Felipe, León, Gonzalo y Muñoz, 2004).

1.7.1 Clasificación de Factores de Riesgo.

Como se ha expuesto antes, son muchos y variados los factores que influyen en el consumo de sustancias psicoactivas, por lo tanto, también son muchas y variadas las clasificaciones que se les puedan dar. La clasificación de los factores individuales de riesgo es una de las más importantes, estas variables han sido retomadas en un gran número de investigaciones, las cuales han considerado como claves relevantes en la iniciación o mantenimiento de consumo de drogas. Tales factores son los siguientes.

1.7.2 Factores biológico-evolutivos.

Se refieren a la influencia que existe por parte de la diferencia de sexo y la edad de los adolescentes en la que se encuentran más propensos a verse involucrados en el consumo de drogas.

- **Sexo.** Varios estudios han considerado en sus investigaciones este factor tratando de saber si existe algún tipo de diferencia en el consumo entre las variables femenino y masculino llegando a la conclusión de que no existe diferencias significativas en la vulnerabilidad por parte de hombres y mujeres ante esta problemática (Ruiz, Lozano y Polaino, 1994). Respecto al consumo algunos autores han encontrado que los varones consumen en mayor medida todo tipo de drogas, excepto las médicas (Mirón, Serrano, Godás y Rodríguez, 1997) y que las mujeres consumen significativamente más alcohol que los hombres y estos, a su vez, más alucinógenos, inhalantes y opiáceos fumados.
- **Edad.** Los estudios han encontrado que el rango de edad de inicio en el consumo de sustancias psicoactivas se da entre los 13 y 15 años de edad (Comas, 1990; Mendoza, Sagrera y Batista, 1992). Otros han logrado encontrar que entre más temprana sea la edad de experimentación mayor probabilidad había en que este consumo se mantuviera en el individuo hasta la edad adulta (Elzo, 1996). Según la Encuesta Nacional de Adicciones (2011) en los últimos cinco años la edad de inicio de consumo ha ido disminuyendo, la encuesta muestra que la ahora el promedio es a los 13 años. La situación actual es alarmante y ante esta problemática deberíamos considerar la necesidad de iniciar la práctica preventiva de adicciones desde el hogar, comunidad y en los primeros niveles escolares.

1.7.3 Factores Psicológicos.

Son aquellos que tienen que ver con la personalidad y emociones, sentimientos y pensamientos del individuo:

- Depresión. Es una enfermedad con diferentes manifestaciones, como por ejemplo cambios corporales (aumento o disminución del apetito o del sueño, inactividad, sensación de fatiga), sentimientos de tristeza, desinterés o incapacidad para sentir placer con aquello que antes se disfrutaba. En ocasiones, la depresión se alterna con periodos de intensa actividad o manía en la que se puede observar gran euforia, sentimientos de grandiosidad carentes de autocrítica, sensación de energía (aun cuando duermen pocas horas), distracción frecuente, agitación psicomotora, hablar en exceso y pensamientos rápidos, etcétera (Centros de Integración Juvenil, 2005). Existe una estrecha relación entre depresión y consumo de drogas. Hay personas que con la intención de sentirse mejor se ve involucrada en el consumo de diversas sustancias. La depresión puede producir en las personas incapacidad para realizar sus actividades cotidianas y orillarlas a “vivir” en un estado de malestar emocional permanente (Clayton, 1992).
- Búsqueda de sensaciones. Según Zuckerman (1987, p.17) la búsqueda de sensaciones es “una necesidad de vivir experiencias y sensaciones complejas, nuevas y variadas, junto con el deseo de asumir riesgos físicos y sociales para satisfacerlas”. Esta dimensión en general se compone de cuatro dimensiones específicas que son: (a) búsqueda de emoción y aventuras; (b) búsqueda de experiencias; (c) desinhibición; y (d) susceptibilidad al aburrimiento. La fuerza asociativa de estas dimensiones puede variar dependiendo de la etapa evolutiva del sujeto y de las situaciones difíciles (estrés, ansiedad o angustia) que éste deba afrontar. Es importante promover y motivar a los jóvenes adolescentes a conocer sensaciones a través de la vivencia de experiencias sanas, significativas y recreativas.
- Falta de formación en TLO. El avance de la tecnología está provocando la aparición de un tiempo libre y de ocio (TLO) “obligado” cada vez mayor. La facultad de usar el ocio se está atrofiando en la persona que vive en una sociedad industrializada. Este tipo de persona teme el ocio porque lo enfrenta consigo mismo; trata de mantener su tiempo libre ocupado con asuntos que lo evaden de una realidad que le estresa y desagrada, por ejemplo con los juegos organizados o sentarse pasivamente

delante de la televisión. Normalmente, no se usa este tiempo en actividades artísticas e intelectuales propias del ser humano que lo recreen. “La educación y la intervención social pueden jugar un papel determinante, pues gracias a ambas se pueden proporcionar los mecanismos para aprovechar de una manera más humana el tiempo no regulado por la producción laboral” (Muñoz, 2012).

Uno de los mayores inconvenientes de esta sociedad deshumanizada es el de haber convertido el ocio en consumo y el no saber encauzar perspectivas creativas de éste que favorezcan el desarrollo de la personalidad

- Personalidad antisocial. Los estudios de la personalidad antisocial parten del supuesto de que sí en la infancia existieron conductas antisociales serias, variadas y frecuentes, lo más probable es que persistan en la edad adulta y que estas favorezcan el desarrollo posterior de otro tipo de comportamientos de riesgo más peligrosos. La presencia de comportamientos agresivos a edades tempranas nos da la oportunidad de hacer inferencias acerca de lo que sucederá en la edad adulta, por ejemplo situaciones de violencia, falta de habilidades sociales o abuso en el consumo de sustancias psicoactivas (Orejudo, Miguélez y Arévalo, 1997).

Estas son algunas de las variables dentro de los factores psicológicos de riesgo en el consumo de drogas. Cabe mencionar que el número de tales variables se puede ampliar desde las diferentes perspectivas de cada autor. Según García (2002) pueden ser consideradas otras variables como: ansiedad, características de personalidad, actitudes favorables hacia la droga y/o ausente de valores ético-morales.

1.7.4 Factores de socialización.

El proceso de socialización, basado en la teoría del aprendizaje constructivista, parte del supuesto básico de que la adquisición de conductas y valores está determinada por una matriz de relaciones sociales en la que el individuo se enclava y que es crucial para considerar de forma simultánea a varios miembros de esa red. En este caso, el uso de drogas es una de las muchas conductas que resultan de una interacción entre las características individuales del joven y las influencias alternativas de diversos grupos sociales.

Los factores de socialización relacionados con el consumo de drogas más influyentes en esta problemática son:

- Nivel socioeconómico. Bermúdez, Lossi, Teixeira y Cordeiro (2011) realizaron un estudio en el que encontraron que la situación económica de los participantes es uno de los factores de riesgo para el consumo de drogas. La situación económica del país influye en los hogares de escasos recursos económicos, por el desempleo y la emigración. Los jóvenes de estados socioeconómicos bajos, por su propia condición, roban los pocos electrodomésticos de su hogar para saciar sus vicios y consumen tipos de drogas diferentes a los de clase media y alta. Hay que tener presente que el consumo de drogas no tiene límites, no conoce a pobres ni a ricos y puede llegar a cualquier humano por diferentes medios y situaciones, No hay una política económica y social que prevenga el consumo de drogas y en caso de existir las leyes son débiles y no se conocen.
- El grupo de iguales. Es considerado uno de los determinantes fundamentales en el desarrollo del adolescente (García-Pindado, 1998). Entre los amigos se pueden crear normas de conducta basadas en acciones que no pueden llevar a cabo dentro de su hogar, por esto los adolescentes se apoyan mutuamente en la experimentación de sensaciones y situaciones, así como en la resolución de las problemáticas que cada uno de ellos esté viviendo. Todas las teorías de la adolescencia identifican este período como aquél en que las fuerzas sociales y biológicas alientan al joven hacia la formación de una identidad independiente de los padres y a fomentar estrechos lazos de unión con los amigos (Coleman, 1996). El círculo de pares o amistades juega un papel sumamente importante a través del pensamiento colectivo en la iniciación o mantenimiento del consumo de drogas, esto dependerá de los intereses, ideologías y hábitos del grupo. A partir de la búsqueda de identidad el adolescente va involucrándose en un grupo con el objetivo de sentirse aceptado y formar parte de él.
- Familia. Cada familia tiene su propia estructura y funcionamiento, por lo tanto, estas actúan a partir de su contexto, normas y valores de manera sobre la crianza y educación de los hijos. Algunos tipos familia como las disfuncionales, por ejemplo,

son consideradas otro factor de riesgo ante el consumo de drogas en los adolescentes, debido a las constantes crisis y tipo de ambiente que se viven en el entorno. Como señala Díaz Morales (2011) la familia es clave para amplificar o disminuir los efectos de factores externos como son los contextos sociales, medios de comunicación, grupo de iguales, escuela, entre otros ante el consumo de las drogas. La actitud crítica que los padres tengan ante las drogas, así como sus propias pautas del consumo, pueden dirigir o reforzar la influencia de los medios de comunicación o del grupo de iguales como agentes desencadenantes en los hijos para que consuman diversos tipos de drogas. El ambiente, grado y calidad de comunicación y apego que exista en el núcleo familiar donde se desarrolla el individuo, también son aspectos cruciales en la iniciación o abstención del consumo de drogas por parte de los hijos adolescentes.

- Problemas escolares. El medio escolar es una de las principales instancias socializadoras donde se desempeña el individuo, debido a que es un contexto en el cual el adolescente pasa una parte considerable de su tiempo al día, esto convierte a la escuela en un factor importante en el cual las situaciones y valores que se comparten dentro de ella serán influyentes en las decisiones del individuo (García, 2002). Algunas de las variables estudiadas relacionadas al inicio y mantenimiento en el consumo de sustancias psicoactivas relacionadas con el factor escolar son el absentismo escolar, la ausencia de motivación académica y de expectativas educativas y/o el rendimiento y el fracaso escolar, estas variables podrían condicionar la percepción del contexto escolar por parte del joven.
- Falta de una política pública clara. En el 2012 la presidenta nacional del DIF, Margarita Zavala, reveló que antes del 2008 en México no existía una política pública en prevención de adicciones a drogas. La ausencia de una clara política pública que ataque el problema de las adicciones es un factor de riesgo importante para la población, ya que faltan campañas proactivas de información respecto a las sustancias psicoactivas, sus efectos y las personas que las usan. Este desconocimiento contribuye de manera directa al estigma, discriminación y criminalización de las personas que usan drogas ilegales, e invisibiliza las

necesidades de las personas que usan drogas legales. México puede mejorar su sistema de salud para garantizar la atención a quien lo requiera a través de: (1) complementar las campañas de prevención con intervenciones breves; (2) recuperar la filosofía de reducción de daños como paradigma de la salud pública y (3) revisar la asignación presupuestal para regresar la política de drogas al ámbito de la salud (Barra, 2013).

1.8. Factores protectores ante el consumo de drogas.

Los factores de protección son aquellos que intervienen en la disminución del riesgo en el abuso de sustancias psicoactivas. Son situaciones o estados que funcionan como redes de bienestar físico, psicológico o social para el individuo.

Munist, et al. (1998) consideran que los factores de protección son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de individuos o grupos y, en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias nocivas. De acuerdo a estos autores se clasifican a los factores protectores en externos e internos. Los externos se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños: familia extendida, apoyo de un adulto significativo, integración social y laboral. Los internos se refieren a atributos de la propia persona: estima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía, control de emociones y sentimientos, asertividad y empleo del TLO.

Un factor en consideración propia es primordial es el fomento de la resiliencia. Los individuos resilientes son aquellos que al estar insertos en una situación de adversidad, es decir, al estar expuestos a un conglomerado de factores de riesgo, tienen la capacidad de utilizar aquellos factores protectores para sobreponerse a la adversidad, crecer y desarrollarse adecuadamente, llegando a madurar como seres adultos competentes pese a los pronósticos desfavorables. La resiliencia no debe considerarse como una capacidad estática, ya que puede variar a través del tiempo y las circunstancias. Es el resultado de un equilibrio entre factores de riesgo, factores protectores y la personalidad del ser humano. Esto último permite elaborar en sentido positivo factores o circunstancias de la vida que son desfavorables.

Por otro lado, Donas (1998) considera factores de protección a los siguientes: familia contenedora con buena comunicación interpersonal, alta autoestima, proyecto de vida elaborado, control propio establecido, sentido de la vida elaborado, permanencia en el sistema educativo formal y alto nivel de resiliencia.

1.9 Prevención

La prevención es tomar medidas que lleven a la realización de acciones para evitar la aparición de ciertas situaciones problemáticas que pueden traer consecuencias irreversibles. Las formas de prevenir regularmente se llevan a cabo por medio de campañas, conferencias, utilización de materiales, programas estandarizados y planes nacionales, los cuales la mayoría de las ocasiones carecen de enfoques novedosos como el lúdico, reflexivo, dinámico, creativo y recreativo.

Se cree que las actuaciones de prevención deben de planificarse, evaluarse y aplicarse de manera sistemática y coherente con el objetivo de analizar si realmente están cumpliendo con su propósito de disminuir o erradicar el consumo de sustancias psicoactivas por parte de los adolescentes (Cornejo, 2009). Por ejemplo, un modelo preventivo de adicciones es el de Centros de Integración Juvenil, su programa “Para vivir sin adicciones” busca contribuir a la creación de una cultura de prevención del uso y abuso de alcohol, tabaco y otras drogas a través de la promoción de factores de protección y estilos de vida saludables.

A lo largo de este capítulo me he enfocado en dar a conocer un poco acerca de la realidad en la que se encuentran los jóvenes adolescentes en relación al consumo de sustancias psicoactivas, tomando en cuenta la influencia de esta etapa evolutiva y sus características como parte de los cambios que ellos tienen que afrontar.

Las drogas son consideradas sustancias introducidas al cuerpo humano que modifican la forma de pensar, actuar, moverse y comportarse, sustancias que pueden llegar a causar adicción en el consumidor y que posteriormente producen daños físicos y psicológicos en el sujeto, así como cambios negativos en el desarrollo específico en diferentes contextos como el familiar, social, escolar y laboral.

Llegar al punto de la adicción es llegar a la obstrucción del adecuado desarrollo del vivir diario del ser humano. El abuso de sustancias psicoactivas limita el desarrollo de habilidades y destrezas, disminuye la comprensión de aprendizajes y bloquea la expansión consciente del pensamiento reflexivo y creativo ante problemas cotidianos. Cabe mencionar que no sólo la persona adicta es la afectada, las consecuencias las sufren principalmente sus familiares, amistades o pareja.

Son diversas las situaciones consideradas como factores de riesgo en las que el individuo se pueda encontrar expuesto ante el consumo de sustancias psicoactivas, los factores y patrones de riesgo son regularmente de ámbito familiar, escolar y social, cada uno con diversas variables. La probabilidad de que un individuo se encuentre ante un factor de riesgo o varios al mismo tiempo es sumamente alta, debido a esto es más frecuente que exista una experimentación en consumo o el origen de un abuso en el consumo o adicción.

Se debe dar prioridad a enfatizar, promover y potencializar los factores de protección como los encargados de ofrecer alternativas de prevención. Es importante invitar a los jóvenes a vivir experiencias sanas, recreativas, humanizadoras que fomenten su capacidad reflexiva y de decisión propia; al mismo tiempo tratar de inculcar la convivencia con grupos de personas sanas, todo esto vinculado a la consideración de sus características evolutivas y contextuales para una experiencia de aprendizaje más significativo.

1.10 Enfoque de prevención: Habilidades para la vida.

Para abordar el tema de la salud en el adolescente un modelo u enfoque recurrido en la actualidad es el de “habilidades para la vida”. Según Larrauri y Chirinos (2009) las habilidades para la vida es una perspectiva que desarrolla destrezas que permiten a los adolescentes adquirir las aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria. Los autores identifican tres clases de habilidades: (1) habilidades sociales o interpersonales (comunicación, habilidades de rechazo, asertividad, agresividad y empatía), (2) habilidades cognitivas (toma de decisiones, el pensamiento crítico y la auto evaluación), y (3) habilidades para manejar emociones, como el estrés y aumento interno de un centro de control.

De acuerdo con Mangrulkar, Vince y Posner los programas de intervención más efectivos son aquellos que ponen en práctica habilidades en asuntos relacionados con las tareas de desarrollo y del contexto social del adolescente, tal como el desarrollo de la identidad sexual, comprensión de la presión por parte de los pares y manejo de emociones. Se ha demostrado que esto influye las conductas. Por más de una década, la investigación de intervenciones que tienen que ver con estas áreas específicas ha demostrado su efectividad para promover conductas deseables, tales como socialización, mejor comunicación, toma efectiva de decisiones, solución de conflictos y prevención de conductas negativas o de alto riesgo, tales como el uso de tabaco, alcohol u otras drogas, sexo inseguro y violencia. En base a estos autores se identifican tres categorías clave de habilidades para la vida: (1) habilidades sociales o interpersonales; (2) habilidades cognitivas; y (3) habilidades para enfrentar emociones (2001) mencionan que éste enfoque pretende contribuir al desarrollo saludable de los adolescentes, fortaleciendo sus factores protectores y su competitividad; promoviendo la adopción de conductas positivas y la transición saludable hacia el mundo adulto. Oliva et al. (2010) consideran que un planteamiento basado en las habilidades para la vida, cuenta con una base teórica importante para el diseño y la implementación de programas de intervención en población adolescente, cuyo propósito es el desarrollo de habilidades sociocognitivas, y así contribuir para que el adolescente enfrente en forma efectiva los retos de la vida.

Por parte de Centros de Integración Juvenil (2006) se considera al entrenamiento de aptitudes, destrezas o habilidades para la vida un importante y significativo enfoque en la prevención del uso y abuso de sustancias en la actualidad. Estas habilidades para la vida permitirán resistir eficazmente las presiones asociadas al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas de los adolescentes.

Según el CIJ la adquisición de habilidades es un enfoque que permitirá al adolescente ser capaz de aplicar el juicio crítico, reconocer situaciones de riesgo, protegerse de ser manipulados por influencias externas, buscar apoyos adecuados y resolver problemas de manera favorable; todo esto a partir de saber tomar decisiones, resolver problemas de forma creativa y reflexiva-crítica, comunicarse con claridad, establecer buenas relaciones interpersonales, identificar y controlar emociones, manejar la tensión y el estrés y al mismo

tiempo reforzar valores universales que construyen la personalidad y el proyecto de vida de manera positiva. Botvin et al. (1995) descubrieron que en materia de prevención de adicciones el enfoque de adquisición de habilidades para una vida saludable empleado en la prevención del abuso de sustancias psicoactivas ha reducido la iniciación del tabaquismo entre 25 y 87 por ciento, en periodos de seguimiento de uno a seis años. Si esto ha sido hablando del tabaco no tendría porque descartarse que los mismos resultados o impacto favorable se consigan ante el alcohol u otras drogas.

A continuación se presenta el enfoque de habilidades para la vida según los elementos que considera fundamentales Centros de Integración Juvenil:

- A) Regulación de emociones. El desconocer las emociones hace que su manejo sea complicado y esto se puede expresar en conductas poco adaptables que pueden llegar a afectar el bienestar físico, emocional y social del adolescente. Es importante transmitir estrategias y técnicas que ayuden a los adolescentes a conocerse y autorregularse, de esta manera podrán anticiparse a sus acciones y podrán evitar encontrarse con problemas que traigan efectos desagradables o afecten su bienestar. La regulación consiste en percibir, sentir y experimentar estados afectivos sin ser abrumados o guiados por la irracionalidad. Una persona que puede regular sus emociones de forma efectiva elige bien los pensamientos con base en los que actuará para no dejarse llevar por su primer impulso.
- B) Manejo de estrés y ansiedad. Se entiende por estrés aquella situación en la cual las necesidades y las exigencias internas o externas superan nuestra capacidad de respuesta. El estrés se produce ante cualquier estado que se percibe como amenazante o de tensión y exige un cambio o proceso de adaptación. Ante el manejo del estrés las técnicas de relajamiento, meditación y actividades deportivas/recreativas han sido consideradas como herramientas fundamentales y exitosas para la reducción de éste estado desfavorable.
- C) Autoestima. Actualmente la autoestima en nuestra cultura se reduce al “amor propio” algo con lo que comúnmente las personas consideran que se nace y que se construye. La autoestima es relacionada múltiples veces con la depresión,

abuso de drogas, delincuencia o fracaso escolar. Para la presente intervención se retoma la dimensión cognitiva de la autoestima que se refiere al conocimiento de uno mismo en cuanto a habilidades, capacidades y valores atribuidos en base a nuestras experiencias previas y que abren el concepto de la autoimagen, tanto en el presente como en el futuro y en relación con el logro de metas o sueños a largo plazo.

- D) Creatividad. La creatividad se asocia con la facultad de hacer que algo exista, implica inventar, formar en la mente, escribir, pintar, construir, producir, imaginar, etcétera. Las personas creativas dirigen su pensamiento a la búsqueda de múltiples soluciones y no a una respuesta única o establecida, se mueven en varias direcciones a fin de lograr propuestas o soluciones novedosas.
- E) Pensamiento crítico. Es la habilidad autodirigida, autodisciplinada, autorregulada y autocorregida de pensar acerca de cualquier tema, contenido o problema de manera profunda, analizando o razonando de forma clara, certera, lógica y justa.
- F) Toma de decisiones. La toma de decisiones es la habilidad de pensar las cosas adecuadamente ante las acciones. Los adolescentes deben estar conscientes de que tienen la capacidad de elegir y que estas acciones pueden modificar las situaciones en las que se ven involucradas y su vida en sí misma.
- G) Asertividad. Las habilidades en la comunicación son fundamentales para que una persona no se sienta aislada, frustrada o poco valiosa ya que el sujeto necesitará menos ayuda de los demás y tendrá menos problemas para integrarse a algún grupo.

De acuerdo con los autores mencionados anteriormente un enfoque educativo en habilidades para la vida, en base a experiencias y resultados, tiende a ser exitoso, a pesar de esto, considero una variable importante las herramientas que se utilizan para abarcar dicho enfoque, regresando a parte de la problemática es importante el deshacerse de los métodos meramente informativos o expositivos.

Capítulo 2. El tiempo libre y su vínculo con el consumo de drogas

Introducción.

El tiempo libre y de ocio (TLO) tiene espacio en la vida del ser humano desde décadas antañas. Generalmente, es un espacio al que se le otorga una función lúdica, o de entretenimiento, consumo, descanso, socialización y recreación. La función específica asignada dependerá de la construcción social que se realice en torno a su definición en un contexto determinado.

Este fenómeno es contemplado como uno de los más importantes factores de riesgo y al mismo tiempo de protección ante el consumo de drogas por parte de instituciones y proyectos comprometidos con la prevención de adicciones. Las actividades que se acostumbren realizar durante este espacio temporal son, en algunas ocasiones, determinantes para arriesgar al adolescente a la experimentación y consumo frecuente de sustancias psicoactivas o para protegerlo alejándolo de esta problemática.

En el presente capítulo abordo algunas concepciones acerca del tiempo libre y de ocio, también se describen los beneficios y desventajas que se pueden desarrollar durante el, dependiendo sí se emplea desde una práctica recreativa o desde una práctica perjudicial.

Posteriormente hablo sobre la valorización y organización que la sociedad le ha otorgado al TLO, así como la influencia que tienen los consumos culturales como una práctica favorita a desempeñar en este espacio por parte de la población, práctica que actualmente ha dejado en desventaja el interés por la vivencia de experiencias culturales integrales, saludables y de crecimiento personal para los jóvenes adolescentes.

Por último enfatizo la importancia que tiene el educar en y para el tiempo libre como un contenido de aprendizaje no formal. Esta formación actualmente es necesaria promoverla y llevarla a cabo desde la infancia con el objetivo de enseñar a nuestros niños y adolescentes el valor de su tiempo fuera de las obligaciones; además de su organización adecuada en actividades benefactoras con ventajas intelectuales, sociales, cognitivas, expresivas, artísticas, sensoriales y espirituales.

2.1. Desde las prácticas de TLO de la población.

2.1.1 Antecedentes y actualidad.

El tiempo libre y ocio es un fenómeno social que ha existido desde el principio de la raza humana. Es importante adentrarnos un poco en sus antecedentes, hemos oído hablar acerca de él, sin embargo pocas veces se ha llegado a considerar como un fenómeno determinante del bienestar personal y de desarrollo social. Cabe mencionar que a lo largo del documento me refiero al tiempo libre y de ocio como TLO.

Recordemos que el tiempo laboral de las culturas antiguas consistía en actividades como la caza, pesca, agricultura o la recolección, su tiempo libre lo utilizaban en rituales religiosos, el juego (por ejemplo el juego de pelota) y el disfrute de la contemplación de la naturaleza o las estrellas al anochecer.

En Grecia el ocio o *skholé* era considerado por el hombre libre como la primera condición de una vida digna en el plano espiritual y corporal para poder alcanzar su ideal. En este contexto el TLO se consideraba un privilegio que el humano empleaba para recrear su ser, cultivándose sabia, filosófica, artística y físicamente, privilegio que solo el hombre libre podía gozar, jamás un esclavo (Cervantes, 2004).

Actualmente, el tiempo laboral por lo general consta de 8 horas, esto deja un espacio amplio para que las personas cuenten con algún tiempo libre, el cual debería ser valorado y bien utilizado pues se corre el riesgo de caer en actividades desfavorables que interfieran y disminuyan el desempeño en horas del tiempo escolar o laboral. De acuerdo con Cuenca (2003) en el siglo XX el ocio ha alcanzado una importancia económica y social innegable; pero también presenta efectos nocivos como alineación, falta de alternativas, aburrimiento, consumo de drogas o miedo a no saber que hacer. El tiempo que los padres están fuera de casa debido a la jornada laboral es considerablemente significativo como para ser un factor de riesgo o de protección ante el consumo de sustancias.

Debido a múltiples factores como el retraso para la inserción laboral, el tiempo libre en la joven ha ido aumentando. Uno de los problemas del TLO es que no se ha creado una cultura educacional para organizarlo y por lo tanto se puede convertir en un ocio riesgoso

que caiga en conductas nocivas. Un estudio llevado a cabo por el Centro de Investigaciones de la Realidad Social (1995) precisó la diferencia entre tiempo libre organizado y no organizado con una muestra de 1200 personas, los resultados fueron que solo el 30% organizaba sus actividades para el tiempo libre y el 68% hacía lo que se le ocurría en el momento. Podemos ver que más de la mitad de los encuestados se encontraban en situación de ocio, situación que probablemente los exponía a la realización de actividades riesgosas. Se han hecho predicciones de que en un futuro inmediato dedicaremos el 40% a trabajar, el 12% para descansar y el 58% al ocio.

Debido a lo anterior insisto en la importancia de saber organizar nuestro tiempo libre para un desarrollo del propio bienestar integral, canalizándolo en actividades de interés recreativo o constructivo, de esta manera se evitara caer en un TLO de aspecto negativo o en el consumismo.

2.1.2 Conceptualizaciones.

El TLO ha sido definido de distintas formas según diversos autores, algunos aportan que el ocio es consecuencia del tiempo libre, otros afirman que son cosas totalmente diferentes, mientras otros los consideran exactamente lo mismo. A continuación mencionaré dos definiciones al respecto:

Según Touraine en Leif (1992) el tiempo libre es una temporalidad para el ocio. El autor sostiene que los ocios como cualquier actividad fuera del trabajo estricto, engloban la mayor parte de los rasgos culturales de una sociedad, como la vida religiosa, los juegos, la actividad política, actividad artística y el deporte. El tiempo libre es un tiempo sin obligaciones remuneradas y sólo es un problema cuando no existe una previsión tradicional de la cultura para hacer uso de él. Es el tiempo para algo distinto que las propias ocupaciones profesionales, para actividades de todo tipo, con o sin los otros, actividades que motivan al individuo a la búsqueda de una satisfacción personal.

Al respecto Munne (1980, 55-56) observa, entre otras, las siguientes:

a) Tiempo libre es el que queda después del trabajo, entendiendo trabajo a las actividades productivas de carácter material e intelectual; a las remuneradas o lucrativas, a las

asalariadas o dependientes, a las que reúnen a dos o más de estas características. Fuera de estas actividades quedará el tiempo libre el cual se opone al trabajo.

b) Tiempo libre es el que queda libre de las necesidades y obligaciones cotidianas, en esta definición se excluyen a los desplazamientos hogar-trabajo, o bien, el de comer.

c) Tiempo libre es el se emplea en lo que uno quiere, esto es, lo que se conoce comúnmente como ocio.

d) Tiempo libre es la parte del tiempo fuera del trabajo destinada al desarrollo físico e intelectual del hombre en cuanto fin en sí mismo.

Cervantes (2004) brindó una definición terapéutica del TLO, la cual se relaciona con la prevención de adicciones. El autor menciona que el tiempo libre puede ser racionalmente aprovechado, puede prevenir y curar “patologías” sociales; es un espacio para el desarrollo de habilidades y con ello busca satisfacer ciertas necesidades sociales.

En la mayoría de las definiciones el objetivo de las actividades desempeñadas en este tiempo está relacionado con la adquisición de un bienestar integral humano de desarrollo personal, el cual probablemente no se alcanzaría por medio de un ejercicio negativo del tiempo. Como se puede apreciar los autores hacen relación a que durante el TLO el sujeto debe sentirse satisfecho, cómodo, a gusto, pero ¿qué pasa si esto no ocurre? Insisto, el tiempo puede tomar un sentido “negativo” o “positivo”, cada uno con diferentes consecuencias, aportes, ganancias o pérdidas.

2.1.3 Funciones del TLO.

La función del ocio y tiempo libre puede ser desde una experiencia de desarrollo personal hasta una de destrucción. Hay personas que le asignan funciones recreativas, otras de entretenimiento y otras destructivas, todo depende de la percepción que el individuo tenga sobre él. Dumazedier (1986) señala que el ocio es el conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, sea para descansar, divertirse o para desarrollar su participación social o su libre capacidad creadora. Este autor señala las siguientes funciones primordiales:

A) El descanso. Nos protege de la fatiga y la tensión nerviosa producida por las tensiones derivadas de las obligaciones cotidianas y en particular del trabajo. También puede ser un espacio de recuperación o de holgazanería.

B) La diversión. Es la liberación del aburrimiento y de la monotonía de las tareas rutinarias, abriendo el universo real o imaginario de la diversión autorizada o prohibida por la sociedad.

C) El desarrollo de la personalidad. Nos libera de la acción cotidiana, abre la vía de una libre superación de sí mismo y de una liberación del poder creador.

Quiero recordar que las funciones del ocio y tiempo libre dependen de la percepción que el individuo tenga de éste fenómeno, mientras para unos el tiempo libre es sinónimo de destrucción (oportunidad para consumir alcohol en exceso, drogas, tener muchas relaciones sexuales o tiempo para vandalismo) para otros es sinónimo de recreación (oportunidad de reencontrarse consigo mismo, descubrimiento de habilidades, desarrollo de aptitudes o de convivencia social). La función que el sujeto le asigne está ligada con la cultura del contexto donde se encuentre inmerso, ya que las costumbres, ideologías y actividades de la comunidad, así como el valor que ésta le dé al tiempo libre serán interiorizadas por el individuo.

Por último, Cuenca (2003) menciona funciones que la cultura comunitaria tiene sobre esta práctica social:

- Promover la mejora social y participación de la población. Informar y animar a la gente de la comunidad a solicitar espacios y desarrollar actividades saludables que beneficien en TLO de las personas que habitan en la zona.

- Actuar sobre la mejora cultural de la comunidad. Sensibilizar a la comunidad a tomar consciencia acerca de la necesidad de mejoría en la cultura del contexto.

- Generar cambios actitudinales y de comportamientos positivos (tolerancia, ayuda mutua). Concientizar de la importancia que tiene la creación de una red de cambios desde casa, escuelas y vecinos.

2.2 Las caras del TLO.

Como se ha ido mencionando desde el principio del capítulo según el significado, percepción, valorización y funciones que el sujeto le adjudique al TLO hará que esté obtenga una práctica negativa/destructiva o positiva/ constructiva.

Según Neulinger (1981) el ocio es un estado mental relacionado al ejercicio de la toma de decisiones voluntarias para llevar a cabo actividades que producen satisfacciones por sí mismas y no necesariamente por sus resultados. Esto nos da a entender que el ocio en sí es una experiencia que conlleva a la satisfacción humana, independientemente de si sus resultados o consecuencias son positivas o negativas, sin embargo, es de destacar el hecho de que algunas personas no logren diferenciar dicho tiempo y experiencia para llevarla a cabo desde el lado positivo o constructivo.

A continuación se desarrollo a grandes rasgos las características de las dos caras del TLO, así como la alternativa de la recreación para llevarlo a cabo con el objetivo de obtener un alcance en el desarrollo personal que prevenga problemáticas sociales. Cabe mencionar que he considerado identificar ambos polos con el nombre de negativo y positivo.

2.2.1 Tiempo libre y ocio negativo.

Basado en el tipo de actividades que realizan las personas actualmente podría considerarse que esta cara es la que más prevalece. El grado de influencia que los medios de comunicación han tenido sobre la población ha creado una tendencia al consumismo, principalmente, en experiencias y productos llamativos o satisfactorios que pueden llegar a causar descontrol, adicción y destrucción.

Una de las actividades más realizadas por los jóvenes en la actualidad es asistir a fiestas, reuniones o eventos sociales, López (1977) comparte que TLO relacionado a la diversión a menudo ocasiona una enfermedad social a la que ha llamado “espectadoritis” la cual trae como consecuencia desajustes sociales. Muchas veces la diversión es tomada como un medio de escape compulsivo de la insatisfacción de personas que en la mayoría de los casos se encuentran en permanente estrés o tensión por diversos motivos. El autor brinda también una definición del TLO negativo considerándolo como un *vértigo*, con este término se

refiere a una salida impulsiva personal, ya que no se tiene conciencia de las limitaciones y se convierte inmediatamente en una pérdida de la personalidad. También menciona que el aburrimiento es un estado de ánimo que se produce por una razón filosófica en la que el hombre no logra trascender y elevarse a un nivel lúdico y constructivo, por lo tanto se estanca en la monotonía.

Cuenca en el 2003 nos presenta una clara direccionalidad negativa del ocio la cual considera como perjudicial, tanto para la sociedad como para el sujeto que la vivencia. Dicha direccionalidad la divide en dos, por un lado está la negativa - nociva que consiste en acciones dañinas necesarias de corregir, prevenir y tratar de rectificar, por ejemplo el consumo de drogas, vandalismo o relaciones sexuales sin control. Por otro lado se encuentra la negativa - ausente, esta tiene lugar cuando el sujeto percibe como un mal el tiempo libre y le considera un tiempo vacío y lleno de aburrimiento. Jankélevitch (1989) menciona que el aburrimiento ocurre cuando toda esperanza de futuro se ha vaciado y en el presente no existe actividad de valor capaz de proporcionar satisfacción o alegría.

Como vemos, el ocio negativo/destructivo puede ser activo o pasivo. Tenemos el activo en el que el individuo ocupa su tiempo libre en actividades que le traerán consecuencias negativas, situaciones que no se enfocan en la recreación o mejora personal sino en lo contrario. Por otro lado se encuentra el pasivo en el cual el individuo se encuentra desanimado y no logra poder encontrar algún sentido satisfactorio en alguna actividad sea o no recreativa. En ambos casos la persona puede llegar a caer en un fondo donde corre el riesgo de no salir fácilmente, por ejemplo una fuerte adicción a cierta droga o una depresión debido al hecho de no estar motivado a realizar alguna actividad porque, probablemente, no se sienta útil en algo. Estas dos experiencias están muy ligadas con las características del adolescente, y por lo tanto, podrían tener un alto grado de ocurrencia durante esta etapa de la vida.

2.2.2 Tiempo libre y ocio positivo.

El ocio positivo se relaciona con el lado reconstructor del ser humano. En este tipo de tiempo se adquieren aptitudes, se descubren habilidades, se practican hobbies o se construye el lado espiritual del sujeto.

El ocio positivo es llamado por algunos autores como “ocio saludable”. La perspectiva positiva de Vázquez (2010) se inclina a considerar que este momento debe ser ocupado por el ser humano como un medio para involucrarse y adentrarse en la reflexión activa sobre los asuntos de la vida. De acuerdo con los expertos del “Grupo de trabajo ocio saludable” (2010) a continuación se enlistan algunas características principales que el ocio debería de tener para poder ser considerado beneficioso:

- Diverso. Es importante que una persona pueda realizar variedad de actividades a fin de explorar su potencial y establecer relaciones con distintos grupos con los que se comparte intereses u objetivos comunes.
- Participación activa que promueva la implicación de la población destinataria, tanto en el diseño como en el desarrollo de las actividades. Los propios implicados pueden promover cambios o mejoras con sus aportaciones.
- Promotor de la salud. Desarrollo de cuerpo, mente y competencia social.
- Que fomente aptitudes como la creatividad y las habilidades sociales.
- Voluntario. Debe fomentar la capacidad de elegir entre distintas actividades. La persona debe sentir que la actividad que elige responde a sus intereses y motivaciones.
- Individual y grupal. Aunque el grupo es un elemento clave en el proceso de socialización, también es importante que la persona combine actividades realizadas en grupo con algunas de carácter básicamente individual (lectura, escritura, dibujo, pintura).
- Interactivo. Que fomente la comunicación, la convivencia y las relaciones interculturales.
- Que no implique necesariamente costo económico. Hay que romper la asociación diversión-consumismo, y una manera de hacerlo es incluyendo actividades que no impliquen costo.
- Que favorezca el establecimiento y consolidación de relaciones. Debe permitir que personas con las que se comparte un objetivo común puedan llegar a construir fuertes vínculos de amistad.

El Grupo de Trabajo Ocio Saludable considera que en el diseño de un programa o taller de prevención de adicciones enfocado en el uso del tiempo de ocio saludable sería fundamental el tener en mente los nueve principios antes mencionados.

La vivencia de un TLO sano, recreativo o humanista está relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada individuo. Cada experiencia de ocio debería estimarse como una oportunidad de encuentro con uno mismo de carácter alegre, entusiasta, libre y feliz, por medio de encuentros creativos de desarrollo personal como el juego, deportes, cultura, arte, turismo, fiestas sin excesos o acciones sociales (Cuenca, 2003). El ocio saludable se definiría como la organización constructiva del tiempo libre, mediante actividades que proporcionen bienestar y permitan desarrollar potenciales personales, sociales y adquirir valores, siendo elegidas voluntariamente por la persona, porque le gustan y le entretienen.

En relación a la prevención de las drogodependencias, el ocio saludable puede tener un importante efecto protector, especialmente en población adolescente ya que en esta etapa se define el uso del tiempo libre y se experimenta con múltiples actividades. El desarrollo de actividades que fomenten comportamientos saludables puede constituir un factor de protección importante frente a determinados usos del tiempo libre que suponen un factor de riesgo en relación al consumo de drogas (Suárez, 2011). Dentro de este tiempo el adolescente puede construir una identidad saludable. A continuación se desarrolla una alternativa de TLO saludable: la recreación.

2.3 Desde la recreación del ser humano.

La gente no siempre es consciente de si está desarrollando un proceso de recreación durante sus actividades. El ocio recreativo es una experiencia de olvido creativo momentáneo de las actividades diarias, durante esta experiencia el individuo tiene la oportunidad de reencontrarse consigo mismo, esto le permitirá obtener beneficios satisfactorios que le hagan adquirir y desarrollar sentimientos y emociones positivas, así como intereses, gustos, aptitudes y/o habilidades.

Cervantes (2004) menciona que la recreación es parte de la vida social, prácticamente no existe sociedad que no se recree, dentro de sus usos, costumbres y en general sus pautas de comportamiento se incluyen las prácticas recreativas como un componente de su cultura. El

autor aporta algunas funciones de la recreación que también podrían ser consideradas para dicha práctica:

- Reestablecer. Sinónimo de rehabilitar o curar.
- Reanimar. Devolver la vida, reestablecer fuerzas, recobrase de la fatiga (en éste caso emocional o psicológica).
- Relajar. Aflojar, disminuir la rigidez en la que se entra en algunas actividades cotidianas o distraerse y esparcir el ánimo, desasosiego.
- Deleitarse. Sentir gran placer y alegría, puede relacionarse con la diversión y el entretenimiento.

La recreación es una experiencia que funge como antídoto de la fatiga en todos los aspectos del vivir y problemáticas diarias; compensa física, mental y espiritualmente al humano y equilibra su vida en todos los sentidos, he aquí la importancia de considerarla una experiencia provechosa a través de actividades para desarrollar durante el TLO.

En 1948 Las Naciones Unidas en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, mencionó que “Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas”, y años más adelante declaró que, “después de la nutrición, salud, educación, vivienda, trabajo y seguridad social, la recreación debe considerarse como una necesidad básica, fundamental para su desarrollo”.

La Asociación Nacional de Recreación de los Estados Unidos emitió 19 principios de la recreación, los cuales fueron condensados en el libro *Técnicas de recreación*, de Juan Carlos Cutrera, (1988). Compartiré los que considero más importantes:

1. Todo niño necesita descubrir que actividades le brindan satisfacción personal. Debe ser ayudado a que adquiera las habilidades esenciales en ellas. Algunas deben ser de tal naturaleza que pueda continuar practicándolas en su vida adulta.
2. Toda persona debe de ser ayudada en la adquisición y hábito de la lectura.
3. Toda persona debería aprender a hacer algo bello con las líneas, los colores, los sonidos y el uso armónico de su cuerpo. Y si no fuera capaz por sí mismo de

satisfacerse con tales formas de actividad, debería encontrar placer en la pintura, el tallado, la escultura, la fotografía o la danza de otros autores.

4. Habría que animar a cada persona para que tenga uno o más pasatiempos.
5. Las actividades recreativas más importantes son aquellas que la persona domina de un modo más completo, en tal forma que pueda perderse en ellas, dándoles todo lo que tiene y lo que es.
6. Participar como ciudadano en la creación de una mejor forma de vida en la que todos podamos compartir, es una de las opciones más permanentes y satisfactorias de recreación.

La recreación es una experiencia satisfactoria y de crecimiento personal que se puede vivir durante el TLO, si el individuo se logra sensibilizar y se atreve a desarrollar actividades que promuevan esta práctica.

2.4 Influencia de la cultura en el uso del tiempo libre y los consumos culturales en relación a la salud mental.

2.4.1 El TLO como parte de la cultura.

Las costumbres, tradiciones, festividades y la percepción de lo que es “bueno”, “malo” y “normal” por parte de la comunidad va a delimitar las actividades del sujeto; si en una comunidad la práctica social de ver a un adolescente de la colonia inhalando solventes o fumando marihuana saliendo de clases es algo común, cualquier otro individuo que forme parte de la comunidad va a observar esta actividad como algo “normal” y esto puede provocar que la acción se reproduzca sin el cuestionamiento de estar haciendo algo malo, ya que la acción es socialmente tolerada o aceptada.

La cultura como una totalidad compleja y expresión de la realidad comprende el conjunto de maneras de ser, actuar, sentir y pensar de la sociedad que la crea, recrea y reproduce, reflejando con ello los estilos de vida presentes y las formas de vida de generaciones pasadas, las cuales son mantenidas o desechadas por la misma sociedad,. Esto dependerá de las condiciones históricas objetivas y la subjetividad del individuo. La cultura define el

comportamiento de cada miembro de la sociedad, lo condiciona socialmente y lo educa (Cervantes, 2004).

El término “consumo cultural” relaciona a los consumos de la población de acuerdo a los intereses culturales construidos por la sociedad. Mata (1993) piensa que el consumo es una práctica cultural fundamental que existe en nuestra sociedad, no solo en relación con los medios, sino también con la cultura general. Esta noción otorga al consumo un papel importante en las prácticas culturales de los grupos sociales. Cuando se habla de consumo no se refiere solamente a la compra en sí, se hace referencia a las prácticas sociales que se han globalizado y que ocupan nuestros espacios y tiempos redefiniendo nuestras identidades (Zamora, 2007).

2.4.2 Influencia de los medios de comunicación: Consumo cultural.

Actualmente los medios de comunicación han expandido su accesibilidad a gran parte de la población, se destacó el acceso y uso de la televisión. Parte de la problemática radica en que la mayoría de las personas se ha vuelto adicta a ella y en ocasiones se ha dejado manipular por las ideas que este medio ofrece a la sociedad como sinónimo de buena calidad de vida, diversión, satisfacción y/o placer. Si encendemos el televisor podemos apreciar programas y comerciales mostrándonos con actitud de convencimiento cómo el estar “a la moda”, las mejores marcas de perfumes, ropa y calzado, el deseo de posesión de los más actuales aparatos electrónicos, así como la idea de que hacerse acreedor de autos brillantes y modernos es sinónimo de estatus y felicidad. El consumo de alcohol y tabaco es relacionado con estatus, atractivo físico, convivencia, diversión y alegría o las drogas y el sexo considerados primordiales medios para el alcance de un éxtasis físico y mental. Hemos sido bombardeados por publicidad y programación que inducen principalmente a la reproducción de este tipo de actividades para el TLO, las cuales traen un fuerte y elevado ingreso económico a riesgo de la pérdida de integridad, obstrucción de metas, endeudamientos económicos, accidentes, destrucción de la salud o de varios aspectos de la vida del individuo.

Sunkel (2002) señala que el consumo cultural es el conjunto de procesos de apropiación y uso de productos en los que el valor simbólico prevalece sobre los valores de uso y de

cambio. La atención se debe de fijar en el conjunto de prácticas asociadas a bienes, servicios y uso del tiempo libre en el cual cobra peso el universo simbólico, mismo que se asocia a experiencias, prácticas y creencias, que circulan en un contexto social determinado.

La expansión de los medios ha traído como consecuencia que la población haya modificado de forma poco productiva sus hábitos personales, familiares y sus actividades durante el tiempo libre. Probablemente la población antes acostumbraba ir los fines de semana al zoológico, cine, teatro, museos, entre otros eventos culturales. Ahora podemos ver que regularmente se realizan más actividades pasivas o de diversión durante el TLO, por ejemplo, estar en casa en frente del televisor todo el día, ir a un centro comercial a gastar todo el dinero en cosas innecesarias o consumir alcohol si es posible todo el fin de semana.

En mi experiencia profesional he preguntado al sector adolescente ¿Cuál es tu actividad favorita? Las respuestas con mayor frecuencia fueron ver videos, estar en internet o no tienen idea de cuál es su actividad predilecta.

2.4.3 Los consumos culturales y el adolescente.

El Consejo Nacional de la Cultura y las Artes de Chile (2012) concibe a la cultura juvenil como autónoma y absorbente en sentido que es una red que une a la escuela, tiempo libre y cultura generacional. Un aspecto característico de dicha cultura es la alta disponibilidad de tiempo libre y el uso que los jóvenes hacen de él, aquí el consumo tendrá cada vez más importancia. El uso del tiempo libre definirá las prácticas juveniles, las elecciones, los circuitos, el uso del espacio y los consumos en general. En este sentido, el espacio del consumo fungirá como el lugar de construcción de los estilos de vida juveniles.

Gómez, Tejera y Aguilar (2012) por parte del Colegio de México realizaron la *Encuesta Nacional de Valores en Juventud 2012* en la cual como respuesta al reactivo ¿Qué actividades realizas en tu tiempo libre? 51% de la población encuestada respondió ver televisión, el 41.6% escuchar música y el 30.3% descansar o dormir; podemos ver que un poco más de la mitad de nuestros adolescentes y jóvenes ocupan su tiempo libre en observar la televisión. Debido a la etapa de cambios por los que el adolescente cruza, así como su necesidad de sentirse identificado con modas, obtener estatus, sentido de

pertenencia en un grupo, entre otros aspectos característicos de la edad; el contenido de los programas transmitidos por TV pueden llegar a ser para ellos una gran influencia que logre un impacto que se nota a través de la reproducción de actitudes, comportamientos y actividades vistas en el monitor. Los valores e intereses del adolescente serán claves en la decisión y postura que este tenga ante los consumos culturales.

¿Qué contenido de riesgo es el que el adolescente ve en la televisión que pueda apropiarlo y reproducirlo? Arizaga (2009) realizó una investigación tomando como muestra a jóvenes argentinos de escuelas públicas y privadas entre 12 y 17 años, parte de los resultados fue que los adolescentes prefieren ver la televisión solos o de forma privada (si es que gozan de TV en su cuarto). Esto ocurre porque acompañados especialmente de algún familiar o adulto no pueden observar los contenidos de su interés que generalmente son aquellos que causan morbo, como por ejemplo, escenas de violencia, sexo y/o personas intoxicadas con algún tipo de droga. Dentro de los resultados de la investigación se dividieron tres grandes grupos de programas vistos por los adolescentes: los que hablan de una *juventud noble*; los programas que construyen una imagen de *juventud perdida* y aquellos que están en un espacio híbrido que se percibe como ajeno pudiendo ser valorizado negativa, positivamente o de manera neutral. Cabe mencionar que el grupo que predominó fue el de los que observaban programación con contenidos para adultos o relacionados con una juventud “perdida”.

El Observatorio Argentino de Drogas (OAD) en el 2005 hizo un estudio sobre imaginarios y prácticas de consumo de alcohol en adolescentes de escuelas medias de las diferentes regiones del país. En dicho estudio se deja en claro que el problema del consumo abusivo de alcohol en la noche del fin de semana adolescente está vinculado a modelos culturales en relación con espacios de recreación y sociabilidad, el uso del tiempo libre, los consumos culturales y los estilos de vida.

La televisión y los ambientes que se muestran como escenas espectaculares hacen que el individuo desee lo mismo. Para gran parte de los jóvenes lo que ven en estas imágenes se convierte en sus reglas, hábitos y formas de actuar en común. Sus costumbres y ambientes culturales se ven influenciados por la manera en que los medios organizan la percepción de lo real (Baggiolini y Urbatiel, 1998). No se puede evitar que los simbolismos de los medios

de comunicación sean reproducidos por los adolescentes, sin embargo, si es posible minorizar este fenómeno. Una alternativa es fomentar el uso del TLO en actividades que puedan crear una meta en los jóvenes de ser mejores, incitándolos y animándolos a conocer y reproducir actos humanizadores que le permitan desarrollar sus habilidades e intereses, un ejemplo de ello son las actividades artísticas.

2.5 El TLO en la educación no formal.

“El ocio es un arte que puede enseñarse” (Racionero, 1983).

Como lo mencione anteriormente, las prácticas de TLO de la población dependen de la cultura en la que el individuo se desarrolle, es importante que exista una educación para el TLO en las principales instancias sociales que son la familia, escuela y comunidad.

El TLO desvalorizado o visto desde una perspectiva relacionada con la destrucción es posible de prevenir o modificar gracias a la existencia de una educación que promueva la recreación, reflexión y crecimiento personal durante este tiempo. Educar poniendo el valor y la importancia del ocio para el bienestar de las personas forma parte de las tareas pedagógica y socialmente provechosas (Caride, 2012).

Existe la necesidad de formar desde edades tempranas como la niñez y adolescencia en TLO, ya que como menciona Cuenca (2003) el ocio vivido como una experiencia humana de desarrollo se convierte en una fuerte arma de prevención de ocios nocivos, estos últimos refiriéndose a aquellos que deshumanizan o destruyen a nuestros adolescentes.

La vivencia del ocio debería ser una experiencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno, pero esto solo puede ocurrir debido a una formación en empleo del TLO. Mendía y Pitarque (2002) mencionan que el educar en tiempo libre y ocio desde la niñez tendrá aún más importancia en la juventud, cuando se dispone de más tiempo libre y las costumbres de los jóvenes se encuentran en proceso de formación, pocos de ellos salen de la rutina de las distracciones comercializadas. Es pequeño el número de los que poseen intereses organizados o de grupo y escasa la cantidad de quienes pertenecen a instituciones u organismos que estimulen el desarrollo de su carácter o promuevan el bienestar común.

La cultura de TLO positivo que desee la sociedad que tengan sus niños y adolescentes debe fomentarse, promoverse y enseñarse. De esta manera la población podrá tener una mejor organización de su tiempo en general y tiempo libre en particular, también sabrá invertirlo de mejor manera en actividades que conlleven a su desarrollo integral y prevengan riesgos psicosociales.

2.6 El TLO recreativo en su función protectora de adicciones y en el desarrollo de habilidades para la vida.

El ocio es la madre de todos los vicios. El tiempo libre sin actividades recreativas que le den un sentido de crecimiento al individuo, sobre todo al adolescente, es un fuerte factor de riesgo ante el consumo de drogas (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura y Consejo Nacional para el Control de Estupefacientes, 2007).

El tiempo libre y ocio es estimado como uno de los principales factores de protección ante el consumo de sustancias psicoactivas por instituciones como la Organización Mundial de la Salud, Centros de Integración Juvenil o el Instituto de Atención y Prevención para las Adicciones. A pesar de ello en pocos modelos de prevención de adicciones el TLO ha sido valorado como uno de los principales factores de protección ante el riesgo de consumo de drogas en adolescentes.

¿Por qué el TLO es un fuerte factor de protección en adolescentes? Los adolescentes en esta etapa de la vida gozan de manera suficiente de este espacio temporal, algunos lo dedican a sus pasatiempos o hobbies favoritos, muchos en ver televisión, otros prefieren salir con conocidos de la colonia, algunos buscan aprender algo nuevo y hay quienes invierten este tiempo en descubrir experiencias sensitivas nuevas constructivas o destructivas. El TLO puede pasar de ser un factor de protección a un factor de riesgo ante el consumo de drogas, todo depende que actividades desempeñe el adolescente durante éste. Si el joven no ve facilidades y apoyos o no es informado, animado, motivado y sobre todo guiado a tener experiencias que le hagan crecer personal y socialmente por medio de actividades recreativas, entonces se encuentra en riesgo de mal utilizar su TLO y por lo tanto de experimentar el consumo de drogas.

- El TLO como factor protector. Es empleado en actividades que traen beneficios físicos, psicológicos y emocionales al ser humano. Estas actividades por lo regular son deportivas, culturales, de diversión, artísticas o ecológicas. El hecho de que el individuo se encuentre ocupado en actividades de este tipo va a protegerlo ante el deseo de querer experimentar la sensación de las drogas, debido a que a él le satisface más los resultados obtenidos con dichas actividades ya mencionadas. A través de estas actividades el sujeto también puede crear lazos afectivos y saludables con las personas que también gusten de la realización del mismo pasatiempo.
- El TLO como factor de riesgo. Cuando una persona dedica su tiempo de ocio sin intereses o sin hacer nada, no sólo tendrá más probabilidades de iniciarse en el consumo de drogas, sino que será más fácil que ese consumo se convierta en la única forma de comportamiento y de relación con los demás.

Los padres, como agentes educativos y preventivos deben dedicar sus esfuerzos a la búsqueda de recursos y a la motivación de los hijos para su utilización.

Fomentar centros de interés que canalicen las necesidades de búsqueda de sensaciones y experiencias en los jóvenes y les dificulten su interés por el tema de las drogas es una contribución interesante y una importante aportación en la actuación preventiva (Instituto de Adicciones de Madrid, 2007).

El TLO puede favorecer o generar situaciones negativas o benefactoras como consecuencia, todo depende en que canalice el sujeto su energía, pensamientos y tiempo de sobra.

Hasta hoy en día no ha existido una cultura que forme en tiempo libre y de ocio a los individuos desde edades primarias. Es importante porque los medios de comunicación han invadido cada uno de los rincones donde se desenvuelven los niños y adolescentes, las imágenes y publicidad que ofrecen estatus; relaciones sexuales sin control, fiesta y excesos son frecuentes. A lo anterior se suma el imponente papel que tiene la venta de drogas ilegales en el país y el fácil acceso a las legales por parte de los menores de edad.

Desde el contexto familiar es necesaria la iniciativa por parte de los padres de formar a nuestros hijos en tiempo libre y de ocio por medio de motivarlos a la ejecución de actividades que les ofrezcan beneficios psíquicos, físicos, emocionales y sociales.

Hay que recordar que las funciones que se le den a este espacio temporal van a depender de la cultura en la que el sujeto se encuentre inmerso, pero también de los intereses personales con los que cuente. Algunos contextos culturales son más de más riesgo que otros ante las adicciones, pero sí el sujeto tiene intereses por actividades recreativas que desarrollen conductas y habilidades saludables, estará protegido ante el uso y abuso de drogas. Dicho interés, insisto, se debe de sembrar desde la infancia.

Capítulo 3. La creación artística como una experiencia estética en la prevención de adicciones durante el TLO

Introducción.

Desde hace algunas décadas, las artes se han utilizado con fines terapéuticos para rehabilitación, catarsis¹ y como un instrumento de autoconocimiento dirigido a personas con necesidades educativas especiales o con trastornos. Se ha optado por usarlo como herramienta en colectivos de cualquier edad con problemas de adaptación social, tercera edad, personas condenadas a prisión, víctimas de malos tratos, personas en riesgo de consumo de drogas, abusos de diferente naturaleza, etcétera. El espectro es tan amplio como diversos los grupos sociales y sus necesidades (Polo, 2000).

En México las vivencias relacionadas con las artes y su educación han sido menospreciadas, quiero imaginar que debido a la falta de motivación y de la vivencia de experiencias estéticas por parte de la población, instituciones y gobierno.

Hay que recordar que el adolescente, debido a las características del periodo de vida por el que atraviesa, sufre de muchos cambios que modifican su forma de ver el mundo y de identificarse con él a través de la percepción y empatía. Esta situación puede confundirlo o emocionarlo y crear en él sentimientos, emociones e ideas que lo hagan confrontarse con sí mismo, antes esto es deseable que el reflexione sobre lo que le rodea y se haga consciente de aspectos cognitivos, emocionales y críticos por los que está cruzando.

La vivencia de experiencias estéticas usando como medio las artes plásticas posee importantes funciones y beneficios cognitivos, creativos, reflexivos y comunicativos.

En el presente capítulo se presentan los diferentes niveles funcionales que conforman a la experiencia en relación con las artes plásticas y su papel dentro de la propuesta para fungir como medio en la sensibilización ante la construcción de habilidades que aporten para la prevención de adicciones con adolescentes.

¹ Freud aborda en sus primeros trabajos terapéuticos el tema de la catarsis como un proceso que permite una descarga emocional y alivio de la tensión del sujeto (Figueroa, 2014).

3.1 La experiencia estética.

“Que el arte sea un lugar de experiencia significativa en la que los seres humanos aprenden algo acerca de sí mismos y del mundo, además de estremecerse o gozar, que del encuentro logrado con el arte nadie vuelve sin alguna ganancia, también cognoscitiva.” (Jauss, 1972, 14)

Para dar sustento a la ideología y esencia de la presente intervención importa aclarar cuál es el papel o función de las artes dentro del proyecto. Me quiero enfocar a la creación artística como experiencia, una vivencia gozosa y espiritual, reconfortante y terapéutica; es decir, la experiencia estética. Los principales exponentes de este concepto son John Dewey y Hubert R. Jauss.

Hlebovich (2013), citando a Dewey menciona que para poder entender mejor dicho concepto es importante retomar la crítica que John hace a la noción tradicional del arte en la cual “lo artístico” es algo alejado de las experiencias de la vida cotidiana y es considerado sólo un producto. El autor considera que el arte no es aquello que encontramos en los museos, aquello a lo que sólo tienen acceso una “cultura especial” o burguesa. El arte debe dejar de ser visto como un objeto de consumo, esto hace que se borre el valor de su producción, la verdadera función de la práctica artística: la experiencia estética que se expande a la percepción, al goce y a la consciencia crítica de lo vital. Jauss (1972), de acuerdo con Dewey, considera que actualmente las artes son vistas como un carácter sólo posible de entender por parte de la clase burguesa y como objetos encerrados en museos, se deja de lado el origen de la creación de la obra, el mensaje, sus funciones, la interpretación, el goce al saber que hay un punto de identificación entre el creador y el receptor. “La actitud de goce, que desencadena y posibilita el arte, es la experiencia estética primordial; no puede ser excluida, sino que ha de convertirse de nuevo en objeto de reflexión teórica... es importante justificar su función social.” (Jauss, 1972, 31).

¿Qué es la experiencia? La experiencia posee los siguientes tres rasgos: 1) se trata de una relación íntima con lo vital, es el vínculo con nuestro medio o ambiente; 2) implica una actividad de hacer, de accionar, de crear conscientemente en el mundo; y 3) se tiene una experiencia cuando la misma finaliza porque ha llegado a su culminación o cumplido. Es

un proceso en el que existe una relación hombre- naturaleza- hombre, proceso al que este último encuentra sentido. Tal experiencia es el origen, esencia, función y beneficio de la práctica artística todo esto íntimamente relacionado con los procesos y situaciones de la vida, la historia, el contexto, las experiencias pasadas de cada ser humano.

¿Qué es la estética?

La estética es una cualidad que nace dentro de cada individuo, es deleitarse por lo bello o rechazar lo que no lo es a criterio propio y en relación a una reflexión sobre experiencias previas pues ya que, como menciona Montenegro en 2014 citando a Dewey: "... todo aquello que yace en la mente del individuo llega de afuera por vía de los sentidos y luego se interioriza". Dewey menciona que toda experiencia autentica posee una cualidad estética definida por la creatividad, placer y goce por y en la producción. La estética se enfoca en aspectos psicológicos, emocionales y espirituales, en lo que se encuentra al interior del individuo, su sentimiento, su imaginación o su criterio. Dewey considera que estos aspectos son un escalón posterior a la mera percepción y que en este fenómeno hay conocimiento implicado que es el resultado o consecuencia de un enfrentamiento personal.

La experiencia estética es un proceso de liberación de una consciencia perceptiva al dar vida al mundo como su propia obra; para la conciencia receptiva al aprovechar la posibilidad de percibir el mundo de otra manera y para la experiencia intersubjetiva al aprobar un juicio exigido por la obra o en la identificación con las normas de acción trazadas. La experiencia estética es liberación de y liberación para. (Jauss, 34) La experiencia estética como aquello que nos transmite y produce en quien lo experimenta, un cumulo de emociones a partir de la atención activa, apertura y empatía. (Navarro, 2017).

La obra de arte, más bien, sería el resultado de una serie de eventos internos y externos del sujeto, de la interacción de esta con su entorno, de la experiencia estética. La vivencia autónoma de experiencias estéticas podría llegar a construir un comportamiento estético en el cual el hombre está más implicado en intensificar la vida en vez de meramente vivirla. Los comportamientos estéticos se definen en función de su capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes de la producción artística incluyendo nuevas e formas de la misma, sin perder por ello la compacidad de una definición operativa.

Las prácticas artísticas son modos de relación, la experiencia estética es la aprehensión, la vivencia, de esos modos de relación y la incorporación que de los mismos hacemos en nuestra vida cotidiana, punto muy importante para los objetivos del presente trabajo.

Entonces, la experiencia estética se divide en tres niveles: productiva, receptiva y comunicativa. Es el fenómeno en el cuál se tiene una relación con lo vital en que no sólo se contempla lo vital si no que hay lugar a la creación e imaginación de manera gozosa. Al culminar tal creación, se convierte en una obra, tangible o imaginativa, a través de la cual el autor comunica, contempla y realizar reflexiones sobre la producción para a partir de esto comenzar una serie de reajustes a su vitalidad y crear nuevas experiencias.

La genuina función del arte es más bien articular formas de percepción del mundo y representar imaginativamente posibles reacciones frente a ese mundo” (Jauss, 1972, 27).

3.1.1 Planos y funciones de la experiencia estética.

A continuación se explican las características y funciones en relación con las artes de cada plano de la experiencia estética para fines de la presente propuesta:

Poesis

Es el plano al que pertenece la capacidad de producir. En este nivel se desarrollan funciones cognitivas consideradas como los procesos mentales que nos permiten recibir, seleccionar, almacenar, transformar, elaborar y recuperar la información del ambiente. Esto nos permite entender y relacionarnos con el mundo que nos rodea. En este plano el adolescente llevará los siguientes procesos:

Percepción- Atención: la percepción es el cómo se interpreta la información que llega a través de los sentidos, se seleccionará entre los estímulos que llegan simultáneamente al cerebro, tanto externos (olores, sonidos, imágenes...) como internos (pensamientos, emociones...). Las artes enriquecen nuestra sensibilidad y capacidad perceptiva, desarrollan nuestra facultad de, a través de los sentidos, renovar la mirada aceptando nuevas ideas, impresiones o sugerencias con la posibilidad de experimentar sentimientos estéticos. (Marinovic, 1994 y Amigo, 2000). De estos estímulos se seleccionarán los que nos son útiles y adecuados para realizar una actividad según los intereses y necesidades que

se tengan. La atención se desplaza mejor cuando se plantea un objetivo, en este caso el objetivo será instrucionado por el mediador.

Memoria: sucede al codificar y recuperar información de recuerdos de experiencias pasadas gracias a la atención para haber seleccionado estímulos con los que logró identificarse. Hasta este paso se ha logrado una comprensión para dar paso a una producción.

Orientación: es la capacidad que nos permite ser conscientes de nosotros mismos y del contexto en el que nos encontramos en un momento determinado. La orientación permitirá una ubicación consciente de la propia persona en una situación en el espacio y tiempo real. Las artes ayudan a conectar la experiencia subjetiva con la realidad externa. A partir de la experiencia recreativa con el arte se puede lograr ver el lado estético de la realidad. (Marinovic, 1994). Se incluyen procesos por medio de los cuales el organismo se hace consciente de su entorno o de su propia conciencia, las artes permiten hacerse consciente de aspectos del mundo que antes no se habían contemplado en relación a nuestra persona, a esto contribuye a la resolución de problemas mediante los vuelos más elevados de la imaginación. (Eisner, 2004).

Lenguaje: funge como medio para posibilitar el pensamiento, ya sea oral o visualmente. Posteriormente va a permitir la expresión y comunicación de pensamientos o sentimientos. Implica un lenguaje simbólico que actúa como medio de expresión y comunicación no verbal, esto estimula la imaginación y desarrolla la habilidad de crear imágenes mentales. (Marinovic, 1994).

De manera general la función del nivel poético es contar con estímulos que a través de los sentidos logren disparar o provocar emociones, sentimientos, pensamientos y recuerdos de la realidad relacionados con experiencias pasadas de los participantes y con su situación actual usando lenguajes orales, visuales o imaginativos. Es un nivel de sensibilización, percepción, de encuentro introspectivo. El artista, que a la vez será receptor, por medio de los sentidos comprenderá el objetivo a través de la atención creará una perspectiva propia sobre la cual trabajará para hacerla obra.

La capacidad poética tiene la función de mediar entre la naturaleza como objeto del conocimiento de los sentidos y la libertad como lo suprasensible en el sujeto, esto es que el

artista produce sus obras libres de toda vinculación paradigmática con el cosmos, la idea, la naturaleza o lo establecido.

Aiethesis

Este plano tiene la función de renovar la percepción de las cosas, es la fase creativa. En este punto se motiva a expandir la percepción inicial de la poiesis, ampliar el pensamiento para ver más allá, para esto, la percepción debe encaminarse a ser crítica y profunda, debe poseer carácter que sensibilice al receptor a convertirse en “criatura viva” la cual aceptará y rechazará partes de la obra para más adelante construir una nueva obra de arte. Después de la percepción el individuo llevará a cabo un proceso creativo analizando, combinando, transformando y creando elementos para la nueva obra partiendo de información de experiencias anteriores y tomando elementos de la realidad por medio de la imaginación (Vigotsky, 1990). Caja et al. (2001) menciona que las artes permiten la adquisición y desarrollo de capacidades creativas que en la composición plástica expliquen la forma de ver, interpretar y entender el mundo, así como la relación con él y la re-elaboración de él.

Para Vigotsky (1990) la creatividad es el resultado de una compleja actividad mental que va más allá del registro y reproducción de la información, porque el cerebro no sólo es el órgano que conserva y reproduce nuestra experiencia anterior, sino que también es el órgano que combina, transforma y crea a partir de los elementos de esa experiencia anterior, separando nuevas ideas y conducta. En sus planteamientos se diferencia entre dos tipos de actividad mental o imaginativa; una reproductiva: resultado de la experiencia y otra creativa: producto de la combinación de la experiencia en formas o actividades nuevas. Desde esta perspectiva es posible apreciar procesos de creación desde la más temprana infancia. Así pues, Vigotsky explica el origen y desarrollo de la creatividad desde un análisis psicológico en el que la imaginación siempre se estructura con elementos tomados de la realidad, ella depende directamente de la riqueza y la diversidad de la experiencia anterior. Mientras más rica sea la experiencia del hombre, mayor será el material con que contará su imaginación.

El proceso creativo da lugar al desarrollo de nuevas y mejores soluciones ante problemáticas y en general para crear un sentido para la vida, existe una tendencia de la

creatividad vinculada a al desarrollo personal, social y emocional (Maslow, 1973, Rogers, 1978 y Araya, Correa y Sánchez, 1990).

Las actividades específicas que se desarrollan durante la aiesthesis sin la construcción de hipótesis, hacer comparaciones, usar metáforas, descubrir alternativas e imágenes mentales. Durante todos estos mini procesos la criatura viviente será consciente de lo que está trabajando y existirá una interacción con sus emociones y pensamientos con el objetivo de construir una nueva visión de lo percibido.

Jauss pretende que en la experiencia estética en este plano se tenga muy presente el mundo común de todos y que a través de las artes el todo se pueda visualizar como posible o realizable. Lo anterior define a la creatividad en los siguientes rasgos: lucidez, flexibilidad, elaboración, originalidad y sensibilidad. Por ello el hablar de pensamiento creativo es referirnos a un sujeto que tiene habilidad de hacer frente a lo ambiguo y de explorar diferentes soluciones que vayan más allá de mecanismos cognitivos automatizados. (Navarro, 2017, 53).

Catharsis

En este plano de la experiencia el artista experimenta sensaciones y emociones relacionados con el gozo, satisfacción, desorden o de libertad en el momento de hacerse consciente del proceso que ha llevado a cabo, dicha consciencia ocurre gracias a una reflexión en la cual se ha comprendido el proceso que ha llevado a cabo como un medio de identificación y de reconstrucción personal. La catarsis es el sentir placer por las emociones propias, liberar el ánimo.

La palabra catarsis proviene del término griego *κάθαρσις* (kátharsis) que significa, “purificación” o “purga”. Sánchez (1996) retoma a Aristóteles mencionando que para el filósofo la catarsis ocurría en la tragedia griega debido al efecto que ésta ejercía en los espectadores, ya que el espectáculo (tragedia) causaba sensaciones de compasión y miedo, y los espectadores salían del teatro sintiéndose limpios, con un mayor conocimiento de los caminos de los hombres y de los dioses.

Así pues, el término se refiere a un proceso de purificación de nuestros sentimientos y valores. En el momento en que debemos reflexionar sobre la vida y las reflexiones humanas más allá del aquí y el ahora, somos capaces de valorar las cosas de un modo distinto, renovado. Es importante, pues, entender que la catarsis emocional es un ideal que puede alcanzarse desde la autor reflexión y desde el contacto directo con nuestra condición de seres pensantes.

Goldstein (2005) citado en Navarro (2016) menciona que en la experiencia estética surge un factor de cambio que al unirse con el goce estético y el ámbito subjetivo, uniéndolo con algún conocimiento, esto se transforma en una experiencia de sentido. En el momento en el que la criatura viviente da sentido a la experiencia está realizando un proceso reflexivo.

Según Dewey (1989) la construcción de un proceso de reflexión se encuentra entre dos límites: (1) una etapa pre-reflexiva en la que se plantea el problema que hay que resolver y de la que surge la pregunta que la reflexión debe responder y (2) una etapa post-reflexiva, en la que la duda se ha resuelto a través de la imaginación y de la que se deriva la experiencia directa de dominio, satisfacción y goce, esta segunda etapa es en la que ocurre la catharsis. De acuerdo con Schön (1987) la reflexión sobre la acción, en relación con las artes, consistiría en el analizar todo el proceso de construcción de la obra desde la percepción de estímulos por medio de los sentidos, la interacción con estos, el proceso creativo para enfrentarlos y lo que corresponde a una reflexión final acerca de lo aprendido en la experiencia vivida. Esta fase constituye el componente esencial como un proceso de aprendizaje permanente. En este caso, el conocimiento aparece como un instrumento de evaluación, análisis, reconocimiento y reconstrucción de la intervención pasada.

Actualmente la experiencia estética puede ser vista desde diversos puntos, es decir como la complejidad o el desorden o lo sorprendente y bello; lo verdaderamente importante dentro de la experiencia estética son las sensaciones.

3.2 La experiencia estética y prevención de adicciones.

3.2.1 La necesidad del encuentro artístico.

Medina, Real, Villatoro y Natera (2013) recomiendan que hay que apostar más a la prevención, en especial a programas que han mostrado resultados referentes al desarrollo de habilidades. La vivencia de experiencias estéticas puede verse desde una habilidad que descubrir y desarrollar durante el TLO con beneficios en adquisición de conocimientos, terapéuticos o espirituales hasta un medio para que a los adolescentes les sea posible expresarse sin necesidad de palabras.

El adolescente es un sujeto que se encuentra cruzando por situaciones en las que la mayoría no está de acuerdo, tales sucesos le pueden causar malestar o frustración dado que atraviesa dificultades para digerir y aceptar hechos insatisfactorios. Una alternativa ante esto es el crear lazos de amistad pasajeros con otros adolescentes e inclusive adultos solo para consumir alguna droga, en otros casos ellos no logran expresar sus quejas o problemas de ninguna forma, lo cual puede desencadenar situaciones nocivas posteriormente. En esta etapa de rebeldía se tienen pocas opciones ante la situación; se me vienen a la mente dos, la primera es buscar los medios necesarios y socialmente aceptados para poder expresar sus ideas y emociones, de esta forma puede satisfacerse o hacer catarsis; la segunda es dejar recaer el peso de todas las situaciones problemáticas o de malestar emocional y mental sobre el consumo de alguna sustancia psicoactiva que le haga olvidar todo el malestar de forma momentánea. De una u otra forma se necesita una alternativa a través del cual se obtenga algún desahogo y reflexión en relación con las situaciones que se viven día con día. Los adolescentes necesitan vivir experiencias las cuales funjan como espacios de reflexión, creación, comunicación y liberación.

Por experiencia personal creo que las artes funcionan como una alternativa de desahogo, como un instrumento de expresión simbólica de sentimientos y emociones, malestares y dolores derivados de experiencias e ideas y como un medio de recreación personal. En mi experiencia durante el proceso de creación (en este caso pictórica) logré realizar un análisis reflexivo en cuanto a pensamientos y emociones, metas y proyectos, miedos y pasiones para después expresarlo simbólicamente y culminar con una nutrición personal e integral, un gozo, una experiencia estética de la cual hablaré más adelante.

“Las artes ayudan a expresar, liberar y descargar una posible rabia y agresividad encubiertas, disminuye la desesperación y crea un puente de comunicación con el mundo

exterior, por lo cual reduce el aislamiento en que se encuentran muchas personas” (Marxen, 2011, 97). La expresión artística es poco realizada en México, por ejemplo, existen convocatorias dedicadas a la promoción del arte urbano, concursos de fotografía basada en la naturaleza o de creación musical pero desconozco la existencia de algún programa permanente preventivo de adicciones a través de la expresión artística.

En relación a la práctica artística y la prevención de riesgos psicosociales Nieto (2008) realizó una intervención que consistió en la realización de actividades artísticas plásticas con adolescentes de una secundaria pública en la Ciudad de México. El objetivo de esta intervención no estuvo vinculado directamente con la prevención de adicciones, pero los resultados sí, ya que los participantes a través de cada una de las imágenes creadas lograron contribuir a la reflexión acerca de su persona, también hubo modificaciones en aspectos personales que pueden ser considerados factores de protección ante el consumo de drogas (asertividad, autoestima, apego escolar y uso del TLO). “Me daba cuenta de que toda imagen visual creada por los jóvenes les permitía una ruta de ida y vuelta: primero al crear la obra desde la intuición y la emoción y después regresar sobre ella desde una visión más intencionada y racional. En estas experiencias logré descubrir que faltaba además esa posibilidad de generar un espacio donde los chicos pudieran sacar su energía, sus emociones, sus reflexiones. Faltaba expresión, faltaba el arte” (Nieto, 2008, p.6).

Retomando la experiencia de Nieto, considero a la práctica artística como un medio detonador de experiencias estéticas y por lo tanto de desarrollo humano, una experiencia tan rica y útil para satisfacer diferentes aristas de la vida del adolescente, explotando su creatividad, canalizando su energía y pensamientos en su autoconstrucción y disminuyendo su interés por actividades destructivas como es el uso y abuso de drogas.

3.2.2 La experiencia estética como medio alternativo en la prevención de adicciones.

La expresión es la exteriorización de la personalidad que se persigue al realizar una actividad con la cual se sintetizan las posiciones objetivas (actividades) y subjetivas (actitudes) que el individuo despliega al practicar alguna forma recreativa (Cuenca, 2003). Para fines de este proyecto la expresión artística tiene tres funciones: la primera y de aspecto objetivo consiste en que es una actividad recreativa a desarrollar durante el TLO, la

segunda es que funge como un medio de comunicación de ideas y sentimientos con las que se pueden llegar a entender ciertas actitudes de los adolescentes y la tercera es que a través de ésta expresión el sujeto puede llegar a tener un encuentro con la experiencia estética.

La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2012) emplea el término “representación o manifestación artística” y aboga por ella como acción preventiva de adicciones, debido a que es muy cautivadora tanto para los participantes como para el público espectador. Promueve hacer algo de manera diferente y creativa, desempeñar un papel que no se llegaría a desempeñar en la vida cotidiana.

La comunicación supone descarga de tensiones, exteriorización de emociones, es liberadora y terapéutica, el llegar a la creación hace que la expresión también sea transformadora. Ésta comunicación es lograda a partir de la creatividad (Klein, 2006).

Dentro de la prevención de adicciones la función de la práctica artística busca que a través de estímulos referentes a situaciones y temas de la realidad relacionados a las habilidades para la vida y factores de riesgos ante el uso y abuso de drogas y de la adolescencia el participante del taller logre entrar a una etapa de sensibilización haciendo uso de funciones cognitivas con las que logré identificarse con toda la información y experiencias relacionadas a tales estímulos. Una vez realizada y adentrados en la etapa de sensibilización y vinculación imaginativa y cognitiva (poiesis) el adolescente pasara a la etapa creativa (aesthesia) en la cual se pretende que elabore un campo imaginario y exploración de sus sentimientos y opiniones acerca de la situación planteada en un primer momento y de las alternativas y recursos con las que él cuenta para la transformación en sentido positivo de su realidad, todo esta será expresado haciendo uso de las técnicas de artes plásticas. En este caso el individuo se identificará, analizará y creará una visión más amplia acerca de su situación, creará o modificará salidas a sus problemas, salidas alternas al consumo de drogas. Para finalizar se continua con la vivencia de un momento de reflexión, de encuentro, de análisis en cuanto a lo vivido, sentido, aprendido y logrado a lo largo del proceso de trabajo, se estimulará al adolescente por medio de preguntas claves para el alcance de esta reflexión final, el propósito de este plano es que el participante logré vivir una catarsis y si se encontraba angustiado logre liberarse y si se encontraba de alguna manera “estable” logre sorprenderse, todo esto siendo conscientes de la situación que está

viviendo promoviendo el logro de un reajuste de la percepción de su realidad y sembrando en el adolescente el interés por la construcción de un comportamiento estético en su vida.

3.3 El guía del taller.

Cualquier disciplina necesita profesionales competentes y responsables de su permanente actualización profesional, que sean capaces de diseñar y gestionar procesos de investigación para así consolidar los avances, distribuir el conocimiento y mejorar las prácticas desarrolladas (Izuel y Vallés, 2012).

Cómo Psicóloga Educativa formada por la Universidad Pedagógica Nacional y de acuerdo al plan de estudios considero que se nos fueron brindadas asignaturas en campos profesionales como psicopedagogía y orientación, programas y materiales educativos y el psicosocial que si tal vez no pudieron ser profundizadas al cien por ciento al menos fueron introductorias a sensibilizarnos y despertar el interés en temas como el de las adicciones. A mi parecer, una cualidad y, a la vez, deber del psicólogo es tener una visión e intereses amplios, capacidad de asombro, un universo de conocimientos y más importante aún una sensibilización ante todo tipo de educación, contexto, situación ya que las necesidades educativas en la actualidad ya no son sólo dentro del aula. Pero ¿cómo el psicólogo va a despertar dicho asombro o interés si no se le presenta la perspectiva?

Una vez teniendo un encuentro con las artes y la experiencia estética y con apoyo de una formación continua el profesional de la educación tendrá la motivación de expandir sus conocimientos en técnicas artísticas y en aspectos psicosociales sería la persona capaz e indicada para implementar la presente propuesta de intervención.

En los tres casos contextuales (escolar, comunitario y cultural) la persona indicada para ser mediador del taller sería el psicólogo con el apoyo de profesionales de las artes, a pesar de esto es deseable que el psicólogo cuente con formación artística y cultural. Lo anterior daría como resultado un perfil similar al de los arteperapeutas quienes, según Izuel y Valles (2012), tienen como objetivos promover una vivencia emocional integradora, actualizar las capacidades creativas, acompañar en la construcción de nuevas dimensiones personales, otorgar formas de representación, con los soportes de los lenguajes artísticos, de las

capacidades, de las dificultades y de sus formulaciones de resolución, desarrollar un lazo creativo a lo social y las funciones comunicativas pertinentes y acompañar el desarrollo de proyectos vitales.

Más específicamente las características del perfil del guía son las siguientes:

- Estar comprometido con el adecuado desarrollo de su práctica profesional
- Ser sensible y estar consciente ante las problemáticas sociales en la actualidad.
- Estar abierto a la innovación.
- Tener interés por el arte y los lenguajes artísticos
- Tener conocimientos acerca de las artes y las técnicas artísticas plásticas.
- Ser capaces de reflexionar sobre la propia cultura
- Capacidad para ejercer la profesión de manera crítica, autocrítica y reflexiva.
- Saber reconocer y ser sensible a las características de cada una de las personas a fin de ajustar la intervención, haciéndoles saber que son escuchados, respetados, valorados, y capaces de actualizar sus capacidades creativas.
- Capacidad para respetar la dignidad de las personas participantes y proteger su bienestar.
- Comprender la necesidad de respetar los derechos, la dignidad, la autonomía y las dificultades de cada persona.
- Conocer, comprender y valorar las manifestaciones perceptivas, estéticas, creativas, interpretativas, comunicativas, expresivas y representacionales que pueden estar presentes en las personas.

En lo que respecta a las técnicas de artes plásticas es importante recordar que para los efectos del presente taller éstas son una herramienta, un medio para la vivencia de

experiencias estéticas, a pesar de esto, es importante que si el guía o monitor no cuenta con conocimientos de esto se documente acerca de las artes plásticas o visuales. Con el propósito de apoyar a la capacitación para impartir el taller se presenta en la parte de anexos (anexo 23) un material de apoyo para el guía en el que se describen las técnicas artísticas que se emplearán en las sesiones y algunas fuentes para mayor información.

Como menciona Navarro (2017) citando a Gardner (1993):

En mi opinión, la mente tiene la capacidad de tratar distintos contenidos, pero resulta en extremo improbable que la capacidad para abordar un contenido permita predecir su facilidad en otros campos. En otras palabras, es de esperar que el genio (y a posteriori, el desempeño cotidiano) se incline hacia contenidos particulares: los seres humanos han evolucionado para mostrar distintas inteligencias y no para recurrir de diversas maneras a una sola inteligencia flexible (p.38).

Insisto en que, en este caso, para el profesional de la educación pueda ofrecer el comportamiento estético antes debe conocerlo y vivirlo como parte de su formación superior. En el apartado de consideraciones se profundiza el tema.

3. 4 Modelos de prevención relacionados con uso del TLO y con las artes.

De acuerdo a los propósitos del presente proyecto he revisado modelos y programas dedicados a la prevención de adicciones relacionados con el arte. A continuación menciono las características de algunos que consideran el arte y a la expresión artística como herramienta protectora de adicciones, también se presenta un pequeño análisis del funcionamiento de cada programa, así como de su relación con éste proyecto.

3.4.1 “Sóbriate la rumba”.

El proyecto fue creado por el Comité Departamental de Prevención de Drogas en Antioquia, Colombia el 24 de agosto del 2006 y se modificó el 19 de septiembre del 2008.

Dentro de sus objetivos se encuentran la realización de acciones para la promoción de estilos de vida saludable y para la prevención de tabaquismo, alcoholismo y demás conductas adictivas. Pretende motivar de modos distintos para expresar la alegría, la música

y el baile sin llegar a los excesos. También busca generar en el individuo una cultura de actividades sanas para realizar en familia, con los amigos de la colonia o en el colegio, brindando alternativas que permitan desarrollar capacidades artísticas y culturales, rescatando costumbres, tradiciones y fiestas populares.

“*Sóbriate la rumba*” se dirige principalmente a la población adolescente/juvenil, ya que por la edad son ellos los más interesados en vivir experiencias de fiesta, aunque también pueden participar personas adultas. Su método consiste en la organización y realización de fiestas por parte de los jóvenes de la comunidad y de escuelas públicas y privadas con el apoyo de instituciones sociales. En estas fiestas no se permite el ingreso de ningún tipo de drogas, por lo tanto no existe consumo durante la estancia de los participantes en la reunión.

Las actividades que se realizan durante el evento son:

- Preparación de bebidas exóticas sin alcohol por parte de los jóvenes organizadores y/o invitados
- Tiempos de música (rumba) para que los invitados puedan bailar y divertirse
- Área de expresión artística en vivo (graffiti principalmente).
- Espacios temporales de representaciones teatrales en las cuales voluntarios dramatizan la toma de decisiones ante situaciones relacionadas con el consumo de drogas. Se anima e invita a los espectadores a participar en las representaciones teatrales de forma improvisada.
- Espacios temporales de “karaoke” motivando al desarrollo de habilidades artísticas en el canto/música.

A mi parecer el tipo de actividades realizadas durante la implementación de “*Sóbriate la rumba*” son acordes para alcanzar sus objetivos de promoción de diversión saludable, así como brindar espacio a actividades artísticas y culturales motivando a los jóvenes a crear un interés por éste tipo de entretenimiento benefactor a nivel personal y comunitario, esto debido a que toman en cuenta los gustos musicales de los adolescentes y sus amistades para

crear un escenario en el cual puedan convivir, desestresarse y divertirse. El programa llevó a cabo generalmente los días viernes y domingos desde las 14:00 horas para finalizar a las 20:00 horas.

Un punto a favor del proyecto es que la labor preventiva se lleva a cabo en una situación que es predilecta en TLO por parte de los adolescentes y jóvenes: la fiesta. Es interesante y atractivo que se intente crear la cultura de un ambiente divertido y agradable sin la necesidad de ingerir bebidas alcohólicas u otra sustancia psicoactiva, así como el darle un giro a la “fiesta”, volviéndola más rica en la motivación para adquirir y desarrollar habilidades, en este caso las artísticas. Es un programa comunitario, ya que participan en su organización tanto instituciones sociales como los mismos jóvenes de la comunidad, creando de esta forma una red de protección común.

Considero que las limitaciones de “Sóbriate la rumba” consisten en que es necesaria mucha difusión entre los jóvenes, ánimo y promoción del evento cultural, pues la mayoría de los adolescentes al momento de oír la palabra fiesta piensan automáticamente en un exceso de alcohol o inclusive de drogas, es por esto que ante un evento de este tipo probablemente se cerrarían automáticamente a asistir, debido a que realizarían un prejuicio acerca de él como aburrido, infantil y de tiempo perdido. El ánimo en la participación de los jóvenes debe ser un factor favorable, no limitante. Es importante que las instituciones sociales y delegacionales brinden apoyos en el sustento y difusión de este tipo de proyectos que promueven la mejora de calidad de vida de su población.

El programa fue diseñado e implementado, actualmente se sigue llevando a cabo en algunas ciudades de Colombia como Bogotá y Antioquia, se ha convertido en un tipo de fiesta para los menores de edad.

3.4.2 "Prevención de Adicciones con Arte".

El Instituto de Cultura del Estado de Durango (ICED) en México durante el 2012, coordinado por el “Departamento de Capacitación” con ayuda del Programa Hábitat de la Secretaría de Desarrollo Social, la Secretaría de Desarrollo Social en el Estado y la Dirección de Desarrollo Social del Municipio de Durango fueron los encargados de diseñar este proyecto.

Su propósito es generar oportunidades de acceso a los bienes y servicios culturales que contribuyan a la prevención de adicciones y conductas violentas, así como el fortalecimiento de valores de convivencia social y comunitaria que propicien la integración de las familias de 20 colonias en situación vulnerable de la ciudad de Durango. El jefe del Departamento de Capacitación, García Flores mencionó que los lenguajes artísticos significan para el ser humano distintas formas de representarnos, de interpretar y de conocer la realidad; de comunicar y de expresar ideas y sentimientos. Cada una de las disciplinas artísticas con sus características y particularidades son todas válidas y funcionales para el alcance de aprendizajes.

El proyecto fue dirigido a 300 niños y jóvenes en edades entre los 8 a 14 años de 20 colonias en situación vulnerable de la ciudad de Durango, entre las que se destacan: La Virgen, Gobernadores, Lázaro Cárdenas, López Portillo, Niños Héroes, Las Palmas, Tejada Espino, Ampliación PRI, Luz y Esperanza, Mayagoitia, Sergio Méndez Arceo, Benigno Montoya, México, 8 de Septiembre, Valle del Guadiana, Isabel Almanza, Jardines de Cancún, Octavio Paz, Rinconada las Flores y Dolores del Río.

Para su desarrollo se dividió en 5 talleres: artes plásticas, música, artes escénicas, creación literaria y prevención de adicciones. Cada uno de los participantes del programa experimentó los distintos talleres, de esta manera se obtuvo un mayor provecho su desarrollo integral. La metodología de los talleres planteó la realización de actividades de expresión y experimentación artística, cada uno desde la visión particular de su fundamento teórico.

Se trabajó 20 horas durante 10 días, 2 horas diarias en un horario de 15:00 a 17:00 horas de lunes a viernes, haciendo un total de 100 horas de capacitación total para cada uno de los 20 grupos de niñas, niños y jóvenes atendidos por un equipo de 20 instructores con un perfil profesional y especializado en cada área artística.

Una de sus limitantes de esta propuesta es la falta de recursos personales, ya que los voluntarios especializados en cada una de las diferentes áreas de expresión artística muchas veces son muy difíciles de conseguir. Destaca por parte del equipo "Prevención de Adicciones con Arte" el interés por apreciar a la representación artística como una práctica

fundamental y necesaria a desarrollar por los jóvenes como detonadora de salud mental, así como el compromiso que tiene por formar a los jóvenes en educación artística desde la implementación de los talleres, brindándoles alternativas para un tiempo libre recreativo, constituyendo una aportación que anima a la creación del presente proyecto.

El programa fue diseñado e implementado solo una vez el 10 de septiembre al 16 de noviembre del 2012. Considero que careció de mayor participación por parte de la comunidad o en todo caso de una etapa de retroalimentación en la que los participantes pudieran aportar algo sobre lo aprendido hacia la comunidad con un sentido de reflexión colectiva en torno a la problemática del riesgo que viven los adolescentes ante el consumo de drogas.

3.4.3 “Buenas prácticas de proyectos comunitarios”.

Diseñado y llevado a cabo en el 2007 por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) y el Consejo Nacional para el Control de Estupefacientes (CONACE) en Santiago, Chile. A proyectos comunitarios se han incorporado organizaciones sociales de carácter territorial, funcional, juvenil, deportivas, religiosas y mujeres, entre otras importantes instancias que agrupan a líderes sociales y dirigentes vecinales. Con gran responsabilidad, éstos han desarrollado acciones dirigidas a evitar o disminuir los efectos sociales de uno de los problemas más relevantes en las poblaciones y barrios: las adicciones.

Los objetivos generales del proyecto consisten en generar liderazgos sociales, activar a la comunidad, elaborar iniciativas en la comunidad, construir redes comunales para la prevención de drogas, promover la experimentación y aprendizaje de metodologías preventivas e influir en el cambio de la percepción social que existe acerca del consumo y tráfico de drogas.

El contenido del programa está basado en talleres artístico–culturales y acciones deportivas, de difusión, sensibilización y de capacitación. A través de éstas iniciativas se ha intervenido en factores de riesgo relevantes para el consumo de drogas. Buenas prácticas de proyectos comunitarios” considera que el tiempo libre es un factor fundamental en el inicio de consumo de drogas, debido al uso adecuado/inadecuado que se le dé, así como un factor en

la percepción de riesgo vinculado al consumo. Esta propuesta se ha enfocado en contribuir en fortalecer factores de protección por medio de las siguientes actividades:

- Talleres de graffiti. Su objetivo es conocer la diversidad de realidades, inquietudes y necesidades juveniles; gestionar conciencia en torno a la problemática de las drogas a través del arte callejero del graffiti; fomentar la tolerancia y respeto de las diferentes posturas, además de potenciar el buen uso del tiempo libre.
- Programa de rap. Busca promover la música como un excelente mecanismo de apoyo, especialmente para los niños y jóvenes que buscan una distracción a los problemas que los rodean. Uno de los objetivos de esta iniciativa es fortalecer su autoestima y motivarlos a emprender desafíos, como grabar un disco con sus temas y participar en el torneo breakdance “SUDAKA” que acoge a los mejores del país.
- Teatro. Consiste en la organización de dramatizaciones teatrales que abordan temas como los efectos y consecuencias negativas del consumo de drogas.
- Taller música de saxo, batería, violín, bajo y guitarras eléctricas. Fueron las opciones predilectas por los jóvenes para lograr un conjunto musical que, posteriormente, ofreció un concierto a la comunidad.
- Actividades de actos circenses.
- Promoción de las actividades por medio del diseño de cómics.
- Realización de actividades deportivas como basketball y fútbol desde el sentido lúdico y reflexivo.
- Talleres de baile. Referente a clases de street jazz dance, técnica básica de jazz, break dance, bailes tropicales y expresión corporal.
- Radio. Sobre diseño y realización al aire de programas de radio que abarcaran la prevención de adicciones.

Las expresiones artísticas más variadas, así como ejecución de medios diversos de comunicación son métodos que han sido empleados con éxito por las organizaciones de la

comunidad para combatir el consumo de drogas (Buenas prácticas de proyectos comunitarios, 2007). El proyecto se realizó con una comunidad de 185 integrantes monitoreados por 15 personas, quienes se distribuyeron el trabajo de acuerdo a las fortalezas y capacidades de cada uno. Para ellos, trabajar con niños y jóvenes en riesgo social y ser reconocidos como una alternativa es un gran logro.

El programa ofrece muchísimas alternativas para la prevención de adicciones durante el TLO, tomándolo como uno de los factores protectores principales, así como también da un gran énfasis en las actividades artísticas como fuente de desarrollo tanto a nivel personal como nivel comunidad. Otro punto a favor es que para la organización de algunas de las actividades se tomó la opinión de los mismos jóvenes, lo cual es muy rico y productivo porque se abordan necesidades reales. Por último, aunque es obvio cabe mencionar, que el papel de la comunidad en este proyecto es activo en organización, proceso, cierre y promoción de una cultura de TLO sano.

Como limitantes considero a los recursos personales. Un proyecto de tal magnitud con tan amplia gama de actividades necesita mucho apoyo voluntario por parte de las instituciones sociales. Es necesario un gran equipo de trabajo comprometido y preparado para cada una de las diferentes áreas, también es necesario contar con una infraestructura amplia para poder realizarlas de manera cómoda. Por último, y no menos indispensable, opino que se requiere de recursos económicos para poder solventar el uso de los diferentes materiales a emplear, principalmente en el caso de las actividades artísticas aunque no niego la opción de hacer uso de la creatividad en el empleo de materiales reciclados. Las actividades del proyecto concuerdan con los objetivos del programa que son principalmente buscar alternativas de TLO sano que permitan la recreación del individuo.

3.4.4 “¿Qué pintan las drogas en tu vida?”.

Diseñado e implementado en una campaña durante el 2007 por la Unidad de Prevención de Drogas y Promoción de la Salud en Santa Lucía, España.

El objetivo general del programa es sensibilizar e informar a los adolescentes sobre las consecuencias del uso y abuso de las drogas, así como ofrecer diversas opciones para un ocio alternativo.

Los objetivos específicos del programa son:

1. Favorecer el conocimiento objetivo y la formación del alumnado sobre los efectos y consecuencias del consumo de sustancias tóxicas.
2. Evitar o retrasar el inicio del consumo de drogas en los y las adolescentes.
3. Fomentar en los y las adolescentes la conciencia y responsabilidad ante la utilización del tiempo libre. Educar en ocio.
4. Facilitar alternativas saludables de ocio y tiempo libre dirigidas a evitar, reducir o sustituir la implicación de los y las adolescentes en actividades relacionadas con el consumo de drogas.

El programa se conforma de tres sesiones. En la primera se buscó la adquisición por el alumnado de una información básica acerca de la problemática del consumo de drogas, clasificación de éstas y algunos conceptos relacionados con las adicciones. En la segunda sesión se trabajó sobre los mitos y realidades que existen en torno al consumo de drogas, se trató de informar y desmentir las experiencias “positivas” respecto al uso de drogas. Por último, la tercera sesión consistió en un debate que abordó el tema de la relación entre ocio y juventud, de igual forma se promovió el ocio alternativo como una herramienta preventiva. El programa finalizó con un mural grupal en donde se expresaron reflexiones, conclusiones, valoraciones e iniciativas en torno al consumo de drogas.

En mi opinión este programa tiene aspectos rescatables como son la práctica artística como un medio alternativo de ocio protector y de expresión comunitaria, sin embargo considero que la mayor parte del mismo se enfoca en información teórica y repetitiva, por ejemplo la clasificación de drogas, efectos y mitos. Este tipo de información no es algo de utilidad para los jóvenes actualmente y no va a promover un proceso reflexivo en ellos. Hizo falta diseñar para la primera y segunda sesión temas y/o actividades relacionadas con las necesidades de los jóvenes de la comunidad (a partir de un diagnóstico), así mismo explotar los beneficios de la expresión artística y sobretodo del graffiti al ser un arte moderno y juvenil de manera más activa y reflexiva.

Las anteriores cuatro propuestas expuestas son algunos modelos de programas que han utilizado la expresión artística durante el TLO como medio principal o secundario para la prevención de adicciones, unos fueron contextualizados y complementados con actividades funcionales y otros tienen cierta deficiencia, por ejemplo la falta de un diagnóstico o de un seguimiento. Parte de la tarea como promotor de bienestar humano y social es mejorar la calidad y adaptabilidad de programas psicosociales.

Vale la pena mencionar que se encontraron otros programas atractivos e interesantes que se llevaron a cabo, pero de los cuales no existe información accesible al respecto. Un ejemplo es el llamado “Revolución de los niños” implementado en México, propuesta del artista plástico Milo Lockett, acompañado por Dante Arias y Rocío Díaz Galeano, organizada por el Proyecto Educativo Mirada Tres y el Centro Cultural Nordeste de la UNNE, avalado por Unicef, el Departamento de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Nordeste, la Municipalidad de Resistencia y el Ministerio de Educación. El proyecto busca abrir un espacio para que la población desde edades tempranas puedan integrarse al mundo de la pintura y expresar sus ideas, necesidades y emociones para de esta forma encontrar un refugio en el que puedan construir un pensamiento firme, crítico y sensible.

A partir de la revisión de programas realizada pude ubicar y retomar los elementos básicos necesarios para el diseño y planeación de la presente intervención, integrando también otros elementos que algunos de los programas no han valorado y que podrían hacer más significativo el trabajo.

Como se puede ver ha existido el interés por innovar la práctica en prevención de adicciones a través del arte, sin embargo, los programas han sido poco difundidos y por lo tanto pocas veces desarrollados.

Artistas, psicólogos, terapeutas y personas que han llevado a cabo alguna actividad de expresión artística consideran este proceso como una vía de desarrollo mental, emocional y hasta espiritual que trae consigo ventajas creativas y expresivas, las cuales estimulan el desarrollo de habilidades a su vez ayudan a tener más clara una percepción del mundo y de la realidad en que vivimos.

Capítulo 4. Método

En el siguiente apartado se expone en cinco fases el procedimiento llevado a cabo para la presente investigación. Las fases mencionadas son la preparatoria, diagnóstica, análisis diagnóstico, diseño del programa de intervención y propuesta de evaluación de la intervención.

4.1. Fase preparatoria.

Para esta fase he considerado el trabajo desarrollado en la asignatura de Prácticas profesionales (P.P) y en las actividades realizadas durante mi servicio social (S.S), además de la participación como voluntaria en el Curso de Verano 2014 en el Centro de Integración Juvenil (CIJ) Álvaro Obregón Oriente. Dichas actividades tuvieron duración de un año en el que se realizaron principalmente labores de prevención de adicciones, difusión de la existencia del CIJ, diseño de materiales, apoyo psicopedagógico, impartición de talleres para contextos escolares e intervenciones en contextos comunitarios. Cabe mencionar que tanto en P.P como S.S estuvimos involucradas cinco alumnas de la Universidad Pedagógica Nacional.

Para el desarrollo de las mencionadas tareas recibí una capacitación por parte del personal del centro. A partir de este punto pude percibir una situación problemática respecto a la prevención de adicciones, debido a que la metodología, filosofía y práctica de ésta se basa, principalmente, en manuales editados por centros de integración poco eficaces y eficientes para la actualidad. El enfoque de tales manuales y su práctica son una limitante actual para contribuir a la atención y prevención de las adicciones, dado a su carácter desactualizado, repetitivo y solo teórico.

A continuación expongo las tareas que se nos fueron otorgadas, junto los contextos y escenarios donde se llevaron a cabo. Cabe mencionar que todas estas actividades las realicé con una compañera de la Licenciatura en Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional. Se presentan sin orden cronológico el desarrollo de las actividades desempeñadas en cada contexto durante todo el tiempo en que se prestó el servicio social y en el que se ejecutaron las prácticas profesionales:

- Contexto Institucional. Esencialmente fue el escenario del Centro de Integración Juvenil Álvaro Obregón Oriente. Las actividades realizadas dentro de las instalaciones del centro consistieron en dar información y orientación referente al problema de adicciones a las personas que asistieran a las instalaciones con dicha solicitud, brindar orientación vocacional, orientación psicológica y asesoría educativa a los adolescentes inscritos en el programa Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA), así como trabajar en el diseño de juegos, propaganda y otros materiales con el objetivo de tener herramientas atractivas como complemento en la práctica preventiva.
- Contexto Comunitario. Tres escenarios:

Explanada de la delegación Álvaro Obregón. En el presente escenario se realizaron jornadas de información y orientación a la comunidad de manera verbal y por medio de folletos acerca de la labor y servicios del CIJ en un stand informativo dos veces por semana. Esta actividad fue otorgada por el CIJ y solicitada por un centro de asistencia e integración social.

Centro de Asistencia e Integración Social (CAIS) Torres de Potrero. Como parte del programa “Clínica de tabaco” se nos asignó la tarea de intervenir en dicho centro con un taller basado en los manuales del centros de integración. Sin embargo, tomando en cuenta lo poco significativo del manual y de las características de población con la que se trabajaría, se optó por cambiar la metodología de las sesiones, interviniendo con actividades grupales que promovieran valores y pensamientos positivos a través de la reflexión, creatividad y lo lúdico. Los resultados fueron favorables y la participación de los sujetos estuvo motivada todo el tiempo. El grupo con el que se realizó el taller fue de aproximadamente 18 personas (en su mayoría hombres) entre 18 y 45 años con problemas de adicción a diferentes tipos de sustancias psicoactivas.

Jornadas de salud. A través de las jornadas organizadas en distintas colonias de la delegación se llevó a cabo la actividad solicitada por la institución de informar y

orientar por medio de un módulo a las personas asistentes a la jornada acerca de las labores y servicios de CIJ. El tipo de información y los materiales que se emplearon fueron los establecidos por el centro.

- Contexto escolar. Dos escenarios:

Escuela Nacional Preparatoria 8 "Miguel E. Schulz". Instalamos en el patio de la escuela un stand informativo y de orientación con el objetivo de dar a conocer la labor del CIJ y sus servicios por medio de folletos y asesoramiento verbal. En el presente escenario propusimos incluir juegos de mesa relacionados con el tema y el uso de materiales didácticos que hicieran más atractiva la realización de la presente actividad. Las actividades en dicho escenario se desarrollaron aproximadamente 3 horas, una vez a la semana durante un mes.

Escuela telesecundaria N. 40. Este escenario fue en donde más actividades desempeñé junto a mi compañera de P.P y S.S. A continuación mencionaré y desarrollaré en orden de ocurrencia las actividades que se realizaron:

1.- Primer sesión. Asistimos a la institución con la labor de informar y dar a conocer al centro de integración y sus servicios a la comunidad estudiantil a través de volanteo y orientación verbal general.

2.- Segunda sesión. Se elaboró un periódico mural por nuestra parte en el patio de la escuela durante el receso, los contenidos fueron el concepto de droga, tipos de drogas y consecuencias del consumo. Se invitó a los alumnos a participar de forma voluntaria en su elaboración.

3.- Tercera sesión. Organizamos un “rally antidrogas” que constó de dos estaciones debido a que solo éramos dos practicantes a cargo. Por estación había juegos de mesa relacionados con la temática. El mencionado rally se desarrolló durante el receso de los alumnos. Participó de manera voluntaria aproximadamente el 40% de la población estudiantil de la escuela.

4.- Llevamos a cabo una jornada de pláticas de prevención a cada grupo de la escuela, las pláticas tuvieron una duración de 60 minutos en los que se abordó el concepto de droga, tipos, efectos y consecuencias.

5.- Cuarta sesión. Solicitamos al CIJ y a la escuela telesecundaria la oportunidad de poder diseñar e implementar un taller reflexivo de prevención de adicciones con un grupo de alumnos que tuvieran mayor vulnerabilidad ante el consumo de drogas. La solicitud para la implementación del taller fue otorgada.

El taller constó de 8 sesiones con un grupo de 15 alumnos seleccionados a partir de los resultados obtenidos con un test de personalidad. Durante las sesiones se llevaron a cabo actividades que tuvieron como objetivo principal promover y estimular la reflexión de los alumnos ante situaciones referentes a las características de la adolescencia y a la toma de decisiones. Por sesión se abordaron las siguientes temáticas: asertividad, toma de decisiones, resolución de problemas, autoestima, proyecto de vida y tiempo libre u ocio, así como dos sesiones destinadas a la aplicación del test inicial y a una evaluación final. El taller fue de dos meses aproximadamente, de una sesión de 60 minutos a la semana.

Cabe recalcar que este taller fue diseñado e implementado como un proyecto propio por parte de mi compañera y mía, sus actividades y contenidos fueron basados en nuestra perspectiva de la falta de calidad de la prevención de adicciones en la actualidad.

4.1.1 Delimitación de la problemática para el diseño de intervención.

La experiencia P.P y S.S sirvieron como antecedentes y punto de partida para la delimitación de la problemática de la presente propuesta de intervención. Gracias a la capacitación y tareas desarrolladas en el centro de integración pudimos percatarnos de la problemática que existe hoy en día en cuanto a la falta de una práctica de prevención de adicciones contextualizada que retome las costumbres, recursos y necesidades de la comunidad, aparte de poseer un carácter atractivo y novedoso para la sociedad. En el caso del centro sus profesionistas deben desempeñarse laboralmente basados en los manuales

editados por la dirección el propio CIJ, los cuales son muy informativos con pocas actividades atractivas.

Las personas de la comunidad reciben información teórica e impresa acerca de la misión y de los servicios. A pesar de esto no se sienten demasiado motivadas a hacer uso del centro, debido a que los programas existentes son muy pocos y poco variados para lograr ser llamativos y accesibles a distintos tipos de población.

Enfocándome en las poblaciones de adolescentes con las que se trabajó en secundarias y preparatorias, pude darme cuenta de que los programas preventivos que se les brinda a los adolescentes son de carácter teórico-informativo, principalmente, dejando de lado el abordaje de contenidos y prácticas reflexivas, lúdicas y creativas.

Principalmente con la muestra de la telesecundaria número 40 y por medio del taller reflexivo que contribuí en implementar, pude percatarme acerca de que los adolescentes no contaban con la habilidad para reflexionar acerca de sus opiniones, sentimientos, problemas y emociones, así como tampoco sabían expresarlos. Su capacidad de análisis, reflexión y expresión tuvo que ser estimulada de manera remarcada durante largos minutos por sesión y con limitado éxito obtenido. A pesar de las pocas participaciones se pudo percibir la presencia de situaciones muy problemáticas y de riesgo en la vida de este grupo adolescente.

El presente proyecto pretende el diseño de una propuesta de intervención que con base en las experiencias previas descritas, brinde la oportunidad de desarrollar la práctica reflexiva, creativa y expresiva por parte de los adolescentes como un medio alternativo ante sus problemas y como una actividad de recreación personal durante el tiempo libre y de ocio.

4.2 Fase diagnóstica.

Arteaga y González (2001) mencionan que el diagnóstico puede ser resultado de una investigación, una explicación de alguna situación particular, una descripción de un proceso, un juicio interpretativo o bien sólo un listado de problemas con un orden de prioridades. El propósito fundamental del diagnóstico es la posibilidad de obtener

conocimiento certero para lograr acciones que conduzcan al cambio en función de las necesidades e intereses de los actores sociales.

Realicé un diagnóstico de carácter exploratorio bajo estas insignias conceptuales con el propósito de tener un primer acercamiento al contexto, necesidades y recursos de la población a la que responde el diseño de la presente intervención.

4.2.1 Muestra.

Bello (2005) menciona que la determinación del tamaño de muestra es una tarea que se realiza durante la fase de diseño de un estudio para establecer el número de elementos o sujetos que deben seleccionarse para participar en el mismo. El abanico de criterios susceptibles de ser considerados para efectuar este cálculo es amplio y variado y la elección concreta que se haga depende, entre otras cosas, de la información de que se disponga y de las características del procedimiento que se va a utilizar para analizar los datos. Es claro que el procedimiento de selección y el tamaño está cruzado por los, contexto y recursos de la investigación.

4.2.2 Justificación de estrategia de muestreo.

En este caso el muestreo fue de tipo intencional, que constituye una estrategia no probabilística válida para la recolección de datos, en especial para muestras pequeñas y muy específicas. Quinn (1980) dice que la potencia en el muestreo intencional está en seleccionar casos ricos en información para estudiar en profundidad. Esta tipología se caracteriza por un esfuerzo de obtener muestras mediante la inclusión de grupos típicos, en esta muestra se selecciona directa o intencionadamente a los individuos de la población, de preferencia a los que se tiene de fácil acceso. La muestra intencional también es utilizada en casos donde es escasa la participación de la población para la obtención de datos.

Los tres tipos de muestras que se seleccionaron fueron las siguientes:

- Adolescentes. El tamaño de la muestra fue de 16 participantes con edades entre los 12 y 16 años, su elección fue porque, gracias a la experiencia en p.p y s.s se pudo percibir que es en la edad de transición de la educación secundaria a la media superior, cuando los jóvenes comienzan a experimentar el consumo de drogas,

probablemente, esto se deba a las características de la adolescencia las cuales los hacen más vulnerables ante la experimentación.

En cuanto al proceso de la aplicación del diagnóstico con la presente muestra se les pidió a ocho adolescentes que asistían a los servicios de CIJ su apoyo para contestar el cuestionario diagnóstico (una vez terminada su actividad o terapia), los participantes respondieron favorablemente. Por otro lado, con el objetivo de que la muestra fuera más variable, se les pidió a adolescentes que se encontraban caminando en la calle su apoyo para la resolución del cuestionario diagnóstico, en este caso algunos tardaron en decidir su participación y otros inmediatamente accedieron. La cooperación de todos los adolescentes fue voluntaria.

- Agentes de la comunidad. El tamaño de la muestra fue de 10 participantes con un rango de edad del 25 a 70 años aproximadamente. Se eligió a este tipo de población porque son los que más conocen el funcionamiento de la colonia, sus costumbres, problemas, cultura, recursos y contexto en general. En cuanto a la problemática del consumo de drogas, es la gente de la comunidad la que mejor conoce la dinámica de consumo, venta y de medidas empleadas ante la situación. De igual manera muchos de los participantes probablemente tengan familiares adolescentes, por lo tanto son una fuente valiosa de información para conocer las actitudes, acciones y actividades en relación con las drogas de los adolescentes que forman parte de la comunidad.

En cuanto al procedimiento de aplicación del diagnóstico se optó por acceder primeramente a la gente del mercado, ya que son los que más tiempo pasan en la colonia y los que más cerca se encuentran del centro de integración. Cinco de los participantes fueron comerciantes de medio tiempo o de tiempo completo en el mercado. Por otro lado, dos de los participantes fueron personas que se encontraban en el CIJ gozadores de los servicios de la institución con quienes fue muy accesible la participación en la aplicación del diagnóstico, los últimos tres fueron personas en la calle a quienes se seleccionó a través de su disponibilidad de tiempo para obtener

su colaboración. El diagnóstico con la presente muestra fue a través de una entrevista y de manera voluntaria.

- Agentes encargados de la prevención de adicciones en la zona. El tamaño de la muestra fue de 5 agentes encargados de la prevención de adicciones en la zona o cerca de Santa María Nonoalco, con edades entre los 24 y 50 años aproximadamente, 4 de ellos profesionistas en alguna área de la salud. Se logró obtener el apoyo de los participantes de manera favorable, dado a que con cuatro de ellos ya existía una relación previa gracias a P.P y S.S. estos cuatro pertenecían al Centro de Integración Juvenil Álvaro Obregón Oriente. Cabe mencionar que el total de agentes que laboran en el CIJ son 4, por lo tanto, la participación de éstos fue al 100 por ciento. El último agente pertenece a otro centro encargado de la prevención de adicciones llamado “Fundación Ama la Vida” el cual se encuentra a pocas cuadras del CIJ y de la colonia de Nonoalco. Se eligió este tipo de población porque son precisamente estos agentes quienes poseen el cargo de diagnosticar, diseñar e implementar intervenciones de mejora para la comunidad donde se desenvuelven. Se consideró que el diagnóstico permitiera conocer el trabajo de los agentes encargados de la prevención de adicciones, así como las estrategias y contenidos que en la actualidad ellos proporcionan en sus servicios y su relación con un programa preventivo para el tiempo libre y de ocio.

En cuanto al procedimiento de aplicación, el acceso a la participación de todos los agentes fue facilitada por la interacción previa mencionada anteriormente, esto permitió que los agentes se sintieran en confianza para contestar durante el diagnóstico. En cuanto al agente perteneciente a la “Fundación ama la vida” no hubo ninguna dificultad, se le comentó el objetivo y fines del diagnóstico a lo cual accedió participar de manera gentil, cabe mencionar que con dicho agente había una persona en común que facilitó el contacto. Cada uno de los agentes colaboró voluntariamente y el diagnóstico se realizó a través de una entrevista como instrumento de recolección de datos.

4.2.3 Instrumentos.

Para conocer las necesidades, recursos y percepción de todos los participantes implicados en esta investigación se diseñaron tres instrumentos diagnósticos: dos entrevistas y un cuestionario.

A continuación describo por muestras el instrumento usado con las cuatro categorías con las que se organizó éste. El nombre de cada categoría va acompañado con una exposición documentada que justifica su inclusión.

A) Cuestionario al adolescente (Anexo 1). De carácter mixto con 19 ítems, 1 abierto, 8 de opción múltiple, 1 numérico y 9 dicotómicos. Su objetivo es conocer las prácticas de tiempo libre y de ocio de los adolescentes, la relación de éstas con el consumo de drogas y el acercamiento de los jóvenes con prácticas recreativas. Este cuestionario abarca las siguientes categorías:

- Hábitos y rutinas de TLO y su vínculo con el consumo de drogas: El tipo de actividades que realizan los jóvenes durante su tiempo libre y de ocio y la organización de éste espacio temporal se encuentran vinculados con el riesgo o protección ante el consumo de drogas. Un programa preventivo alcanzaría una mayor eficiencia si contiene mensajes positivos que promuevan estilos de vida saludables, en este caso el tiempo libre y ocio saludable (García del Castillo, 2014).
- Participación y conocimiento en programas de prevención: Es importante que dentro como fuera del contexto escolar exista la planeación, promoción y desarrollo de programas que incluyan a los adolescentes en sus actividades. Hay que recordar que la carencia de programas y espacios para un uso productivo y responsable del tiempo libre es uno de los factores de riesgo en los adolescentes ante el consumo de drogas (Secretaría de Educación Pública, 2008). Con información acerca de los contenidos que poseen los adolescentes respecto a las drogas se pueden decidir los posibles nuevos temas más apropiados a desarrollar durante las sesiones del programa.
- Conocimiento, interés y motivación ante la experiencia artística: La experiencia artística proporciona descanso, diversión y desarrollo personal como beneficios

dentro del ocio. El arte es una manifestación de la consciencia humana y para poder apreciar su riqueza se debe pasar por una etapa de sensibilización, concientización y reflexión. La calidad de la experiencia depende de nuestra voluntad y de nuestra actitud, en combinación con las habilidades y la formación que tenemos (Amigo, 2000). Hay que recordar que algunos jóvenes no se sienten con la habilidad necesaria para poder llevar a cabo éste tipo de actividades, sin embargo, un mínimo interés en el tema puede crear una gran red de protección para ellos. Es necesario conocer que tan consciente se encuentra el joven acerca de que el arte es una actividad humana a través de la cual puede intervenir en su contexto expresando ideas, emociones, gustos, intereses y opiniones.

- Intereses y experiencia personal sobre drogas: La experiencia personal de cada adolescente en relación con el consumo de alguna sustancia psicoactiva es una fuente de información muy importante, la cual dará pie a definir los contenidos más adecuados a desarrollar de acuerdo a las vivencias de los jóvenes y su relación con los temas de su interés.

B) Entrevista a agentes de la comunidad (Anexo 2). Cuenta con 11 reactivos de carácter, 6 semiabiertos, generales estratificadas y 5 preguntas cerradas, concretas a detalle. Sus categorías son las siguientes:

- Percepción de la existencia del consumo de sustancias y su normalización en la comunidad: Los agentes que forman parte de la comunidad como padres de familia, tutores o dueños de negocios conocen bien la situación actual en la zona y necesidades de sus jóvenes frente al consumo de drogas. La percepción del público hacia las distintas sustancias y su mayor o menor rechazo condiciona la toma de decisiones políticas y de los agentes de la comunidad hacia su control. Es interesante ver como en la mayoría de las colonias el consumo de sustancias psicoactivas en la actualidad no constituye una práctica extraña (García del Castillo, 2011).

- Percepción de las prácticas de TLO en su comunidad: Ladriede (1978, p. 26) define la cultura como “conjunto de sistemas de expresión, sistemas normativos y sistemas de representación, que le dan sentido de pertenencia a los individuos e indican la forma particular y grupal de una comunidad”. A partir de la percepción individual y de los valores que comparte la comunidad estos sistemas de la cultura, pueden ser considerados como factores y elementos que influyen en la acción y percepción de las personas. Los agentes sociales son los que en ocasiones tienen mayor conocimiento de lo que hacen los jóvenes de la comunidad en su TLO ya sea porque lo que observan, conocen o viven.
- Importancia que da la comunidad al TLO como protector y grado de apoyo al programa: La participación se presenta como la herramienta más fuerte que podemos trabajar en el ámbito comunitario, ya que como sociedad hay mucho por hacer y esto se logra con la mayor participación ciudadana posible, con un intercambio de experiencias para fortalecernos mutuamente y así actuar ante las necesidades de la zona. Es importante señalar que el reconocimiento y apoyo a los jóvenes refuerzan su autoestima y les hacen dar cuenta que sus ideas y opiniones son escuchadas y consideradas (Sánchez, 2011). Así mismo, la percepción que tienen las madres y padres de familia, los comerciantes y los profesores de las escuelas acerca del arte como una herramienta protectora ante el consumo de drogas durante el TLO es importante para los objetivos del programa.
- Apoyo a la atención y prevención de adicciones por parte de instituciones: La labor puede resultar inútil si los miembros comunitarios no acuden a los centros porque no los conocen, no están motivados, o no perciben que se encuentren vulnerables ante el consumo. Los planes y programas deberán ser acompañados siempre por profesionales cualificados para dinamizar la comunidad y orientar acciones preventivas de rigor (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2005).

C) Entrevista a agentes dedicados a la prevención de adicciones (Anexo 3). Cuenta con 11, 6 reactivos son de carácter semiabierto, generales estratificadas y 4 preguntas cerradas, concretas a detalle. A continuación se presentan las categorías que abarca:

- Formación y desempeño profesional en la prevención de adicciones relacionada con el TLO: El Comité de Expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2006) considera que el principal objetivo de la prevención es evitar o reducir la incidencia o gravedad de los problemas relacionados con el uso de drogas causantes de dependencia. Se requiere contar con la formación y habilidades adecuadas para diseñar intervenciones de prevención bajo lineamientos efectivos tales como: contar con un marco referencial y metodologías adecuadas, materiales de apoyo pertinentes y suficientes y medidas de evaluación que sustenten los resultados (Llanes, 2007 y Luis, 2008)
- Estado y calidad de la información y métodos de prevención actuales con inclusión del TLO: Los programas dedicados a la prevención de adicciones deben fomentar en la población los estilos de vida saludable, las habilidades para la vida y los ambientes protectores que permitan a niños y adolescentes negarse al ofrecimiento de alguna droga. Hay que apostar por el abordaje de contenidos humanizadores a través de estrategias diferentes a las clásicas (Comisión Nacional Contra las Adicciones, 2011).
- Opinión acerca del programa preventivo de adicciones de TLO por medio de actividades artísticas: La educación y preparación personal para el ocio debe fomentarse como parte de la prevención de adicciones, esto ayudara al adolescente a elegir y convertir el “empleo del tiempo libre” en un tiempo libre enriquecedor (Instituto de Adicciones de Madrid, 2007), la obtención de un TLO enriquecedor debe ser a través de actividades recreativas. Los profesionistas encargados de la prevención de adicciones conocen mejor cuales son las actividades que podrían beneficiar en este sentido a la comunidad.

- Postura ante la forma de prevención de adicciones en la actualidad: En la actualidad existen variables que impiden, obstaculizan o condicionan los procesos de cambio e innovación educativa, en este caso por parte de los agentes encargados en la labor preventiva de adicciones. Algunas de estas variables tienen que ver directamente con la actitud, la conciencia y la cultura del profesional. Por ejemplo: la predisposición a continuar trabajando tal y como se ha hecho toda la vida por inquietud o miedo ante la acomodación de nuevas estrategias, la preparación anticuada del profesional, el control burocrático por parte de la institución el cual impide la innovación personal o la falta de recursos para la integración y desempeño de estrategias diferentes (Rivas, 2000).

A continuación se muestra la estructura de los ítems ordenados categóricamente por instrumento.

Tabla 1. Estructura de ítems de acuerdo a las categorías de análisis del cuestionario al adolescente

Categoría	Objetivo	Ítem	Tipo de preguntas
Hábitos y rutinas de TLO y su vínculo con el consumo de drogas	Identificar el grado de existencia de TLO en los jóvenes, así como las actividades en que regularmente lo emplean y su grado de organización.	1	Opción múltiple
		2	Opción múltiple
		3	Opción múltiple
		4	Numérica
Participación y conocimiento en programas de prevención	Evaluar la calidad y la participación de los adolescentes en programas de prevención de adicciones, así como el tipo de información que regularmente han recibido en materia de prevención.	5	Opción múltiple
		6	Dicotómica
		7	Opción múltiple
		8	Dicotómica
		9	Opción múltiple
		10	Dicotómica
Conocimiento, interés y motivación ante la experiencia artística	Conocer el interés que tienen los jóvenes respecto a la adquisición y desarrollo de habilidades artísticas, sus experiencias previas en este ámbito y su actitud ante este tipo de actividades de valor recreativo.	11	Dicotómica
		12	Opción múltiple
		13	Dicotómica

		14	Dicotómica
		15	Opción múltiple
		16	Dicotómica
Intereses y experiencia personal	Tener un acercamiento informativo a las vivencias de los adolescentes en relación con el consumo de alguna droga y a los temas que más les gustaría conocer.	17	Abierta
		18	Dicotómica
		19	Dicotómica

Tabla 2. Estructura de ítems de acuerdo a las categorías de análisis de la entrevista a agentes de la comunidad

Categoría	Objetivo	Ítem	Tipos de preguntas
Percepción de la existencia del consumo de sustancias y su normalización en la comunidad	Obtener información sobre algunas características del consumo de drogas en la comunidad a través de las experiencias y percepción de agentes que habitan en la zona.	1	Semiabierta
		2	Semiabierta
		3	Cerrada
		4	Semiabierta
Percepción de las prácticas de TLO en su comunidad	Conocer la información que tiene la comunidad sobre el tipo de actividades que realizan los adolescentes de la colonia en su TLO y el grado de relación de estas con el consumo de drogas.	5	Semiabierta
		6	Cerrada
Importancia que da la comunidad al TLO como protector y grado de apoyo al programa.	Evaluar la disposición de la comunidad para apoyar un programa de prevención de adicciones por medio del fomento de TLO recreativo, así como su motivación y credibilidad para la realización de dicho proyecto.	7	Cerrada
		8	Cerrada
		9	Semiabierta
Apoyo a la atención y prevención de adicciones por parte de instituciones	Conocer la opinión de la comunidad respecto al nivel de intervención por parte de la delegación e instituciones públicas para abordar la problemática del consumo de drogas por medio de la creación y promoción de programas preventivos de adicciones para los jóvenes de la zona.	10	Cerrada
		11	Semiabierta

Tabla 3. Estructura de ítems de acuerdo a las categorías de análisis de la entrevista a agentes dedicados a la prevención de adicciones

Categoría	Objetivo	Ítem	Tipos de preguntas
Formación y desempeño profesional en la prevención de adicciones relacionada con el TLO.	Conocer las funciones y características de los agentes que forman parte de programas sobre adicciones apoyados con los elementos del TLO.	1	Semiabierta
		2	Semiabierta
		3	Cerrada
		4	
Estado y calidad de la información y métodos de prevención actuales y con inclusión del TLO.	Identificar la existencia del conocimiento de los agentes acerca de programas de prevención basados o vinculados directamente con la promoción de un TLO saludable.	5	Cerrada
		6	Semiabierta
Opinión acerca del programa preventivo de adicciones de TLO por medio de actividades artísticas.	Saber el grado de importancia que los agentes que forman parte en programas de prevención de adicciones otorga al buen empleo de TLO como factor protector de adicciones, así como su postura ante el uso de actividades artísticas como medio para alcanzar el TLO recreativo en los adolescentes.	7	Cerrada
		8	Semiabierta
		9	Semiabierta
Postura ante la forma de prevención de adicciones en la actualidad.	Conocer cual es la postura que tienen los agentes en prevención de adicciones ante la calidad y eficiencia de los programas de prevención actualmente, así como sus propuestas de mejora.	10	Cerrada
		11	Semiabierta

4.2.3 Piloteo y validación de instrumentos.

Para la validación de los instrumentos se efectuó un piloteo con las siguientes muestras:

- Adolescentes: La elección de la muestra fue de tipo intencional, constó de 6 mujeres y 6 hombres con una edad entre los 12 y 16 años de edad. La mitad de los participantes fueron habitantes de la misma zona donde se aplicaría la versión final

del diagnóstico (Santa María Nonoalco) y la otra mitad fueron adolescentes de la colonia América en la delegación Miguel Hidalgo la cuál según Centros de Integración Juvenil se encuentra catalogada con el mismo grado de riesgo ante el consumo de drogas. La participación por parte de los adolescentes en el cuestionario fue eficaz y voluntaria.

- Agentes de la comunidad: La elección de la muestra fue de tipo intencional, los agentes fueron cinco de la misma colonia de la aplicación final y cinco de la colonia América, delegación Miguel Hidalgo. Fue un poco complicada la colaboración de estos agentes, debido a que muchos se encontraban con prisa para llevar a cabo sus actividades y otros desconfiaban de los fines del diagnóstico, sin embargo se logró la aplicación del piloteo de manera exitosa y voluntaria.
- Agentes dedicados a la prevención de adicciones: La elección de la muestra fue de tipo intencional, dos de los agentes fueron psicólogos del CIJ Cuauhtémoc, el tercer agente fue un psicólogo de la fundación “Ama la vida” la participación de los tres agentes fue de manera voluntaria y de aspecto positivo. Cabe mencionar que para este piloteo se pidió la colaboración de varias sedes de Centros de Integración Juvenil (4) y del Instituto para la Atención y Prevención de las Adicciones (3) y en ninguna de estas siete sedes se pudo obtener acceso y apoyo para la realización del presente piloteo por parte de su personal, justificándose con que se debía pasar por un largo proceso que permitiera la realización de dicha intervención.

Se precisa que los participantes del piloteo no fueron los mismos a quienes se les aplicó la versión final del diagnóstico.

Con base en el análisis de los resultados del piloteo se consideró adecuado hacer las siguientes modificaciones:

- Cuestionario al adolescente: Se cambió el tipo del ítem 5 de pregunta abierta a opción múltiple y se afinó la redacción de todos los demás ítems a manera de hacerlos más claros y amigables, se eliminaron 4 ítems que arrojaban respuestas

repetitivas y por lo tanto hacían el cuestionario tedioso. Por último se incluyó otra categoría titulada “intereses y experiencia personal”, ya que surgió la necesidad de conocer este tipo de información la cual es muy importante para los fines de la presente propuesta de intervención.

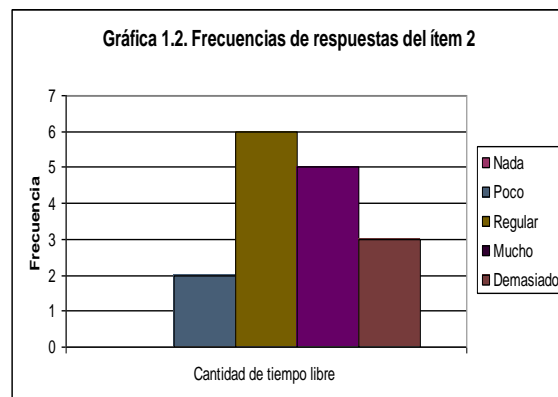
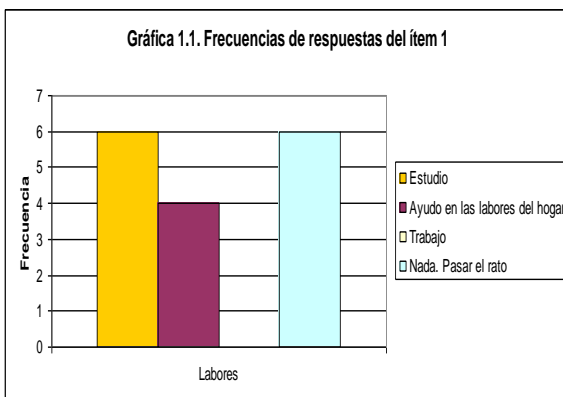
- Entrevista a agentes de la comunidad: Se añadieron los ítems 1 y 2 con el objetivo de tener antecedentes del papel de los participantes en la comunidad, el ítem 7 fue modificado ya que su planteamiento confundía a los participantes, el resto de los ítems fueron afinados en cuanto a redacción y por último se agregó el ítem 11.
- Entrevista a agentes dedicados a la prevención de adicciones: Se decidió ampliar el ítem 3, se eliminó un ítem que arrojaba el mismo tipo de información que el ítem 3 y por último se agregó el ítem 11. Se hicieron escasas modificaciones en la redacción de todos los ítems para una mayor claridad de los mismos.

4.3 Fase de resultados y análisis diagnóstico.

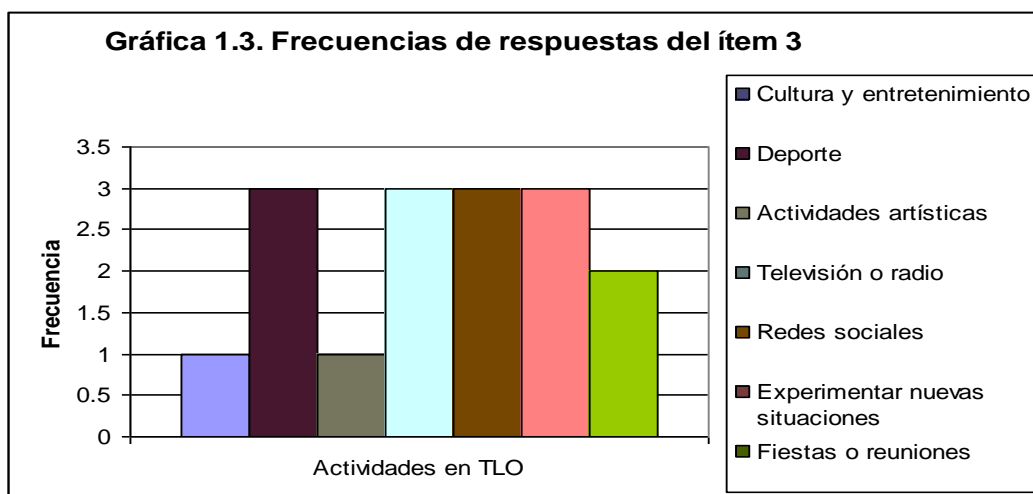
A continuación se presentan los resultados ilustrados gráficamente por ítem junto con su análisis por instrumento.

4.3.1 Cuestionario al adolescente.

- Categoría: Hábitos y rutinas de TLO y su vínculo con el consumo de drogas

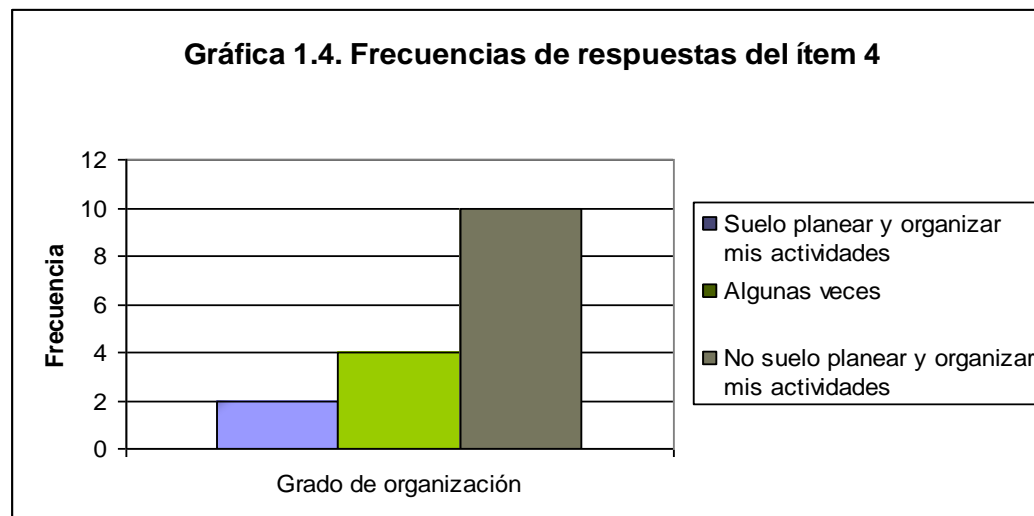


A partir de los resultados obtenidos con el ítem 1 podemos observar en la gráfica 1.1 y 1.2 que la principal actividad a la que se dedican la mayoría los adolescentes encuestados es el estudio (6), así como a “pasar el rato” (6), a partir de estos resultados se puede percibir al ocio como un suceso cotidiano para la comunidad adolescente encuestada, ya que ninguno trabaja. En la gráfica 1.2 se puede corroborar que la mayoría de los participantes de la muestra (14) cuentan con tiempo libre a la semana de regular a demasiado, el amplio periodo de tiempo puede ser una posible riesgo ante el consumo de sustancias psicoactivas, pero por otro lado puede ser un espacio de oportunidad para el desarrollo del bienestar integral del humano.



En la gráfica 1.3 podemos observar que los adolescentes tienen preferencia por la realización de actividades poco recreativas, algunas de ellas relacionadas con los consumos culturales expuestos en el marco teórico de este trabajo, más de la mitad de los adolescentes (11) mencionan ocupar su TLO en actividades como ver televisión o escuchar radio (3), redes sociales (3), experimentar nuevas situaciones (3) y buscar o asistir a fiestas y reuniones (2). Por otro lado, cabe mencionar que el “experimentar nuevas situaciones” es de carácter bilateral, según las prácticas que realicen los jóvenes en dicha experimentación. Menos de la mitad de los encuestados (5) mencionaron realizar alguna actividad recreativa, como las deportivas (3), culturales (1) y artísticas (1). Gracias a los resultados obtenidos se puede deducir la falta de interés por parte de los encuestados en la realización de actividades recreativas, principalmente las artísticas y culturales durante su TLO. Con base

en esto se puede tomar en cuenta la probable necesidad de una educación del empleo del tiempo libre con el objetivo de que la población considere la producción de actividades saludables para su desarrollo como un hábito cultural persistente.

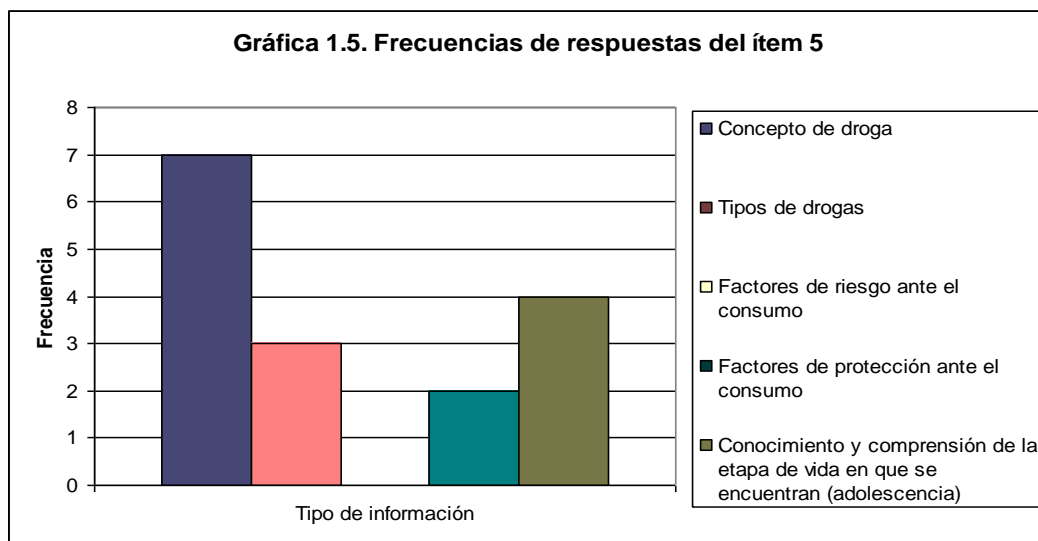


De acuerdo con la gráfica 1.4 se considera una presumible falta formativa en organización del tiempo por parte de los adolescentes, pues la mayoría (10 de 14) no suelen organizar ni planear sus actividades. Esto puede deberse a la ausencia de una educación formal e informal relacionada con la promoción, planeación y alternativas relacionadas al buen empleo del TLO, así como con los valores inculcados y reproducidos familiar y socialmente.

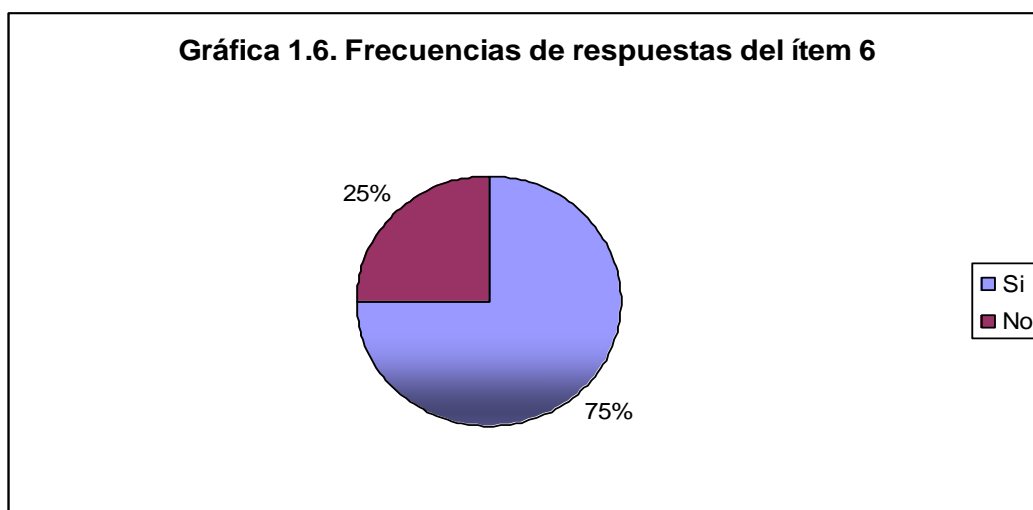
- Categoría: Grado y tipo de prevención de adicciones recibida

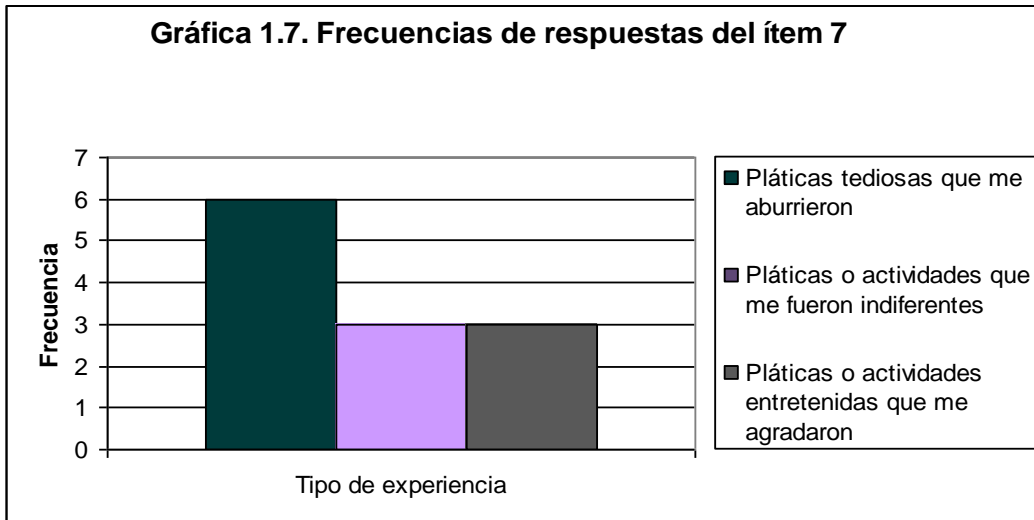
A continuación se exponen los resultados relacionados con el tipo de información más conocida por los adolescentes en relación con la prevención de adicciones. El más conocido fue el concepto de droga (7), seguido de las características de la adolescencia (4), los tipos de droga (3) y por último los factores de protección ante el consumo (2), ninguno de los participantes mencionó tener conocimientos acerca de los factores de riesgo. A partir de estos resultados se deduce que el concepto de droga es información que los adolescentes ya conocen bien, en cambio no saben identificar cuándo se está en riesgo de consumo y las alternativas que tienen para protegerse (gráfica 1.5). Esto da la impresión de que el adolescente necesita de alternativas y herramientas que le permitan ampliar su percepción y

conocimiento sobre sí mismos y sobre el mundo que les rodea, la realidad. Lo cual forma una parte importante en la construcción de su identidad.

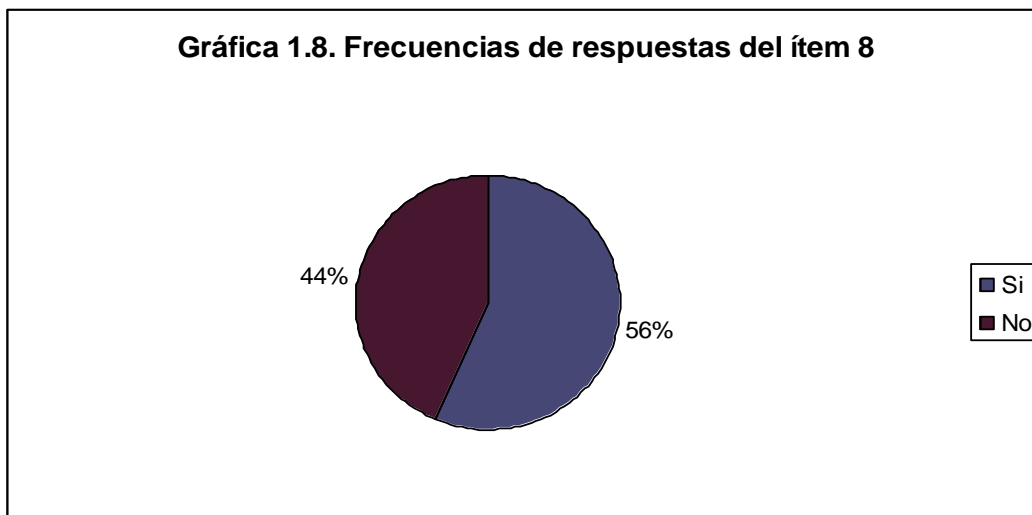


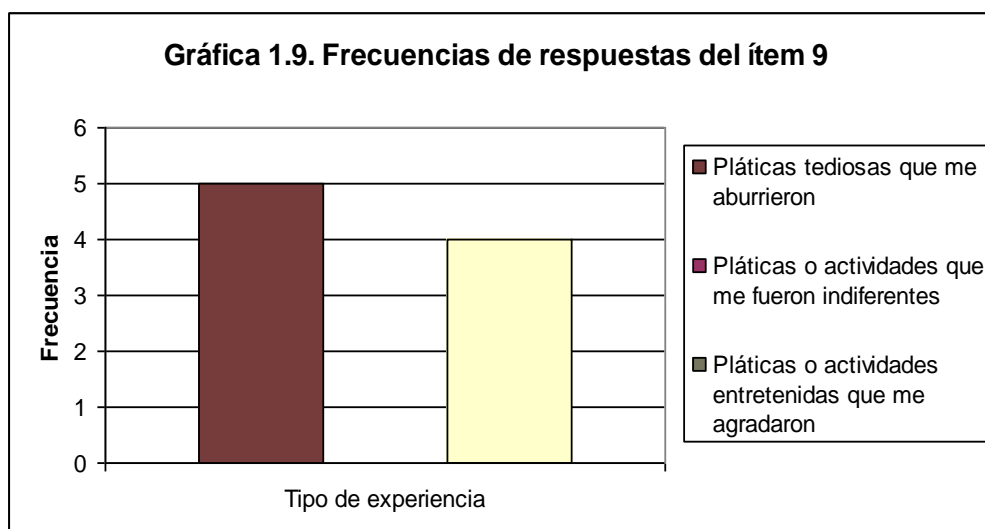
En la gráfica 1.6 y 1.7 se puede observar que el 75% de los adolescentes (12) ha recibido información sobre la prevención de adicciones en su institución escolar. A pesar de esto más de la mitad de este porcentaje (9) expresa que la prevención recibida fue de aspecto negativo, valorándola como pláticas tediosas y aburridas (6) e indiferentes (3). Poca población considera haber vivido una experiencia de prevención de adicciones entretenida o de su agrado (3), podría decirse que solo con estos últimos participantes se tuvo éxito seguro en cuanto a prevención. Con este resultado podemos corroborar la necesidad actual de modificar la práctica preventiva de adicciones en cuanto a objetivos, contenidos, materiales e inclusive la formación de los profesionales encargados de esta labor.



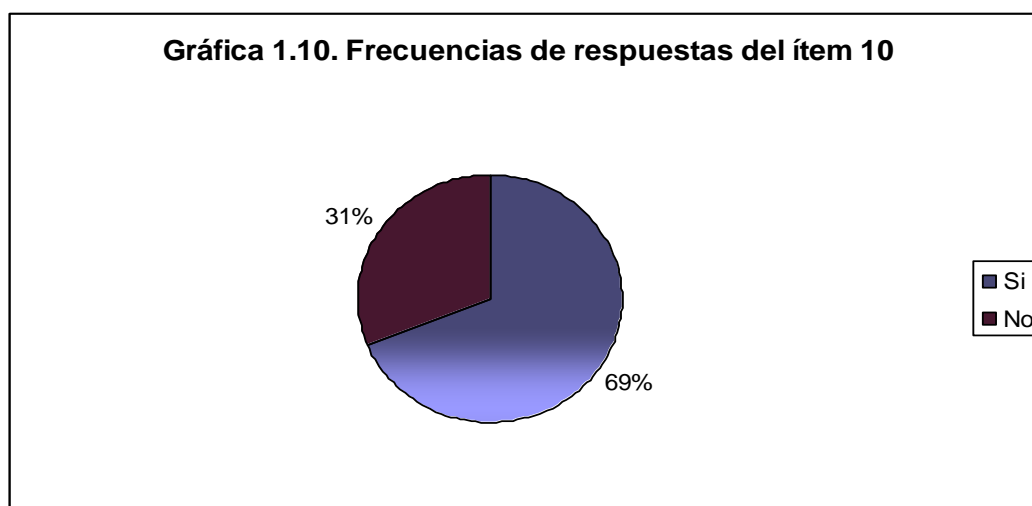


En cuanto a la experiencia de prevención comunitaria podemos apreciar que es de menor ocurrencia pues solo el 56% de los adolescentes la han recibido a diferencia del 75% que declaró recibirla en la escuela (Gráfica 1.8). Sin embargo, la opinión acerca del tipo de experiencia en el caso de la prevención comunitaria de los 9 participantes que afirmaron recibirla, más de la mitad (5) las categorizaron como pláticas tediosas y aburridas y el resto (4) dijeron haber recibido éstas de forma entretenidas y que fueron de su agrado. Tales datos hacen inferir que posiblemente la prevención en la comunidad es de carácter más amigable, positivo y efectivo para los adolescentes (Gráfica 1.9).





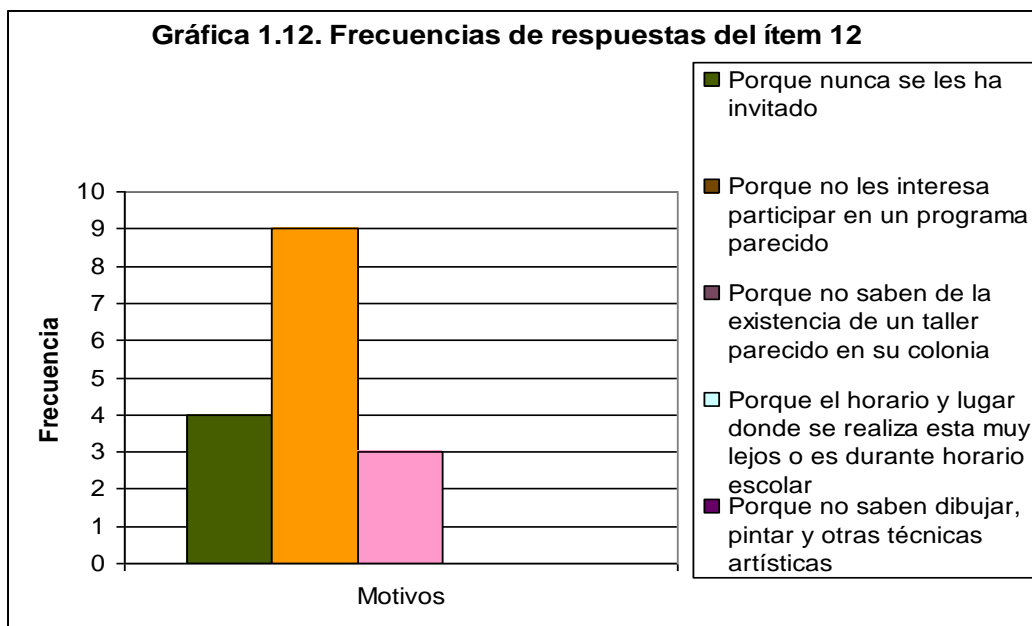
Para cerrar esta categoría se presenta en la gráfica 1.10 el conocimiento de los jóvenes acerca de algún centro encargado de la prevención de adicciones. Es interesante ver que más de la mitad de los sujetos de la muestra (11) tienen conocimiento de alguna institución, esto hace pensar que la gente sí sabe de la existencia de centros sociales o comunitarias. Habrá que preguntarse si tienen el mismo conocimiento acerca de las actividades de dichos centros.



- Categoría: Conocimiento, interés y motivación ante la experiencia artística

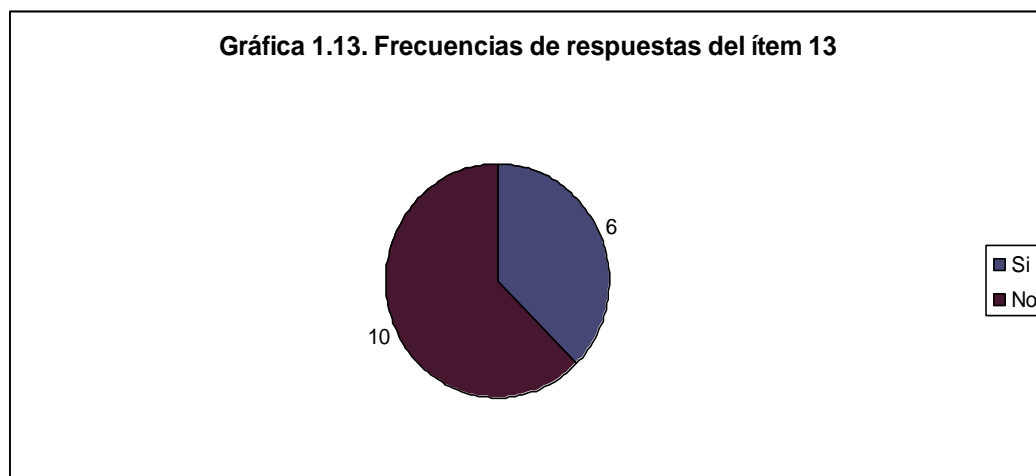
Como parte de los ítems de la presente categoría, en la gráfica 1.11 se aprecia que la mayoría de los cuestionados (11) no han tenido la oportunidad de participar en un programa artístico de prevención de adicciones y gozar de los beneficios del arte. Tomando en cuenta

la falta de vivencias de un taller de este tipo se les preguntó, basándose en su propia experiencia ¿cuáles son las razones por las que consideras que un joven no llega a participar en un programa así? , las razones se exponen en la gráfica 1.12.



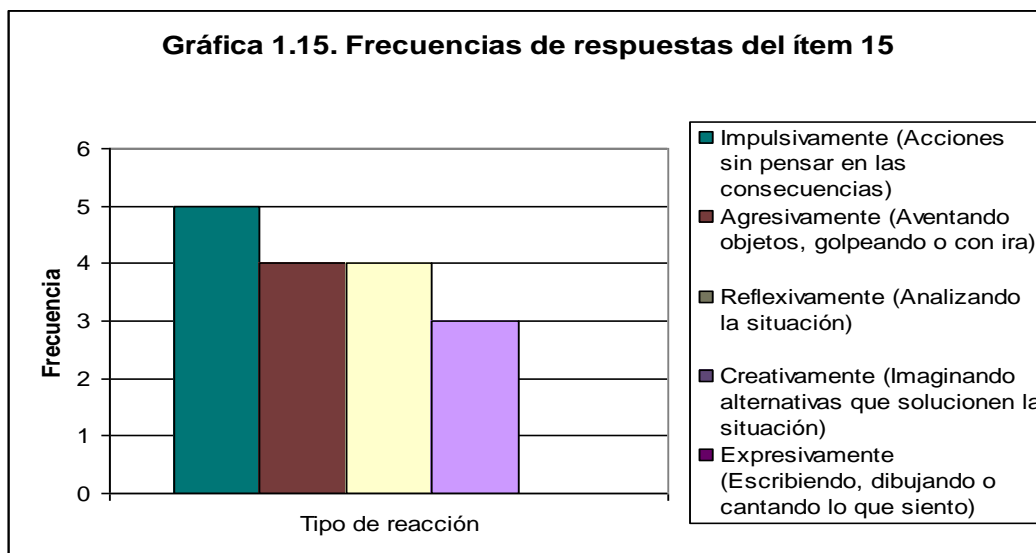
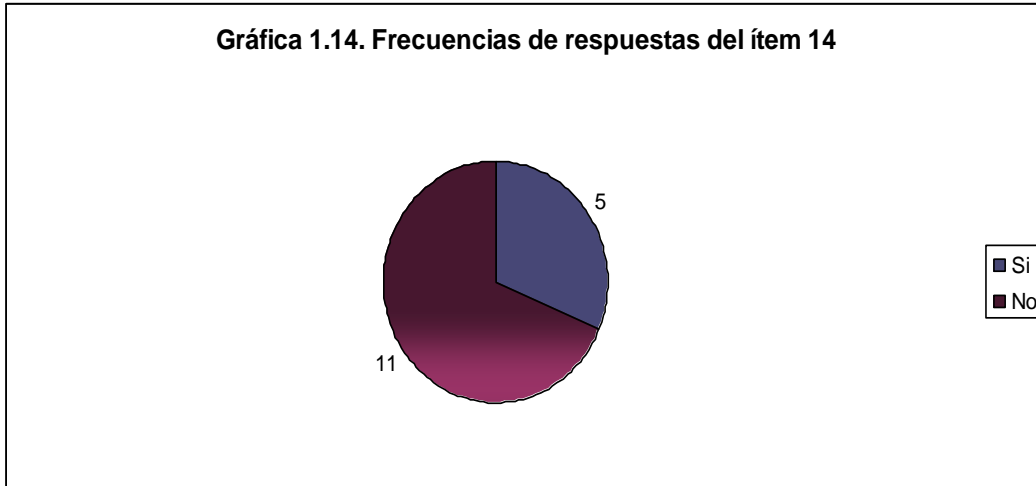
La mayoría de estudiantes (9) dicen considerar la falta de interés en experiencias artísticas como la principal razón por la que ellos no han participado en un programa así, seguido de la falta de invitaciones a talleres de esta índole (4) y por último porque no saben de la existencia de un taller parecido en su colonia (3). Tal situación de desmotivación ante la vivencia artística en el TLO se puede confirmar con los resultados obtenidos expuestos en

la gráfica 1.13 que contiene las respuestas a ¿Has ocupado tu tiempo libre para realizar actividades artísticas por gusto propio? Más de la mitad de los participantes no ha empleado su tiempo de manera voluntaria en actividades relacionadas con la expresión y la creación, por lo tanto las vivencias en este ámbito son muy escasas.

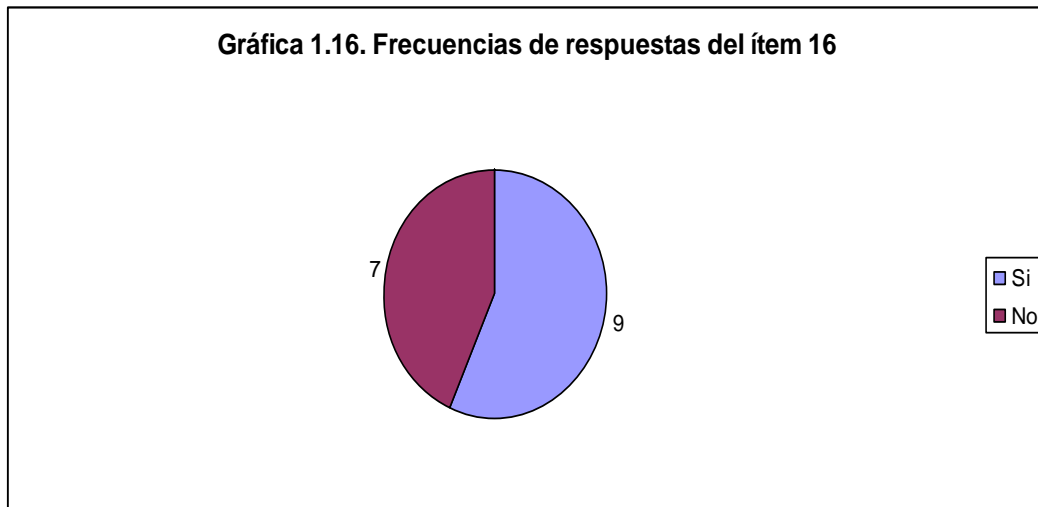


En la gráfica 1.14 se expone el grado de motivación con el que los jóvenes cuentan en relación a la práctica artística. Para conocer este aspecto se les preguntó ¿crees o te han dicho que tienes habilidad o talento en cuestiones artísticas como la pintura, dibujo, música o danza, por ejemplo? A la mayoría de los participantes (11) no se les ha reconocido o se les ha animado en alguno de estos aspectos, solo a pocos (5) les han dicho alguna vez que son buenos en cuestiones artísticas. La motivación y reconocimiento por parte de familias, profesores, pares u otras personas puede ser un estímulo importante para los jóvenes en la realización de actividades recreativas durante su TLO.

Uno de los propósitos de la presente intervención es promover la resolución de problemas y situaciones a través de la reflexión, creatividad y expresión. Para conocer cuál es la manera en la que los jóvenes de la muestra suelen solucionar situaciones problemáticas se les preguntó ¿De qué manera sueles reaccionar cuando estas molesto, triste o enojado por algún problema?, los resultados obtenidos se ilustran en la siguiente gráfica:



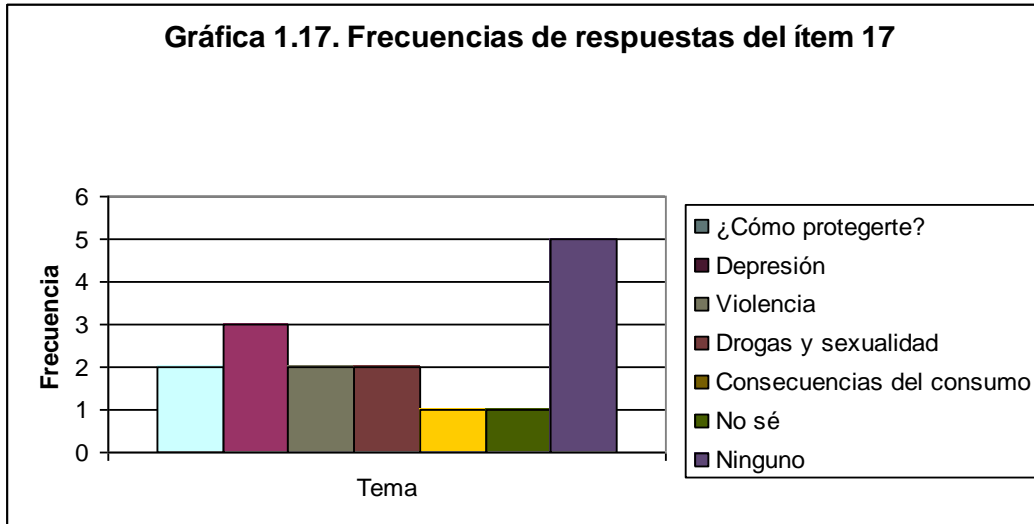
En la gráfica anterior se puede apreciar que la mayor parte de los jóvenes de la muestra (9) solucionan sus problemas y se desahogan de maneras poco saludables como impulsiva (5) y agresivamente (4), mientras la minoría declara hacerlo reflexiva (4) y creativamente (3). Ninguno de los participantes mencionó hacerlo de forma expresiva. Se puede ver que los adolescentes son capaces de reflexionar acerca de sus problemas y en la toma de decisiones, lo importante es que la expresión de sus decisiones sea basada en dicha reflexión.



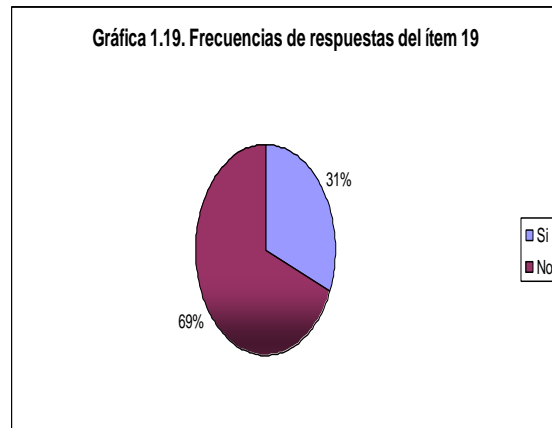
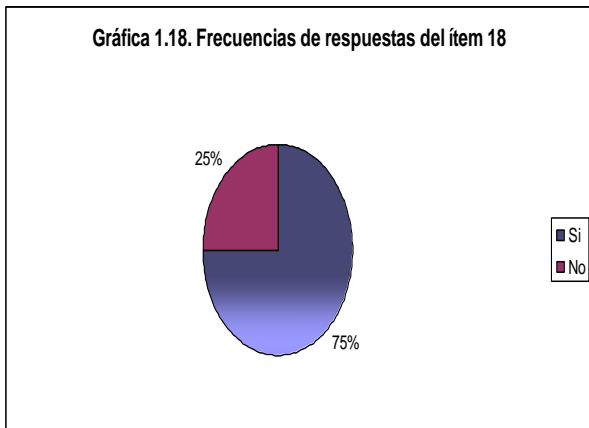
En cuanto al interés de los adolescentes para participar en un programa de prevención con actividades artísticas que promoviera el buen uso del TLO un poco más de la mitad (9) mencionaron que sí participarían mientras el resto (7), casi la mitad dijo que no participaría. Las razones (no graficadas) fueron: “porque no me interesa”, “porque me aburriría”, “porque no tengo tiempo”, “porque ya se lo que está bien y lo que está mal” y “porque no sé dibujar” (gráfica 1.16).

- Categoría: Intereses y experiencia personal

En la gráfica 1.17 se observa que los temas de mayor interés por conocer relacionados con el consumo de drogas para los jóvenes de la muestra son: la depresión (3), ¿cómo protegerte ante las drogas? (2), violencia (2), drogas y sexualidad (2) y consecuencias del consumo (1). El resto de los participantes expresaron no estar interesados en conocer ningún tema (5) y no saber qué tema (1). Los adolescentes tienen la necesidad de ser informados de temas actuales y la relación de estos con la realidad por la que atraviesan.



Finalmente para tener un acercamiento a la experiencia de los jóvenes en el consumo de drogas se preguntaron los ítems 1.18 y 1.19, con los resultados expuestos a continuación:



Se puede observar en las gráficas 1.18 y 1.19 que más de la mitad de los sujetos de la muestra (12) ya han tenido alguna experiencia de consumo de drogas legales o ilegales. Casi la mitad de estos (5) afirman que volverían a consumir, más de la mitad (7) señalaron que no volverían a consumir, mientras los restantes (4) dijeron no estar interesados en experimentar el consumo. Basándonos en la muestra podemos ver que para la edad adolescente de entre 12 y 16 años la mayoría de los jóvenes ya han probado por primera vez alguna droga y para un número considerable de ellos la experiencia fue agradable,

experiencia que muy probablemente se pudiera convertir en adicción. Esto hace reflexionar acerca de la necesidad actual de iniciar la prevención de adicciones desde edades más tempranas.

4.3.2 Entrevista a agentes de la comunidad.

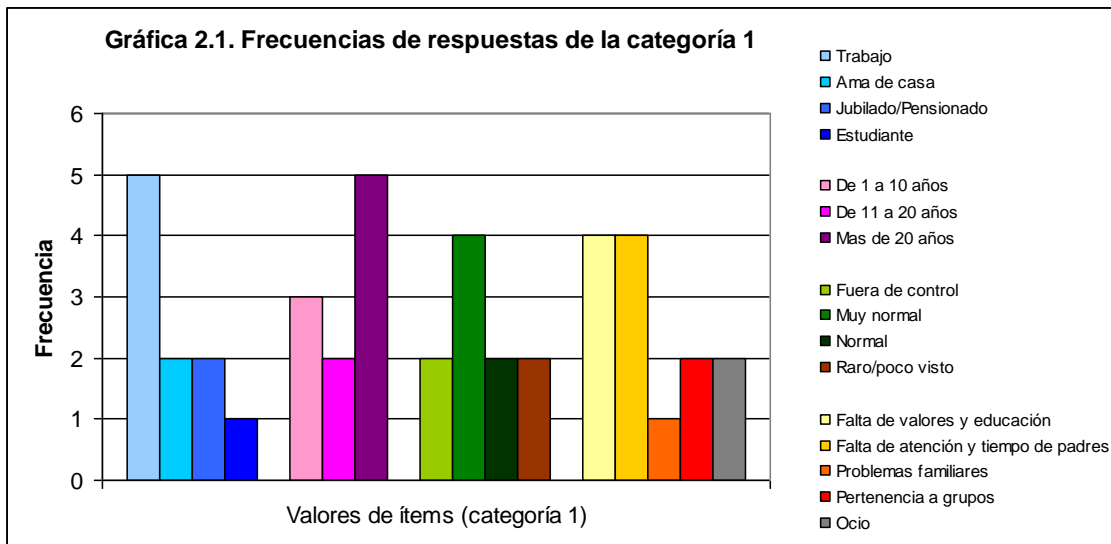
A continuación se presentan en la Tabla 4 los resultados obtenidos de la entrevista diagnóstico a agentes de la comunidad. De todas las categorías en la columna F (frecuencia) se registró el número de veces que fue mencionado algún valor, más no el número de agentes que lo mencionaron.

- Categoría 1. Percepción de la normalización del consumo de drogas en la colonia por parte de la comunidad.

Tabla 4. Síntesis de respuestas en el diagnóstico de la primera categoría

Ítem	Tipos de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
1. ¿A qué dedica la mayor parte de su día?	1. Trabajo 2. Ama de casa 3. Jubilado o pensionado 4. Estudiante	5 2 2 1	“Soy ama de casa, en mis tiempos libres asisto al centro de integración” “Trabajo todo el día aquí en el mercado” “Soy jubilado y en mis tiempos libres abro mi local”
2. ¿Cuántos años lleva en esta colonia (viviendo o trabajando)?	1. De 1 a 10 años 2. De 11 a 20 años 3. Más de 20 años	3 2 5	“Toda mi vida he vivido en Nonoalco” “Antes vivía en Iztapalapa pero ahora llevo 7 años en Nonoalco” “66 años viviendo en Nonoalco y siempre ha sido una problemática el consumo de drogas...”
3. ¿Cree que el consumo de drogas en esta colonia se ha vuelto algo normal de ver?	1. Fuera de control 2. Muy normal o común 3. Normal	2 4 2	“Uh... (risas) fatal, es el 100% el consumo de drogas en Nonoalco.” “Es una situación muy normal aquí y esta fuera de control. Ya no es raro ver a los jóvenes drogándose y a los señores también.”

	4. Raro o poco visto	2	“Es algo común de ver, ya no asusta a los que vivimos aquí.”
4. ¿Cuáles son las principales razones por las que cree que los jóvenes de esta colonia puedan llegar a experimentar el consumo de drogas?	Falta de valores y educación	4	“Hay falta de atención por parte de los padres y los chamacos la van a buscar con sus amigos o en la calle” “Para mí una de las principales razones es la falta de valores inculcados en casa y la falta de motivación de los padres para involucrar a sus hijos en actividades que prevengan el consumo de drogas”
	Falta de atención y tiempo de padres	4	
	Problemas familiares	1	
	Pertenencia a grupos	2	
	Ocio	2	



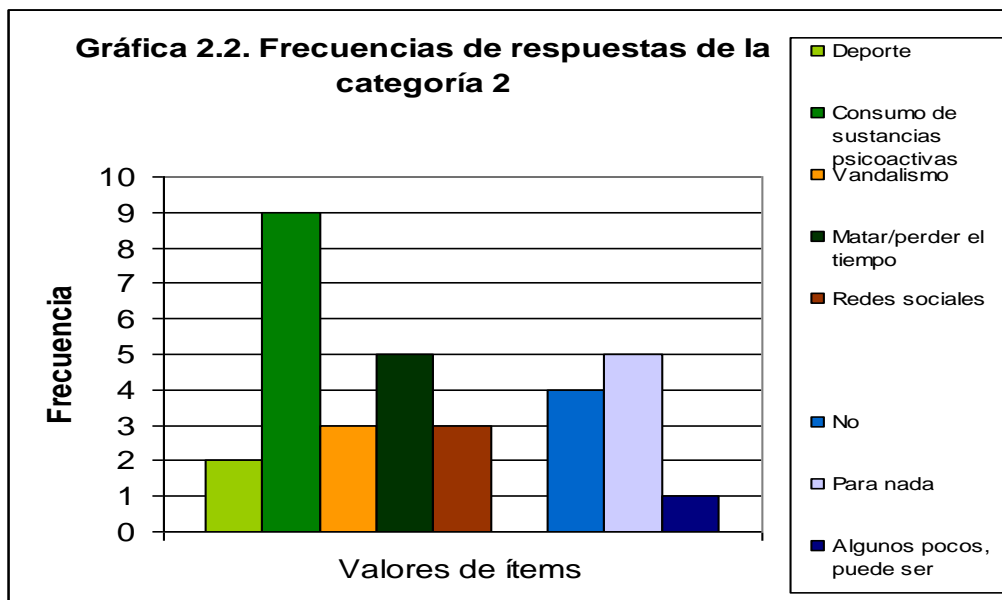
En la gráfica 2.1 se puede observar que la mitad de los agentes entrevistados (5) se dedican al trabajo. Tales actividades laborales absorben una cantidad considerable de horas diarias del individuo, lo cual es desventaja principalmente para las madres y padres de adolescentes y niños ya que no pueden estar completamente al tanto de las actividades de sus hijos y de la relación de estas con riesgo de consumo de drogas. La mayoría de las personas entrevistadas (7) tiene más de 10 años viviendo en la colonia, por lo tanto conocen bien la situación actual en cuanto al consumo y prevención de adicciones en la zona, conocen a sus jóvenes, sus costumbres, intereses y pasatiempos así como su situación socioeconómica, cultural y gubernamental.

A partir de los anteriores datos, se puede deducir que existe un estado de normalización del consumo en la comunidad de Nonoalco debido a que la mayoría de los agentes (8) consideran el consumo de drogas como una situación de normal hasta fuera de control, solo 2 expresaron considerar la situación como algo poco frecuente o visto actualmente. Las personas de la comunidad opinan que la experiencia de consumo de drogas por parte de sus jóvenes se da principalmente por la falta de valores y educación y por la falta de atención y tiempo por parte de los padres de familia, mencionando cada respuesta en cuatro ocasiones, esta última respuesta se relaciona con el ítem 1 de la presente categoría. La pertenencia a grupos, el ocio, al igual que los problemas familiares fueron mencionados en menor número de ocasiones como causa de las adicciones en los adolescentes.

- Categoría 2. Percepción de las prácticas de TLO en la comunidad

Tabla 5. Síntesis de respuestas en el diagnóstico de la segunda categoría

Ítem	Tipos de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
5. ¿Cuáles son las actividades que ha observado que realizan los jóvenes de la comunidad fuera de la escuela?	1. Deporte 2. Consumo de sustancias psicoactivas 3. Vandalismo 4. Matar el tiempo, perder el tiempo 5. Redes sociales (celular)	2 9 3 5 3	<p>“Se la pasan consumiendo sus drogas y robando a los negocios, el único deporte que hacen es en la escuela porque afuera nada más se quedan ahí tirados.”</p> <p>“Salen de la escuela los chamaquitos de la secundaria y se van al parquecito de enfrente a tomar y fumar, la otra vez vinieron los policías y les quitaron su botella de tequila, nada más les dejaron su refresco (risas).”</p> <p>“... los de la secundaria cuando salen se van a las canchas y como no hay lámparas se la pasan tomando y manoseando a las chamacas el resto del día”.</p> <p>“... mi sobrino de 16 años no tenía nada que hacer y se salía de vaguito y regresaba todo atarantado porque se iba a fumar su porquería, ahorita su papá ya lo metió a natación y le ha servido, al menos ese tiempo esta entretenido y el resto del tiempo tengo que estarlo vigilando”.</p>
6. ¿Considera que los jóvenes organizan su tiempo libre y le dan un buen empleo?	1. No 2. No, para nada 3. Algunos pocos, puede ser	4 5 1	<p>“No y eso es una falta de valores y de educación, desde chicos se les debió enseñar a distribuir sus tiempos en actividades que les sirvieran”.</p> <p>“No, ellos no organizan nada. Solo es: vamos a echar relajo y nada más”</p> <p>“Uy no... para nada. No fueron educados para eso”.</p>



Se observa en la gráfica 2.2 que las actividades con más frecuencias realizadas por los adolescentes de la colonia según la percepción de los agentes de la comunidad son en primer lugar las relacionadas directa o indirectamente con el consumo de sustancias psicoactivas (9), en seguida se encuentra “matar el tiempo o perder el tiempo” (5), con esto se referían en especial a “vagar” o “quedarse sentado en la banqueta o parque viendo que acontece”. En tercer lugar se encuentran actividades relacionadas con el vandalismo (asaltos y robos) (3), el uso de redes sociales (3) y al final se encuentran las actividades deportivas (2). Las personas de la comunidad insisten en que es una obviedad que los jóvenes no cuentan con un hábito de organizar su TLO (4) o que para nada lo hacen (5). En esta situación, como menciona Cuenca (2003) prevalece un empleo del TLO negativo de tipo nocivo y vacío.

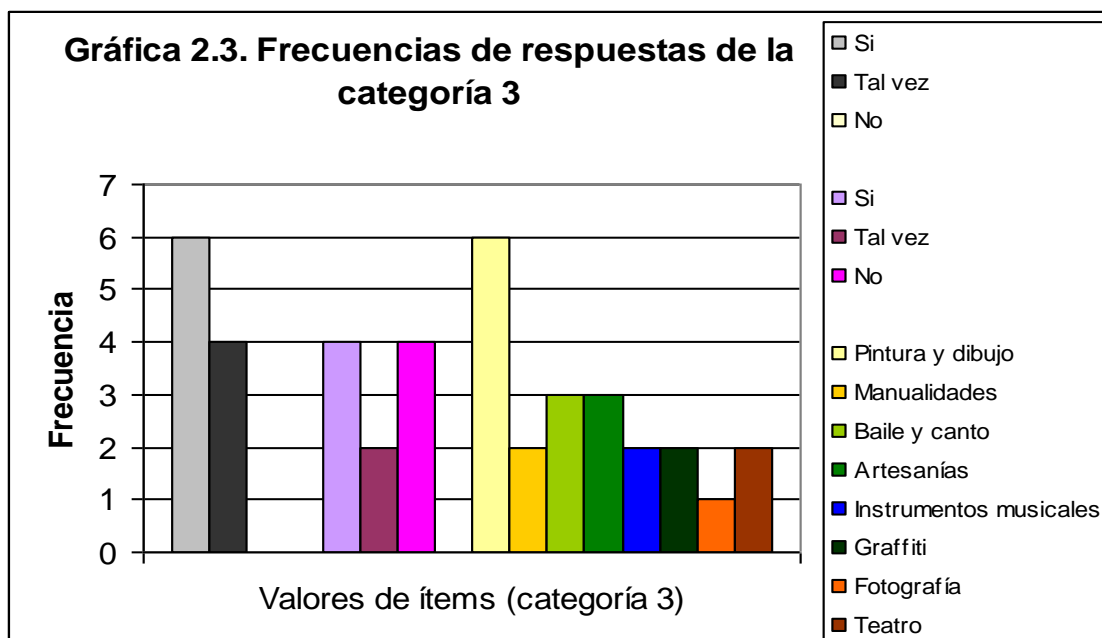
- Categoría 3. Importancia de la comunidad al TLO protector y grado de apoyo al programa.

Tabla 6. Síntesis de respuestas en el diagnóstico de la tercera categoría

Ítem	Tipo de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
7. ¿Cree que sería satisfactorio un programa de prevención de adicciones en la comunidad que invite a los jóvenes a utilizar su tiempo libre y de ocio a la realización de actividades artísticas?	1. Si 2. Tal vez 3. No	4 0	<p>“Los jóvenes necesitan ser motivados para sentirse capaces de hacer y aprender algo nuevo”</p> <p>“... aprenderían a hacer algo con estas actividades, no andarían ideando”</p> <p>“Un taller para usar el tiempo libre sí, con algo así no les quedaría tiempo para estar drogándose o pensar en hacerlo”</p>
8. ¿Usted estaría interesado o dispuesto a apoyar un proyecto de este tipo? ¿De qué manera?	1. Si 2. Tal vez 3. No	4 2 4	<p>“ Si apoyaría invitando a jóvenes al taller y asistiendo a sus exposiciones”</p> <p>“Si animándolos a participar, reconociendo su trabajo y dando lo que se acomode a mis recursos. Hace unos años apoye al centro de integración con un taller de reparaciones electrónicas, tenía diez alumnos o más y me quede con uno, me sentí mal y me gustaría volver a apoyar y aprender para la próxima hacerlo mejor”</p> <p>“Si, yendo a ver lo que hacen por curiosidad”</p> <p>“No podría, no tengo tiempo”</p> <p>“No me interesaría apoyar porque eso es trabajo del centro”</p>
9. ¿Me puede ayudar dando sugerencias de actividades artísticas para el tiempo libre y ocio de los jóvenes con propósitos preventivos?	1. Pintura y dibujo 2. Manualidades 3. Baile y canto 4. Estructuras artesanales (alebrijes, objetos, formas) 5. Instrumentos musicales 6. Graffiti 7. Fotografía 8. Teatro	6 2 3 3 2 2 1 2	<p>“Artesanías como pulseras de hilo o alambre, aretes, lámparas o cosas con materiales reciclados. A lo mejor y hasta después las puedan vender”</p> <p>“Algo que los haga ser creativos, inventar cuentos, dibujar lugares, no sé, algo así”</p> <p>“Figuras con plastilina, teatro o tocar algún instrumento”</p> <p>“Yo propondría baile, organización de bailes típicos, teatro y pintura”</p> <p>“Manualidades o murales bien hechos que adornen los muros viejos de la colonia.</p>

A continuación en la gráfica 2.3 podemos ver que un poco más de la mitad de los agentes (6) considera que sería satisfactorio un programa de prevención de adicciones por medio de actividades de expresión artística. A pesar de esto y basándome en las respuestas, se pudo percibir la falta de credibilidad por parte de los agentes en los beneficios del arte, 4 de ellos mencionaron que tal vez el arte podría ser una alternativa útil para prevención, sin embargo, diez agentes entrevistados dudaron respecto a éste tipo de actividades recreativas, mencionando que para su éxito es muy necesario organización, difusión, motivación y control. Más de la mitad de los entrevistados probablemente no apoyarían al programa, mencionando “No” (4) y “Tal vez” (2), el resto de los agentes (4) dijeron apoyarían al programa de acuerdo a su tiempo y recursos.

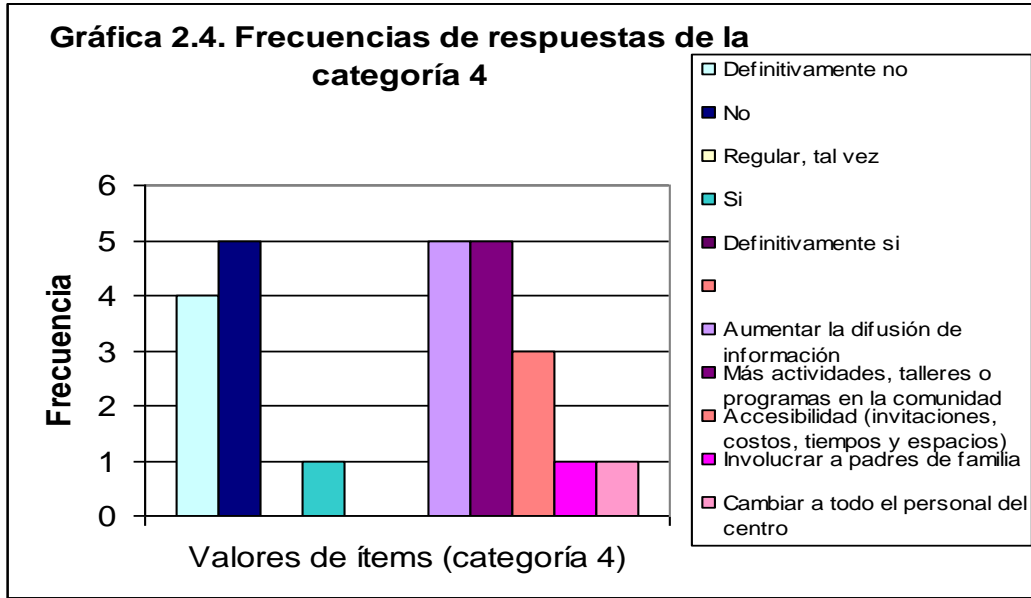
En cuanto a las sugerencias de actividades artísticas que los agentes consideran que llamarían la atención en los jóvenes se menciona primeramente el dibujo y pintura (6), en seguida el baile y canto (3) y las artesanías (3), en tercer lugar las manualidades (2), instrumentos musicales (2), graffiti (2) y teatro (2), la menos mencionada fue la fotografía (1). Es deseable que la comunidad brinde apoyo a la recreación de sus jóvenes, ya que son ellos los principales actores encargados de construir una red de protección que se incluya en su cultura como una aportación positiva para su crecimiento.



- Categoría 4. Apoyo a la atención y prevención de adicciones por parte de instituciones

Tabla. 7. Síntesis de respuestas en el diagnóstico de la cuarta categoría

Ítem	Tipo de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
10. ¿Considera que en la colonia existe la suficiente información y difusión de programas de prevención de adicciones?	1. Definitivamente no 2. No 3. Regular, tal vez 4. Si 5. Definitivamente si	4 5 0 1 0	<p>“No, para nada, los del centro de integración no hacen nada. Hace tiempo unos vecinos y yo queríamos pedir a la delegación las instalaciones del centro de integración para volverlo a hacer guardería como antes era, porque estos amiguitos del centro no hacen lo que deberían. No lanzan actividades para ayudar a la gente y muchas personas que están ahí disque ayudando nada más están de chismosas.”</p> <p>“... nada más veo que entran algunas personas pero no veo que salgan a informar a la gente y más a los chamacos que lo necesitan.”</p> <p>“Nada de eso, al menos yo nunca he recibido algún folleto de un centro o de alguna actividad personalmente y tampoco he visto pegado algún cartel o algo parecido.”</p>
11. ¿Qué cambios propondría al respecto?	1. Aumentar difusión de información 2. Más actividades, talleres o programas 3. Accesibilidad (Invitaciones, costos, tiempos y espacios) 4. Involucrar a padres de familia 5. Cambiar a todo el personal del centro	5 5 3 1 1	<p>“Que se creen más espacios para que los niños y jóvenes puedan realizar actividades que les sirvan y que el centro informe más a la gente, que se vea movimiento.”</p> <p>“Hacer actividades en donde los jóvenes aprendan oficios o crear algo y así se sientan útiles y capaces.”</p> <p>“Yo creo que debe de haber gente que se acerque a los chavitos porque está el centro pero las personas no entran, si la gente no va y menos los chamacos entonces que los del centro salgan a las calles”.</p> <p>“Que se cambie el personal del centro y se vayan de ahí las personas que no tienen nada que hacer ahí”.</p>



Para terminar, en la última categoría expuesta en la gráfica 2.4 la mayoría de los agentes expresan que no existe una prevención de adicciones adecuada en la colonia, considerando que no la hay (5), que definitivamente no la hay o para nada existe (4), solo una persona cree que sí existe la suficiente y adecuada prevención de adicciones en Nonoalco.

Ante la presente problemática los agentes entrevistados creen que los principales cambios de mejora de la situación son el aumento de información a la comunidad acerca del consumo de drogas (5) y el desarrollo de programas de prevención, así como el aumento de actividades, talleres y cursos que atiendan desde niños hasta adultos mayores (5). Posteriormente valoran la accesibilidad a la prevención de adicciones como un cambio necesario, proponiendo que ésta sea a bajo costo, tiempos y espacios accesibles (3), en último lugar se mencionó involucrar a los padres de familia (1), así como cambiar a todo el personal del centro para un mejor funcionamiento de este (1). Se puede percibir la necesidad de crear, implementar y difundir acción para la salud que atiendan la problemática y sean accesibles para la población de la colonia.

4.3.4 Entrevista a agentes dedicados a la prevención de adicciones.

A continuación se presentan los resultados obtenidos de la entrevista diagnóstico ordenados por categoría. De acuerdo a la tabla 8 en el caso de F (frecuencia) se registró el número de

veces que fue mencionada la misma respuesta, más no el número de agentes que la expresaron.

- Categoría 1. Formación y desempeño profesional en la prevención de adicciones relacionada con el TLO

Tabla 8. Síntesis de las respuestas de la primera categoría (agentes en prevención de adicciones)

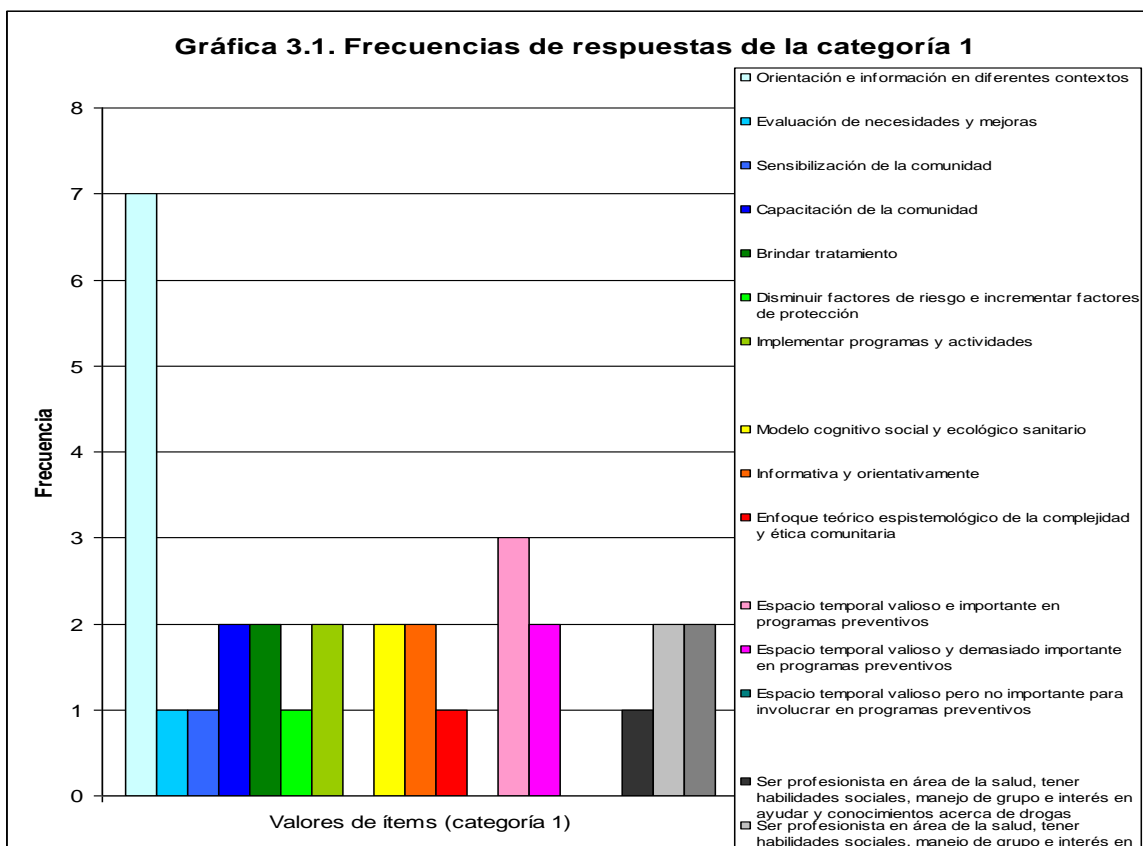
Ítem	Tipo de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
1. ¿Cuáles son sus funciones a desempeñar como agente en la prevención de adicciones?	<p>1. Orientación e información en diferentes contextos</p> <p>3. Evaluación de necesidades y mejoras</p> <p>4. Sensibilización de la comunidad</p> <p>5. Capacitación de la comunidad</p> <p>6. Brindar tratamiento</p> <p>7. Disminuir factores de riesgo e incrementar factores de protección</p> <p>8. Implementar programas y actividades</p>	<p>7</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p>	<p>“Básicamente realizar actividades de orientación y capacitación para adolescentes, adultos jóvenes y padres de familia.”</p> <p>“Mi tarea es abrir un área de prevención y tratamiento para las comunidades por medio de la sensibilización de la población y posteriormente de una capacitación en prevención de adicciones a la comunidad con el objetivo de crear redes de prevención”.</p> <p>“Orientación Preventiva de Adolescentes (OPP), Orientación Preventiva Infantil (OPA), Información Pública Periódica (OPAJ), Información en el Contexto Comunitario (ICC) e Información en el Contexto Escolar (ICE)”.</p>
2. ¿De qué manera o desde que enfoque lleva usted a cabo la prevención de adicciones?	<p>1. Modelo cognitivo social y ecológico sanitario</p> <p>3. Informativa y orientativamente.</p> <p>5. Enfoque teórico epistemológico de la complejidad y ética comunitaria</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>1</p>	<p>“CIJ está basado en un modelo ecológico sanitario y en el aprendizaje cognitivo social”</p> <p>“De manera informativa y orientativa. Primero se da difusión de los servicios del centro, después se brindan platicas acerca de las adicciones y al final se reúne a los sujetos más vulnerables ante el consumo para trabajar con este grupo por sesiones”.</p> <p>“Trabajo desde un enfoque teórico epistemológico de la complejidad y ética comunitaria basado en el modelo ECO2 que consiste en la intervención sobre fenómenos de sufrimiento social que emplea las redes sociales como una útil y poderosa perspectiva teórico-</p>

			metodológica...”
3. ¿Qué es para usted el tiempo libre y de ocio y cual consideras que es su valor relacionado con programas de prevención?	<p>1. Espacio temporal valioso e importante para los programas preventivos</p> <p>2. Espacio temporal valioso y de suma importancia para los programas preventivos</p> <p>3. Espacio temporal valioso pero no es importante involucrar en programas preventivos</p>	3 2 0	<p>“Es un tiempo de desarrollo personal que debe de estar equilibrado con los demás tiempos... los “chavos” no emplean bien su tiempo libre, para ellos el tiempo libre es sinónimo de consumir”.</p> <p>“... durante él se debe ayudar a mejorar la salud física y mental... puede ayudar a mantener al adolescente lejos de pensar en el consumo pues el individuo puede conocer actividades recreativas preferentemente o desarrollar sus habilidades en hobbies.”</p> <p>“...es un espacio temporal que no tenemos instalado. La población solo hace lo que se le ocurre durante este espacio y por ello existe la necesidad de instalarlo en la vida diaria de forma organizada”.</p>
4. ¿Qué formación o habilidades consideras que debe tener un agente para llevar a cabo un programa preventivo que promueva el buen empleo de TLO?	<p>1. Ser profesionista en alguna área de la salud, tener habilidades sociales, manejo de grupo e interés en ayudar y conocimiento del uso y abuso de drogas.</p> <p>2. Ser profesionista en alguna área de la salud y tener habilidades sociales, manejo de grupo e interés en ayudar.</p> <p>3. Solo habilidades sociales, manejo de grupo e interés en ayudar.</p>	1 2 2	<p>“Profesionista en áreas de la salud como medicina, trabajo social, psiquiatría, psicología, sociología y tal vez hasta antropología, debe tener habilidades sociales e interés en ayudar, además de contar con información del uso y abuso de sustancias, riesgos y daños a la salud y actividades para el desarrollo humano”.</p> <p>“...un profesionista en el área de la salud, además de contar con técnicas de manejo de grupo, estrategias de intervención y habilidades sociales”.</p> <p>“No creo que sea necesario contar con una licenciatura pero si tener buen manejo de grupos, habilidades sociales...”</p>

Podemos observar en la gráfica 3.1 que los agentes dedicados a la prevención de adicciones llevan a cabo como parte de su labor profesional, principalmente, la información y orientación acerca del uso y abuso de drogas en distintos contextos (7), seguido de capacitación a la comunidad (2), tratamientos (2) y realización de actividades e implementación de programas (2), las tareas con menos menciones fueron la evaluación de

las necesidades y cambios de mejora de la comunidad, así como la sensibilización de la comunidad (1) y la disminución de factores de riesgo e incrementación de factores de protección (1). Podemos deducir que la principal y regular actividad de los agentes se reduce a informar y orientar de manera oral a la población. Dicha afirmación la podemos ver reflejada en los resultados del ítem 2, en el cual vemos que una de las maneras de llevar la prevención de adicciones más mencionada por los agentes fue de forma informativa y orientativa (2), al igual que basados en el modelo cognitivo social y ecológico sanitario (2) el cual es impuesto por Centros de Integración Juvenil. Por último la minoría dijo hacerlo desde un enfoque teórico epistemológico de la complejidad y ética comunitaria (1). Habría que preguntarse por qué a pesar de estar consciente de que la manera de prevención actual no es la más adecuada y significativa para los adolescentes se continúa implementando sin alguna modificación favorable.

En cuanto al concepto de TLO y su valor en programas de prevención de adicciones, la mayoría de los agentes (3) dio respuestas relacionadas con que es un espacio temporal valioso e importante para los programas preventivos, mientras el resto (2) dijo que era un espacio temporal demasiado importante para los programas preventivos, ya que es durante este tiempo en el que se da el consumo de drogas, por lo tanto es necesario darle un giro y emplearlo como zona de protección ante el riesgo de consumo. Se les preguntó a los



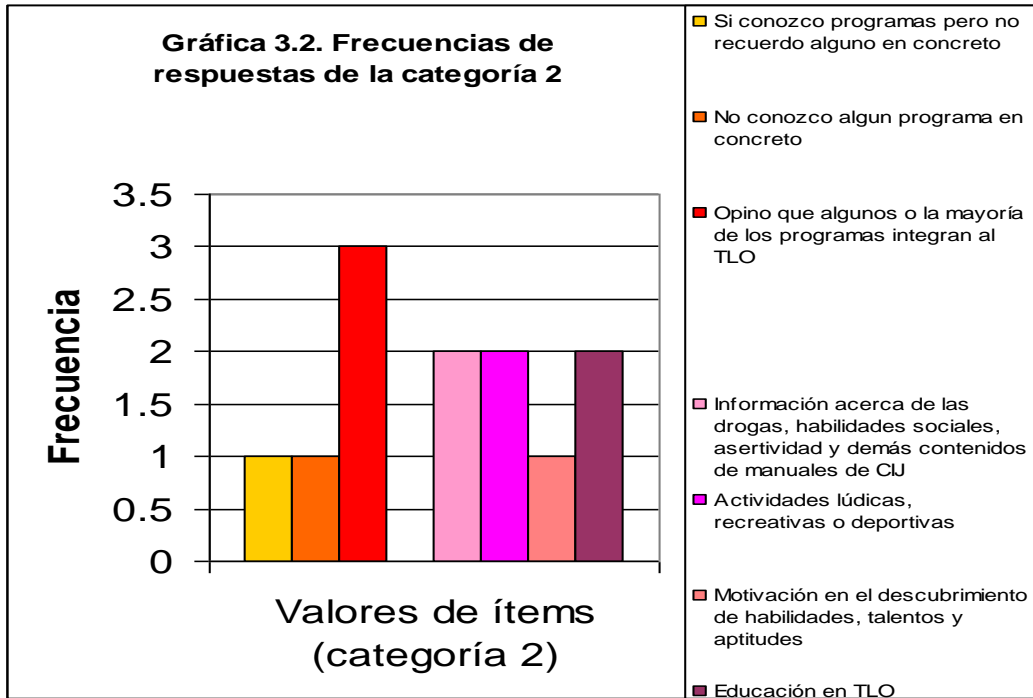
agentes cual era la formación e información con la que se debe contar para la el diseño, implementación y desarrollo de un programa de prevención de adicciones, a lo cual la mayoría de los agentes (3) están de acuerdo en que se debe de tener una profesión en alguna área de la salud, además de contar con habilidades sociales, manejo de grupo, interés en ayudar e información acerca del uso y abuso de drogas. El resto de los agentes (2) expresó que no es necesario ser profesionista (licenciatura) en alguna área de la salud, basta con tener buenas habilidades sociales, manejo de grupo e interés en ayudar.

- Categoría 2. Estado y calidad de la información y métodos de prevención actuales y con inclusión del TLO.

Tabla 9. Síntesis de las respuestas de la segunda categoría (agentes en prevención de adicciones)

Ítem	Tipo de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
5. ¿Tiene información sobre programas preventivos de adicciones apoyados en TLO?, ¿Por qué?	1. Conocen programas enfocados en TLO pero no recuerdan alguno en concreto 2. No conocen algún programa en concreto 3. Opinan que algunos o la mayoría de los programas integran al TLO	1 1 3	“Existen programas que promueven actividades musicales y recreativas como una alternativa para el tiempo libre, ahora no recuerdo un nombre en específico”. “No tengo información de alguno que se enfoque en TLO, creo que algunos lo integran pero no cuento con alguno que se base en esto”. “... la mayor parte de los programas tienen algo de eso, sin embargo son pocos los que se enfocan de lleno al buen empleo del TLO”.
6. ¿Qué tipo de contenidos consideraría tendría que tener un programa preventivo en adicciones con inclusión de TLO?	1. Información acerca de las drogas, habilidades sociales, asertividad y demás contenidos de los manuales de CIJ 2. Actividades lúdicas, recreativas o deportivas 3. Motivación en el descubrimiento de habilidades, talentos y aptitudes	2 2 1	“...toma de decisiones, asertividad y descubrimiento de habilidades”. “...se debe de construir un instrumento diagnostico que permita conocer en que ocupa su tiempo libre el paciente y a partir de ello crear un programa con actividades lúdicas, recreativas o deportivas considerando los recursos con que se cuentan, hay que usar los pocos o muchos recursos que se tienen a la mano”.

	4. Educación en TLO	2	“ Temas que hagan reflexionar sobre el cómo valor y organización del TLO”
--	---------------------	---	---



Se puede apreciar en la gráfica 3.2 que la mayoría de los agentes (3) consideran que actividades y contenidos del uso del tiempo libre se encuentran integrados en algunos programas de prevención de adicciones, sin embargo, ninguno de estos agentes conoce algún programa basado en la promoción del ocio recreativo y alternativas que le atiendan. Mientras tanto, solo un agente expresó sí conocer un programa basado en TLO del cual no recordaba su nombre. El resto mencionó no conocer algún programa en concreto de ese tipo (1).

Para el diseño de la presente intervención se les pidió a los agentes que recomendarán contenidos que debería de tener un programa de prevención basado en tiempo libre para la recreación. Éstos consideraron los siguientes contenidos como ideales para abordar dentro de un programa basado en el fomento del desarrollo de habilidades durante el tiempo libre, información acerca de drogas, habilidades sociales, asertividad y contenidos que se pueden encontrar en los manuales de CIJ (2), más que contenidos, actividades lúdicas, recreativas o

deportivas (2), temas relacionados con la educación en TLO (2) y el descubrimiento de habilidades, talentos o aptitudes y la motivación en esto (1).

- Categoría 3. Opinión acerca del programa preventivo de adicciones de TLO por medio de actividades artísticas.

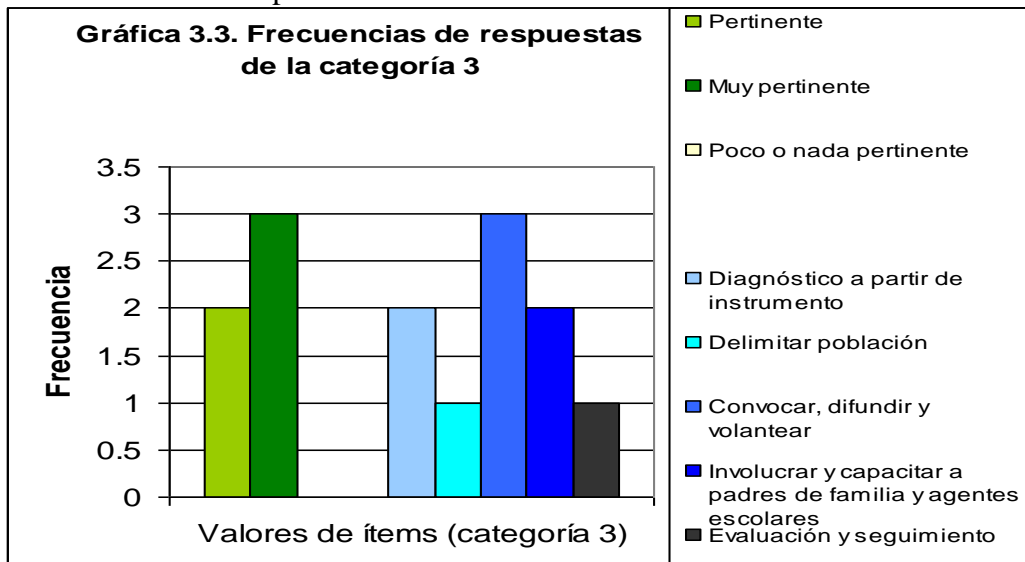
Tabla. 10. Síntesis de las respuestas de la tercera categoría (agentes en prevención de adicciones)

Ítem	Tipo de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
7. ¿Qué opina respecto a un programa de prevención de adicciones que realice actividades artísticas usándolas como medio reflexivo, creativo y expresivo durante el TLO de los jóvenes?	1. Pertinente 2. Muy pertinente 3. Poco o nada pertinente	2 3 0	<p>“Súper padre, bien porque hay muchos que eso es lo que les gusta y los mantiene centrados en este tipo de actividades recreativas. Creo que está muy bien y es pertinente”.</p> <p>“...una de las dificultades del adolescente es poder expresar lo que siente y piensa y a través de esto puede llegar a mostrar sus ideas. Con un programa así se daría el espacio para expresar lo que muchas veces no se habla pero se actúa”.</p> <p>“Sería genial... un programa de ese tipo podría ser la base para que viva experiencias distintas como la y para que tenga una oportunidad de encontrar su talento o habilidad en esta área”.</p>
8. ¿Qué acciones propondría para el desarrollo y promoción de programas sobre prevención de adicciones con TLO como factor protector?	1. Diagnóstico a partir de instrumento 2. Delimitación de la población 3. Convocar, difundir y volantear 4. Involucrar y capacitar a padres de familia y agentes de instituciones	2 1 3 2	<p>“Primero tener un diagnóstico de la comunidad, que el diagnostico nos arroje los recursos con que se cuenta, convocar a la población que corresponda a las características del programa y darlo a conocer, ejecutar el programa bien planeado y que este sea dinámico en el aspecto de tener parte informativa y parte recreativa (actividades deportivas, artísticas y culturales), por ultimo evaluar y dar</p>

	escolares		seguimiento al programa”.
	5. Evaluación y seguimiento	1	“Ferias informativas, actividades comunitarias, actividades en familia, inclusión de los padres en el aspecto informativo, sensibilización y capacitación a docentes y personal directivo de las escuelas”.

En los resultados de la categoría 3 (gráfica 3.3) podemos observar que todos los agentes entrevistados (5) consideran que un programa de prevención de adicciones que promoviera el buen empleo de tiempo y ocio a través de actividades de expresión artística sería de pertinente (2) a muy pertinente (3). Las razones giran en torno a que los jóvenes necesitan este tipo de actividades más atractivas, diferentes, beneficiosas y formativas que les ayuden a abrir una nueva perspectiva de sí mismos y a tener nuevos aprendizajes. En cuanto a las acciones concretas para poder llevar a cabo la planeación y ejecución de dicho programa la más mencionada fue convocar, difundir y volantear (3), seguido de la realización de un diagnóstico de la población (2) y de la tarea de involucrar a padres de familia (2).

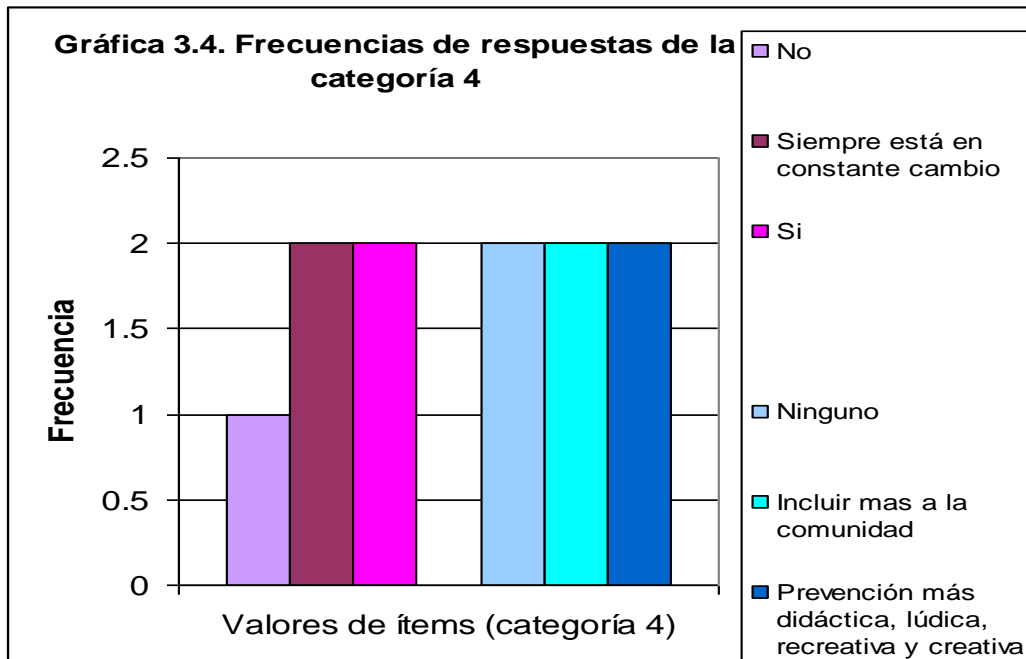
Por último, las acciones menos recomendadas fueron la delimitación de la población (1) y la evaluación y seguimiento del programa (1). A partir de estos resultados podemos ver que la acción que más realizan los agentes es directamente el convocar, difundir y volantear, lo cual corre el riesgo de que el programa se quede en ese punto debido a que muchas veces deja de considerarse la aplicación previa de un diagnóstico que dé cuenta de las necesidades, situación y recursos de la comunidad para a partir de ello poder ofrecer algo acorde al contexto de la población.



- Categoría 4. Postura ante la forma de prevención de adicciones en la actualidad

Tabla 11. Síntesis de las respuestas de la cuarta categoría (agentes en prevención de adicciones)

Ítem	Tipo de respuestas obtenidas (valores)	F	Ejemplos: respuestas sobresalientes
10. ¿Considera que actualmente es necesario cambiar o modificar la metodología de la prevención de adicciones? ¿Por qué?	1.No 2. Siempre está en constante cambio 3. Si	1 2 2	<p>“No hay poblaciones estáticas por lo tanto los programas tienen que moverse... las intervenciones siempre tienen que modificarse de acuerdo a las características y necesidades del contexto”.</p> <p>“...ya tenemos más de 90 tipos de tratamientos, en todo caso sería el profesionista el que debería de realizar cambios en la práctica”.</p> <p>“Si porque los manuales en los que se supone debemos de basarnos las actividades planteadas son de aspecto informativo y poco atractivas”.</p>
11. ¿Qué cambios propondría al respecto?	1. Ninguno 2. Incluir más a la comunidad 3. Prevención más didáctica, lúdica, recreativa y creativa.	2 2 2	<p>“Uso de las tics, multimedia, formas de hacerlo más accesible, actividades comunitarias y recreativas como por ejemplo teatro recreativo y más uso de material didáctico”.</p> <p>“Que la prevención sea de manera más lúdica, vivencial y creativa”.</p> <p>“Recobrar la esencia comunitaria y trabajar en la articulación social donde todos los agentes de la comunidad se sensibilicen y trabajen en la creación de su propia red de protección ante riesgos sociales”.</p>



En los resultados de la última categoría podemos observar que la mayoría de los agentes consideran que sí se debe de modificar la práctica preventiva de adicciones, algunos de ellos opinan acerca de esto que es un cambio constante, ya que todas las poblaciones y contextos en los que se interviene son diferentes (2). Uno de los expertos insiste en que debe de haber un cambio radical en cuanto al tipo de actividades de prevención a manera de hacerlas entretenidas, atractivas, recreativas, creativas y por lo tanto significativas. En cuanto a los cambios para la mejora hubo un balance en las respuestas de los agentes, éstas se enfocan principalmente en incluir más a la comunidad (2) y en optar por una prevención más didáctica, lúdica, recreativa y creativa (2).

4.3.5 Conclusiones del diagnóstico.

- Diagnóstico en relación a los adolescentes

A pesar de que la mayor parte de la muestra de los adolescentes expresa dedicarse a actividades que le absorben muchas horas diarias, como la escuela por ejemplo, también se observa que gran parte de la muestra cuenta con amplios espacios de tiempo libre el cual es utilizado principalmente en actividades poco relacionadas con la recreación o reconstrucción personal. No afirmo que actividades como redes sociales, televisión o

buscar nuevas experiencias sean absolutamente de carácter destructivo, sin embargo, creo que no son actividades que brinden beneficios para la recreación del ser humano al grado como las puede ofrecer las actividades deportivas, culturales, artísticas o hasta espirituales. Los jóvenes de la muestra no reflejan haber sido formados para la obtención del hábito para jerarquizar, planear y organizar los tiempos de sus actividades. Tal situación es preocupante pues se confirma que efectivamente hay exceso de momentos de ocio en su día a día, lo cual genera espacios de riesgo ante el abuso en el consumo de drogas.

Para la atención de dicha problemática se apreció que los jóvenes sí han contado con prevención, ya sea por parte de su institución escolar o por parte de algún centro social o delegacional. Sin embargo, la calidad de la prevención recibida ha sido poco satisfactoria, principalmente en el ámbito escolar, ya que los participantes la han considerado mayoritariamente como pláticas tediosas que lo único que aportaron fue aburrición e información poco atractiva.

Basándome en la información que más conocen los jóvenes referente al consumo de drogas, opino que se debe de dejar a un lado contenidos predominantemente teóricos y enfocarse en el aporte de nueva información y actividades que brinden alternativas dinámicas y diferentes a la práctica preventiva de adicciones. Un punto de partida importante es considerar los temas de su incumbencia como parte de los contenidos a desarrollar en un programa preventivo de adicciones, de manera que simultáneamente a la prevención de adicciones se les guíe en relación a las incertidumbres y temas de su interés.

La prevención de adicciones para los jóvenes proveniente de medios externos actualmente es poco atractiva, en cuanto a su autoprotección ellos parecen estar motivados a autoprotgerse de manera más activa, por ejemplo a través del desarrollo de actividades que permitan su desarrollo integral, como los malabares, pintura, creación artesanal, fotografía o el cine. Algunos de los jóvenes consideran que nunca han creado arte por gusto propio, probablemente se deba a que más de la mitad de los jóvenes de la muestra nunca ha recibido en alguna ocasión algún elogio por parte de familia o conocidos acerca de su desempeño artístico, probablemente pudieron haber sentido que su producción no fue valorada o que no cuentan con el talento en el ámbito, por lo tanto lo dejaron. Otros simplemente nunca se han dado la oportunidad de tener un encuentro con el lado creativo,

expresivo y reflexivo de su persona. Hay que tomar en cuenta y reconocer que en el campo educativo formal un currículo que cultive el arte no posee gran impulso y seriedad, esto es una desventaja o limitante para que el ser humano se anime a explotar sus habilidades creativas.

Es importante despertar en los adolescentes el ánimo para la expresión artística, ya que la forma en la que ellos suelen desahogar sus frustraciones y reaccionar ante sus problemas es principalmente impulsiva y agresivamente, aunque también toman en cuenta la reflexión. Existe la necesidad de promover alternativas para la resolución de problemas más provechosas. Un proceso que trabaje en conjunto la práctica reflexiva, el pensamiento creativo y la expresión artística aportaría diversos beneficios a la vida de los jóvenes abarcando de manera distinta los temas de su mayor interés conocer y abordar, por ejemplo, los relacionados con violencia, suicidio y la sexualidad en relación con el abuso en el consumo de sustancias psicoactivas.

Por último, se ha considerado a la edad adolescente como en la que el consumo de drogas tiene su principal ocurrencia, debido a los cambios del ser humano e inestabilidad emocional y física durante esta etapa, sin embargo tal vez nos estemos equivocando ya que en base a los presentes resultados más de la mitad de la muestra a esta edad ya ha probado alguna droga y casi la mitad de estos expresan que lo volverían a hacer. Puede ser que la problemática se esté subestimando y que hoy en día exista la necesidad de prevenir desde edades muy tempranas, aunque es deseable tener claro que la prevención comienza desde casa por medio de la formación de valores protectores y promoción de conductas y actividades saludables que permitan el desarrollo integral de cada individuo.

- Diagnóstico en relación a los miembros de la comunidad

Se pudo conocer su opinión acerca de la situación actual de sus jóvenes con el consumo de drogas relacionado con el empleo de TLO y el papel de las instituciones sociales ante esta problemática.

Los miembros de la comunidad ven a sus jóvenes en este aspecto relacionado con lo “malo” puesto que la mayoría de sus respuestas fueron dirigidas a que solo se dedicaban a vagar, drogarse y al vandalismo. Los agentes de la comunidad no creen a los jóvenes

capaces de aprender a organizar y hacer buen empleo de su TLO, tampoco creen en la capacidad de un programa de prevención que promueva actividades recreativas como una alternativa útil ante la problemática. La gente de Nonoalco en cierto punto se muestra apática ante la resolución del conflicto de consumo de drogas en la colonia, debido a que dicho consumo se ha normalizado en la zona, por lo tanto, no consideran encontrarse ante una situación de riesgo.

Tal situación de apatía también se pudo apreciar en el momento que se preguntó si la persona apoyaría a un programa artístico de prevención de adicciones para el buen empleo de TLO, la mayoría de la gente mencionó que no participaría o tal vez lo haría.

- Diagnóstico en relación a los especialistas en prevención de adicciones

Por lo que respecta a las instituciones sociales o gubernamentales dedicadas a la prevención de adicciones, la mayoría de la gente opina que tales grupos no llevan a cabo las tareas que tienen otorgadas; la población comunitaria expresa no recibir frecuentemente o nunca haber recibido información relacionada con el uso y abuso de drogas o invitaciones a talleres, programas y eventos dedicados a la prevención de adicciones. Los participantes mostraron desaprobación al centro de la colonia dedicado a la prevención y tratamiento de adicciones, considerando su labor poco eficiente en la zona.

Con relación a los agentes dedicados a la prevención en la colonia de Nonoalco, ellos mencionan que su principal labor profesional es informar y orientar a la gente, seguido de actividades, talleres o programas. Tal vez los programas y eventos que incluyan a la gente de la comunidad deberían de ocupar el primer lugar en las labores de los agentes, debido a que las personas mencionan “no ver movimiento” por parte del centro, probablemente los comunitarios necesitan más actividades dinámicas, cursos, invitaciones y convocatorias que mera información y orientación oral.

Los agentes valoran al TLO como uno de los factores primordiales ante el riesgo y protección del consumo de drogas que debería de estar integrado en los programas de prevención, a pesar de esto, no conocen algún programa apoyado 100% en la promoción y educación del buen empleo del TLO como factor protector de adicciones. No obstante los agentes mencionan que un programa basado en TLO a través de actividades recreativas

sería una buena o muy buena alternativa para los jóvenes de Nonoalco pues además de ser una oportunidad para descubrir y explotar habilidades artísticas sería algo nuevo, atractivo y constructivo. Es un poco contradictoria la opinión de los agentes en el último punto mencionado, ya que en el momento de preguntar sí consideran que debería de haber cambios en la práctica preventiva de adicciones, algunos de ellos dijeron que no, justificándose con que está siempre se encuentra en constante cambio, uno de ellos contestó que definitivamente no. La mayoría de los agentes de igual manera no propusieron algún cambio al respecto.

Basándome en los resultados del diagnóstico, con las tres muestras (adolescentes, agentes de la comunidad y agentes dedicados a la prevención de adicciones) deduzco como posibles necesidades detectadas las siguientes:

- Educación en TLO. Brindar orientación a los adolescentes respecto a un empleo significativo del TLO por medio de alternativas que promuevan la recreación y relajación del ser humano.
- Prevención actualizada. Brindar una prevención de adicciones que aborde temas y contenidos diferentes, nuevos y de interés para el adolescente a través de actividades creativas y entretenidas.
- Promoción de la experiencia artística. Teniendo en cuenta que la presente propuesta de intervención tiene como propósito desarrollarse a través de actividades de expresión artística, se busca que el adolescente pueda vivir un encuentro con el arte, apreciar su valor comunicativo y aprovechar sus beneficios recreativos. De la mano, existe la necesidad de fomentar la habilidad expresiva, creativa y reflexiva, pues un número considerable de adolescentes de la muestra se desahoga impulsiva y agresivamente.
- Promoción de participación comunitaria. Animar a los agentes que forman parte de la colonia a participar de manera más frecuente y activa en los eventos y talleres de prevención de adicciones para los jóvenes, niños y adultos de su comunidad o familia.
- Fomento del valor artístico. Fomentar en la población de la comunidad la apreciación de creaciones artísticas, las cuales pueden hacer más estético el lugar en

donde viven. En este caso las creaciones serían las realizadas por sus jóvenes durante el programa basado en TLO.

- Brindar más actividades para la comunidad. Las personas de la comunidad necesitan más actividades, talleres o cursos para la atención de su población. Se necesita promover la realización de actividades dinámicas desde en el centro de prevención hasta en las calles.
- Cambios de mejora. Existe la necesidad de innovar, difundir e implementar diferentes modelos de prevención diferentes que puedan atender a la población a través de sus diferentes gustos y recursos.

4.4 Fase de diseño del programa de intervención.

4.4.1 Presentación.

De acuerdo con el tipo de investigación, problemática identificada y para contribuir en el logro de los objetivos de la propuesta de intervención decidí diseñar un taller psicoeducativo que atendiera de manera preventiva la situación actual del consumo de drogas a través de la ejecución de actividades artísticas durante el tiempo libre y de ocio de los adolescentes.

Considero que el taller es una modalidad que permite una orientación y creación de aprendizajes de manera significativa en el ámbito de la educación tanto formal como no formal. En este caso se pretende que el taller sea impartido principalmente a los alumnos de primer y tercer grado de secundarias públicas y privadas, como también en centros sociales o espacios comunitarios. Con las debidas adecuaciones y dependiendo de los intereses de los participantes el taller también podría ser aplicado a población de nivel primaria o medio superior.

El programa está dirigido a una población de 15 a 25 participantes, este número puede modificarse gracias al carácter práctico y colaborativo que tendrá el taller y según el contexto dónde se implemente. Las actividades requieren de la participación de los sujetos, brindándoles la oportunidad de construir, de manera grupal y en otras ocasiones individual, su propio aprendizaje.

El taller se presenta organizado en cartas descriptivas por sesión que contienen los aspectos: título, objetivos, contenidos, técnica, actividad (preinstruccional, coinstruccional y postinstruccional), evaluación y materiales. En total son 10 sesiones más dos de pretest y postest.

La metodología del taller se basa en las estrategias didácticas de la Dra. Frida Díaz Barriga (más adelante explicadas) enfocado en el desarrollo de habilidades para la vida y en el alcance de experiencias estéticas por medio de algunas técnicas de las artes plásticas.

4.4.2 El taller artístico para el desarrollo de habilidades para la vida.

¿Qué es un taller?

El taller es considerado una modalidad para organizar los procesos de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en un lugar parecido a la realidad cotidiana del individuo; en dónde se trabajan tareas o temas comunes, se elabora y transforma algo para ser utilizado. En el taller se integran experiencias y vivencias, se busca la coherencia entre el hacer, sentir y el pensar.

De acuerdo con Lespada (1989) el taller se puede definir como:

- Una estructura pedagógica de acción en la cual, tanto la enseñanza como el aprendizaje, conforman un marco de fuerte compromiso personal con base en propuestas específicas.
- Una técnica operativa del proceso de aprendizaje- enseñanza- aprendizaje mediante la acción a realizarse sobre un proyecto de trabajo en grupo.
- Una forma, camino o guía flexible enriquecedora para la persona y el grupo, fundamentada en el aprender haciendo por el placer y la activación del pensamiento por propia convicción, necesidad y elaboración.

Según Ríos (2011) los talleres deben de cumplir con tres aspectos. El primero se refiere a que deben ser motivadores, atractivos y acordes con los intereses de los participantes hacia los que se dirige, las temáticas y actividades deben estar relacionadas. El segundo es que los talleres deben contar con un enfoque, por ejemplo ecológico, artístico, reflexivo o lúdico. Por último, el tercer aspecto es que en los talleres se debe incentivar a la

cooperación, esto a través de establecimiento de trabajos comunes, distribución de tareas y trabajo grupal. El taller supera el carácter individual, abarcando aspectos como la dinámica de grupos, resultados colectivos o el cumplimiento de reglas.

¿Por qué un taller?

Porque el taller es un método de enseñanza- aprendizaje en el cual se aprehenden nuevos conocimientos de manera contextualizada en relación a las experiencias y conocimientos previos del individuo.

En las experiencias de educación formal por lo regular el método empleado para la adquisición de aprendizajes está relacionado con aspectos memorísticos, teóricos y de repetición. Partiendo de esto, es importante considerar métodos distintos que atiendan las necesidades lúdicas, expresivas, sociales y afectivas del alumno. El taller es uno de ellos (Ríos, 2011).

El valor del taller como un modelo de enseñanza- aprendizaje consiste en que es un espacio que permite la construcción de nuevos significados que pueden llegar a ser muy significativos para la vida del participante, sobre todo si el sentido del taller es de corte humanista.

El adolescente pasa mucho de su tiempo en la escuela y teniendo un tiempo libre y de ocio nocivo o pasivo. Es benéfico ofrecer por medio del taller un espacio en el cual el joven tenga la oportunidad de construir, con base a sus experiencias previas, ideas nuevas respecto a temáticas que le incumben. A partir de las actividades y experiencias vividas durante las sesiones del taller, el adolescente puede llegar a reflexionar, modificar ideas y construir nuevos esquemas que le favorezcan, en este caso, ante la prevención del abuso de sustancias adictivas.

4.4.3 Objetivo del taller

Apoyar al desarrollo de elementos relacionados con las habilidades para la vida en el adolescente ante el abuso en el consumo de drogas por medio de un taller que promueva la vivencia de experiencias estéticas durante el tiempo libre y de ocio.

4.4.4 Enfoques.

Los siguientes enfoques expuestos, a mi consideración, pueden ser considerados para reconocer la esencia de la presente intervención y guiar su fidelidad en la práctica por parte del moderador encargado del taller:

- Enfoque socioconstruccionista. Los participantes son protagonistas en la construcción de los conocimientos en relación con los demás. Se recupera la teoría del aprendizaje sociocultural que plantea que se da como resultado de la interacción con los demás, interacción por la cual se adquiere conciencia de nosotros mismos a partir de las experiencias del otro (Vygotski en Pulgar 2005).

- Enfoque reflexivo. La reflexión es considerada un proceso interno, “puede producirse mediante una reflexión sobre la acción o en la acción, que en algunos casos puede plantearse como un proceso individual, pero que indudablemente debe ser considerada una acción colectiva y contextual” (Moral 2000, p.174). La reflexión si es aprendida y ejercitada puede convertirse en una actitud y habilidad permanente, principalmente ante la toma de decisiones. Para lograr la práctica reflexiva hay que fomentar el desarrollo y ejercicio de esa habilidad en todo momento, en este caso es lo que se pretende con el taller.

- Enfoque terapéutico. De acuerdo con Becoña (2002) las intervenciones deben ir dirigidas a incrementar los factores protectores más que atacar los factores de riesgo, por esto, los esfuerzos preventivos deben dirigirse, tal como lo propone la perspectiva de la comunidad terapéutica a la persona en su totalidad hacia estrategias preventivas integrales que produzcan un cambio desde la profundidad del individuo (conductas o estilo de vida, aspectos cognitivos, emociones, pensamientos, trascendencia o dominio espiritual, entre otros).

- Enfoque vivencial y experiencial. A través de este enfoque se pretende que el adolescente tenga un aprendizaje más integral basado en la potencialización de habilidades de las cuales, probablemente, no tenía conocimiento. Este enfoque es eficaz para desarrollar habilidades de comunicación verbal y no verbal, regular emociones, empatía y conocimiento social de normas y valores. Además, implica procesamiento de la

información de manera reflexiva, autopercepciones de éxito y eficacia, así como la capacidad para la resolución de conflictos cotidianos.

Un taller vivencial es un espacio en el cual los participantes se reúnen en grupo para trabajar, a partir de experiencias personales sobre algún tema específico. Posee una estructura y planeación previa que contempla, además de los contenidos teóricos, ejercicios que facilitan el aprendizaje y el desarrollo personal de los participantes (Villar, 2010). Permite crear espacios de diálogo, donde se ponen en común los conocimientos, afectos y experiencias cotidianas y significativas de cada uno de los participantes para ser resignificadas mediante estrategias de reaprendizaje, con lo cual se obtienen formas distintas de ser y de relacionarse con los otros (Berra y Dueñas, 2011). Los talleres vivenciales promueven el aprendizaje significativo de los estudiantes, aquel que no es sólo acumulación de conocimientos e información sin conexión con la persona, sino asimilación e integración de los conceptos en la persona que los aprende, porque tienen un significado para su existencia presente (Moreno, 1983).

De acuerdo con Dewey el aprendizaje experiencial sirve para transformar los ambientes físicos y sociales del individuo de manera activa, el autor menciona que toda autentica educación se efectúa mediante la experiencia. Posner (2004) de acuerdo a la perspectiva experiencial de Dewey opina que todo lo que le sucede a los alumnos influye en sus vidas. Las consecuencias de cualquier situación implican pensamientos y sentimientos que dejan una huella que perdura. A través de esta perspectiva se trata de lograr que el alumno desarrolle sus capacidades reflexivas y su pensamiento por medio de “aprender en la experiencia”. Los contenidos de la enseñanza en la educación experiencial se derivan de sucesos de la vida diaria.

-Perspectiva situada: En el proceso de aprendizaje se debe dar importancia a la actividad y al contexto ya que los alumnos se integran de manera gradual en la comunidad o en una cultura de prácticas sociales (Banquero, 2002). La simulación situada permite que los alumnos trabajen de manera colaborativa en el enfrentamiento de casos de la vida real o diaria de forma crítica y constructiva, desarrollando saberes, habilidades o competencias ante problemas, necesidades y asuntos relevantes en entornos tanto académicos como sociales y personales (Díaz Barriga, 2006).

4.4.5 Estrategias y técnicas didácticas del taller.

La estrategia didáctica hace alusión a una planificación del proceso de enseñanza-aprendizaje. Lo anterior lleva implícito una gama de decisiones que el profesor y facilitador deben tomar en cuenta, de manera consciente y reflexiva, con relación a las técnicas y actividades que puede utilizar para llegar a las metas de su curso. La estrategia didáctica es el conjunto de procedimientos, apoyados en técnicas de enseñanza, que tienen por objeto llevar a buen término la acción didáctica, es decir, alcanzar los objetivos de aprendizaje. Finalmente, con relación al concepto de técnica, ésta es considerada como un procedimiento didáctico que se presta a ayudar a realizar una parte del aprendizaje que se persigue con la estrategia. La técnica didáctica es el recurso particular de que se vale el docente y el facilitador para llevar a efecto los propósitos planeados desde la estrategia. En su aplicación, la estrategia puede hacer uso de una serie de técnicas para conseguir los objetivos que persigue. Las actividades son parte de las técnicas y son acciones específicas que facilitan la ejecución de la técnica. Son flexibles y permiten ajustar la técnica a las características del grupo (Dirección de Investigación y Desarrollo Educativo, 2005).

Díaz Barriga (2002, p. 140) menciona que “la enseñanza es en gran medida una autentica creación y la tarea que le queda al docente es saber interpretarla y tomarla como objeto de reflexión para buscar mejoras sustanciales en el proceso completo de enseñanza-aprendizaje”, con base en lo anterior la autora propone las siguientes estrategias que serán retomadas para el desarrollo de las sesiones del presente taller:

- **Preinstruccionales.** Sirven generalmente para preparar y alertar al estudiante en relación a qué y cómo va a aprender, activan los conocimientos y experiencias previas de los participantes y le permite ubicarse en el contexto de aprendizaje pertinente. Para el taller se les dará el cargo de detonar los conocimientos, sentimientos, ideas y experiencias previas del participante.
- **Coinstruccionales.** Apoyan los contenidos curriculares durante el proceso mismo de enseñanza. Cubren funciones como las siguientes: detección de la información principal; conceptualización de contenidos; delimitación de la organización, estructura e interrelaciones entre dichos contenidos, y mantenimiento de la atención y motivación.

- Postinstruccionales se presentan después del contenido que se ha de aprender, y permiten al alumno formar una visión sintética, integradora e incluso crítica del material. En otros casos le permiten valorar su propio aprendizaje.

En la siguiente tabla se observan el tipo de estrategias recomendadas para cada momento de las sesiones del taller junto con el tipo de proceso cognitivo en el que incide la estrategia.

Considerando que el taller implica una serie de actividades a través de las cuales se intenta alcanzar ciertos objetivos comunes en los participantes, las estrategias y técnicas propuestas buscan tener un sentido más práctico y menos teórico o informativo.

Tabla 12. Estrategias didácticas para el desarrollo del taller (Adaptado de Díaz, 2002).

Tipo de estrategia	Estrategias	Proceso cognitivo
Preinstruccionales	<ul style="list-style-type: none"> • Planteamiento de objetivos o intenciones • Actividad focal introductoria • Interrogantes • Discusión guiada (a través de literatura, imágenes, materiales) • Lluvia de ideas • Organizadores previos (que expongan algún tema o comparen algún tema con otro) • Analogías 	<ul style="list-style-type: none"> • Generación de expectativas apropiadas • Activación de conocimientos y experiencias previas • Generar conocimientos previos • Potenciar y explicitar el enlace entre conocimientos previos y la información nueva por aprender
Coinstruccionales	<ul style="list-style-type: none"> • Analogías • Texto problema-solución • Creación de soluciones alternas • Preguntas intercaladas • Señalizaciones en el discurso (para descubrir, expresar y construir) • Reflexión individual 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientar y guiar la atención y el aprendizaje • Mejorar la codificación de la información nueva • Promover una organización global

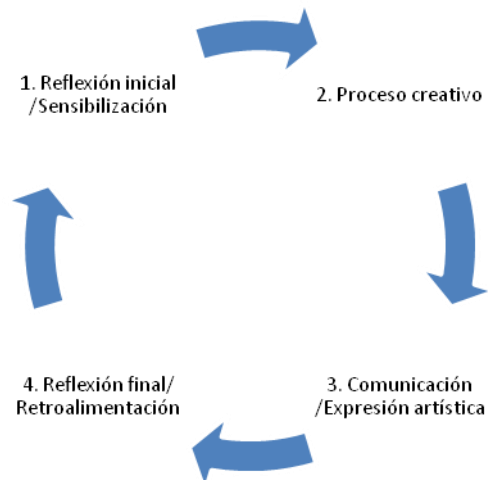
	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión grupal 	más adecuada de la información nueva a aprender (mejorar las conexiones internas)
Postinstruccionales	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión artística • Retroalimentación y comunicación en productos • Reflexión grupal 	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular la creatividad • Promover la expresión no oral de ideas, emociones, pensamientos

El trabajo colaborativo e individual irán de la mano durante las sesiones del taller. No hay que olvidar que el participante construirá nuevos significados a partir de sus experiencias y conocimientos previos pero también de los de los demás participantes.

De manera general y como se abordó en el marco teórico del presente proyecto la estrategia didáctica de manera general de las sesiones se basa en el siguiente proceso:

Diagrama 1.

Fases del proceso del taller



4.4.6 Contenidos temáticos y forma de trabajo.

Se ha considerado 10 sesiones con una duración de 150 minutos cada una. El contenido temático de la intervención abordará por un lado las características de un empleo recreativo del TLO y su relación con el consumo de drogas y, por otro se trabajará la selección de los temas de interés relevante propuestos por los participantes.

La estructura general del taller se conforma de los siguientes 5 momentos:

1. Presentación
2. Pre test
3. Desarrollo temático
4. Galería comunitaria
5. Post test/cierre

4.4.7 Descripción de los instrumentos de la evaluación inicial (pre test) y evaluación final (post test).

Para evaluar algunos factores de protección, experiencias psicosociales y habilidades para la vida tanto previos como los adquiridos se realizará un pre test y post test (Anexo 4 y 5) basados en tres áreas divididas en categorías determinadas a partir de las necesidades detectadas en la fase diagnóstica (ver tabla 13). A continuación se describen:

1. Área emocional y mental

- Autoconcepto y autoestima. Esta categoría busca conocer el grado de consideración y evaluación del “yo” por parte del adolescente. Dicha consideración se conforma de aspectos sociales, relacionados con la comparación con los demás, y aspectos cognitivos vinculados a las diferentes posibilidades de diferenciación e integración de la información sobre uno mismo. El propósito es ayudar al adolescente a conocer sus cualidades y habilidades para su autorrealización (Rodríguez y Caño, 2012).
- Control de sentimientos y emociones. Aborda las habilidades del adolescente para identificar, regular, controlar o eventualmente modificar estados anímicos y sentimientos o su manifestación inmediata cuando éstos son inconvenientes en una situación dada. Identificar las emociones en esta etapa implica ser autoconscientes de lo que soy capaz de sentir y de cómo puedo aplicarlo en mi vida cotidiana para enfrentar situaciones adversas como por ejemplo el consumo de drogas (Canales y Dimas, 2010).
- Asertividad/ creación de alternativas. La asertividad en este rubro se considera desde la creación de alternativas y toma de decisiones. Se busca explorar las

habilidades de razonamiento por parte del adolescente para responder de manera asertiva ante circunstancias poco agradables. Los adolescentes, a diferencia de los jóvenes y los adultos, presentan una mayor ineficiencia en sus estrategias de pensamiento y en las habilidades metacognitivas en general, lo cual les impide el análisis adecuado de las situaciones y, como consecuencia, entorpece la toma adaptativa de decisiones (Pérez y López, 2014). Esto da mayor entrada al riesgo del consumo de drogas como una alternativa “fácil y rápida”.

2. Área Psicosocial

- Percepción en la relación drogas-violencia. El consumo de sustancias constituye una práctica común entre adolescentes y jóvenes que con frecuencia aparece relacionada con otras conductas de riesgo como el empleo de violencia. Las investigaciones llevadas a cabo con muestras anglosajonas han hallado que el consumo de sustancias incrementa la probabilidad, tanto en varones como en mujeres adolescentes, de emplear diferentes tipos de agresión. Un buen número de trabajos sugiere la existencia de una relación indirecta entre consumo de sustancias y violencia (Muñoz, Gámez, Graña y Fernández, 2010).
- Percepción ante las relaciones sexuales. Se centra en conocer las actitudes y prácticas (comportamientos) de los y las adolescentes ante el desarrollo de sus relaciones sexuales, prevención ante infecciones de transmisión sexual, control para evitar embarazos no deseados y opinión acerca de la relación entre drogas y experiencias sexuales (Liga Española de la Educación, 2013).
- Percepción ante las adicciones. La prevalencia del uso y abuso de drogas en la etapa adolescente en la actualidad es alta, los adolescentes tienen que aprender a convivir con las drogas, tomando decisiones sobre su consumo o la abstinencia de las mismas. La percepción de riesgo y los factores de riesgo, junto al ocio, tiempo libre y vida recreativa son elementos que debemos considerar para comprender esta problemática (Becoña, 2000).

3. Habilidades para la vida

- Resiliencia. Habilidades en el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza o fuentes de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes que puedan convertirse en riesgo ante el abuso en el consumo de alguna droga como fuga (González, Valdez y Zavala, 2008).
- TLO y recreación. Esta categoría se interesa en conocer el concepto que tienen los adolescentes de lo que es el uso del tiempo libre u ocio, así como el uso de este tiempo que le dan de acuerdo a las actividades que realizan; ya que pueden ser positivas o negativas. Tales actividades son claves en la promoción y prevención de la salud de los adolescentes y deben formar parte del desarrollo integral de un adolescente (Berrio, Miren y Martínez, 2001). Los adolescentes, al igual que los adultos, pueden experimentar estrés de cualquier tipo todos los días. La mayoría experimentan más estrés cuando perciben una situación como peligrosa, difícil o dolorosa y ellos no tienen los recursos para enfrentarla o abordarla. Por ello es importante brindar alternativas de recreación que se puedan implementar durante el TLO y que disminuyan el estrés, angustia o ansiedad del adolescente (Arteaga, 2005).

Tabla 13. Estructura categórica del Pre Test y Post Test

Área	Categoría	Pre Test	Post Test
		Número de reactivo	
Emocional y mental	Autoconcepto y autoestima	1 y 2	1 y 2
	Control de sentimientos y emociones	3 y 4	3 y 4
	Asertividad/Creación de alternativas	5	5
	Percepción en la relación drogas-violencia	6	6

Psicosocial	Percepción ante las relaciones sexuales	7	7
	Percepción ante las adicciones	8	8
Habilidades para la vida	Resiliencia	9	9
	TLO/ Recreación	10	10

1.4.8 Ejes temáticos del taller

1. Área emocional y mental
 - Sesión 1. Pre test
 - Presentación del taller
 - Integración grupal
 - Descripción de los participantes
 - Sesión 2. Autoestima
 - Los medios de comunicación y su influencia en la creación de modelos a seguir
 - El autoconocimiento
 - El descubrimiento, adquisición y desarrollo de habilidades como promotores de autoestima positiva
 - Sesión 3. Regulación de sentimientos y emociones
 - Sentimientos y emociones
 - La regulación de emociones impulsivas en la toma de decisiones
 - Reconocimiento de las principales emociones impulsivas y cómo controlarlas
 - Sesión 4. Asertividad
 - Creación de alternativas en circunstancias desagradables
 - Toma de decisiones a consciencia o asertiva ante situaciones abrumadoras

2. Área psicosocial

- Sesión 5. Violencia

Conocimiento acerca del concepto

Recreación de situaciones de violencia comunes en diferentes contextos

La violencia y su relación con el abuso de sustancias psicoactivas

- Sesión 6. Sexualidad

Riesgos y consecuencias de la unión del consumo de drogas y las relaciones sexuales

Las relaciones sexuales como un acto adictivo

- Sesión 7. El abuso en el consumo de drogas

Mitos y realidades acerca de las drogas y su consumo

Consecuencias de la existencia y ausencia de los factores de protección ante las adicciones

3. Habilidades para la vida

- Sesión 8. Resiliencia

Acercamiento al significado de resiliencia

Toma de decisiones

Creación de las causas y consecuencias en una historia a partir de imágenes visuales

Revisión de recursos personales con los que se cuenta ante la resolución de una situación adversa

- Sesión 9. Regulación de estrés y ansiedad

Relajación al cuerpo y mente

Representación visual de pensamientos, sensaciones y sentimientos a través del mandala

Conocimiento acerca de la importancia de la recreación en la reducción del estrés y ansiedad

4. Fase de integración y retroalimentación general

- Sesión 10. Integración

Recopilación de aprendizajes en adquiridos en el taller

Comunicación a la comunidad por medio del arte respecto a la importancia de la presencia de los factores de protección ante las adicciones

- Sesión 11. Galería comunitaria

Exposición a la comunidad de las producciones de los participantes del taller

Opiniones e interes de la comunidad ante la problemática

Promoción de una red de prevención comunitaria como parte de la cultura

- Sesión 12. Post test

Reflexión de la experiencia vivida en el taller y los aprendizajes y habilidades desarrollados

Representación de los aprendizajes, habilidades y opiniones adquiridas en el taller.

Motivación para el seguimiento de una cultura de tiempo libre y ocio saludable

4.4.9 Desarrollo del taller.

El taller artístico para el desarrollo de habilidades para la vida como alternativa en la prevención del abuso de drogas planea ser aplicado en 12 sesiones con una duración de 120 minutos cada una. En el desarrollo de las sesiones se recomienda implementar el uso de una bitácora por parte del moderador en la cual registre observaciones relacionadas al desempeño y conducta de los alumnos durante la transición del taller, esto servirá de complemento para la evaluación por parte del instructor de las sesiones y del taller en

general. Cada sesión se desarrolla en tres fases de acuerdo la siguiente estructura mencionada anteriormente (Ver diagrama 1).

A continuación presento un resumen de cada una de las sesiones del taller cuyas cartas descriptivas para su ejecución se encuentran en el anexo 6.

- Sesión 1. “Pre test” y “Mi autorretrato”

El moderador dará la bienvenida al taller a los alumnos, presentará información acerca de los contenidos y tipos de actividades de este, se realizará una pequeña dinámica de presentación y cohesión grupal para romper el hielo entre los participantes. Posteriormente de manera grupal se coordinará a través de una lluvia de ideas la elaboración del reglamento del taller en dónde se establezcan criterios para hacer la vivencia agradable para todos los participantes.

Una vez hecho lo anterior se pide a los alumnos que realicen un autorretrato con el propósito de despertar su creatividad, reflexión y expresión en el taller (Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología, 2003). A través del producto el moderador podrá conocer un poco acerca del autoconcepto y habilidades reflexivas, creativas y expresivas de cada uno de sus talleristas.

Para finalizar se aplica el pretest con el objetivo de saber cuáles son las habilidades para la vida y opiniones previas que los adolescentes tienen respecto al abuso en el consumo de drogas en relación a aspectos psicosociales.

También se les comenta a los participantes que a lo largo del taller al final de cada sesión se dará un tiempo para avanzar en la creación grupal de un mural que contendrá el tema y los elementos que se vayan trabajando por sesión. En el caso de esta sesión se comenzará por expresar de manera simbólica lo que se llevan de la sesión.

Nota: La pared para el mural debe haberse solicitado y autorizado previamente a la dirección, superior o encargado correspondiente.

Técnica empleada en la sesión: Autorretrato

- Sesión 2. “Un puente a mi autorrealización”

En la presente sesión se pretende estimular la reflexión acerca del autoconocimiento y autoconcepto del adolescente para que a partir de esto pueda reconocer las habilidades, oportunidades, capacidades y valores con los que cuenta para lograr el alcance de sus sueños personales a futuro.

La sesión comienza con la dinámica “Yo en un animal” cuyo propósito es la proyección de las características, habilidades, cualidades e inclusive defectos de los alumnos a través de la elección de un animal con el que se identifiquen.

Como actividad coinstruccional y parte de la etapa reflexiva/creativa se plantea a los participantes preguntas disparadoras que estimulen su reflexión acerca de los bienes materiales, aprendizajes, habilidades y características físicas y de personalidad que les gustaría llegar a poseer, en pocas palabras, lo que les gustaría ser y tener el futuro, todo esto se representará de manera visual en un collage. Se hará una plenaria con la exposición voluntaria de algunos de los alumnos.

Para el cierre de la sesión se llevará a cabo una reflexión final de manera grupal construida a través de una lluvia de ideas respecto a los contenidos y aprendizajes de la sesión. Por último se le proporcionará a cada participante el formato de evaluación correspondiente a la sesión (Anexo 22, formato de evaluación 1).

Se da tiempo para continuar con la intervención del mural.

Técnica empleada en la sesión: Collage

- Sesión 3. “Percibiéndome”

El propósito de esta sesión es sensibilizar a los adolescentes a identificar las emociones que prevalecen en su persona para a partir de ello reflexionar acerca de su control ya que esto es habilidad importante en la prevención de riesgos psicosociales.

La presente sesión tiene como actividad preinstruccional el planteamiento de preguntas que activen los conocimientos y experiencias previas de los participantes respecto al conocimiento y control de sus emociones ante situaciones principalmente poco favorables o nocivas.

Para la actividad coinstruccional y etapa creativa se estableciera de manera grupal una relación color-emoción, se les repartirá en equipos tarjetas que contienen una situación vinculada al abuso en el consumo de drogas de la cual cada equipo deberá representar por medio de colores en una figura humana moldeada de plastilina las emociones a las que llegaron como acuerdo que sentirían al encontrarse en dicha situación.

Cada equipo expondrá su escultura. Se brindará a los participantes algunas alternativas para el control de emociones y sentimientos en situaciones de riesgo.

Para cerrar la sesión se reparte a cada alumno el formato de evaluación 2 (Anexo 22) con el propósito de que reconozcan sus emociones y sentimientos que más prevalecen y reflexionen en alternativas creadas por si mismos que les funcionen para su control.

Se da tiempo para continuar con la intervención del mural.

Técnica empleada en la sesión: Modelado

- Sesión 4. “Viaje imaginario”

La presente sesión tiene como propósito estimular la creación a partir de una reflexión crítica de alternativas positivas ante situaciones poco placenteras que sean de riesgo ante el abuso en el consumo de drogas.

Como actividad preinstruccional sensibilizadora se realiza una dinámica de relajación. Una vez relajado el grupo se continua con la actividad “Viaje imaginario” adaptada de Gonzalo (2012) la cual consiste en una narrativa oral por medio de la que se pretende que el alumno imagine su persona, sensaciones y emociones en relación a una situación de riesgo y lo exprese a través de la pintura. Posteriormente en la etapa coinstruccional y de creación se solicita al participante la reflexión-creación de alternativas de salida ante la problemática planteada en la actividad, las alternativas creadas pueden ser favorables o desfavorables.

Como actividad postinstruccional y reflexión final se realizará una retroalimentación grupal en la que voluntariamente algunos de los alumnos compartan y expliquen su composición pictórica. Se finalizara con un análisis y reflexión final grupal a partir de preguntas detonadoras y lluvia de ideas guiada por el moderador.

Para el cierre de la sesión se repartirá por equipos el formato de evaluación 3 (Anexo 22) y se despedirá a los talleristas.

Técnica empleada en la sesión: Pintura

- Sesión 5. “¿Drama o realidad?”

La finalidad de esta sesión es sensibilizar a los adolescentes respecto a las situaciones de violencia y otras consecuencias que pueden generarse a partir del abuso en el consumo de sustancias psicoactivas.

Se comienza la sesión con preguntas detonadoras para adentrarse al tema de la violencia y drogas haciendo uso de la dinámica “La papa caliente”.

Se continua con la actividad coinstruccional titulada “Previniendo la violencia” que a través de la elaboración de un cartel de manera grupal se abordará la prevención de situaciones de violencia en contextos determinados.

Para el cierre de la sesión como actividad postinstruccional se plantearán preguntas las cuales se contestarán de manera grupal para a partir de ellas realizar una reflexión grupal final.

La sesión culmina con la aplicación del formato de evaluación 4 (Anexo 22) que tiene como propósito estimular la creatividad del adolescente para la creación de alternativas y reflexión en su toma de decisiones ante situaciones que involucren el consumo de drogas y la violencia de cualquier tipo.

Se da tiempo para continuar con la intervención del mural.

Técnica empleada en la sesión: Cartel

- Sesión 6. “Kids”

La sesión tiene como finalidad estimular la reflexión crítica de los participantes de las consecuencias con relación al abuso en el consumo de drogas con las relaciones sexuales y sus riesgos.

Como fase sensibilizadora se desarrolla de manera grupal la dinámica “Mitos y realidades” de acuerdo a las drogas y a las relaciones sexuales para conocer que tan informados están los adolescentes y cuáles son sus opiniones en cuanto al tema.

Se continúa la sesión con la proyección de algunas escenas seleccionadas de la película “Kids” sobre las cuales los participantes por equipos deberán reflexionar, imaginar y crear una historia escrita acerca de los sucesos antes y después de la escena que se les haya asignado. Las creaciones literarias se expondrán a manera de plenaria.

Para la última fase reflexiva de la sesión se plantearan interrogantes por parte del moderador para construir un análisis de las escenas y del tema en general a través de una lluvia de ideas que al mismo tiempo fungirá como reflexión grupal.

Para la evaluación de la sesión se planteara un caso a los equipos ante el cual deben crear una alternativa positiva que evite las conductas nocivas para la vida del adolescente.

Técnica empleada en la sesión: Cine Foro y creación literaria

- Sesión 7. “Encuentros y desencuentros”

La sesión pretende que los participantes cuenten con información necesaria acerca de las características de las drogas y las adicciones así como información de los factores de protección para sensibilizarlos a hacer un análisis reflexivo de cuáles son aquellos que más deben reforzar en su persona. Para abordar lo anterior se comienza con la dinámica “La telaraña” como actividad preinstruccional.

Posteriormente se prosigue con una dinámica que consiste en la lectura de mitos y realidades de las drogas y su consumo y la opinión o información de los participantes respecto a esto. Se prosigue con una lluvia de ideas acerca del consumo de drogas que informe a los alumnos algunos conceptos útiles y básicos del tema.

Se continúa la sesión con la exposición de algunos factores de protección a los cuales se les asignara un color de manera grupal. Se hablará a los participantes acerca del ojo de dios como un “amuleto de protección” y se dará la instrucción de su elaboración y de la actividad.

Para la fase postinstruccional de manera voluntaria se compartirán algunos trabajos y se realizará una reflexión final en la que se aborde la importancia del desarrollo de los factores revisados en la sesión en relación con la prevención de adicciones y respecto al desarrollo de logros personales.

Se finaliza con la aplicación del formato de evaluación 5 (Anexo 22).

Se da tiempo para continuar con la intervención del mural.

Técnica empleada en la sesión: Ojo de dios

- Sesión 8. “¿Cómo protegernos ante las drogas?”

En la presente sesión se presenta la resiliencia como una alternativa o habilidad a desarrollar ante el análisis de situaciones difíciles por las que puede cruzar el adolescente.

Como actividad preinstruccional y para lograr una reflexión que sensibilice se realizará la actividad “Del desastre al sentido” con el objetivo de tener un encuentro con el significado de resiliencia.

Se continua con la actividad “¿Qué ha pasado aquí?” la cual consiste en el análisis por equipos de imágenes con contenido “trágico”, relacionado con el abuso en el consumo de drogas, y la creación de una reflexión crítica a partir de preguntas detonadoras acerca del contenido de la imagen.

Se realiza una retroalimentación grupal de las imágenes y respuestas de cada equipo.

La sesión se evalúa con el formato de evaluación 6 en el cuál los participantes trabajan el desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia ante el riesgo del abuso de drogas por medio del dibujo. Ésta última actividad es adaptada en base al modelo de Grotberg, 1995). Cabe aclarar que el producto artístico que se realiza en la presente sesión se encuentra en ésta parte de evaluación.

Técnica empleada en la sesión: Dibujo

- Sesión 9. “Reviviendo el tiempo muerto”

El propósito de la sesión es brindar alternativas para que el adolescente pueda tener una salida recreativa ante el estrés, angustia y la ansiedad.

Se comienza la sesión con una actividad activa para disminuir el estrés y la ansiedad llamada “Pasar energía” sobre la cual, una vez terminada la dinámica se plantea una serie de preguntas en relación a la actividad y a la experiencia de los participantes con el tema de la sesión.

Como parte de la fase reflexiva-creativa se realiza un ejercicio de relajación y se lleva a cabo la actividad “Liberando mis malestares” que consiste en pedir a los alumnos que recuerden alguna situación en la que hayan sentido estrés, angustia o ansiedad y exterioricen todo esto a través de formas y colores usando como medio la creación de un mandala el cual es considerado desde espiritualmente hasta pedagógicamente como

un instrumento terapéutico para abordar la ansiedad y estrés en personas de todas las edades.

De manera voluntaria se permitirá que algunos participantes compartan y expliquen sus creaciones con el resto del grupo.

Para el cierre de la sesión se aplica de manera individual el formato de evaluación 7 (Anexo 22) relacionado a las alternativas que el adolescente consideraría ante una situación de estrés o ansiedad considerando como una de ellas el consumo de drogas.

Técnica empleada en la sesión: Mandala

Se da tiempo para continuar con la intervención del mural.

- Sesión 10. “Integración”

Se objetiva integrar de manera dinámica y práctica las experiencias y aprendizajes adquiridos significativamente por parte de los alumnos durante el taller de forma grupal.

Se comienza la sesión con una actividad preinstruccional titulada “Ponle la cola al burro”, al finalizar ésta se realiza una serie de preguntas con el objetivo de reflexionar respecto a la dinámica.

Posteriormente se divide al grupo en ocho equipos a quienes se les asigna un número de sesión del taller sobre la cual deberán rescatar los contenidos y aprendizajes que les fueron más significativos y realizar un círculo de reflexión acerca de sus opiniones del tema. A partir de lo comentado de manera grupal se realiza una lluvia de ideas acerca de lo que creen que debería de agregarse al mural.

Se detalla y finaliza el mural-collage de manera grupal.

Se finaliza la sesión pidiendo a los participantes pararse frente al mural realizado a lo largo del taller y analizando su obra para posteriormente crear una reflexión acerca de lo que se lleva cada uno de los participantes, de los aprendizajes, contenidos o vivencias que considera apropiarse en cuanto a lo vivido a lo largo de las sesiones del taller, lo que les gustó y lo que no, así como lo que ellos intentarían modificar o integrar en sus vidas para su bienestar.

Técnica empleada en la sesión: Mural

- Sesión 11. “Galería Comunitaria”

El objetivo de la sesión es exponer a la comunidad los aprendizajes, contenidos y experiencias desarrollados durante el taller para de esta manera se animen a ser participes en la creación de una red de prevención comunitaria que de seguimiento a la prevención de adicciones en la zona y al desarrollo de habilidades de sus niños y adolescentes principalmente.

Se organiza con los jóvenes la galería con las obras que realizaron en las diferentes sesiones del taller junto con la explicación de la producción por sesión para que los invitados de la comunidad puedan entender adecuadamente en que consistió la actividad y el tema abordado.

Posteriormente se continúa con el juego “La papa caliente” en el cual se plantean preguntas a la gente de la comunidad relacionadas a la problemática de las adicciones en la actualidad y a las actividades recreativas como alternativa de protección.

Para finalizar se pide a los agentes de la comunidad que escriban antes de terminar su visita a la galería pasen a escribir algunas medidas, recomendaciones o aportaciones que consideran que serían necesarias por parte de ellos y de las instituciones para dar seguimiento a una red de protección ante riesgos psicosociales de sus niños y jóvenes.

Técnica empleada en la sesión: Galería comunitaria.

- Sesión 12. “Post Test” y “La máscara del autoconocimiento”

La presente sesión pretende conocer los aprendizajes significativamente adquiridos durante el taller por parte de los alumnos y despedir el taller.

Para comenzar la sesión se realiza una dinámica de sensibilización en la que se reflexione acerca de los contenidos que antes no se sabían y ahora se comprenden mejor y las experiencias agradables vividas en el taller. Se da oportunidad a que de manera voluntaria algunos jóvenes compartan sus ideas.

Como última producción plástica se realiza la actividad de la máscara en la cuál sobre un soporte de cartón el alumno representara en el lado interno del molde su estado al llegar al taller y en la parte externa el cómo salen del taller. En dicha obra se podrán representar de manera visual y escrita emociones, sentimientos, ideas o conocimientos.

Se da un tiempo para que los participantes compartan al resto del grupo sus obras de manera voluntaria.

Se continúa con la aplicación del pre test a los participantes y se culmina la sesión y con una reflexión final de forma grupal acerca de las experiencias, ideas, opiniones o pensamientos respecto a todo lo aprendido y vivido en el taller, entre compañeros y para con el moderador.

Se agradece a los participantes su asistencia y participación en el taller, se les anima a continuar con el desarrollo de sus habilidades y a compartir estas con otros adolescentes. Se despide la sesión.

Nota: El moderador puede solicitar el correo electrónico o alguna red social de los participantes para continuar el contacto entre los jóvenes si lo considera pertinente.

Técnica empleada en la sesión: Máscara

4.5 Fase de propuesta de evaluación del taller

Para el seguimiento y evaluación del presente programa de intervención propongo la evaluación de los siguientes tres aspectos:

4.5.1 Evaluación del taller.

Se propone que se abarque en tres momentos: antes, durante y después. De acuerdo con César Coll y Elena Martín (1996) la evaluación es una práctica evaluativa indisociable del resto de los aspectos implicados en la práctica educativa, que concentra la atención en la obtención de informaciones relevantes que permitan valorar el proceso de construcción de significados y de atribución de sentidos que realizan los alumnos. Estos autores plantean también que al evaluar los aprendizajes de los alumnos se está evaluando la enseñanza que se ha llevado a cabo, entendiendo así que la evaluación nunca es en sentido estricto del aprendizaje o de la enseñanza, sino de los procesos de enseñanza y aprendizaje. Elichiry (1997) menciona que la evaluación es considerar los esquemas interpretativos y teorizaciones de quienes interactúan. En ese sentido evaluar no implica medir, ni juzgar ni ‘dar cuenta de’ sino que, evaluar significa comprender.

Con base en Ahumada (2001) la evaluación del presente programa se lleva a cabo en los siguientes tres momentos:

- Evaluación inicial. Diagnosticar el punto de partida de los participantes, es decir las posibilidades y las potencialidades con las que se cuenta. Esta evaluación se verá reflejada en la primer sesión del taller principalmente a través del producto realizado y del pre test.
- Evaluación formativa. Valoración del proceso y motivación de aprendizaje del participante lo largo de las sesiones del programa. La evaluación formativa tiene que ver más con los procesos de aprendizaje y las vivencias durante las sesiones, no solo con los productos del taller. En la presente intervención esta evaluación se verá reflejada a través de lo desarrollado en cada una de las sesiones.

- Evaluación sumativa. Se utiliza al final de cada periodo de aprendizaje. Consiste en una valoración e integración de aprendizajes al finalizar la intervención. Esta evaluación se verá reflejada en las dos últimas sesiones del taller a través del producto realizado y del post test.

1. Evaluación de las producciones artísticas.

Para la evaluación de los productos de los participantes se propone en el anexo 21 un conjunto de listas de cotejo que abarcan los siguientes aspectos: proceso reflexión-expresión, creatividad, habilidades manipulativas y procedimentales y estética. El objetivo de las listas de cotejo es evaluar las producciones de los adolescentes partiendo de la presencia o ausencia de indicadores derivados de los aspectos ya mencionados. Los indicadores de cada aspecto dependerán según la técnica elaborada en la sesión la cual puede ser plástica, teatral o literaria.

2. Evaluación de habilidades para la vida.

Se propone también el seguimiento de las habilidades para la vida desarrolladas por parte de los participantes por cada sesión se presenta como parte de los aspectos a evaluar en las listas de cotejo del anexo 21. Gracias a las dinámicas, técnicas y contenidos desempeñados en cada sesión se estimula la sensibilización, conocimiento, desarrollo y probable adquisición de algunas habilidades para la vida importantes para el desarrollo integral del adolescente. Cabe mencionar que no es posible desarrollar todas las habilidades por sesión, por lo tanto, en las listas de cotejo solo se incluyen las que se considera con más presencia durante la reunión. En la Tabla 14 se presentan las habilidades para la vida a las que se da preferencia desarrollar según en número de sesión.

Tabla 14. Habilidades de vida para evaluar en las sesiones

Habilidades para la vida	Número de las sesiones en las que se pretende su desarrollo
Autoconcepto, autoimagen y autoconocimiento	1,2, 8 y 12.
Regulación de emociones	3

Regulación de estrés y ansiedad	9 y 10
Toma de desiciones asertivas	3, 4,5,7 y 8
Creatividad	4,5,6,7 y 10
Reflexión crítica	4,6, 8 y 12.

Conclusiones y sugerencias

Partiendo de las necesidades de la población ante la problemática del abuso de sustancias psicoactivas habrá que preguntarnos la calidad y éxito de los programas de prevención. En la actualidad son pocos los programas que promuevan, más allá de aspectos informativos, el desarrollo de habilidades para la vida del adolescente de una manera reflexiva y creativa, haciendo uso de las técnicas artísticas. Como se ha expuesto antes, la presente investigación partió de la experiencia vivida durante un año como prestadora de servicio social y prácticas profesionales y medio año de voluntaria en el Centro de Integración Juvenil (CIJ) Álvaro Obregón Oriente. En dicha experiencia estuve trabajando con niños y adolescentes desde los 9 a los 16 años de edad tanto en instituciones educativas públicas o privadas y en plazas comunales. La principal labor que se llevó a cabo fue la prevención de adicciones a través de jornadas informativas o talleres prediseñados por CIJ. En un principio pude darme cuenta de la necesidad de programas lúdicos, creativos y reflexivos que hacen falta en el campo preventivo. La mayoría de los talleres y programas con los que se cuenta, son diseñados para impartir principalmente de manera informativa y por lo tanto poco dinámica. En un segundo momento, después del desarrollo de un “Taller reflexivo para la prevención de adicciones” diseñado y aplicado por una compañera y yo, pude darme cuenta de la falta de habilidades expresivas, comunicativas, creativas, reflexivas y asertivas por parte de los participantes ante situaciones planteadas relacionadas con el abuso de drogas, esto me llevó a identificar la falta de conocimiento y vivencia acerca de un comportamiento estético.

A partir de lo ya mencionado surgió la necesidad, de crear un taller en el que se deje de considerar al adolescente como el problema al que hay que atacar con información y se le comience a ver como un sujeto que, debido a su etapa de vida, se encuentra en mayor riesgo ante éste problema. El presente taller retomó las cualidades que prevalecen en este periodo como oportunidades para el desarrollo de habilidades que sí se conocen y se desarrollan con frecuencia pueden llegar a ser apropiadas para toda la vida del ser humano, para todo contexto y ante toda circunstancia humana. Por otro lado, surgió también la necesidad de brindar un programa de prevención de adicciones vivencial en el cual se abordarán contenidos del interés de la muestra en torno al tema de adicciones de manera

más significativa en comparación a la mayoría de los programas preventivos que se basan en solo transmisión de información.

Considero que fue posible alcanzar el objetivo de aportar en la educación no formal elementos que sensibilizaran al adolescente a reflexionar acerca de temas relacionados con habilidades para la vida por medio de la vivencia de experiencias estéticas.

En cuanto al primer objetivo específico que era promover la educación en desarrollo de habilidades para la vida ante riesgos psicosociales considero que se logró. Medina, Real, Villatoro y Natera (2013) de los principales investigadores en México en materia de adicciones mencionan que hay que apoyar al desarrollo de programas integrales de prevención orientados a mantener estilos de vida saludables, al desarrollo de habilidades y al desarrollo de la resiliencia en los jóvenes. El presente trabajo se enfocó en introducir y sensibilizar a los participantes a desarrollar habilidades como la asertividad, resiliencia, identificación de emociones, control del estrés y ansiedad, autoconcepto, toma de decisiones y trabajo colaborativo.

El segundo objetivo específico fue contribuir para la construcción de una cultura del tiempo libre y de ocio recreativo a través de técnicas artísticas plásticas. Recordando la desvalorización actual que hay del tiempo libre recreativo todas las actividades propuestas buscan que el adolescente logre tener un encuentro con algunas técnicas artísticas para que además de realizar un proceso reflexivo, creativo y catártico logré despertar la curiosidad e interés hacía la realización de la obra artística, no como un objeto material o de entretenimiento, si no como el resultado de un proceso de autorreconstrucción personal. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura y el Consejo Nacional para el Control de Estupefacientes (2007) un tiempo libre sin actividades recreativas que le den un sentido de crecimiento, sobre todo al adolescente, es un fuerte factor de riesgo ante en consumo de drogas. Para terminar de contribuir al desarrollo de la cultura del tiempo libre y de ocio recreativo es necesario que las comunidades se interesen y comprometan en la creación de una red de prevención recreativa para sus niños y adolescentes que vaya heredándose de generación en generación, así como la sensibilización y expansión de la educación no formal por parte de los profesionistas.

En cuanto al último objetivo que es sensibilizar al adolescente acerca de los beneficios de los componentes de la experiencia estética (creación, reflexión, comunicación) como herramienta para reinventarse día a día. Considero que los contenidos de las sesiones funcionen como correctos estimulantes para la vivencia de un proceso de reflexión inicial, identificación con los recuerdos y la realidad, creación de alternativas, imaginación y reflexión final, reencuentro con el sí mismo. Las actividades de las sesiones se encuentran estructuradas de manera estratégica para alcanzar los tres niveles de la experiencia estética (poiesis, aisthesis y catarsis).

Para la ejecución de las actividades de artes plásticas vale la pena recalcar que los materiales empleados en cada sesión son accesibles a la mayoría de los contextos, lo cual es también una ventaja para la manipulación y uso como medio expresivo por parte del adolescente.

Es importante señalar la importancia del papel del psicólogo educativo en un contexto de aplicación para un taller como el presente pues, con base en mi experiencia en prácticas profesionales, servicio social y voluntariado en Centros de Integración Juvenil, los profesionistas que laboran en el CIJ regularmente son psicólogos clínicos y sociales, trabajadores sociales y administrativos. Al menos en la sede de CIJ Álvaro Obregón Oriente no existía presencia de un psicólogo educativo que apoyara en la adecuación de contenidos y actividades dependiendo las características y el contexto de las personas que hacen uso de los servicios del centro. El papel del psicólogo educativo relacionado a la prevención de adicciones es de diseñar talleres y programas de manera competente, reuniendo características como objetivos, contenidos apropiados, técnicas favorables y materiales disponibles, según el contexto, que logren acercarse al objetivo de crear una sensibilización, consciencia y aprendizajes significativos en los niños y adolescentes. Existe la necesidad de educar afectivamente, socialmente, creativamente, de esta manera se estarán formando personas hábiles ante situaciones que pongan en riesgo su integridad.

¿Cuál es el papel del psicólogo educativo en la problemática planteada? el psicólogo educativo debe preocuparse también por aportar a la educación no formal, como se

propuso en esta investigación, contribuir en una educación encaminada al desarrollo integral de las personas a través de la formación de valores, pensamiento crítico, de organización del tiempo libre y de ocio, de habilidades para la vida, habilidades reflexivas y creativas, ya que actualmente son muy pocas las instituciones en las que se les da el mismo peso tanto a la educación formal como a la no formal. El psicólogo educativo debe estar capacitado para brindar elementos tanto en la educación formal como en la no formal para el alcance de un adecuado desarrollo cognitivo, físico y emocional del ser humano.

Cabe mencionar que evidentemente no es un trabajo sólo del psicólogo, la labor es conjunta, un trabajo colectivo entre las familias, instituciones educativas y centros sociales o comunitarios. Es importante que entre éstas tres instituciones haya planeación, difusión y desarrollo de más cursos-talleres. En la implementación de esta propuesta de intervención es importante que no se pierda la esencia del proyecto la cual es la promoción experiencias estéticas durante el tiempo libre para el desarrollo de habilidades para la vida. El taller, y más allá de eso, la prevención no debe reducirse a un curso, se debe ampliar a un estilo de vida, a una habilidad, por lo tanto no debe quedarse sólo en el momento si no adaptarlo a cada contexto y durante el vivir diario.

Es también relevante mencionar que ésta investigación aporta al ámbito de la educación, en primer lugar, porque en la actualidad no existen en el país talleres contextualizados que aborden a partir del proceso reflexivo y creativo el desarrollo de habilidades encaminado a la prevención de adicciones haciendo uso de actividades artísticas como herramientas terapéuticas. En segundo lugar, esta investigación, por su carácter multidisciplinario, logra abordar tres temas y los procesos que estos conllevan, como son el tiempo libre y de ocio saludable a través de la recreación, el desarrollo de la creatividad, manipulación y expresión artística y el desarrollo de habilidades para la vida como alternativa protectora ante el abuso de sustancias tóxicas. En tercer lugar, esta investigación es accesible para que tanto docentes, psicólogos educativos o especialistas en prevención de adicciones puedan generar ideas para diseñar o crear materiales que ayuden a ejemplificar más el tema, en el caso de esta investigación se diseñaron actividades dinámicas relacionadas con la reflexión y expresión como puentes para el aprendizaje.

Parte de las limitaciones en la investigación fue la falta de conocimientos acerca de más técnicas artísticas para la creación de mayor variedad de actividades dentro de las sesiones. Se recomienda que el docente o guía que pretenda implementar del taller investigue acerca de otras formas de arte para que pueda desarrollarlas dentro del taller con un enfoque relacionado a la prevención de adicciones o de habilidades para la vida, esto con el objetivo de que los participantes del taller puedan conocer aunque sea de manera superficial las características de otras técnicas artísticas sobre las cuales, probablemente, tomen el interés de desarrollar a fondo posteriormente.

Otra de las limitaciones fue la falta de participación por parte de agentes especialistas en la prevención de adicciones, ya que a pesar de que el 100% del CIJ Álvaro Obregón Oriente colaboró con las entrevistas planeadas para el diseño del taller, así como se logró la participación agente de la fundación “Ama la vida”, no se contó con el apoyo por parte de agentes de otras sedes de Centros de Integración Juvenil o del Instituto de Atención para la Prevención de Adicciones que son las principales instituciones encargadas de esta labor en México. Esto fue una limitante ya que de haber contado con la participación de más agentes en la entrevista diagnóstica se pudo haber ampliado los puntos de vista respecto a las necesidades de la población adolescente y así mismo se hubieran podido obtener mayores opiniones respecto al tipo de actividades y contenidos que hacen falta actualmente ante la problemática del abuso de sustancias psicoactivas.

Se sugiere crear actividades alternas que complementen el programa por si se desea alargar, desarrollando contenidos que en el diagnóstico de la investigación no surgieron como principales necesidades de la muestra pero que considero, en base a mi experiencia en prácticas profesionales y servicio social, que serían pertinentes en relación al desarrollo de habilidades para la vida del adolescentes como medio protector ante las adicciones, tales temas son los relacionados con problemas familiares, trastornos alimenticios, pertenencia a grupos o tribus urbanas, métodos anticonceptivos, violencia en el noviazgo, descubrimiento de talentos y desarrollo de la creatividad.

Me parece importante recalcar que para el éxito del programa es indispensable que no se pierda el enfoque, la naturaleza o esencia del proceso, es decir, la experiencia del disfrute, reflexión, creatividad y catarsis. Se recomienda que el docente o facilitador cuente con habilidades personales como la empatía, carisma, habilidades comunicativas, sensible y con buena percepción para escuchar y retomar las opiniones de cada uno de los participantes. El facilitador es una pieza importante en el desarrollo de las sesiones del taller y la vivencia de sus participantes.

El guía de este proceso tiene en sus manos una importante labor para el alcance de los objetivos pues en realidad los niños y adolescentes, más ahora que antes, no tienen contacto con las artes y vivencia de experiencias estéticas. Habrá que preguntarnos ¿Por qué la educación artística es olvidada? A pesar de todas sus bondades, la educación artística ha sido relegada por quienes se encargan de diseñar el currículo escolar desde educación inicial y básica hasta la educación superior (aun tratándose de licenciaturas íntimamente relacionadas con procesos creativos y culturales), destinándole pocas horas al año del tiempo escolar. Lo reducido del tiempo escolar para las artes no sería tan negativo si se dotara a los maestros de la formación y actualización adecuada en educación artística y se les proporcionaran los materiales apropiados, pero al parecer, eso no es posible. (Godínez, 2007).

Se podría pensar que es hasta la educación superior cuando se abordan con más frecuencia y/o profundidad temas culturales y creativos, sin embargo, esto no ocurre al menos que se trate de un currículo para profesiones directamente enfocadas a las artes (artes visuales, teatro, danza, etc).

Haciendo énfasis en mi casa de estudios y en mi experiencia como estudiante de Psicología Educativa en la Universidad Pedagógica Nacional quiero retomar parte de los objetivos que se plantean en tres de las licenciaturas que forman parte de la oferta educativa de la institución:

- 4 Psicología Educativa: Formar profesionales con una actitud de servicio y trabajo dirigidos a la comunidad educativa (autoridades, padres, maestros y alumnos) otorgando un reconocimiento amplio de los avances teóricos y los recursos metodológicos de la psicología y otras disciplinas afines, para comprender y atender

problemas educativos asociados a procesos de desarrollo, aprendizaje y socialización de los individuos a nivel del currículo formal, el salón de clase, el grupo escolar y la institución educativa.

- 5 Sociología de la educación: Formar profesionales que contribuyan a la elaboración e instrumentación de políticas, planes y proyectos que repercutan favorablemente en la solución de los problemas socioeducativos del país, en base al estudio de la relación educación-sociedad, así como de un sólido instrumental analítico que les permita comprender y valorar las tendencias y características del desarrollo nacional.
- 6 Pedagogía: Formar profesionales capaces de analizar la problemática educativa y de intervenir de manera creativa en la resolución de la misma mediante el dominio de las políticas, la organización y los programas del sistema educativo mexicano, del conocimiento de las bases teórico-metodológicas de la pedagogía, de sus instrumentos y procedimientos técnicos.

En las tres licenciaturas se pretende que el egresado comprenda, atienda, elabore, solucione problemas, valore e intervenga de manera creativa, actividades que se encuentran relacionadas con muchos de los beneficios de las artes. Entonces me pregunto ¿realmente se le prepara al estudiante de licenciatura en la UPN para todo esto?

Si se revisa el mapa curricular de la licenciatura en Psicología Educativa 2009 se aprecia sólo una asignatura se enfoca directamente a la cultura (aprendizajes en contextos culturales) y ni una sola al desarrollo de la creatividad o a la vivencia artística, **del mismo modo** en los mapas curriculares de Pedagogía y Sociología de la Educación sólo una de las materias obligatorias a lo largo de los 4 años está relacionada con la cultura (Comunicación, Cultura y Educación). Es importante considerar que el psicólogo educativo no cuenta en abundancia con los conocimientos relacionados a las artes por eso mismo es indispensable su capacitación y el apoyo de los profesores de artes o especialistas en ellas.

Tabla 15. Mapa curricular por semestre plan 2009

Semestre	Asignaturas				
1	Introducción a la Psicología	Psicología Evolutiva de la Infancia	Psicología Educativa	Psicología Social de la Educación	Estado, Sociedad y Educación
2	Estadística I	Psicología Evolutiva de la Adolescencia	Aprendizaje	Socialización	Sociedad y Educación en el México Actual
3	Estadística II	Psicología Evolutiva de la Adulthood y Vejez	Estrategias de Aprendizaje	Comunicación e interacción Social	Currículum
4	Enfoques y Métodos de Investigación	Evaluación Psicopedagógica	Aprendizajes Escolares	Procesos de grupo	Planeación de la Enseñanza
5	Métodos Cuantitativos	Adecuaciones Curriculares	Aprendizajes en Contextos Culturales	Organización Escolar	Comunicación Educativa
6	Métodos Cualitativos	Educación Inclusiva	Temas selectos en Asesoramiento Psicopedagógico	Orientación y Apoyo Psicopedagógico	Temas selectos en Diseño de Proyectos Educativos
7	Seminario Diseño Metodológico	Taller de Prácticas Profesionales en	Temas Selectos en	Temas Selectos en	
8	Seminario de Titulación	Taller de Prácticas Profesionales en	Temas Selectos en	Temas Selectos en	

La falta de contenidos relacionados con las artes y la cultura al menos en mi caso hizo del presente trabajo un largo proceso de investigación, de formación independiente ya que no fue posible obtenerla durante la licenciatura, como se menciona en el Plan de Estudios 2009 de Psicología Educativa, p.9 “En todo caso, un análisis específico muestra que la elaboración de una tesis, junto con los criterios para su dictaminarían, excede la formación académica y habilidades de un número grande de egresados”. Hay complicaciones para la titulación y posteriormente complicaciones para la labor profesional. Para las funciones del presente proyecto de intervención esto es un punto en desventaja que habrá que considerar

ya que el psicólogo educativo necesitaría formación complementaria relacionada con las artes y cultura.

Con base en lo anterior sugiero sería útil y pertinente presentar la semilla de interés en el psicólogo en su formación superior durante los primeros semestres de la licenciatura para que de esta forma él tenga la oportunidad de vivir la experiencia de identificarse con contenidos relacionados a las artes y la cultura para a partir de ello poder formar una línea más concreta y nutrida en conocimientos para su labor profesional. No se puede deseñar la construcción de individuos independientes, con habilidades para la vida, que sepan tomar decisiones, creativos, resilientes, etc. cuando nosotros mismos como elementos educativos no hemos tenido tal formación o encuentro estético.

Sugiero la necesidad de formar profesionales sensibles, empáticas con la realidad pero también con imaginación, creativas, reflexivas, capaces de buscar alternativas y proponer soluciones, no sólo en el ámbito artístico sino para toda propuesta educativa es por esto que propongo importante el considerar el retomar las artes en la educación desde el nivel inicial hasta superior como herramientas de un desarrollo integral humano.

La educación y actualización artística y cultural no se puede dejar de lado ni menospreciar en ningún sentido pues somos parte de ello.

Para finalizar las conclusiones es también importante recordar que en México no ha existido una política pública clara en relación al consumo de drogas y que conforme pasan los años el acceso a las drogas tanto legales como ilegales se va facilitando, por lo tanto como medida ante la problemática, se puede afirmar que el desarrollo de habilidades para la vida a través de actividades artísticas durante el tiempo libre y de ocio es una alternativa prometedora e integral que trata de retomar, más que los defectos, las cualidades del adolescente para potencializarlas fomentando a la vez la formación en habilidades para la vida y el comportamiento estético en situaciones adversas. Debemos crear un compromiso como profesionales para además de contenidos formales educar y ser educados en inteligencia emocional, social y espiritual.

Referencias

- Alonso, C. y Del Barrio, V. (1996). Consumo de drogas legales y factores asociados al ambiente escolar. *Psicología Educativa*, 2, 91-112.
- Amigo, M. L. (2000). *El arte como vivencia de ocio*. España: Universidad de Deusto.
- Anderson, E. (2007). *Peyote. El cactus divino*. Barcelona: Laertes.
- Araya, C., Correa, V. y Sánchez, S. (1990). *Terapia Artística*, en “La Expresión Plástica: Potencialidades y Aplicaciones como Herramienta Psicoterapéutica”. Memoria (Facultad de Ciencias Sociales, Psicología) Santiago, Chile. Pontificia Universidad Católica de Chile. Facultad de Ciencias Sociales, Escuela de Psicología.
- Arias, D. y Vargas, C. (2003). *La creación artística como terapia: Como alcanzar el equilibrio interior a través de nuestras expresiones*. Barcelona: R.B.A. Integral.
- Arteaga, A. (2005). *El estrés en adolescentes* (Tesis de licenciatura). Universidad Autónoma Metropolitana- Iztapalapa, Ciudad de México.
- Arizaga, C. (2009). *El consumo de drogas como consumo cultural. La problemática del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes desde la cultura del consumo*. Argentina: Observatorio Argentino de Drogas. SEDRONAR.
- Arteaga, C. y González M. (2001). *Diagnóstico*. En Arteaga, C. y González, M. (Eds), *Desarrollo comunitario* (p. 82-106). México: UNAM.
- Baggiolini, L. y Urbatiel, P. (1998). Adolescentes, consumo cultural y escenario urbano. *Anuario del Departamento de Ciencias de la Comunicación*. Escuela de Comunicación Social.
- Baquero, R. (2002). Del experimento escolar a la experiencia educativa. La transmisión educativa desde una perspectiva psicológica situacional. *Perfiles Educativos, Tercera Epoca*, 17, (97-98), 57-75.
- Barra, A. (2013). *Prevención, reducción de daños y reasignación presupuestal*. Recuperado de <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/mexiko/10215.pdf>
- Barroso, C. y Fontecha, M. (1999). La importancia de las dramatizaciones en el aula de ELE: una propuesta concreta de trabajo en clase, pp. 107-113. Recuperado de http://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/asele/pdf/10/10_0105.pdf
- Becoña, E. (2000). Los adolescentes y el consumo de drogas. *Papeles Del Psicólogo*, (77) Universidad de Santiago Compostela.
- Becoña, E. (2003). Tabaco, ansiedad y estrés. *Salud y Drogas*, 3 (1), 71-92. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/839/83930106.pdf>
- Becoña, E. y Míguez, M.C. (2004). Ansiedad y consumo de tabaco en niños y adolescentes. *Adicciones*, 16, 91-96.

- Becoña, I. (2002). *Bases Científicas de la Prevención de las Drogodependencias*. Madrid: Imprenta Nacional del Boletín Oficial del Estado.
- Bello, L. (2005). *Estadística como apoyo a la investigación*. Recuperado de <http://guajiros.udea.edu.co/fnsp/cvsp/Muestreo.pdf>
- Berra M. J. y Dueñas R. (2011). Educación para la salud: conductas de riesgo en los adolescentes y jóvenes. *Revista científica electrónica de Psicología*, 5. México: icsa-uaeh, 116-125.
- Bermúdez, A., Lossi, M., Teixeira, E. y Cordeiro, J. (2011). Percepción de los estudiantes de una escuela de enfermería acerca del consumo de drogas lícitas e ilícitas. *Latino-Am. Enfermagem*, 684 (90).
- Berrio, Miren y Martínez (2001). *Los adolescentes y el tiempo libre: Mirando al futuro (2001-2002)*. Recuperado de http://www.gazteaukera.euskadi.eus/contenidos/informacion/beste_argitalpen_batzuk/es_li_buruak/adjuntos/Adolescentes_y_tiempo_libre_2001_2002_c.pdf
- Botvin, G. (1995). Entrenamiento en habilidades para la vida y prevención del consumo de drogas en adolescentes: consideraciones teóricas y hallazgos empíricos. *Psicología Conductual*, 3, 333-356.
- Botvin, G. J., Baker, E., Dusenbury, L., Botvin, E. M., y Diaz, T. (1995). Long-term follow-up results of a randomized drug abuse prevention trial in a White middle-class population. *Journal of the American Medical Association (JAMA)*, 273, 1106- 1112.
- Caja, J., Berrocal, M., Fernández, I., Fosati, A., González, J., Moreno, F. y Segurado, B. (2001). *La ecuación visual y plástica hoy: educar la mirada, la mano y el pensamiento*. Barcelona: Graó.
- Calabrese, A. (1999). La droga: consumo de consumos. En *Ensayos y Experiencias. Psicología en el campo de la educación*, 5(29), 30-36. Buenos Aires: Centro de Publicaciones educativas y material didáctico.
- Calzada, Hidalgo y Rovira (2006). Programas de reducción de riesgos asociados al consumo recreativo de drogas. *Revista de Estudios sobre Juventud*, 10 (24), 90-109.
- Canales, E. y Dimas, S. (2010). *Cómo convertirte en el detective de tus propias emociones. Aprendiendo a manejar emociones en secundaria para desarrollar aptitudes resilientes*. Recuperado de http://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icschu/LI_PolitEdu/Emma_Canales/detective.pdf
- Caride, J.A. (2012). Lo que el tiempo educa: el ocio como construcción pedagógica y social. *ARBOR. Ciencia, pensamiento y cultura*, 188 (754), 301- 313.
- Casas, R. y Ceñal, G. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral 2005*, 9(1), 20-24.

Castro, F. y Ramírez, M. (2011). *Un taller de danza para favorecer la convivencia armónica*. (Tesis de licenciatura). Universidad Pedagógica Nacional, México. Recuperado de <http://200.23.113.59/pdf/28193.pdf>

Centro de Investigaciones de la Realidad Social (1995). *Cultura y ocio*. Madrid: Bilbao

Centros de Integración Juvenil (2005). *Niños, adolescentes y adicciones*. México, D.F.: Centros de Integración Juvenil, A.C.

Centros de Integración Juvenil (2006). *Habilidades para la vida. Guía para educar con valores*. México, D. F.: Centros de Integración Juvenil, A.C.

Centros de integración juvenil (2003). *Como proteger a tus hijos contra las drogas*. México, D.F.: Centros de Integración Juvenil, A.C.

Centro de Investigaciones de la Realidad Social (1994). *La cultura como consumo*. Madrid: Boletín Cires.

Cerrada, A. (2008). *El uso de mandalas como terapia asrtística para niños y niñas pacientes del Hospital Universitario de Los Andes*. Recuperado de http://tesis.ula.ve/pregrado/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=2029

Cervantes, J. (2004). *El tiempo que te quede libre...dedícalo a la recreación*. México: UPN.

Clayton, R.R. (1992). Transitions in drug use: Risk and protective factors. Citado en T. Laespada Iraurgi y E. Aróstegi (Eds). (2004). *Factores de Riesgo y de Protección frente al Consumo de Drogas: Hacia un Modelo Explicativo del Consumo de Drogas en Jóvenes de la CAPV*. Instituto Deusto de Drogodependencias (Universidad de Deusto).

Coleman, J.C. (1996). Friendship and the peer group in adolescence. En J. Adelson (Comp.), *Handboock of adolescent psychology*. Nueva York: Wiley.

Coll, C. y Martín, E. (1996). La evaluación de los aprendizajes: una perspectiva de conjunto. *Signos. Teoría y Práctica de la Educación*, 18, 64-77.

Comas, D. (2001). *La evaluación de programas de ocio alternativo de fin de semana*. España: Instituto de la Juventud.

Comas, D. (1990). *El síndrome de Haddock: alcohol y drogas en enseñanzas medias*. Madrid: C.I.D.E.

Comisión Nacional Contra las Adicciones (2011). *Programa contra el Alcoholismo y el Abuso de Bebidas Alcohólicas (Actualización 2011-2012)*. Recuperado de http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/publicaciones/abuso_de_bebidas.pdf

Comité de expertos de la OMS en problemas relacionados con el consumo de alcohol (2006). *Serie de Informes Técnicos. Segundo informe*. Recuperado de http://www.who.int/substance_abuse/expert_committee_alcohol_trs944_spanish.pdf

Comité Departamental de Prevención de Drogas en Antioquia (2006). *Sóbriate la Rumba. Manual de rumba sana*. Recuperado de <http://revistaindependientes.com/wp-content/uploads/2014/09/C%C3%B3mo-montar-una-fiesta-sana.pdf>

Concejalía de Gobierno de Seguridad y Servicios a la Comunidad. (2002). *Plan Municipal Contra las Drogas. Memoria 2002*. Recuperado de http://www.madrid.es/UnidadWeb/Contenidos/Publicaciones/TemaServiciosSociales/MemoriaPlanDrogas2002/Memoria2002_01.pdf

Consejo Nacional de la Cultura y las Artes de Chile (2012). *Encuesta Nacional de Participación y Consumo Cultural*. Chile: CNCA.

Cornejo, H. (2009). *Estrategias preventivas para evitar el consumo de drogas en jóvenes adolescentes*. (Tesis para grado de maestría). Universidad Nacional Experimental “Rómulo Gallegos”, Calabozo Venezuela.

Cuenca, M. (2003). *Ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*. España: Universidad de Deusto.

Cutrerá, J.C (1993). *Técnicas de recreación*. Buenos Aires: Stadium.

Declaración Universal de Derechos Humanos (1948). *Cuadernos de derechos humanos*. Recuperado de http://www.agro.uba.ar/sites/default/files/cuaderno_ddhh.pdf

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (2008). *Las drogas, el cerebro y el comportamiento: La ciencia de la adicción*. Recuperado de http://www.drugabuse.gov/sites/default/files/soa_spanish.pdf

Dewey, J. (2008). *El arte como experiencia*. Barcelona: Paidós.

Dewey, J. (1989). *Cómo pensamos. Nueva exposición de la relación entre pensamiento reflexivo y proceso educativo*. Barcelona: Paidós.

Díaz Barriga, F. (2002). "Aportaciones de las perspectivas constructivista y reflexiva en la formación docente en el bachillerato". *Perfiles Educativos, Tercer a Época*, 26 (97-98), 6-25.

Díaz Barriga, F. (2006). *Enseñanza situada: vínculo entre la escuela y la vida*. México: McCRAW-HILL Interamericana Editores.

Díaz, G. y Rafael, P. (2010). La función del arquetipo de la máscara y el uso de drogas en el grupo adolescente II. *Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Díaz Morales, K. (2011). *Medición y caracterización de factores familiares, individuales y ambientales en el consumo y no consumo de drogas en adolescentes*. (Tesis para Doctorado). Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.

Dirección de Investigación y Desarrollo Educativo, (2005). *Las estrategias y técnicas didácticas en el rediseño*. Ciudad de México: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey.

Donas, S. (1998). *Protección, riesgo y vulnerabilidad. Sus posibles aplicaciones en la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación de la salud integral de los/las adolescentes*. Recuperado de <http://escuela.med.puc.cl/paginas/ops/curso/CasosModulos/CasosModulo4Ap.html>

Donas, S. (1997). *Vulnerabilidad, Protección y riesgo*. Recuperado de http://raladolec.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141471302002000100002&Ing=es&nrm=iso

Dumazedier, J (1986). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela.

El Sol de Durango (enero del 2013). *Trabaja el ICED en la prevención de adicciones con arte. "Prevención de adicciones con arte"*. Recuperado el 10 de enero de 2015, de <http://www.oem.com.mx/elsoldedurango/notas/n2830154.htm>

Eisner, E. (2004). *El arte y la creación de la mente. El papel de las artes visuales en la transformación de la consciencia*. Barcelona: Paidós.

Elichiry, N. (1997). Apuntes críticos para una mirada psicológica de la evaluación educativa. *Revista del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Educación*, 11.

Elzo, J. (1996). *Drogas y Escuela IV: evolución (1981-1991) en el consumo y actitudes ante las drogas en escolares de enseñanzas medias de Donostia-San Sebastián*. Donostia-San Sebastián: Escuela Universitaria de Trabajo Social.

Encuesta Nacional de Adicciones (2011). *Drogas ilícitas*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz/ Secretaría de Salud. Recuperado el 10 de enero de 2015, de http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/ENA_2011_DROGAS_ILICITAS_.pdf

Escobar, I. (2009). *Conocimientos fundamentales para la formación artística*. Recuperado el 20 de mayo de 2015, de <http://www.conocimientosfundamentales.unam.mx/vol1/fartistica/pdfs/interior.pdf>

Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires, Ministerio de Educación de la Nación y UNICEF Argentina (2010). *Prevención del consumo problemático de drogas. La construcción social de la problemática de las drogas*. Recuperado de http://files.unicef.org/argentina/spanish/Edu_ModulosESI.pdf

Figuroa, G. (2014). Freud, Breuer y Aristóteles: catarsis y el descubrimiento del Edipo. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 52 (4).

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF (2009). *La adolescencia y la situación en México, 2009*. Recuperado el 14 de noviembre de 2015, de http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6879.htm

- Fundación de Ayuda a la Drogadicción “Dossier” (2011). *La prevención de drogodependencias en las familias*. Recuperado el 20 de septiembre de 2015, de http://www.codapa.org/wp-content/uploads/2011/06/m_prevdrogodependencia.pdf
- García del Castillo, J. (2011). La evaluación del consumo de drogas en perspectiva. *Health and Addictions/ Salud y Drogas*, 11(1), 7-15.
- García del Castillo, J. (2014). Análisis de la información en la prevención del consumo de drogas y otras adicciones. *Health and Addictions. Salud y drogas*. Vol. 14 (1). Recuperado de <http://www.haaj.org/index.php?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=225&path%5B%5D=220>
- García Moreno, M. (2002). *Consumo de drogas en adolescentes: Diseño y desarrollo de un programa de prevención escolar*. (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid España.
- García-Pindado, G. (1998). La influencia del grupo de iguales en el consumo adolescente de droga. *Psiquis*, 14(4), 39-45.
- Gaudet, E. (2004). *Drogas y adolescencia: una guía para responder a las dudas de los padres*. México, D.F: PROMEXA.
- Godoy, Gabriela (2013). *El mandala como herramienta terapéutica para personas en duelo* (Tesina para diplomado en Tanatología). Asociación Mexicana de Tanatología, A.C.
- Gómez, S., Tejera, H. y Aguiar, J. (2012). *Informe de la encuesta “La cultura política de los jóvenes en México” para el Instituto Federal Electoral*. México: Colegio de México. Recuperado el 10 de enero de 2015, de <http://es.scribd.com/doc/160204327/La-Cultura-Politica-de-Los-Jovenes-en-Mexico>
- González, F., García, M. y González, S. (1996). Consumo de drogas en la adolescencia. *Psicothema*, 8, 257-267.
- González, Valdez y Zavala (2008). Resiliencia en adolescentes mexicanos. *Enseñanza e Investigación*, 13(1). Recuperado el 2 de enero de 2016, de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29213104.pdf>
- Gonzalo, Nuria. (2012). *La educación artística y el arte como terapia: Un camino para construir la identidad del adolescente* (Memoria para optar al grado de doctor). Universidad Computense de Madrid, Madrid.
- Graña, J. y Muñoz-Rivas, M. (2000). Factores de riesgo relacionados con la influencia del grupo de iguales para el consumo de drogas en adolescentes. *Psicología Conductual*, 8(1), 19-32.
- Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy: como superar la adversidad*. Gedisa. Barcelona.

Grupo de Trabajo Ocio Saludable (2010). *Foro "La sociedad ante las drogas"*. Recuperado de <http://www.pnsd.msc.es/novedades/pdf/OcioSaludable.pdf>

Hidalgo, E., Calzada, N. y Rovira, J. (2006). Programas de reducción de riesgos. *Revista de Estudios Sobre Juventud*, 24, 90-109.

Hlebovich, L. (2013). El rol de la experiencia estética en la creación artística según John Dewey: Análisis de un ejemplo: las caminatas en danza contemporánea. *IX Jornadas de Investigación en Filosofía*. Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.2912/ev.2912.pdf

Ibáñez, A. (2008). Genética de las adicciones. *Revista adicciones*, 20 (2), 103-109.

Instituto de Adicciones de Madrid (2007). *Programa de integración social a través del ocio*. Recuperado de <http://www.madridsalud.es/publicaciones/adicciones/doctecnicos/ProgramaIntegracionS.pdf>

Izuel, M. y Vallés J. (2012) Competencias profesionales e investigación en arteterapia. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 7,13-26.

Jankélevitch, V. (1989). *La aventura, el aburrimiento y lo serio*. España: Taurus.

Jauss, H. (1972). *Pequeña apología de la experiencia estética*. Barcelona: Paidós.

Klein, P. (2006). *Arteterapia. Una introducción*. Francia: Octaedro.

La razón de México (2 de marzo del 2012). *Carecía México de política pública en prevención de adicciones: Zavala*. Recuperado el 2 de febrero de 2016, de <http://www.razon.com.mx/spip.php?article145663>

Ladriere J. (1978). *El reto de la racionalidad*. Salamanca: UNESCO.

Laespada, M.T. y Pallarés, J. (2001). ¿Qué hacen? *Revista de estudios de Juventud*, 54. Madrid: INJUVE.

Larrauri, R. y Chirinos, J. (2009). Eficacia del programa de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica, *Perú*. *Revista Salud Pública*, 11 (2), 169-181.

Leif, J. (1992). *Tiempo libre y tiempo para uno mismo. Un reto educativo y cultural*. Madrid: Narcea.

Liga española de la educación (2013). *Relaciones afectivas y sexualidad en la adolescencia*. Recuperado de <http://www.ligaeducacion.org/documentos/investigaciones/relaciones-afectivas-y-sexualidad-en-la-adolescencia.pdf>

Limiñana, G. (2008). *Cuando crear es algo más que un juego: creatividad, fantasía e imaginación en los jóvenes*. Recuperado el 25 de septiembre de 2015, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18512511004>

- Lipman, M. (1997). *Pensamiento complejo y educación*. Madrid: Ediciones de la Torre.
- Llanes, J. (1999). Evolución de las ideas en prevención de uso de drogas. *Psicología Iberoamericana*, 7 (4) 24-29.
- Llanes, J. (2007). Observaciones para dar una atención integral en la problemática de las adicciones. *Liber Addictus*, 96, 9.
- Llorens, N., Palmer, A. y Perelló, M. J. (2005). Características de personalidad en adolescentes como predictores de la conducta de consumo de sustancias psicoactivas. *Trastornos adictivos*, 70, 2, 90-96.
- López, F. (2008). *Necesidades en la infancia y en la adolescencia. Respuesta familiar, escolar y social*. España: Ediciones pirámide.
- López, Q. (1977). *Estética de la creatividad*. Madrid: Cátedra.
- Luis, M. A. V. (2008). *La promoción de salud y la prevención de las adicciones a nivel del individuo, familia y comunidad. El fenómeno de las drogas en las Américas y en el mundo*. Brasil: CICAD/OEA, SENAD Y EERP/USP.
- Mangrulkar, L., Vince, C. y Posner, M. (2001). *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Marina, J. A. y Graña, J. L. (2001). Factores familiares de riesgo y de protección para el consumo de drogas en adolescentes. *Psicothema*, 13(1), 87-94. Madrid, España.
- Marinovic, M. (1994). Las funciones psicológicas de las artes. *Letras De Deusto*, 62, 199-207.
- Martínez y Delgado (1983). *La educación artística o la pervivencia de una paradoja*. Recuperado de <http://www.iacat.com/1-cientifica/Jdelgado.htm>
- Martínez J.L., Fuertes A., Ramos M. y Hernández A. (2003) Consumo de drogas en la adolescencia: importancia del afecto y la supervisión parental. *Psicothema*, 15, 161-166.
- Marxen, E. (2011). *Diálogos entre arte y terapia*. Barcelona: Gedisa.
- Maslow, A. (1973) *El hombre autorrealizado*. Barcelona: Kairós.
- Mata, M. (1993). El consumo desde una perspectiva crítica. *Revista Comunicación, Estudios Venezolanos de Comunicación*, (4), 7-12.
- Marinovic, M. Las funciones psicológicas de las artes. *Letras de Deusto*, 24 (62), 199-208.
- Medina, M., Real, T., Villatoro, J. y Natera, G. (2013). Las drogas y la salud pública: ¿hacia dónde vamos? *Salud Publica Méx*, 55(1), 67-73.
- Mendía, R. y Pitarque, J. (2002). *Educación en el tiempo libre 1*. Salamanca, España: Instituto Pontificio San Pío X

- Mendoza, R., Sagrera, M. y Batista, J. (1992). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Miller, W. (2000). *The Flash of Brilliance Workbook*. New York: Perseus Books.
- Mirón, L., Serrano, G., Godás A. y Rodríguez, D., (1997). Conducta antisocial y consumo de drogas en adolescentes españoles. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23(88), 255-282.
- Ministerio de Sanidad y Consumo (2005). *Plan Nacional sobre Drogas*. Recuperado de <http://www.pnsd.msssi.gob.es/pnsd/planAccion/docs/PlandeAccion2005-2008.pdf>
- Molgas, Z. (2012). El mandala, una herramienta isométrica introductoria en el conocimiento de la personalidad de los estudiantes. Recuperado el 2 de abril de, <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1117/tpem10.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Montenegro, C. (2014). Arte y experiencia estética: John Dewey. *Revista nodo*, 9 (17), 95-105.
- Moral, C. (2000). Formación para la profesión docente. *Interuniversitaria de Formación del Profesorado* (37) 171-186.
- Moreno, M. (1983) *La educación centrada en la persona*. México: Manual Moderno.
- Moreno, N. (2007). *Arte Terapia y adolescentes: promoviendo la expresión emocional de los conflictos con la autoridad* (proyecto final para optar al Curso especialización en terapias de arte). Universidad de Chile, Santiago de Chile.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante, F. y Grotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Recuperado de <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-resiliencia%20OMS.pdf>
- Munné, F. (1980). *Psicosociología del tiempo libre: Un enfoque crítico*. México, DF: Trillas.
- Muñoz, Gámez, Graña y Fernández (2010). Violencia en el noviazgo y consumo de alcohol y drogas ilegales entre adolescentes y jóvenes españoles. *Adicciones*, 22 (2), 125-133.
- Muñoz, J. L. (2012). *El ocio y tiempo libre en la sociedad actual*. Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/ccss/21/jlmc.html>
- Neulinger, J (1981). *The Psychology of Leisure*. Springfield: Charles C. Thomas.
- Nieto, M. (2008). *Intervención para el desarrollo de la expresión simbólica a través de las artes plásticas en jóvenes de una secundaria pública*. (Tesis para obtener el grado de maestría). Universidad Pedagógica Nacional: México, D.F.

Norma Oficial Mexicana para la prevención y tratamiento y control de las adicciones (2009). Recuperado de <http://www.uco.mx/content/cms/13/file/NOM/nom-028-ssa2-2009.pdf>

Observatorio Argentino de Drogas (2005). *Imaginario social y Prácticas de Consumo de Alcohol en Adolescentes de Escuelas de Nivel Medio*. Argentina: SEDRONAR.

Oliva, A., Ríos, M., Antolín, L., Parra, A., Hernando, A. y Pertegal, M. (2010). Más allá del déficit: construyendo un modelo de desarrollo positivo adolescente. *Infancia y Aprendizaje*, 33(2), 223-234.

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). (2012). *Actividades alternativas para la prevención del uso de drogas*. Recuperado de https://www.unodc.org/documents/peruandecuador/ProyectoEcuador/actividades_1.pdf

Orejudo, S., Miguélez, E. y Arévalo, R. (1997). Evaluación de perfiles de riesgo en una población rural. En *Ponencias de las II Jornadas sobre Prevención Municipal de las Drogodependencias celebradas en Alcorcón los días 12 y 13 de diciembre de 1996*. Alcorcón: Ayuntamiento, 51-63.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) y Consejo Nacional para el Control de Estupefacientes (CONACE) (2007). *Buenas prácticas de proyectos comunitarios*. Chile: Ministerio del Interior.

Organización Mundial de la Salud (2010). *Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol*. Recuperado de http://www.who.int/substance_abuse/activities/msbalcstrategies.pdf

Ovejero, A. (2000). La adicción como búsqueda de identidad: una base teórica psicosocial para una intervención eficaz. *Psychosocial Intervention*, 9 (2), 199-215. Madrid, España.

Pedreira y Álvarez (2000). Desarrollo psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada. *Documentación social*, (120), 69-89.

Polo, L. (2000). Tres aproximaciones al arte terapia. *Arte, Individuo y Sociedad*, 12, 311-319.

Posner, G. (2004). *Analyzing the Curriculum*. Nueva York: McGraw-Hill.

Pulgar, J. L. (2005). Evaluación del aprendizaje en educación no formal: Recursos prácticos para el profesorado. En Chacón (Eds). *El proceso de evaluación en educación no formal: Un camino para su construcción*. *Revista electrónica Educare*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1941/194138017002.pdf>

Quinn, M. (1980). *Qualitative Evaluation Methods*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.

Racionero, L. (1983). *Del paro al ocio*. Barcelona: Anagrama.

Rico, C. (2009). Terapia a través de la expresión literaria: ¿escritura terapéutica? *Revista de Arte-terapia y Artes*, 2, 1-14. Recuperado de <http://www.psicologiayterapias.com/2009/11/269/>

Ríos, Á. (2011). ¿Por qué utilizar talleres en el aula? *Innovación y Experiencias Educativas*. Recuperado de http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_39/ANGELA_RIOS_TOLEDANO_01.pdf

Rivas, M. (2000). *La innovación educativa*. Madrid: Síntesis.

Rodríguez, C. y Caño, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology Therapy*, 12 (3), 389-403.

Rogers, C. (1978) *Hacia una teoría de la creatividad*. En Th. Roberts (Ed) Cuatro psicologías aplicadas a la educación. Madrid: Narcea.

Ruiz, P., Lozano, E. y Polaino, A. (1994). Variables personales, familiares y patrones de consumo de alcohol y drogas ilegales en el adolescente. *Anales de Psiquiatría*, 10(4), 157-162.

Sánchez, J. (2011). *Un recurso de integración social para niños/as adolescentes y familias en situación de riesgo: Los centros de día de atención a menores* (Tesis doctoral).

Recuperado de <http://www.ugr.es/~erivera/PaginaDocencia/Posgrado/Documentos/SanchezJuanManuel.pdf>

Schön, D. A. (1987). *Educating the reflective practitioner: Toward a new design for teaching and learning in the professions*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers. (Traducción al español: 1992).

Secretaría de Educación Pública. (2017). Ruta para la implementación del modelo educativo. Recuperado de https://docs.google.com/gview?url=http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207248/10_Ruta_de_implementacion_del_modelo_educativo_DIGITAL_re_FINAL_2017.pdf

Secretaría de Educación Pública. (2011). *Plan de Estudios 2011. Educación Básica*. Recuperado de <http://comisioniberoamericana.org/gallery/planestudios11.pdf>

Secretaria de Educación Pública (2011). *Las artes y su enseñanza en la educación básica*. Recuperado de <http://basica.sep.gob.mx/ARTESweb.pdf>

Secretaria de Educación Pública (2008). *Programa Nacional Escuela Segura. Orientaciones para la prevención de las adicciones en escuelas de educación básica*

(Primera edición). Recuperado de <http://basica.sep.gob.mx/escuelasegura/pdf/adicciones/manualorientaciones.pdf>

Secretaría de Salud, Consejo Nacional contra las Adicciones, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente, Instituto Nacional de Salud Pública (2009). *Publicación Especial. Encuesta Nacional de Adicciones. Reporte de Resultados Nacionales*, 1, pp.173.

Silva, A. (2008). Ser adolescente hoy. *FERMETUM. Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 18 (52), 312-332. Universidad de los Andes Venezuela.

Suárez, R. (2011). *La función del ocio saludable en la prevención de drogodependencias*. Recuperado de <https://asturiasplandrogas.files.wordpress.com/2012/03/informe-del-estudio-ocio-saludable-2011.pdf>

Sunkel, G. (2002). *Una mirada otra. La cultura desde el consumo*. En: Daniel Mato (coord.): *Estudios y Otras Prácticas Intelectuales Latinoamericanas en Cultura y Poder*. Caracas: Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales (CLACSO) y CEAP, FACES. Universidad Central de Venezuela.

Unidad de Prevención de Drogas y Promoción de la Salud (2007). *¿Qué pintan las drogas en tu vida?* Recuperado de http://www.santaluciagc.com/documentos/20091023_Unidad_Didactica_QPLDTV.pdf

Vázquez, A. (2010). Las caras del ocio: aproximaciones psicológicas. *Kálathos: Revista Transdisciplinaria Metro-Inter*.

Vigotsky, L. (1990). Imagination and creativity in childhood. *Soviet Psychology*, 28, 84-96.

Villar, T. (2010). *Desarrollo de la inteligencia emocional, una oportunidad de crecimiento personal*. (Tesis de maestría). México: Universidad Vasco de Quiroga.

Villatoro, J., Medina, M., Fleiz, C., Moreno, M., Oliva, N., Bustos, M., Fregoso, D., Gutiérrez, M. y Amador, N. (2012). El consumo de drogas en México: resultados de la Encuesta Nacional de Adicciones, 2011. *Salud mental*, 35, 447-457.

Zamora, J. (2007). La cultura del consumo. *Revista realidad*, (114). Recuperado de <file:///C:/Users/Stefani%20Jacqueline/Downloads/Dialnet-LaCulturaDelConsumo-3999211.pdf>

Zuckerman, M. (1987). Is sensation seeking a predisposing trait for alcoholism. En E. Gottheil, K.A. Druley, S. Pashkey y S.P. Weinstein (Comps.), *Stress and addiction* (pp. 283-301). Nueva York: Bruner/Mazel.

Anexos

Anexo 1. Cuestionario para el adolescente

Encuesta diagnóstico para el adolescente

Instrucciones: Contesta el siguiente cuestionario de manera abierta o seleccionando alguna opción, esto dependerá de cada pregunta. Es importante que tu respuesta sea lo más sincera o acercada a la realidad posible.

Objetivo: Conocer cual es la percepción que tienen los jóvenes del TLO y su relación con el consumo de drogas, sus hábitos en el empleo de su TL y el grado de información y motivación por parte de las instituciones sociales para la realización de actividades de TLO recreativo.

1. ¿A cuál de las siguientes actividades dedicas la mayor parte de tu tiempo? Subraya solo una opción.

- A) Estudio
- B) Ayudo en las labores del hogar
- C) Trabajo
- D) Nada. Pasar el rato
- E) Todas las anteriores

2. ¿Con cuanto tiempo libre cuentas a la semana?

- A) Nada
- B) Poco
- C) Regular
- D) Mucho
- E) Demasiado

3. Organiza las siguientes opciones del 1 al 7 otorgando el 1 a la actividad que más realizas durante tu tiempo libre y el 7 a la que menos realizas.

- A) Salir a eventos culturales o de entretenimiento (cine, teatro, parque de diversiones, museos)___
- B) Practicar algún deporte___

C) Practicar algún hobby común no deportivo (Tocar música, realizar creaciones artísticas, practicar algún malabar o bailar)___

D) Ver televisión o escuchar la radio___

E) Pasar tiempo en las redes sociales (youtube, facebook, Twitter)___

F) Buscar cosas nuevas que hacer y conocer ___

G) Buscar fiestas o reuniones con mis amigos___

4. ¿Con qué frecuencia sueles planear y organizar las actividades que realizarás durante tu tiempo libre? Marca el número del 1 al 10 en la siguiente línea:



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Siempre planeo y
organizo mis actividades

Nunca planeo y
organizo mis actividades

5. Lee el siguiente texto informativo:

A) Las drogas son sustancias que entran al cuerpo la mayoría de las veces de manera voluntaria y modifican la forma de hablar, mover, sentir, pensar y la toma de decisiones del ser humano. Las adicciones tienen consecuencias físicas, psicológicas y sociales para el ser humano a largo plazo.

B) Existen diferentes tipos de drogas los cuales se pueden clasificar de distintas maneras: según sus efectos, legales o ilegales y sintéticas o naturales.

C) El uso indebido de las drogas y las adicciones son más probables cuando las características del tipo de vida y la falta de habilidades para la vida del sujeto ponen en mayor riesgo de consumo a la persona.

D) Existen factores relacionados con las características contextuales y personales del sujeto que apoyan a la protección del individuo ante el abuso en el consumo de drogas.

E) La etapa de la adolescencia es una de las principales en las que la experimentación y el abuso de drogas tiene lugar debido a las circunstancias por las que cruza el adolescente. Algunas de estas circunstancias son la frustración por no poder expresar sus opiniones, ideologías, sentimientos o pensamientos.

Si prestas atención en los párrafos anteriores se encuentran 5 incisos (A, B, C, D y E) cada uno de estos pertenece a la idea informativa que transmite. Ordena del 1 al 5 el tío de

información que has oído en más ocasiones. Da el número 1 al inciso más conocido y el 5 al menos conocido.

A) Inciso A__

B) Inciso B__

C) Inciso C__

D) Inciso D__

E) Inciso E__

6. En tu escuela han dado platicas o talleres de prevención de adicciones?

SI () NO ()

7. ¿Cómo fueron las pláticas de tu escuela? Señala una opción

A) Platicas tediosas que me aburrieron

B) Pláticas y actividades que me fueron indiferentes

C) Actividades entretenidas que fueron de mi agrado

8. ¿Has sido invitado a un taller o programa de prevención de adicciones FUERA de la escuela?

SI () NO ()

9. ¿Cómo fue? Señala una opción

A) Platicas tediosas que me aburrieron

B) Pláticas y actividades que me fueron indiferentes

C) Actividades entretenidas que fueron de mi agrado

10. ¿Conoces algún centro juvenil en la comunidad que brinde talleres de prevención de adicciones?

SI () NO ()

11. ¿Has oído o te han invitado a algún taller de prevención de adicciones en el que se realicen actividades de expresión artística durante el tiempo libre?

SI () NO ()

12. ¿Por qué crees que los jóvenes de la comunidad No lleguen a participar en un programa de prevención de adicciones con actividades artísticas? Subraya una opción

A) Porque nunca se les ha invitado

B) Porque no les interesa participar en un programa parecido

C) Porque no saben de la existencia de un programa parecido en la comunidad

D) Porque el horario y el lugar donde se realiza esta muy lejos o es durante horas de clases escolares

E) Porque no tienen habilidades artísticas. No saben dibujar, pintar o crear.

13. ¿Has ocupado tu tiempo libre para realizar actividades artísticas por gusto propio?

SI () ¿Qué actividad realizaste?

NO ()

14. ¿Crees o te han dicho que tienes habilidad o talento para cuestiones artísticas como el dibujo, pintura o creación de figuras con diferentes materiales?

SI () NO ()

15. ¿De que manera sueles expresarte cuando estas molesto, triste, enojado o emocionado por algo? Subraya solo una opción

A) Impulsivamente (Acciones sin pensar en las consecuencias)

B) Reflexivamente (Analizando la situación)

C) Agresivamente (Aventando objetos, golpeando o con ira)

D) Creativamente (Buscando alternativas ante la situación)

E) Expresivamente (Escribiendo, dibujando, pintando o platicándole a alguien lo que siento)

16. ¿Participarías en un programa de prevención de adicciones durante tu tiempo libre en el cual se revisaran temas de tu interés y problemas de la vida diaria a través de actividades reflexivas, creativas o artísticas?

Si ¿Por qué? _____

No ¿Por qué? _____

17. ¿Qué tema relacionado con la adolescencia, drogas o problemas de la vida cotidiana llama más tu atención como parte de un programa de prevención de adicciones?

18. ¿Alguna vez has tenido contacto con alguna droga?

SI () NO ()

19. De acuerdo a tu experiencia ¿Lo volverías a hacer?

SI () NO ()

¡Gracias por tu cooperación!

Anexo 2. Entrevista a agentes de la comunidad

Objetivo: Conocer cuáles son las prácticas de tiempo libre y ocio de los adolescentes desde el punto de vista de los agentes de la comunidad, así como la percepción de éstos acerca de la problemática de las adicciones y su prevención en la zona.

1. ¿A qué dedica la mayor parte de su día?
2. ¿Cuántos años lleva en esta colonia (viviendo o trabajando)?
3. ¿Cree que el consumo de drogas en esta colonia se ha vuelto algo normal de ver?
4. ¿Cuáles son las principales razones por las que cree que los jóvenes de esta colonia puedan llegar a experimentar el consumo de drogas?
5. ¿Cuáles son las actividades que ha observado que realizan los jóvenes de la comunidad fuera de la escuela?
6. ¿Considera que los jóvenes organizan su tiempo libre y le dan un buen empleo?
7. ¿Cree que sería satisfactorio un programa de prevención de adicciones en la comunidad que invite a los jóvenes a utilizar su tiempo libre y de ocio a la realización de actividades artísticas?
8. ¿Usted estaría interesado o dispuesto a apoyar un proyecto de este tipo? ¿De qué manera?
9. ¿Me puede ayudar dando sugerencias de actividades artísticas para el tiempo libre y ocio de los jóvenes con propósitos preventivos?
10. ¿Considera que en la colonia existe la suficiente información y difusión de programas de prevención de adicciones?
11. ¿Qué cambios propondría al respecto?

¡Gracias por su cooperación!

Anexo 3. Entrevista a especialistas encargados de la prevención de adicciones

Objetivo: Conocer cuáles son las medidas que se llevan a cabo en la comunidad por parte de los especialistas para la prevención de adicciones de la población, sus opiniones respecto a la innovación en la prevención y su opinión ante un programa de desarrollo de habilidades por medio del arte durante el tiempo libre y de ocio de los adolescentes.

1. ¿Cuáles son sus funciones a desempeñar como agente en la prevención de adicciones?
2. ¿De qué manera o desde que enfoque lleva usted a cabo la prevención de adicciones?
3. ¿Qué es para usted el tiempo libre y de ocio y cual consideras que es su valor relacionado con programas de prevención?
4. ¿Qué formación o habilidades consideras que debe tener un agente para llevar a cabo un programa preventivo que promueva el buen empleo de TLO?
5. ¿Tiene información sobre programas preventivos de adicciones apoyados en TLO? ¿Por qué?
6. ¿Qué tipo de contenidos consideraría tendría que tener un programa preventivo en adicciones con inclusión de TLO
7. ¿Qué opina respecto a un programa de prevención de adicciones que realice actividades artísticas usándolas como medio reflexivo, creativo y expresivo durante el TLO de los jóvenes?
8. ¿Qué acciones propondría para el desarrollo y promoción de programas sobre prevención de adicciones con TLO como factor protector?
9. ¿Considera que actualmente es necesario cambiar o modificar la metodología de la prevención de adicciones? ¿Por qué?
10. ¿Considera que actualmente es necesario cambiar o modificar la metodología de la prevención de adicciones? ¿Por qué?
11. ¿Qué cambios propondría al respecto?

¡Gracias por su colaboración!

Anexo 4. Pre test

Pre Test

Objetivo: Detectar habilidades y opiniones sobre problemas de la adolescencia y su resolución en relación al abuso de sustancias psicoactivas.

Instrucciones: Lee con atención y contesta de manera lo más sincera posible todas las preguntas

Nombre (opcional):

Sexo:

Edad:

1. Menciona dos actividades en las que piensas que eres bueno
2. Menciona dos cosas que te gusten de ti. Pueden ser de tu físico, personalidad o una habilidad.
3. ¿Qué actividades sueles hacer para sentirte tranquilo(a) y alegre?
4. ¿Cuál es la emoción que vives con más frecuencia que puede traer consecuencias negativas? ¿cuál el sentimiento que consideras más perdurable en ti que te ocasiona estados negativos?

Emoción: _____

¿Qué haces para controlar esta emoción? _____

Sentimiento: _____

¿Qué haces para controlar este sentimiento? _____

5. Marca con una X solo una de las opciones

Ante una situación nueva en la que tienes que tomar decisiones sueles reaccionar de manera:

- Aventada, total hay que experimentar pase lo que pase.
- Animada pero con precaución y consciencia de lo que se puede ocasionar.
- Me desagrada arriesgarme a vivir situaciones nuevas

6. ¿Alguna vez has sido agredido o has visto una agresión por alguien bajo el efecto de alguna droga (legal o ilegal)? No__ Si
¿cómo fue?_____

7. ¿Cuál es tu opinión respecto a las relaciones sexuales a tu edad en relación con el consumo de drogas? Escribe en la línea y por cada inciso “DA” si estás de acuerdo y “ED” si estas en desacuerdo.

A) Está bien el sexo casual, es sin compromiso y tienes la oportunidad de conocer los cuerpos de varias personas.____

B) Las relaciones sexuales se deben de tener solo con una pareja estable.____

C) No existe algún riesgo trágico por mezclar alguna droga antes de tener relaciones sexuales

D) Está bien tener relaciones sexuales, menos en fiestas.____

E) Tener relaciones sexuales bajo los efectos de alguna droga hace más placentera la experiencia.____

8. ¿Cuál es tu opinión acerca del consumo de drogas? Marca con una X solo una opción

___ Creo que nunca se debería de consumir alguna droga porque perjudica las funciones del ser humano.

___ Creo que es necesario experimentar el consumo solo por curiosidad.

___ Me parece que el consumo es bueno si no se llega a abusar de él (caer en adicción).

___ Creo que cada quien es libre de meterse lo que quiera y esta bien si eso te hace feliz o es necesario para tu vida.

___ Soy de la idea de que solo está bien si es un consumo responsable para convivir.

9. Marca con una X solo una de las opciones.

Ante una situación problemática (que te abrume, preocupe o te de ansiedad) sueles reaccionar de manera que:

___ Te abstienes de tomar algún tipo de decisión.

___ Te planteas distintas posibilidades de solución.

___ Reaccionas sin pensar en las consecuencias.

___ Meditas las causas probables del problema y lo que te toca hacer para solucionarlo.

10. ¿Cuál de las siguientes actividades sueles realizar cuando te sientes estresado, ansioso o aburrido? Marca con una X máximo tres de las siguientes opciones

cine o películas
mesa)

jugar (videojuegos, juegos de

buscar fiesta o reunión

salir a fumar

leer o escribir

dibujar, pintar, graffiti

beber alcohol

visitar museos, exposiciones o

teatros

buscar a alguien para tener sexo

salir a caminar

buscar relaciones sexuales

ver televisión

buscar algo que me estimule
o relaje como marihuana o una tacha

hacer música

Otro _____

¡Gracias por tu cooperación!

Anexo 5. Post test

Post test

Objetivo: Detectar habilidades y opiniones sobre problemas de la adolescencia y su resolución en relación al abuso de sustancias psicoactivas.

Instrucciones: Lee con atención y contesta de manera lo más sincera posible todas las preguntas

Nombre (opcional):

Sexo:

Edad:

1. Menciona dos actividades en las que crees que tienes las habilidades para aprender y mejorar:

- _____
- _____
- _____

2. ¿Cuáles consideras que son tus dos principales fortalezas, habilidades o cualidades para potencializar?

1. _____
2. _____
3. _____

3. Menciona dos situaciones, momentos o actos que este en tus manos realizar para sentirte bien contigo mismo

1. _____
2. _____

4. En cuanto a tus emociones negativas ante alguna situación ¿Cuál es la que sueles experimentar con más frecuencia? En cuanto a los sentimientos negativos que vives en situaciones de comunes de adversidad ¿cuál es el que consideras más perdurable en tu vida?

- Emoción: _____

¿Qué medida, pensamientos, actitudes o acciones crees que te funcionaria ejecutar para controlar esta emoción cada que se presente?

- Sentimiento: _____

¿Qué medida, pensamientos, actitudes o acciones crees que te funcionaría ejecutar para controlar este sentimiento y minimizarlo en tu vida?

5. Marca con una X solo una de las opciones

Ante una situación nueva en la que tienes que tomar decisiones sueles reaccionar de manera:

De manera un poco precipitada, lo importante es experimentar pase lo que pase

Con entusiasmo y consciente de las consecuencias

Prefiero vivir situaciones sin riesgo

6. Enlista las acciones que llevarías a cabo en caso de encontrarte ante una situación en la que alguien te agrede y está bajo el efecto de alguna droga:

1: _____

2: _____

3: _____

4: _____

7. ¿Cuál es tu opinión respecto a las relaciones sexuales a tu edad en relación al consumo de drogas? Escribe sobre la línea y por idea "DA" si estas de acuerdo y "ED" si estas en desacuerdo

A) Es sano experimentar el sexo sin compromisos, conoces diferentes tipos de parejas sexuales

B) Solo los novios formales deberían tener relaciones sexuales

C) Las decisión sobre tener o no un encuentro sexual siempre es consciente aunque se haya consumido alguna droga

D) Es arriesgado tener relaciones sexuales con alguien de una fiesta

E) Para el aumento de la potencia sexual es favorable el uso de algún estimulante como alcohol u otra droga

8. ¿Cuál es tu opinión acerca del consumo de drogas? Marca con una X solo una opción

Creo que es arriesgado el probar una droga por primera vez ya que es el primer paso a una adicción y esto perjudica las funciones humanas.

Todas las personas deben de experimentar por lo menos una vez en su vida el consumo de alguna droga por curiosidad.

Considero que no es malo el consumo de drogas de vez en cuando, si se pierde el control sobre ellas entonces se vuelve algo desfavorable.

___ Pienso que el consumo frecuente de drogas pueden ser el único camino a la felicidad para algunas personas y está bien si a ellos les hace sentir bien.

9. Ante una situación de adversidad ¿cómo consideras que te funcionaría mejor reaccionar? Marca con una X solo una de las opciones siguientes:

___ Dejando que pase lo que tenga que pasar.

___ Pensando en varias alternativas para solucionarlo.

___ Reaccionando de la primer manera que se te ocurra.

___ Analizando el origen del problema a fondo y tu papel dentro de él.

10. ¿Cuál de las siguientes actividades te gustaría conocer a fondo y desarrollar para cuando te sientas estresado, ansioso o aburrido? Marca con una X máximo tres de las siguientes opciones

___ cine o películas
mesa)

___ jugar (videojuegos, juegos de

___ buscar fiesta o reunión

___ salir a fumar

___ leer o escribir

___ dibujar, pintar, graffiti

___ tomar

___ visitar museos, exposiciones o

teatros

___ buscar a alguien para tener sexo

___ salir a caminar

___ buscar relaciones sexuales

___ ver televisión

___ buscar algo que me estimule

___ hacer música

o relaje como marihuana o una tacha

Otro _____

¡Gracias por tu cooperación!

Anexo 6. Cartas descriptivas de las sesiones del taller

Sesión 1.

Título	“Pre test” y “Mi autorretrato”
Contenidos	<p>Bienvenida</p> <p>Encuadre del taller: tiempo, lugar, reglas del grupo.</p> <p>Objetivo del taller</p> <p>Integración grupal</p>
Objetivo	<p>Explicar la importancia y finalidad del taller de desarrollo de habilidades de vida ante el riesgo de las adicciones, haciendo énfasis en el respeto, privacidad de la historia de vida de cada uno de los participantes y en las reglas de trabajo para las sesiones.</p>
Actividad	<p>1. Preinstruccional</p> <p>Dar la bienvenida al taller y presentar los objetivos y las habilidades a desarrollar durante la experiencia del taller a los participantes. Duración: 10 minutos</p> <p>Pedir a cada uno de los participantes que se presente diciendo su nombre, en que es bueno y que actividad le gusta realizar. Duración: 15 minutos</p> <p>2. Coinstruccional</p> <p>De manera grupal se establecerá un reglamento interno del taller escribiendo en el pizarrón o rotafolio las aportaciones de los participantes y del moderador para hacer del desarrollo del taller una experiencia con clima agradable y respetuoso. Una vez finalizado el reglamento grupal cada integrante deberá de pasar a firmar debajo de las reglas como símbolo de compromiso. Duración: 25 minutos</p> <p>Para seguir conociendo a los participares y promover un primer encuentro con la creatividad y la expresión artística se animará al alumnado a realizar un autorretrato. Se les mencionará que en su autorretrato deben estar rodeados de sus propios demonios, sus miedos, sus esperanzas, sus pasiones y sus sueños. En su obra pueden abarcar mucho más que la cara, puede aparecer sobre superficies poco habituales; pueden dibujar expresiones faciales, representar emociones. Se pretende que compongan una obra donde se estimule la imaginación</p>

	<p>del espectador para dar una idea acerca de lo que son ellos mismos. Duración: 30 minutos</p> <p>3. Postinstruccional</p> <p>Una vez terminada la producción se dará tiempo para que de manera voluntaria algunos participantes compartan y expliquen su trabajo.Duración: 15 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para comenzar el mural grupal</p>
Evaluación	<p>Se pedirá a los participantes que colaboren contestando de manera individual el Pre Test del taller (anexo 1).</p> <p>Duración: 20 minutos</p>

Sesión 2.

Título	“Un puente a mi autorrealización”
Contenidos	Autoconcepto y autoconocimiento El valor propio, habilidades y relación autoestima-adicciones. Creatividad en la autorrealización
Objetivo	Estimular a los participantes a conocer su autoconcepto y autoconocimiento por medio de la detección de preferencias o gustos personales y su relación con las aspiraciones o sueños personales, ya que la forma en que nos percibimos y valoramos determina en gran medida la autorrealización, el enfrentamiento de la vida y manejo de riesgos como el de las adicciones.
Técnica	Collage
Actividad	<p>Se comenzará la sesión dando la bienvenida a los participantes.</p> <p>1. La presente sesión constará de dos actividades de estrategias preinstruccionales:</p> <p style="padding-left: 40px;">1.1 Título: “ Yo en un animal”</p> <p>Se les pedirá a los participantes que piensen en algún animal con el que se identifiquen y decir una razón del por qué se identifican. Duración: 15 minutos</p> <p>Se planteara una situación ficticia en la que se preguntará que animal (de los mencionados) sería mejor en desarrollar alguna acción dentro de dicha situación. Ejemplo “¿quién ganaría al escondite?”, “¿quién ganaría en una prueba de velocidad?”. Duración: 10 minutos</p> <p>El moderador deberá hacer ver que cada animal es bueno en algo, por lo que se tendrá que hacer las preguntas en función de los animales mencionados anteriormente.</p> <p style="padding-left: 40px;">1.2 Título: “ Maquinando en la construcción personal”</p> <p>Se pedirá a los participantes que mencionen alguna persona que les guste o a la que admiren (famosa o no) y que respondan a: ¿por qué crees que te gusta?, ¿a qué se dedica?, ¿qué actitudes o valores destacarías de esta persona?</p>

El moderador debe ejemplificar la actividad. Se propone a Frida Kahlo como ejemplo de persona admirable (**Anexo 7**).

2. Coinstruccional.

Se retomará la actividad anterior mencionando pidiendo a los talleristas que construyan en su mente la imagen de una persona aún más admirable a la que mencionaron anteriormente en base a las siguientes preguntas:

- ¿Qué sería el éxito para esta nueva persona?
- ¿En qué actividad sería buena esta persona?
- ¿Qué posesiones serían de valor para esta persona? (dinero, autos, superpoderes, muchos amigos, etc.)
- ¿Qué actitudes o valores tendría esta persona?
- ¿Qué tipo de situaciones consideras que podrían impedir el éxito de tu personaje?

(Anotar preguntas en el pizarrón para que queden visibles).

Duración: 10 minutos

4. Postinstruccional.

Se pedirá a los participantes que en así como crearon anteriormente a un personaje mentalmente ahora plasmen en un collage sus aspiraciones personales o expectativas de futuro haciendo uso de las preguntas del pizarrón.

Se seleccionarán imágenes o mensajes de diversas revistas, fotografías personales, dibujos... para confeccionar un collage que, a modo de viñetas, represente cómo y dónde se imagina cada persona de mayor. Los aspectos que se deberán reflejar son: la ciudad en la que vive, cómo es su casa, qué hace profesionalmente, cuál es su situación familiar, cuáles son sus habilidades o conocimientos y sus valores.

Duración: 35 minutos

El moderador recogerá los collages y de manera grupal se realizará una interpretación de 5 collages elegidos al azar de manera anónima en la que se rescaten los siguientes aspectos a través de una lluvia de ideas:

- ¿Qué aspiraciones de futuro creemos que tiene esa persona? ¿Qué quiere conseguir
- ¿Qué estilo de vida implican esas situaciones? ¿Qué valores predominan?
- ¿Cómo describiríamos a esta persona?
- ¿En qué campos ocupacionales se mueve?

	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué debería hacer esa persona para conseguirlo? - ¿Qué situaciones impedirían el logro de los deseos de esta persona? <p>Retomando el tema de autoconcepto se construirá de manera grupal una reflexión final en la que se haga consciente al adolescente de que posee las posibilidades para ser admirable o esa persona exitosa en la que pensó al principio de la sesión. La reflexión será en base a los siguientes puntos de apoyo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todos tenemos cualidades físicas, actitudinales y aptitudinales para desarrollar. - Tenemos que tomar tiempo para realizar una introspección y descubrir estas cualidades, enfocarnos en ellas para su potencialización en lugar de nuestros defectos. - Las cosas, conocimientos y habilidades que deseamos se pueden construir por medio de experiencias prácticas. - Debemos estar conscientes de que las malas decisiones influyen en gran medida para la autorrealización que se quiere lograr. Por ejemplo: las adicciones. <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).</p>
Evaluación	<p>Se le otorgará a cada participante un formato para contestar el cual está relacionado con las acciones, situaciones y pensamientos que ellos deben construir día con día para poder alcanzar sus metas y de esta manera generar la formación de un autoestima y autoconcepto positivo (formato de evaluación 1, anexo 21).</p> <p>Duración: 15 minutos</p>
Materiales	<p>Revistas, cartulinas, tijeras, pegamento y lápices.</p>

Sesión 3

Título	“Percibiéndome”
Contenidos	Emociones y sentimientos Identificación de emociones y sentimientos Importancia del control de emociones y sentimientos
Objetivo	El adolescente conocerá la importancia del control de sentimientos y emociones ante circunstancias relacionadas con el consumo de drogas en la adolescencia.
Técnica	Modelado
Actividad	<p>1. Preinstruccional. “Las voces del vivir</p> <p>De forma grupal se les planteará a los participantes las siguientes preguntas dando oportunidad a que contesten de 2 a 3 jóvenes de manera voluntaria por reactivo:</p> <p>¿Alguna vez se han encontrado en una situación en la cual no sabes cómo reaccionar?</p> <p>¿Cómo cuál? ¿En qué situación te sentirías asustado?</p> <p>¿En qué situación te sentirías amado?</p> <p>¿Qué tipo de situación crees que te haría sentir relajado?</p> <p>¿Qué tipo de situación crees que te haría sentir extasiado?</p> <p>¿Cuál creen que sea la diferencia ente sentimientos y emociones?</p> <p>¿Creen que hay sentimientos y emociones positivas y negativos?</p> <p>¿Qué podría diferenciarlos?</p> <p>Duración: 10 minutos</p> <p>2. Coinstruccional</p> <p>Se establecerá de manera grupal una relación de colores- emociones. Se les preguntará a los jóvenes con que color representarían la ansiedad, la tristeza la preocupación, el entusiasmo, la alegría, el enojo o la angustia, etc.</p> <p>Una vez establecida la relación colores emociones se dividirá el grupo en 4 equipos a cada equipo se le repartirá una situación (anexo 8), se les repartirá también un pedazo de plastilina según los colores acordados en la tabla de relación color-emoción.</p>

Cada equipo deberá de analizar la situación asignada y comentar el cómo se sentirían ellos al encontrarse en dicha situación. Con base en esto deberá moldear una figura humana con la plastilina ayudándose de palillos para dar soporte, tal figura representará a sí mismos. En dicha escultura se deberán de usar los colores correspondientes a las emociones a las que llegaron como acuerdo que sentirían al encontrarse en dicha situación, según el color la emoción y según el volumen o cantidad de plastilina colocada la intensidad de la emoción. Motivar a los participantes a ser creativos en cuanto a en cuál parte del cuerpo colocan cada sentimiento.

Duración para la planificación: 15 minutos

3. Postinstruccional

Un representante de cada equipo explicará al grupo su trabajo, las emociones que consideraron que prevalecerían en ellos y en qué grado.

Duración: 20 minutos

Posteriormente se le dará a cada participante una hoja blanca la cual deberán dividir en dos, se pondrán dos canciones con ayuda de una grabadora, una rápida o con sonidos fuertes (música electrónica, rock, metal) y otra con sonidos más suaves (clásica, chillout, vals). Se les pedirá que respetando la tabla de relación color-emoción hagan rayones en cada hoja de acuerdo a las emociones que le transmite cada una de las canciones.

Duración: 15 minutos.

Se realizará una retroalimentación grupal en la que se reflexionará a partir de las siguientes interrogantes:

¿Las situaciones representadas son ajenas a su realidad?

¿En qué otro tipo de situaciones de las que viven los jóvenes de su edad consideran que es importante el control de sentimientos y emociones para tomar una decisión?

¿Cuál fue el papel de las emociones y de los sentimientos dentro de las representaciones?

¿Cómo creen que influya el estar bajo el efecto de alguna droga en el control de emociones y sentimientos?

¿Cómo influye el contexto en el que nos encontramos (en este caso el tipo de música) en la percepción y manejo de emociones?

	<p>Duración para la retroalimentación: 15 minutos</p> <p>Se les brindará a los participantes de manera grupal un discurso que explique de manera clara y sencilla la diferencia entre emociones y sentimientos.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Posteriormente se construirá una reflexión grupal por medio de una lluvia de ideas en base a lo revisado durante la sesión.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).</p>
Evaluación	<p>Los participantes deberán escribir cuales consideran que son sus 2 principales emociones más frecuentes y sus 2 estados sentimentales más perdurables, así como las alternativas que ellos creen funcionarían para poder mantener en equilibrio estas sensaciones (formato de evaluación 2).</p> <p>Duración: 15 minutos</p>
Materiales	Barras de plastilina, palillos, hojas blancas y colores.

Sesión 4

Título	“Viaje imaginario”
Contenidos	Medios de catarsis Manejo de situaciones frustrantes o problemáticas Asertividad Toma de decisiones Creatividad
Objetivo	Estimular a la construcción creativa y significativa de alternativas ante situaciones poco placenteras de la vida diaria que pueden ser de riesgo ante el abuso de sustancias psicoactivas.
Técnica	Pintura
Actividad	<p>1. Preinstruccional.</p> <p>Se pide al grupo que cierren los ojos, se pongan cómodos, que entren a su espacio y sean conscientes de cómo están respirando con el fin de que se concentren y puedan visualizar una pequeña historia (narrativa oral):</p> <p>“Has estado caminando mucho tiempo. Estás muy cansado. Te tiendes a descansar y te duermes. Cuando despiertas te encuentras atrapado. ¿Cómo estás atrapado?, ¿dónde estás atrapado?, ¿cómo te sientes?, ¿qué piensas?, ¿qué haces?</p> <p>Se le pedirá a los participantes que dibujen sus pensamientos sobre esta fantasía y como se representarían en dicha situación, así como las características del lugar donde están atrapados (oscuro o iluminado, bonito o feo, solo o con alguien, etc).</p> <p>Duración: 40 minutos</p> <p>2. Coinstruccional.</p> <p>Se les pregunta a los participantes ¿Qué sucedería si tuvieras distintas salidas ante esta situación? Deberán imaginar que una es el refugio en alguna droga y otra ellos la deberán crear. Se les propone realizar una nueva composición pictórica; donde puedan mostrar cómo sería cada una de las salidas propuestas para salir y liberarse de ese lugar. Se debe pasar constantemente a guiar la producción de los participantes.</p> <p>Duración: 20 minutos</p> <p>3. Postinstruccional</p>

	<p>Se les pide a 5 participantes que de manera voluntaria pase a compartir y explicar sus dos producciones. Duración: 10 minutos</p> <p>A continuación el monitor guiara una reflexión grupal en relación con la actividad retomando las producciones de los participantes. La reflexión se construirá a partir de una lluvia de ideas considerando los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podemos reaccionar con angustia, pasivos, agresivos o creativos ante situaciones desagradables. • No todos los encierros son desagradables, algunas veces uno se aísla en busca de refugio y en algunos casos se es muy cuidadoso en la elección del espacio. • Estar atrapado o encerrado en un sitio como en nuestros dibujos puede indicar que tal vez parte de nosotros se siente atrapado en la vida real. • Lo ideal es buscar formas positivas de abrirse a nuevas salidas que nos liberen de la situación problemática. Hay que ser creativos y analizar cuales son las salidas que realmente nos convienen y benefician. A veces no son las más sencillas pero si son las que nos harán ser mejores personas, a diferencia de otras salidas que pueden llegar a hundirnos aún más en una situación que nos angustie. <p>Duración: 20 minutos</p> <p>Resolución de dudas y comentarios de los participantes Duración: 10 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).</p>
Evaluación	<p>Para finalizar se dividirá al grupo en equipos pequeños y se les planteara una situación relacionada con la depresión y el consumo de drogas. Se solicitará la creación de posibles soluciones (formato de evaluación 3). Duración: 15 minutos</p>
Materiales	<p>Pinturas acrílicas o acuarelas Papel especial para pintura y pinceles</p>

Sesión 5.

Título	“¿Drama o realidad?”
Objetivo	Sensibilizar ante las situaciones de violencia que se viven en la actualidad y su vínculo con las adicciones a través de la creación de alternativas significativas para esta problemática.
Contenidos	Relación violencia y abuso en el consumo de drogas Tipos de violencia Identificación de violencia Soluciones ante la violencia
Técnica	Cartel
Actividad	<p>1. Preinstruccional.</p> <p>Se comenzará la sesión realizando las siguientes preguntas a través del juego “la papa caliente”:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué creen que sea la violencia? - ¿Qué tipos de violencia conocen? - ¿Cuáles son las sensaciones que creen que vive una persona que ha sido violentada? - ¿Alguna vez han sido víctimas de violencia? - ¿En dónde creen que se puedan dar situaciones de violencia? <p>Duración: 15 minutos</p> <p>2. Coinstruccional:</p> <p>Se dividirá al grupo en cuatro equipos, cada equipo deberá de escoger una tarjeta del tipo A y una tarjeta del tipo B sin ver el contenido (anexo 9).</p> <p>Se les dará la instrucción a todos los equipos de pensar y construir un cartel en el que se represente el tipo de violencia asignada (tarjeta tipo A) en el contexto asignado (tarjeta tipo B), decir al menos tres aspectos para identificar este tipo de violencia y dos alternativas para solucionar el problema.</p> <p>Duración: 25 minutos</p> <p>Cada equipo presentará su cartel ante el grupo. Nota: guiar al equipo para que no se desvíe del tema.</p>

	<p>Duración: 20 minutos</p> <p>3. Postinstruccional Se reunirá al grupo y se plantearán las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Creen que las situaciones representadas son ajenas a nuestra realidad actual? 2. ¿Han visto, o les han contado alguna situación de malos tratos o violencia? ¿cómo cuál? 3. De las situaciones de violencia expuestas ¿Cuál crees que es más frecuente entre los chicos y chicas de tu edad? <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Se construirá una reflexión grupal a través de una lluvia de ideas en la cual abarque qué es la violencia, los tipos de violencia más comunes actualmente, los escenarios donde se puede hallar la violencia, el por qué no violentar, como prevenirla y algunas estrategias para actuar reflexiva y creativamente al ser violentados.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).</p>
Evaluación	<p>Motivar al participante que piense en alguna situación en la que él o ella se hayan sentido violentados y pedir que escriban solo las respuestas a las siguientes preguntas en relación a la situación recordada:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Por qué crees que la persona que te violentó haya actuado así? 2. ¿Tienen derecho a actuar como ha actuado cada una de estas dos personas? ¿por qué? 3. ¿Qué alternativas darías a cada una de las personas relacionadas con esta situación para que puedan solucionar este conflicto? 4. ¿De qué manera crees que se relacionado el abuso del consumo de alguna droga con situaciones de violencia? 5. ¿Qué medidas tomarías ante una circunstancia así? <p>Duración: 15 minutos</p>
Materiales	Cartulinas, plumones, gises, revistas, tijeras, pegamento.

Sesión 6

Título	“Kids”
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre el sexo seguro y la importancia de establecer relaciones sexuales con responsabilidad. • Analizar distintos modelos de relaciones sexuales y cómo se basan en el respeto o en el abuso. • Identificar la relación del abuso en el consumo de alguna droga con riesgos sexuales.
Contenidos	<p style="text-align: center;">Estereotipos Salud sexual Presión de grupos e influencia de la sociedad y los medios de comunicación Relación sexo y adicciones.</p>
Técnica	Cine Foro y creación literaria
Actividad	<p>1. Preinstruccional</p> <p>Para comenzar la sesión se les pedirá a los participantes que formen un círculo. A continuación se les dirá que se leerán algunos mitos relacionados a la sexualidad de hombres y mujeres. Cada vez que se lea uno de los mitos los que consideren que es verdadero deben dar un paso hacia al centro del círculo y los que consideren que es falso deben permanecer en su lugar, todos deberán estar alineados en el círculo para la lectura del siguiente mito. Los mitos a recitar son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Las bebidas alcohólicas aumentan el deseo sexual y la erección. ○ Con el condón no se siente igual ○ El hecho de que una droga aumente el deseo sexual de una persona, significa que también mejora la experiencia sexual o el placer ○ El alcohol es un buen aliado del sexo ya que desinhibe a las personas haciendo que se desenvuelvan mejor en la actividad sexual. es el alcohol. <p>Duración: 10 minutos</p> <p>2. Coinstruccional</p> <p>Se dividirá al grupo en 4 equipos, se preparará el cañón y acomodarán a los equipos de manera estratégica para que todos puedan observar la</p>

proyección de algunas escenas para trabajar de la película KIDS. A cada equipo se le repartirá un papel con el número escrito de la escena que les corresponde. La descripción de las escenas recomendadas se encuentra en el **anexo 10**.

Proyección de escenas: 20 minutos

Una vez proyectadas las 4 escenas se les pedirá a los equipos la creación y redacción de la historia antes y después de la escena que les corresponde en base a lo que ellos creen que paso antes y después con los personajes y situación de la escena.

Duración: 20 minutos

Se realizará una plenaria en la que cada equipo compartirá su redacción y se pedirán opiniones del resto de los equipos.

Duración: 15 minutos

3. Postinstruccional

Estrategias: Interrogantes, lluvia de ideas, reflexión grupal.

A manera de análisis se planteara al grupo las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se divierten los chicos y chicas en la película?
2. ¿Encuentran en la película alguna relación satisfactoria para ambos? ¿cómo explicarías como son esas relaciones?
3. ¿Se te ocurren otras maneras de gozar y vivir con normas diferentes a las dominantes, pero a la vez más saludables y satisfactorias?
4. ¿Cuál creen que sea el papel del consumo de alguna droga en relación con las relaciones sexuales observadas en las escenas?
5. ¿Qué tipos conductas nocivas pudieron observar?
6. ¿Creen que las situaciones que se acontecieron son exageradas o alejadas a la realidad actual? ¿Por qué?
7. ¿Qué contenidos trabajados en las sesiones han aparecido en estas escenas?

Duración: 20 minutos

Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).

Evaluación	Se le solicitará a cada equipo que desarrollen una alternativa escrita ante un caso en donde una pareja de novios tiene problemas de violencia porque el hombre es alcohólico y siempre quiere tener relaciones sexuales con su novia sin el consentimiento de ella. Duración: 15 minutos
Materiales	Proyector, escenas de la película “Kids”.

Sesión 7.

Título	“Encuentros con mi protección”
Objetivo	Contar con información necesaria acerca de las características de las drogas y las adicciones así como información de los factores de protección para sensibilizarnos a hacer un análisis reflexivo de cuáles son aquellos que más debemos reforzar personalmente.
Contenidos	Abuso en el consumo de drogas Tipo de consumo Factores de protección ante las adicciones
Técnica	Ojo de dios
Actividad	<p>1. Preinstruccional</p> <p>Se comenzará la sesión creando una telaraña con un cordón largo amarrado a dos postes, árboles o barrotes de escaleras. A continuación se pedirá a los participantes que uno por uno cruce la telaraña con la condición de no rosar las cuerdas, se les comentará que los que ya cruzaron deben ayudar a sus compañeros a cruzar. Tratar que la telaraña sea lo más complicada posible. Una vez que cada participante haya cruzado se plantearán las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué parte al cruzar la telaraña fue más difícil? La entrada, en el medio o al final • Imaginen que las cuerdas de la telaraña representa alguna adicción como drogas, internet, apuestas o sexo ¿creen que de igual manera que en la actividad la entrada a estas adicciones es más fácil que la salida? • ¿Qué tanto sirvió la ayuda que sus compañeros les brindaron al tratar de cruzar? • En una situación de adicción a algo ¿cómo consideran que es el papel de las personas que rodean al adicto ante la situación? ¿opinan que el adicto debe de pedir ayuda o creen que solo puede superar la adicción por decisión propia? • ¿La actividad fue igual de fácil como se veía antes de realizarla que al momento de ya estar dentro de la telaraña? • Así como en la dinámica ¿cómo crees que va evolucionando la situación del consumo de alguna droga mientras más se adentra una persona en su consumo? <p>Duración: 20 minutos</p> <p>2. Coinstruccional:</p>

Se pedirá al grupo que formen un círculo y a continuación se hará lectura de mitos y realidades relacionadas con el consumo de drogas. Se dará la instrucción de que por cada idea den un paso al centro del círculo si creen que es realidad y que se queden en su lugar si piensan que es mito. El moderador deberá decir si la frase es mito o realidad y explicar el por qué después de cada idea (**Anexo 11**).

Duración: 15 minutos

Para continuar con la sesión se realizará una lluvia de ideas en las que se desarrollen algunos conceptos básicos sobre el consumo de drogas con el objetivo de que los adolescentes sepan identificar entre ellos (**anexo 12**). Se meterá cada concepto en una urna e irán sacando y comentando.

Duración: 15 minutos

3. Postinstruccional

Se escribirán y explicarán en el pizarrón o rotafolio algunos factores de protección ante las adicciones (**anexo 13**) a cada factor se le asignará un color. Posteriormente se dará la explicación de lo que representa el “ojo de dios” como símbolo de protección en la comunidad wixárika (**anexo 14**). Se le pedirá a los participantes que construyan su propio ojo de dios poniendo en el centro el factor de protección que consideren más importante de construir o integrar en su vida, continuando con el que crean importante reforzar y terminando con los que opinan ya poseer. Es importante motivar a los participantes a ser creativos en la imaginación de otros factores de protección.

Duración: 30 minutos

Para finalizar la sesión 5 voluntarios explicarán los factores representados en su ojo de dios. De manera grupal se reflexionará acerca de:

- ¿Cuál creen que es el factor de protección que consideran más importante tener ante las adicciones? ¿Qué factores de protección consideraron a parte de los propuestos? ¿Se nace con los factores de protección o estos se construyen? ¿Cuáles son los beneficios de estar consciente de la importancia de protegernos?

Se dará la recomendación de tener a la vista en alguna parte de nuestro hogar el ojo de dios realizado para recordar el compromiso

	<p>con nosotros mismos de fortalecer e incrementar factores para proteger nuestra persona física, mental y emocionalmente. Duración: 10 minutos</p>
Evaluación	<p>Se pedirá a los participantes que respondan el formato de evaluación 4. Duración: 15 minutos</p>
Materiales	<p>Palos de madera, estambre de diferentes colores.</p>

Sesión 8.

Tema	“¿Cómo protegernos ante las drogas?”
Objetivo	Que los participantes conozcan una de las bases para ser resilientes como habilidad ante situaciones difíciles.
Contenidos	Resiliencia Habilidades para la vida Reflexión.
Técnica	Dibujo (en la parte de evaluación)
Actividades	<p>1. Preinstruccional. “Del desastre al sentido”</p> <p>Para comenzar la sesión se dividirá al grupo en tres equipos. A cada equipo se le repartirá un sobre que contendrá una frase dividida en palabras. Cada equipo deberá colaborar para formar la frase del sobre que les correspondió. Una vez que cada equipo formó la frase se expondrán las tres frases y se hará una lluvia ideas acerca del contenido en común entre las frases (anexo 15).</p> <p>Duración: 20 minutos</p> <p>Se le planteará a grupo las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Habían escuchado alguna vez la palabra resiliencia? • Con base en lo que dice en cada una de las frases ¿qué creen que sea la resiliencia? <p>Explicar al grupo lo que es la resiliencia de acuerdo al modelo de Grotberg (2006).</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>2. Coinstruccional. “¿Qué ha pasado aquí?”</p> <p>Por equipos se les brindará a los participantes un sobre con una imagen secreta acompañada de una pequeña descripción de la situación (anexo 16). El moderador pedirá a cada equipo que saque su imagen del sobre y la observen, después comentará que como ellos pueden ver en la situación de sus imágenes ha ocurrido un desastre. Es decir, ha ocurrido un evento extraordinario que ha producido daños a personas y objetos que se encuentran y que no se encuentran en la imagen. Cada equipo deberá analizar y discutir sobre los siguientes puntos anotando sus ideas en una hoja:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es lo que observan a simple vista en la escena? • ¿Qué creen que es lo que haya ocurrido? • ¿Hubo pérdidas? ¿cuáles? • ¿Cuáles creen que hayan sido los pensamientos de los protagonistas antes de la escena? • ¿Cuáles son los sentimientos o emociones que perciben justo en la escena? • ¿Además de lo que se encuentra en la imagen creen que haya habido daños a otros sujetos? ¿Cuáles? • ¿Qué acciones y actitudes consideras que serían resilientes ante una situación así? <p>Duración: 20 minutos</p> <p>3. Postinstruccional</p> <p>Se realizara una plenaria de los trabajos de cada equipo</p> <p>Duración: 20 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).</p>
Evaluación	<p>Se repartirá a cada participante un formato de evaluación el cual tiene el objetivo de trabajar en el fomento, desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia ante situaciones en relación con una situación que sea de riesgo ante el abuso en el consumo de drogas (formato de evaluación 5).</p> <p>Duración: 30 minutos</p> <p>Se construirá una reflexión final acerca del tema revisado en la sesión a partir de una lluvia de ideas grupal.</p> <p>Duración: 10 minutos</p>
Material	Hojas tamaño carta, colores, crayones, plumones.

Sesión 9

Tema	“Reviviendo el tiempo muerto”
Objetivo	Practicar técnicas de relajación útiles para reducir la ansiedad, estrés y angustia durante el tiempo libre como alternativa para evitar el abuso en el consumo de drogas.
Contenidos	Recreación Tiempo libre Alternativa ante el estrés y ansiedad Relajación.
Técnica	Mandala
Actividades	<p>1. Preinstruccional</p> <p>Se comenzará la sesión con una actividad para eliminar el estrés y la ansiedad temporalmente en los participantes. Se les pedirá que formen un círculo porque van a “pasar energía”. Una vez formado el círculo el moderador ejemplificará la actividad dando las siguientes instrucciones:</p> <p>El juego de a continuación consiste en enviar una palmada, un "impulso" o "bola de energía" el uno al otro alternadamente, cada sílaba de discurso del nombre del juego.</p> <p>Reglas:</p> <p>Yia: Pasa la palmada al jugador del lado derecho gritando la silaba.</p> <p>Zap: El “Yia” cambia de dirección hacia el jugador de la izquierda. Se “rebota” la palmada de nuevo al jugador anterior que aplaudió.</p> <p>Hondom: creando una flecha con las palmas unidas se pasará la energía a un jugador que se encuentre en otro punto de la circunferencia.</p> <p>Nota* El moderador debe de ir introduciendo el uso de cada silaba poco a poco para mantener una adecuada secuencia y ritmo de la dinámica. El objetivo es que los jugadores estén atentos y el “paso de la energía” se rápido.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>2. Coinstruccional:</p> <p>Plantear de manera grupal las siguientes preguntas construyendo una</p>

Lluvia de ideas:

- ¿Qué sintieron con la actividad anterior?
- ¿Creen que el “pasar energía” nos sirvió para relajarnos un poco?
- ¿Qué creen que sea la ansiedad?
- ¿Qué creen que sea el estrés?
- ¿Qué situaciones en la adolescencia ustedes consideran que podrían causar ansiedad o estrés?

Duración: 15 minutos

Se pide a los participantes que formen un círculo sentados en el suelo. Enseguida se dan instrucciones para que se tensen todos sus músculos (de 5 a 7 segundos) y luego se relajen (de 2 a 3 segundos). La tensión y la relajación deberán repetirse de dos a cinco veces según se considere necesario. Después de un breve período de relajación en silencio (la música suave ayuda), el moderador pedirá a los participantes que recuerden una situación en la que hayan experimentado la mayor ansiedad, estrés o angustia posible.

Una vez que se dieron unos minutos para meditar en lo anterior y continuando con los ojos cerrados el moderador planteará lo siguiente al grupo: “Imaginen que esa ansiedad, estrés o angustia ha llegado a su límite y no encuentran una salida para minimizar estos malestares, han escuchado por parte de algunos de sus amigos y en otros medios salidas como consumir alguna droga, suicidio o violencia contra otros o contra sí mismos. Ustedes deciden tomar alguna de estas alternativas y en el momento de hacerlo imaginen ¿cómo se encuentran? ¿qué ven?, ¿qué sienten?. Reflexionen si alguna de estas alternativas podría realmente resolver el estado de ansiedad, estrés o angustia en el que se encuentran (dar unos minutos). Ahora abran los ojos”.

Duración: 15 minutos

3. Postinstruccional

A continuación se le preguntará al grupo si conocen lo que es un mandala, posteriormente se explicará las funciones e historia de este. Se dibujara en un pizarrón, rotafolio o lámina los significados de las formas y colores que incorporan el mandala. Posteriormente se mostrará un ejemplo de mandala y su interpretación (de preferencia hecho por el monitor). Se repartirá a cada participante una hoja que contenga la estructura para realizar un mandala y se les dará la instrucción de que creen uno propio basándose en los pensamientos, emociones, sensaciones o sentimientos que experimentaron durante la meditación

	<p>anterior y escriban en un párrafo la interpretación (anexo 17, 18 y 19).</p> <p>Duración: 40 minutos</p> <p>Tiempo sobrante para continuar el mural grupal (Después de evaluación).</p>
Evaluación	<p>Detrás de cada mandala los participantes deben contestar a las preguntas en el formato de evaluación 6.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Para finalizar se realizará una lluvia de ideas en las que los participantes compartan como se sintieron durante la sesión y que otras actividades positivas podrían realizar para no recurrir al acciones nocivas ante un estado de estrés, ansiedad o angustia.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>Se construirá una reflexión final acerca del tema revisado en la sesión a partir de una lluvia de ideas grupal.</p> <p>Duración: 10 minutos</p>
Materiales	Colores, plumones, lápices, pinturas.

Sesión 10

Tema	“Integración”
Objetivo	Construir una integración de las experiencias y aprendizajes vivenciales durante el taller en relación al desarrollo de habilidades sociales y emocionales como factor protector ante el abuso de sustancias psicoactivas.
Contenidos	Integración de factores de protección ante las adicciones
Técnica	Mural
Actividades	<p>1. Preinstruccional</p> <p>Se comenzará la sesión con la dinámica “ponle la cola al burro” en la cual todos los participantes deberán pasar. Una vez que todos hayan pasado se les preguntará:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué tan difícil fue alcanzar la meta de ponerle la cola al burro con los ojos vendados? • ¿Creen que en la vida real sería igual de difícil alcanzar nuestros sueños y metas si nuestros caminos nos ciegan? • ¿Qué habilidades, actitudes o cualidades creen que necesitamos poseer para nuestra autorrealización? • ¿En que situaciones o entornos creen que debemos encontrarnos para estar protegidos ante riesgos que puedan hundir nuestras vidas (por ejemplo la drogadicción)? <p>Duración: 20 minutos</p> <p>2. Coinstruccional</p> <p>A continuación se dividirá al grupo en ocho equipos se le asignará a cada equipo una sesión del taller y deberán hacer un dibujo en borrador acerca de los contenidos y aprendizajes que fueron más significativos para ellos de dicha sesión. El borrador también deberá reflejar la importancia del tema de la sesión como factor protector ante el abuso de sustancias psicoactivas.</p> <p>Duración: 15 minutos</p> <p>3. Postinstruccional</p> <p>Se les proporcionará a los equipos el material necesario para que plasmen a manera de collage sobre una pared la aportación que construyeron como mensaje a la comunidad en contra del abuso de</p>

	<p>drogas y a favor del alcancé de las metas por medio del desarrollo de los factores de protección.</p> <p>Nota* Previamente se habrá solicitado por parte de la delegación de la localidad un pedazo de pared pública.</p> <p>Duración: 60 minutos</p>
Evaluación	<p>Se realizará una lluvia de ideas en la cual se construya una reflexión final acerca de los temas más significativos para los adolescentes, lo que más les gusto del taller, lo que menos les gustó, lo que intentan modificar en sus vidas para un bienestar integral y lo que reforzarán en sí mismos a partir de esta experiencia. Se anotarán en el pizarrón las ideas.</p> <p>Duración: 20 minutos</p>
Materiales	Pinturas, brochas, agua, lápices y colores.

Sesión 11

Tema	“Galería Comunitaria”
Objetivos	Exponer a la comunidad los aprendizajes, experiencias y vivencias desarrollados durante el taller con el objetivo de hacer este tipo de vivencias parte de la cultura de la comunidad.
Contenidos	Habilidades sociales y emocionales ante las adicciones
Técnica	Galería
Actividades	<p>Se prepararan los trabajos realizados durante el taller con la explicación del objetivo de cada producto con el apoyo de todos los participantes. Duración: 15 minutos</p> <p>Se dará acceso y la bienvenida a los padres de familia y gente de la comunidad recibéndolos con un volante informativo acerca de la gravedad del abuso de sustancias psicoactivas y algunas medidas recomendables que como comunidad y como padres podrían implementar para su prevención.</p> <p>Se pedirá a la comunidad que se reúnen en el centro del lugar para dar la bienvenida a la “Galería Comunitaria”, se comentará lo expuesto en dicho evento. Duración: 20 minutos</p> <p>Se solicitará la participación de todos los asistentes para realizar la siguiente dinámica. Se pedirá formar un círculo para jugar “la papa caliente” con alguna pelota de hule o borla de tela. Cuando la música deje de sonar el participante que se haya quedado con la pelota deberá de pasar a tomar una de las preguntas contenidas en la diurna (anexo 20). Duración: 15 minutos</p> <p>Una vez terminadas las preguntas se les agradecerá a los participantes su participación y se les invitará a pasar a observar las producciones de los participantes del taller. Duración: 15 minutos</p>
Cierre	A partir de una lluvia de ideas se construirá junto la comunidad una reflexión acerca de la importancia de la creación y seguimiento de una red de protección entre ellos que posteriormente se convierta en parte de su cultura, así como de la importancia que tienen las actividades recreativas durante el tiempo libre y de ocio como un importante factor de protección

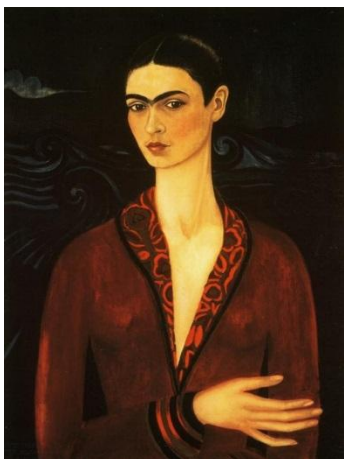
	<p>ante el abuso en el consumo de drogas.</p> <p>Duración: 10 minutos</p>
Evaluación	<p>En la salida habrá algún aperitivo (nieve, dulces, chocolates) y una mesa donde se pedirá que los agentes de la comunidad escriban las medidas que consideran necesarias para continuar por su parte la prevención de adicciones en su zona.</p> <p>Cada uno de los comentarios de la comunidad durante de la dinámica y de la mesa de sugerencias serán retomados para la mejora en la implementación de proyectos de prevención.</p> <p>Duración: 10 minutos</p>
Materiales	<p>Pelota de hule, producciones durante el taller.</p>

Sesión 12

Título	Post Test
Objetivo	Cerrar el taller conociendo los aprendizajes significativos adquiridos durante las sesiones por parte de los participantes, agradeciendo su atención, participación y cooperación para la implementación del programa.
Contenidos	Experiencia vivencial en el taller Cambios mínimos en conductas o perspectivas Conocimiento de habilidades sociales y emocionales
Técnica	Máscaras
Actividades	<p>1. Preinstruccional.</p> <p>Se comenzará la sesión formando un círculo sentados. Se pondrá alguna música suave y se pedirá al grupo que cierren sus ojos y reflexionen acerca de que aprendieron en el taller, las cosas que sabían y que no sabían, las cosas que ya habían vivido y que tal vez nunca les habían puesto importancia hasta ahora, los contenidos que tal vez se relacionaron un poco con lo que viven en su día a día. Duración: 15 minutos</p> <p>2. Coinstruccional</p> <p>Se le repartirá a cada participante un cartoncillo en forma de máscara y se les dará la instrucción de que en la parte de adentro de que en base a lo reflexionado en la parte de adentro de la máscara proyecten el cómo entraron al taller y en la parte externa el cómo se van retomando lo positivo. Recaltar que cualquier cambio, aprendizaje, sentimiento o habilidad cuanto más pequeño que sea es válido. En un octavo de hoja deberán redactar la explicación de su reflexión representada en la máscara (anexo 21). Duración: 40 minutos</p> <p>3. Preinstruccional</p> <p>A manera de retroalimentación se pedirá a tres de los participantes que de manera voluntaria compartan su trabajo. Duración: 10 minutos</p>

Evaluación	Se repartirá el formato de Post Test a cada participante (anexo 4). Duración: 25 minutos
Cierre	Se hará una reflexión final a partir de una lluvia de ideas acerca de la experiencia vivida durante el taller y lo esperado que pase después de él. Se pedirá a cada participante que diga en una palabra su opinión respecto al taller. Duración: 20 minutos
Materiales	Pinturas plásticas, pinturas acrílicas, pinceles, lápiz, resorte, moldes de la máscara en cartón.

Anexo 7. Ejemplo de persona admirable



Si hay una mujer en la historia de México reconocida y admirada por su arte es Frida Kahlo. Magdalena Carmen Frida (así se llamaba) quien plasmó en todas sus obras no solo el dolor sino su visión del mundo aprendió a ser resiliente desde niña.

Una superviviente de polio, empezó un programa de pre-medicina en la ciudad de México. A la edad de 18, sufrió graves heridas en un accidente de autobús. Paso alrededor de un año en la cama, recuperándose de roturas en su columna vertebral, hombros y costillas, una pelvis astillada y danos en el pie. Sufrió más de 30 operaciones a lo largo de su vida y durante su convalecencia empezó a pintar. Sus pinturas, principalmente autorretratos y naturalezas muertas, eran deliberadamente ingenuas y llenas de colores y formas inspiradas en arte folklórico mexicano.

Las secuelas de poliomelitis la hicieron objeto de las burlas de sus compañeras, situación que según sus biografías le hacia llenarse de rabia, pero también la motivó a redoblar sus esfuerzos para ser la mejor.

Tres meses después ella misma decía que lo único bueno era que “empezaba a acostumbrarse a sufrir...Pese al dolor, pese a su cuerpo maltrecho, no era ella puro llanto, sino pura fuerza”.

Frida pintaba en forma esporádica en un principio, después encontró en esta actividad una forma de cómo ella misma decía “expresar su realidad”. En la pintura encontraba un refugio: “Llenó mi vida. Perdí tres hijos y otra serie de cosas que hubieran podido llenar mi horrible vida. Todo eso lo reemplazó la pintura. Creo que no hay nada mejor que el trabajo”.

A Frida se le admira por:

- 1) Su capacidad para expresar sus emociones por otros medios, en este caso con el arte.
- 2) Por ser fuerte antes las adversidades desde pequeña, supo manejar sus emociones efectivamente.
- 4) Su inteligencia. Algunos teóricos establecen que la inteligencia, entendida como la capacidad para resolver problemas, es un rasgo de las personas resilientes.
- 5) Su elevado autoconocimiento, es decir su capacidad para observarse a sí mismo, y reconocer sus emociones.

Anexo 8. Situaciones para representar la influencia de emociones y sentimientos.

1

Andrea recibió una propuesta para tener relaciones sexuales por parte de Daniel, un chico con el que está saliendo, no existe noviazgo y él no quiere ser su novio, a pesar de esto Andrea se siente muy atraída por Dani y aceptó. La noche de la propuesta Daniel se encontraba muy tomado.

2

Javier se encontraba en una reunión con chicos de su generación escolar, la primera fiesta del ciclo. Samara se acercó y le ofreció una tacha para que entrara en ambiente con el grupo. A pesar de que Javier quiere tener nuevos amigos decidió no aceptar la pastilla.

3

Samuel se entera de que su novia está embarazada, le pidió que aborte ya que no quiere sacrificar sus tiempos de diversión y por otro lado porque él es adicto a la cocaína.

4

Tus mejores y únicas amigas se enojaron contigo, te dejan de hablar y hablan cosas de ti. Te sientes solo y unos conocidos de la colonia te invitan a fumar piedra para que se te olvide.

Anexo 9. Fichas de situaciones de violencia

Fichas tipo A

Acoso sexual

Agresión verbal

Agresión física

Agresión psicológica

Fichas tipo B

En casa. Algún familiar se encuentra alcoholizado.

En la calle. Un muchacho está bajo los efectos de inhalantes.

En la escuela. Uno de los más populares viene drogado y quiere sexo con alguien.

En una fiesta con el novio (a). Hay consumo de drogas.

Anexo 10. Escenas Kids

“Kids” Ficha técnica:

Título original: Kids.

Dirección: Larry Clark.

Interpretación: Leo Fitzpatrick, Justin Pierce, Cholë Sevigny, Rosario Dawson.

Producción: Estados Unidos, 1995.

Duración: 91 min.

Sipnosis:

Un grupo de adolescentes de Nueva York vive intensamente diferentes experiencias con el sexo y las drogas. Las fiestas, las primeras relaciones sexuales y los miedos y realidades de las infecciones de transmisión sexual son algunas de las situaciones que afrontaran algunos personajes.

- Escena 1 (minuto 11:00 a minuto 13:18)

Telly y su amigo Casper se encuentran en la casa de uno de sus amigos pasando el rato y consumiendo drogas.

El equipo deberá abordar en su redacción la respuesta a las siguientes preguntas:

¿Dónde se encuentran los papás del dueño de la casa en donde están Telly y Casper?

¿De dónde vienen Telly y Hasper?

¿Qué pasara con ellos después de esta escena?

- Escena 2 (minuto 20:35 a 21:50):

Ruby y Jenny han ido a practicarse una prueba para saber si tienen SIDA, Ruby es la principal interesada en realizarse esta prueba debido a que ha tenido mavor

El equipo deberá abordar en su redacción la respuesta a las siguientes preguntas:

Tomando en cuenta que el grupo de amigos de Telly es el mismo que convive con Ruby y Jenny ¿Habrá habido presencia de consumo de drogas en las experiencias sexuales de las chicas?

¿Cuáles crees que sean los resultados en las pruebas para cada chica?

¿Qué acciones después de las pruebas crees que tomará cada chica respecto a sus cuidados sexuales?

- Escena 3 (minuto 55:50 a 57:40):

Jenny va a un antro sola y se encuentra a un amigo quien la lleva a observar a un grupo de tres chicos besándose entre sí, posteriormente su amigo le regala una “tacha” debido a que ve a Jenny con un semblante triste.

El equipo deberá abordar en su redacción la respuesta a las siguientes preguntas:

¿De dónde viene Jenny?

¿El grupo de chicos besándose se encuentran en estado de sobriedad?

¿Realmente Jenny se notaba con aspecto triste? En caso de que consideren que si ¿Por qué razón Jenny podría sentirse así?

¿Qué pasará con Jenny después de haber ingerido la droga en el lugar en el que se encuentra?

- Escena 4 (minuto 1:16:40 a 1:18):

Después de una noche de excesos Casper se despierta buscando a Telly por la casa y lo encuentra en una habitación con una chica, todos siguen durmiendo y se sienta a un lado de Jenny a la que un poco inconsciente por el exceso del día anterior.

El equipo deberá abordar en su redacción la respuesta a las siguientes preguntas:

¿En qué estado se encuentran los chicos y chicas de la escena?

¿Dónde están los padres de todos los chicos que se encuentran en la escena?

¿Cuáles son las intenciones de Casper para con Jenny después de envidiar la noche de Telly?

Final de la película para comentar al grupo y concluir la actividad:

Jenny resulto positiva en la prueba de VIH a pesar de que solo había mantenido relaciones sexuales una sola vez en su vida y fue con Telly. Por otro lado, Telly se aprovechaba de las adolescentes vírgenes ilusionándolas a estar con ellas siempre para tener sexo sin protección y Casper se aprovechó del estado bajo el efecto de las drogas para abusar sexualmente de Jenny sin saber que era portadora del VIH.

La película se encuentra disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=-FLzpoTxGFY>

Anexo 11. Mitos y realidades de las drogas

Mito 1. El cigarro sólo daña al que fuma.

Realidad: Quienes fuman afectan a las personas que conviven a su alrededor como cónyuges, hijos o amigos. Los hijos de padres fumadores pueden padecer más infecciones respiratorias y problemas del oído, crisis de asma frecuentes y severas (dificultad para respirar), predisposición a bronquitis y neumonías. Las parejas de los fumadores tienen mayor riesgo de sufrir bronquitis crónica y enfisema pulmonar, cáncer pulmonar, bucal o de vejiga, infarto al corazón y enfermedades cerebro-vasculares. Las embarazadas tienen mayor probabilidad de abortar o tener hijos con bajo desarrollo y peso al nacer. Cuando alguien fuma cerca de ti, el humo irrita tu garganta y te puede hacer toser, se pueden llegar a sentir náuseas o mareo.

Mito 2. Fumar de vez en cuando no es adicción.

Realidad: Los efectos de la nicotina y otras sustancias que contiene el cigarro son acumulativos. Fumar poco, pero de forma continua es tan perjudicial como los excesos esporádicos. Y desde luego, no fumar es no fumar NUNCA, además la adicción a la nicotina se presenta aunque se consuma sólo de vez en cuando.

Mito 3. El cigarro te hace ver atractiva o atractivo.

Realidad: El cigarro si hace que la gente piense que se ve más atractivo o interesante, sin embargo a largo plazo provoca que los dientes adquieran un color amarillo, favorece el desarrollo de caries, genera mal aliento, mal olor en la ropa y el pelo, la piel se reseca e incide en la aparición de arrugas prematuras. Las tabacaleras nos quieren hacer pensar que fumar es sexy a través de modelos atractivos, con dentaduras impecables, pero la realidad es otra.

Mito 4. Es importante enseñarles a los niños a beber desde chicos.

Realidad: El consumo de alcohol en los niños produce daños más severos. La tolerancia se desarrolla más rápidamente. Además de que al estar expuestos desde pequeños, son más vulnerables a los daños físicos que causa el alcohol a largo plazo como cirrosis hepática, pancreatitis, neuropatía alcohólica, diabetes.

Mito 5. Hay gente que bebe en exceso y no se emborracha o no le hace daño. Si tomo poco, puedo manejar sin riesgos.

Realidad: Aún en pequeñas cantidades, desde la primera copa el alcohol produce alteraciones en el sistema nervioso central que afectan la capacidad de respuesta, los reflejos y la percepción del tiempo-espacio. Todas las personas son diferentes y algunas “presumen” de conducir perfectamente aun con los efectos “leves” del alcohol, lo que en

realidad están haciendo es poner en riesgo su vida y la de los demás. Algunas personas después de beber mucho “aparentan” no estar intoxicadas, sin embargo se producen daños en su organismo, puede ser que tengan más tolerancia (necesidad de incrementar la dosis para sentir los mismos efectos que en la intoxicación anterior) y por esto parece que “aguantan” más; esto lejos de beneficiar al que bebe en exceso, ocasiona un mayor riesgo, ya que al consumir grandes cantidades de alcohol se puede provocar daño irreparable en su cuerpo o la muerte.

Mito 6. Beber los fines de semana no hace daño.

Realidad: El daño que provoca el alcohol depende principalmente de la cantidad que se ingiere, no del día. En México generalmente se consume alcohol los fines de semana y en grandes cantidades, esto ocasiona deterioros al hígado y al cerebro, además propicia accidentes y actos violentos. Muchos viernes y sábados sociales terminan en una delegación o en un hospital.

Mito 7. Si se mezcla alcohol con las bebidas energéticas, no se sube.

Realidad: Al mezclar bebidas estimulantes con depresores, se origina una alteración desordenada del cerebro y del organismo, esto puede ocasionar un daño permanente y en ocasiones irreversible. La persona que hace esta combinación sufrirá los mismos daños a la salud por abusar del alcohol mezclado, la diferencia es que se sentirá más despierto de manera temporal.

Mito 8. La marihuana no hace daño porque es natural, es peor el tabaco.

Realidad: Tanto la marihuana como el tabaco son plantas, pero contienen sustancias tóxicas y productos químicos que dañan tus pulmones. Además la marihuana contiene tetrahidrocanabinos que pueden predisponer a la aparición de trastornos mentales como la esquizofrenia. Tiene efectos dañinos a la salud física y mental de quien la consume, puede provocar alteraciones permanentes de la memoria, la capacidad de aprendizaje, de atención y reacción. La marihuana también puede causar cáncer, bronquitis crónica y enfisema pulmonar.

Mito 9. Consumir cocaína una vez no implica riesgo.

Realidad: La cocaína es una droga con alto poder adictivo, la dependencia física puede presentarse aun después de las primeras ocasiones de haberla usado. Está comprobado que la repetición del consumo de cocaína produce tolerancia muy rápidamente, lo que se manifiesta en la necesidad de ingerir dosis cada vez mayores para obtener los mismos efectos. También hay personas susceptibles que con un consumo de cocaína han fallecido por aumento en su presión arterial o derrames cerebrales.

Mito 10. Las drogas de diseño (éxtasis o tachas, elevadores, hielo, corazones, píldora del amor) son menos peligrosas y no causan adicción.

Realidad: Las drogas de diseño que vienen en pastillas o cápsulas y parecen inofensivas, son altamente peligrosas, está comprobado que son “neurotóxicas”, esto significa que matan las neuronas rápidamente; además se elaboran en laboratorios clandestinos, donde mezclan diversos grupos de sustancias sin ningún control. No hay manera de saber qué sustancias y qué concentraciones contienen estas drogas. Lo que sí se sabe es que éstas aceleran la presión sanguínea y el cerebro.

Mito 11. Los inhalables son sustancias que sólo dañan a los que consumen diario.

Realidad: Cualquier persona está expuesta a absorber inhalables ya que son productos químicos de uso doméstico e industrial, incluso accesibles en la casa. Los deterioros que producen se pueden presentar desde la primera experimentación, debido a la gran capacidad que tienen de mezclarse y depositarse en el cerebro.

Mito 12. Dejar las drogas es fácil

Realidad: Para los consumidores experimentales y ocasionales es menos difícil dejar de utilizarlas. Para los adictos, es extremadamente difícil dejarlas y es por eso que requieren de tratamiento y rehabilitación (ayuda profesional) para salir de la adicción y lograr un estado saludable de vida. La familia juega un rol fundamental en el proceso de toma de conciencia y en la rehabilitación. Los tratamientos más exitosos incluyen el trabajo y apoyo profundo de la familia del paciente.

Anexo 12. Conceptos básicos sobre consumo de drogas

Adicción o dependencia. Conjunto de fenómenos y cambios del comportamiento, cognoscitivos y fisiológicos, que se desarrollan luego del consumo repetido de una sustancia psicoactiva.

Adicto(a), drogadicto(a), farmacodependiente o dependiente. Persona con dependencia a una o más sustancias psicoactivas. Cuando una persona es dependiente presenta entre otras características: el síndrome de abstinencia y la tolerancia.

Consumo experimental. Corresponde a situaciones de contacto inicial con una o varias sustancias que puede ser seguida de abandono o de continuidad en el uso. Las motivaciones pueden ser varias: curiosidad, presión del grupo, atracción de lo prohibido y del riesgo, búsqueda del placer y de lo desconocido y disponibilidad de drogas, entre otras.

Consumo perjudicial. Uso nocivo o abuso de sustancias psicoactivas. Patrón de consumo que está afectando la salud física o mental (como los episodios de trastornos depresivos secundarios al uso excesivo de alcohol).

Dependencia física. Estado caracterizado por la necesidad que tiene el cuerpo de seguir experimentando los efectos de alguna sustancia cuando se suspende el uso de la misma.

Dependencia psicológica. Compulsión para usar de forma frecuente drogas a fin de experimentar supuestas sensaciones “agradables” (placer, euforia) y evitar o disminuir el “malestar” que provoca no consumirlas.

Drogadicción. Cuando el cuerpo se ha adaptado al consumo de una o varias sustancias tóxicas, surge una compulsión o deseo irreprimible por seguir consumiendo; a pesar de los daños y consecuencias físicas y psicológicas que las drogas ocasionan, hay dificultad para abandonar.

Prevención. Conjunto de acciones dirigidas a evitar o reducir el consumo de sustancias psicoactivas, disminuir situaciones de riesgo y limitar los daños asociados al uso de dichas sustancias.

Sustancia psicoactiva, psicotrópica o droga. Sustancia que altera algunas funciones mentales y a veces físicas, que al ser ingerida reiteradamente tiene la posibilidad de dar origen a una adicción.

Tolerancia. Cuando se requiere un aumento progresivo de la dosis de la sustancia psicoactiva para conseguir los mismos efectos que originalmente producían dosis más bajas. Adaptación del organismo a la administración habitual de ciertas sustancias.

Anexo 13. Fichas de factores de protección

Trabajar en la mejora de mi autoconcepto y autoestima.

Habilidad para controlar mis impulsos emocionales y los sentimientos no favorables.

Ser creativo para ver diferentes opciones ante una situación.

Habilidad para estar alerta de cuando una situación me pone en riesgo.

Ser más consciente y menos impulsivo a la hora de tomar decisiones.

Anteponer la razón a la presión de hacer algo.

Invertir tiempo para mi recreación y crecimiento emocional y mental.
Aprender cosas nuevas.

Anexo 14. Ojo de Dios

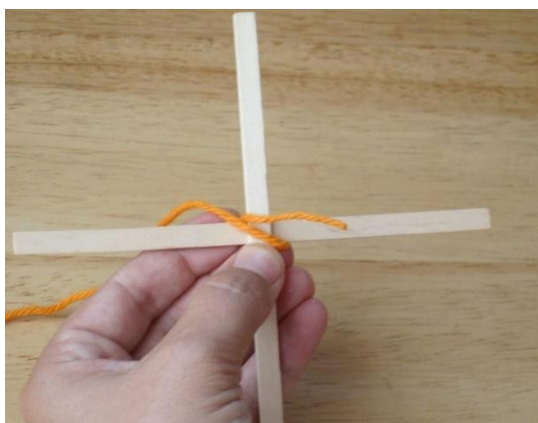
El Ojo de Dios o sikuli es una artesanía originaria de la comunidad indígena Wixárika (Huicholes). Los huicholes tienen una larga historia y los arqueólogos sostienen que viven en las montañas desde hace cerca de dos mil años. Con una enorme gama de creatividad y diseño, los Huicholes son artistas natos y sus representaciones nunca se rigen por un patrón determinado. Entre las principales representaciones estéticas están los “Ojos de Dios”.

El padre o la madre del pequeño es quien hace el ojo de dios, como un símbolo de protección a los niños. Consiste en un conjunto de cinco rombos a base de cruces de madera tejidos con vistosos y múltiples colores, se comienza con el color que represente lo que más se desea pedir a los dioses.

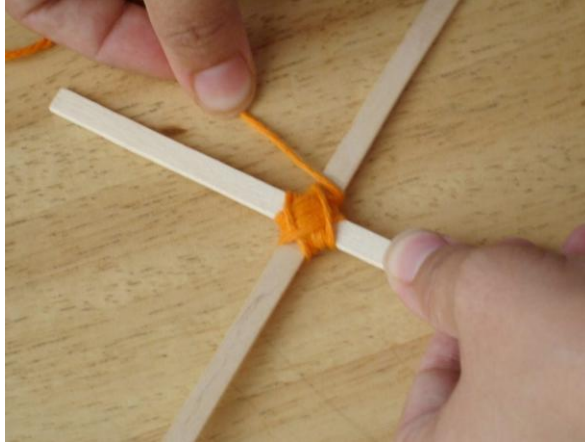
La forma del sikuli hace referencia a los cinco puntos cardinales, a los cinco rumbos del universo. (Norte, Sur, Este, Oeste y el centro, punto de partida del todo) Los colores que se usan en el rombo son básicamente el blanco, el azul en varios tonos, el amarillo, el rojo y el negro. Los colores se eligen y se ordenan de acuerdo con la petición específica que quiera hacerse.

Instrucciones para hacer un Ojo de Dios:

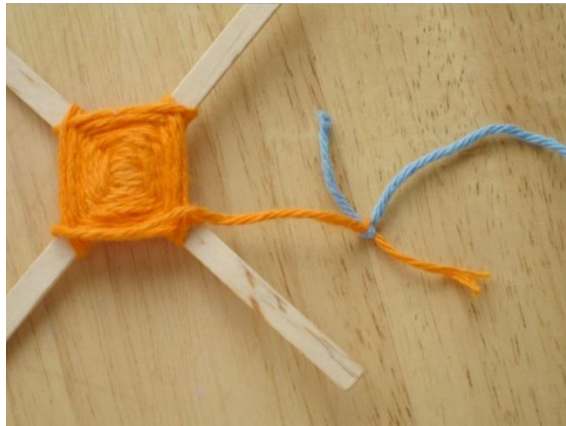
1. Colocar dos palos en forma de cruz y hacer doble nudo



2. El estambre se estira, se irá enrollando el estambre por cada uno de los cuatro palos dando una vuelta completa por delante en cada palo, dada esta vuelta se pasa al palo siguiente y se repite la acción.



3. Se continúa con el paso 2 hasta formar la figura de un rombo con la lana. Para cambiar de color se deberá cortar el estambre y anudar el nuevo color en la punta.



4. Se repiten los pasos 2 y 3 con los colores deseados hasta haber llenado al 70% el cuadrante. Las puntas van descubiertas.



Anexo 15. Frases resiliencia

1. *“No dejes que lo que no puedes hacer interfiera con lo que puedes hacer.”*– John Wooden

No dejes	no	que	puedes
interfiera	hacer	puedes	que lo que
con lo	si	John	hacer

Wooden

2. *“Los obstáculos no tienen que detenerte. Si te encuentras con un muro, no te des la vuelta o te rindas. Escalalo, atravesalo o rodealo.”* -Michael Jordan.

Los	obstáculos	si te	o
des la vuelta	un muro,	Jordan	no te
atraviésalo	detenerte	Michael	rodéalo
no tienen	escálalo,	que	encuentras

no

3. “*Si tu barco no viene a salvarte, nada hacia él para encontrarlo.*” - Jonathan Winters.

Si	tu	salvarte,	a
no	el	viene	barco
Jonathan	para	nada	hacia
encontrarlo			Winters

Anexo 16. Imágenes Secretas

Imagen 1. Equipo 1

Andrés estaba deprimido y decidió tomar el auto la noche del sábado y desahogarse.

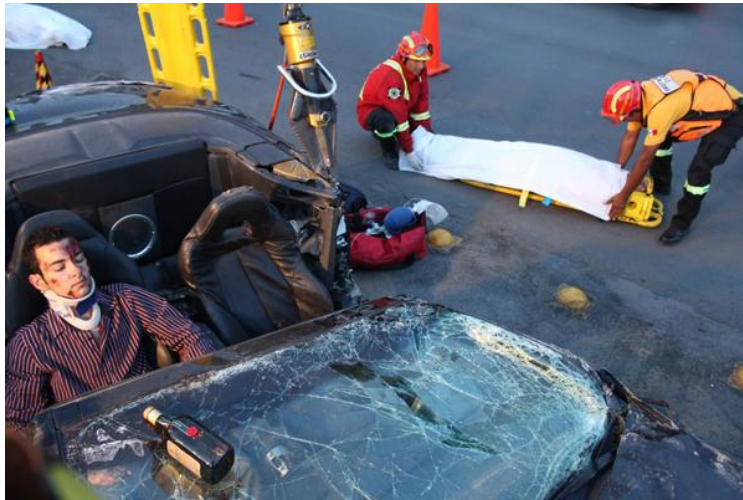


Imagen 2. Equipo 2

Carlos es novio de Andrea y quiso que ella experimentara una nueva sensación, “se siente como volar y no puede pasar nada malo por una vez que lo hagas” le dijo.



Imagen 3. Equipo 3

Pam andaba en “su viaje” durante una fiesta de la escuela. De repente se presento Diego.



Anexo 17. Concepto y características del mandala

El mandala tiene su origen en India y su nombre en sánscrito significa “círculo o rueda”, pasando a representar su característica básica, aunque pueden ser de diferentes formas incorporando todas las figuras geométricas.

Para los budistas, su función es la meditación. No obstante, el proceso más importante para ellos es la “creación” de éstos por ser un camino “recorrido” que muestra las vivencias del momento de quien lo diseña y siendo la vía de conexión entre el hombre y la divinidad, tanto en el proceso de creación, al tenerlo para observación o como adorno. Desde el punto de vista espiritual es un centro energético de equilibrio y purificación que ayuda a transformar el entorno y la mente de quien medita en ellos.

Dibujar o pintar mandalas es una terapia que se está usando cada día más. Su diseño es libre y su significado dependerá de sus formas y colores. Los efectos terapéuticos de los mandalas se basan en que originan concentración, equilibrio, disminución de las tensiones nerviosas en niños, adolescentes y adultos (Cerrada 2008 y Molgas, 2012).

Significado formas incluidas en el mandala	Significado de los colores incluidos en el mandala
Cuadrado: equilibrio y estabilidad. Triángulo: relacionado con el agua, la transformación y vitalidad. Espiral: energías curativas Cruz: símbolo de decisiones y se relaciona con los puntos cardinales. Corazón: la unión, el amor, la felicidad. La estrella: relacionada con la libertad y espiritualidad. Pentágono: representa los símbolos de la tierra, agua y fuego, así como la forma del cuerpo humano. Hexágono: equilibrio y unión de los contrarios. Mariposa: relacionada con la	Negro: relacionado con la tristeza, la muerte, lo profundo, la ignorancia y el misterio. Blanco: purificación, iluminación. Es el color de la perfección. De la nada o el todo por hacer. Verde: relacionado con la naturaleza, esperanza, crecimiento, felicidad y libertad. Azul: paz, alegría, serenidad y satisfacción. Gris: calma, espera, neutralidad, sabiduría y renovación. Rojo: energía pura vital, pasión y sensualidad. Naranja: energía, dinamismo, ternura,

<p>transformación, muerte y la auto renovación del alma.</p> <p>Laberinto: confusión, autorreflexión y la búsqueda del centro de uno mismo.</p>	<p>valor y ambición.</p> <p>Amarillo: simpatía, color del sol y la luz.</p> <p>Rosado: altruismo, dulzura, paciencia.</p> <p>Morado: contemplación, amor al prójimo. Idealismo y sabiduría.</p> <p>Violeta: transformación, magia, espiritualidad e inspiración.</p> <p>Plateado: capacidades psíquicas, emociones fluctuantes.</p> <p>Dorado: sabiduría y lucidez.</p>
---	---

Anexo 18. Ejemplo de mandala

Es preferible que el moderador trabaje en la creación de su propio mandala para que pueda compartir su experiencia personal con los participantes.

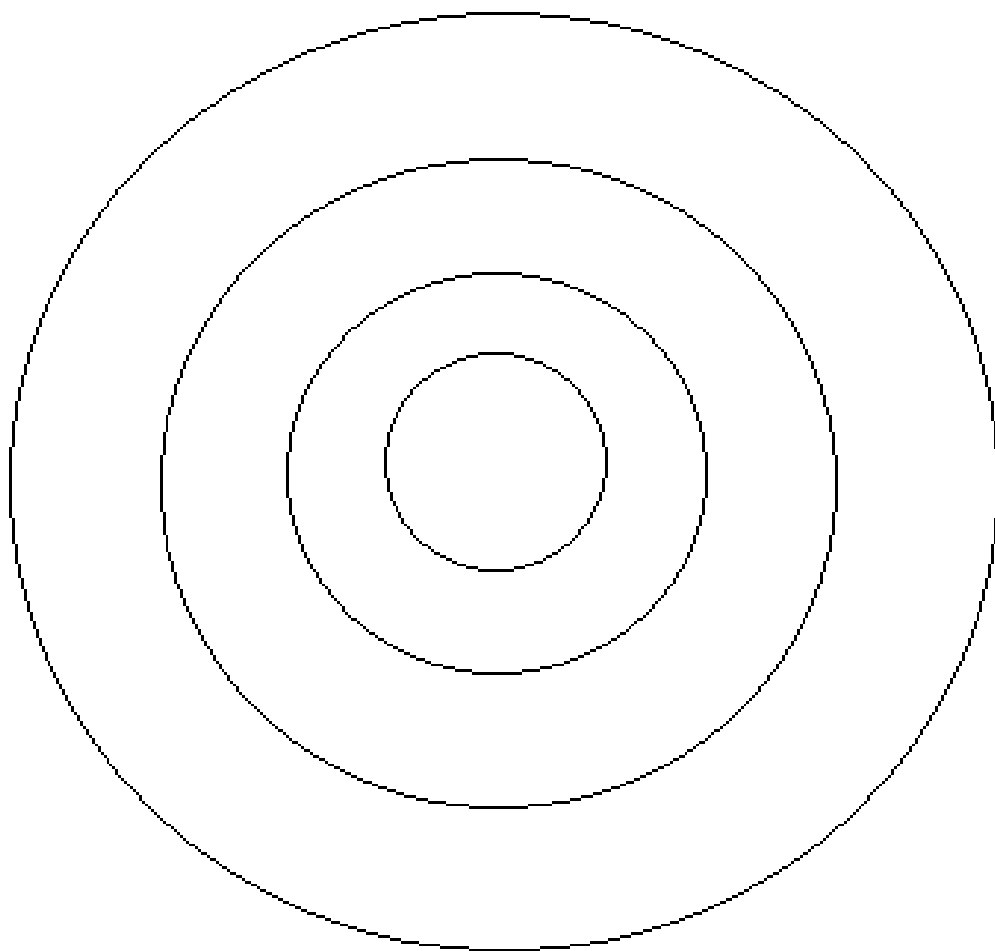
En este ejemplo la interpretación sería en base a la tabla de colores la siguiente:

- Con base en los colores utilizados: la naturaleza, esperanza, el crecimiento, la paciencia, la paz y la alegría.
- Con base en las formas empleadas: el amor, felicidad y el interés en la curación personal.



Anexo 19. Estructura para mandala

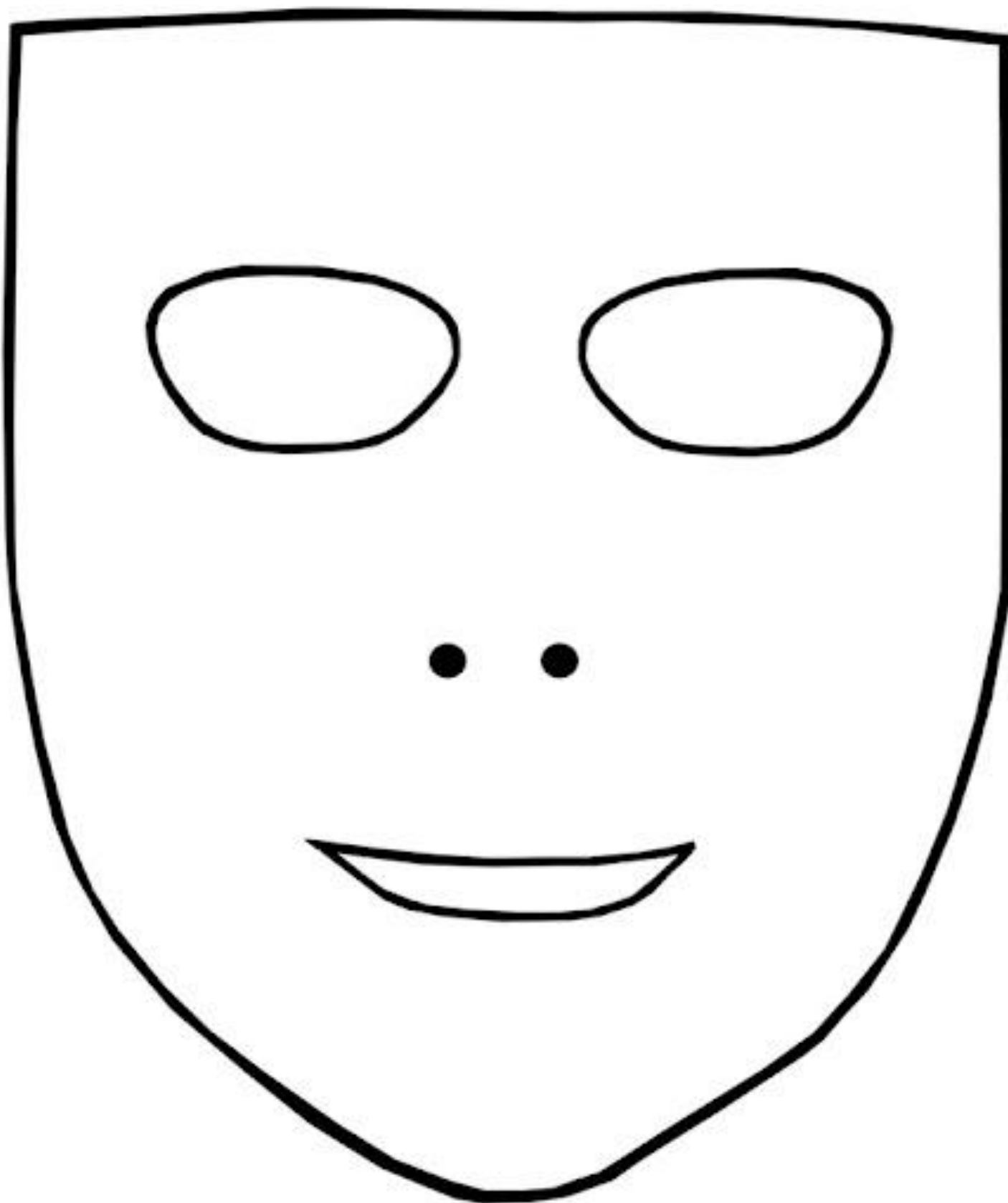
Instrucciones: En la siguiente estructura dibuja por cada círculo formado las formas que más relaciones con la situación planteada en la reflexión basándote en la tabla de formas y colores de los mandalas. Te recomendamos comenzar del centro hacia fuera.



Anexo 20. Preguntas del juego papa caliente

1. ¿Qué crees que sea la diferencia entre consumo y abuso de drogas?
2. ¿Cuáles crees que sean los principales factores por los que un adolescente pueda volverse dependiente del consumo de alguna droga?
3. ¿Cómo padre de familia que podrías hacer para desarrollar habilidades de protección ante el consumo de drogas en tus hijos?
4. ¿Qué podrías hacer para prevenir las adicciones en tu colonia?
5. ¿Cuál es la relación que encuentras entre las actividades recreativas y las adicciones?
6. ¿Qué opinas acerca de la existencia de un valor al uso del tiempo libre y de ocio recreativo en la actualidad?
7. ¿Qué opinas respecto a las actividades artísticas en la vida del adolescente?
8. ¿Cómo podrías contribuir de acuerdo a tus recursos, conocimientos o habilidades en la creación de una red comunitaria que proteja a los jóvenes de la colonia?

Anexo 21. Molde máscara



Anexo 22. Formatos de evaluación de actividades

Formato de evaluación 1. Sesión 2.

Instrucciones:

1. Imagínate a ti mismo en el futuro, imagina si tienes hijos o no, tu estado de ánimo, las cosas que tienes, tu trabajo, etc. A continuación responde las siguientes preguntas sobre la línea:

¿Cómo te imaginas físicamente dentro de diez años? _____

¿A qué crees que te dedicas? _____

¿Con quién vives? _____

¿Tienes pareja e hijos? _____

¿Qué haces en tu tiempo libre? _____

¿Qué actividad te hace feliz realizar? _____

¿De qué te sientes orgulloso? _____

Ahora vete en el presente, reflexiona y contesta las siguientes preguntas:

¿Qué actitudes debes tomar y acciones realizar en el presente para poder lograr los planes que imaginaste?

1.- _____

2.- _____

3.- _____

4.- _____

¿Cómo se verían afectados tus planes, habilidades o conocimientos en el presente y en el futuro si padecieras de adicción a alguna sustancia, dinero, tecnología o al sexo?

1.- _____

2.- _____

3.- _____

4.- _____

Formato de evaluación 2. Sesión 3.

Instrucciones:

1. Reflexiona un poco acerca de cuál es la emoción positiva y la negativa que con más frecuencia experimentas ante alguna situación y a continuación contesta las preguntas:

• **Emoción positiva**

¿Cuál es? _____

¿Cómo regularías esta emoción? _____

• **Emoción negativa**

¿Cuál es? _____

¿Qué harías para disminuir esta emoción? _____

¿Qué relación encuentras entre esta emoción y el consumo de alguna droga? _____

2. Reflexiona un poco acerca de cual es el sentimiento positivo y el negativo más perdurable en tu persona y a continuación contesta las preguntas:

• **Sentimiento positivo**

¿Cuál es? _____

¿Qué necesitarías hacer para poder mantener día con día este sentimiento? _____

• **Sentimiento negativo**

¿Cuál es? _____

¿Qué necesitarías hacer para poder disminuir o eliminar sentimientos negativos de tu persona? _____

¿Qué relación encuentras entre este sentimiento y el consumo de alguna droga? _____

Caso

Ana tiene 16 años de edad y va en el segundo año de la escuela preparatoria. Ella vive solo con su madre, la cual trabaja la mayor parte del día y con su hermano que esta haciendo la preparatoria abierta y la mayor parte del día se la pasa en la calle. Ana es una alumna regular, es decir, sus calificaciones se encuentran entre el 8 y 9 en todas las materias, sus únicas dos amigas son de la escuela, Sandra y Ale, con las cuales se lleva excelentemente, tiene un novio llamado Jorge con el que lleva 2 años de relación, él no forma parte de su escuela. Ana es agradable físicamente, simpática y tranquila a comparación de otras chicas. Un día Daniel, un chico de su escuela, la invito a salir por un helado en la tarde y Ana acepta a pesar de que sabía que su amiga Ale gustaba de Daniel “total, solo es un helado” pensó Ana y así fue. La siguiente semana sus amigas comenzaron a portarse extrañas con ella y Ana preguntó que era lo que sucedía a lo que Ale y Sandra le contestaron que Daniel les había contado que ellos habían salido y que habían tenido relaciones sexuales, Ana desmintió el hecho, pero sus amigas no cambiaron su opinión acerca de ella, para ellas ahora Ana era una mala amiga, traicionera, mentirosa y “fácil”. Las amigas de Ana le dijeron por facebook a Jorge, su novio, la situación de la que se habían enterado y el buscó a Ana para insultarla y terminar la relación. Ese día Ana llegó a casa y tuvo una pelea con su hermano por no haber limpiado la casa, pero él estaba ido y riéndose frente al televisor como si estuviera drogado, o tal vez si lo estaba. Ana deseaba desahogarse con alguien, pero su madre aún no llegaba del trabajo, se encerró en su cuarto y comenzó a llorar y a pensar en la soledad tan profunda que sentía, sin su novio, sin sus únicas amigas y sin su hermano y madre que la escucharán, recordó que hace un día había visto en el cuarto de su hermano un cigarro de marihuana y un par de pastillas de colores que por las pláticas que le han dado en la escuela sobre drogas tenían la apariencia de “tachas” y se dijo así misma “si eso al parecer tiene tranquilo y feliz a mi hermano probablemente a mi me ayude también” igual recordó ver en el baño una navaja de afeitar y pensó “o tal vez lo mejor sería no estar ya aquí pues creo que no valoran mi existencia y total no dañaré a nadie porque al parecer no tengo a nadie”.

Preguntas

1. ¿Si te encontrarás en la situación de Ana que alternativas considerarías ante la situación?
Escribe 3, se pueden retomar las pensadas por Ana:

1. _____

2. _____

3. _____

2. Determina los posibles resultados o consecuencias tanto favorables como desfavorables de cada alternativa:

- Alternativa 1.

1. _____

2. _____

3. _____

- Alternativa 2.

1. _____

2. _____

3. _____

- Alternativa 3.

1. _____

2. _____

3. _____

3. En base a las respuestas anteriores ¿qué decisión tomarías?

4. ¿Cómo justificas el haber tomado esa decisión?

Formato de evaluación 4. Sesión 7

Instrucciones: Responde de la manera más sincera posible las siguientes preguntas

1. ¿Qué opinas acerca de las drogas?
2. ¿Consideras que toda persona debería de experimentar al menos una vez en su vida el consumo de drogas sea por la razón que sea?
3. ¿En que punto podrías considerar que el consumo de algo se ha vuelto una adicción?
4. ¿Qué medidas tomarías al respecto si te dieras cuenta de que tienes una adicción hacia algo?
5. ¿Cuáles de los factores de protección vistos en la sesión crees que deberías de reforzar en tu persona para evitar el abuso en el consumo de drogas como un medio de fuga?

Formato de evaluación 5. Sesión 8

Imagina que te encuentras en una situación abrumadora, tal vez ya la hayas experimentado en la vida real, en dicha situación no encuentras una salida clara y tienes como alternativa el desahogar tus emociones con el abuso de consumo de algo; por ejemplo una droga, varias relaciones sexuales con personas incluso desconocidas o estar encerrado viendo la televisión.

Te invito a reflexionar en los siguientes puntos como base de una mejor alternativa ante una situación angustiante.

Instrucciones: Dibuja un árbol en una hoja en blanco aparte con las siguientes condiciones:

- En sus raíces escribe los apoyos con los que contarías en una situación abrumadora comenzando éste escrito con la frase “Yo tengo...”
- En el tronco escribe tus cualidades, habilidades y fortalezas comenzando con la frase “Yo soy...”
- En las hojas del árbol escribe los cambios o soluciones positivas que estarías dispuesto a hacer en una situación catastrófica comenzando con la frase “Yo estoy dispuesto a...”
- En base a todo lo escrito en las partes anteriores del árbol ahora en los frutos escribe las acciones positivas que podrías llevar a cabo ante tal situación. Por cada fruto escribe una alternativa de solución, al hacerlo piensa en la frase “Yo puedo...”

Formato de evaluación 6. Sesión 9.

Instrucciones: Responde las siguientes preguntas relacionadas a las actividades desarrolladas durante la sesión.

- ¿Qué sentiste mientras realizabas tu mandala?

- ¿Qué opinas acerca de las dos actividades realizadas en la sesión sirvieron y servirían para relajarte y sacar un poco el estrés? (Pasar energía, meditación y creación del mandala)

- Ante una situación de ansiedad, estrés y angustia subraya las alternativas que tomarías en cuenta
 1. Consumir algo que me haga olvidar de la situación (un porro por ejemplo)
 2. Recostarme y reflexionar acerca de lo que me sucede para encontrar alguna solución favorable
 3. Preocuparme y deprimirme
 4. Sacar mis emociones de manera violenta contra mi mismo o contra los que me rodean
 5. Dibujar un mandala mientras reflexiono sobre mi estado

¿Qué otras alternativas creativas y saludables crees que a ti te podrían servir en etapas de estrés o ansiedad? Menciona dos:

1. _____

2. _____

Anexo 23. Listas de cotejo para evaluación del taller

Para la evaluación de las producciones artísticas por sesión elaboradas de parte de los participantes se recomienda el empleo de las siguientes listas de cotejo:

Valores de evaluación:

Presente en su totalidad Presente Apenas presente Ausente

Lista de cotejo para evaluación. Autorretrato

Lista de cotejo para evaluación de autorretrato					
Aspecto	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexivo-expresivo	Reconoce sus capacidades a través del autorretrato				
	Representa los elementos solicitados en el autorretrato como: sus miedos, esperanzas, gustos, pasiones y sueños.				
	Realiza una clara y significativa interpretación escrita de su autorretrato				
Creatividad	Muestra pensamiento original. Sus ideas son originales.				
	Hay presencia de detalles y ejemplos gráficos. Por ejemplo: expresiones faciales o representación de emociones.				
Manipulativo y procedimental	Atiende las indicaciones brindadas al principio de la actividad.				
	Concluye el autorretrato en el tiempo solicitado.				
Estética	Presenta limpieza en el trabajo.				
	Usa colores y se esfuerza en el desarrollo de las imágenes.				
Habilidades para la vida	Representación de elementos que den muestra del autoconocimiento de sus capacidades, habilidades, destrezas o defectos.				
	Fue crítico consigo mismo en el autorretrato.				
	Habilidades sociales como: comunicación adecuada, amabilidad y cortesía sentido del humor.				

Lista de cotejo para evaluación . Collage

Lista de cotejo para evaluación del collage					
Aspecto	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexivo-expresivo	Representa todos los elementos solicitados relacionados a su persona en el futuro.				
	Para la mayoría de los elementos, la relación con el tema es clara sin ninguna explicación.				
	Utiliza palabras claves para enlazar elementos y expresar mejor lo reflexionado.				
Creatividad	Las gráficas u objetos usados en el collage reflejan un excepcional grado de originalidad del estudiante en su creación.				
	Diferente acomodación y secuencia de las imágenes.				
	Personalizó imágenes. Por ejemplo: construyo una imagen a partir de dos.				
Manipulativa y procedimental	Se expresa en el collage lo solicitado por el moderador.				
	Terminó el collage en tiempo y forma.				
Estética	Muestra una considerable atención en su construcción.				
	Sus componentes están nítidamente cortados.				
	No hay marcas, rayones o manchas de pegamento.				
Habilidades para la vida	En notoria la presencia de su autoconocimiento en el collage.				
	Existe una clara existencia de sus aspiraciones en el collage.				
	En la parte de evaluación de la sesión muestra tener idea de las acciones que se tienen que realizar para lograr los planes a futuro.				

Lista de cotejo para evaluación. Modelado

Lista de cotejo para evaluación del modelado					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Es notable el intento de hacer uso de recuerdos relacionados con el tema.				
	En la representación se hace énfasis acerca de la idea central solicitada para la sesión.				
Creatividad	Realiza de manera significativa o simbólica una relación de los colores con las emociones.				
	Integra elementos extras a lo solicitados en su escultura.				
	Menciona varias causas o consecuencias consideradas para el proceso de la escultura.				
Manipulativa y procedimental	Termina en tiempo y forma la obra.				
	Organiza previo a la representación la estructura de la historia.				
Estética	Utiliza variedad de colores y realiza variedad de texturas.				
	Es detallista en su obra.				
	Existe limpieza en la obra.				
Habilidades para la vida	Existencia de asertividad en la toma de decisiones durante las representaciones.				
	Creatividad en la construcción de situaciones apegadas a la realidad de acuerdo a la temática de la sesión.				
	Construcción de una reflexión crítica a partir de los contenidos trabajados.				

Lista de cotejo para evaluación. Pintura

Lista de cotejo para evaluación de la pintura					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexivo-expresivo	Representa todos los pensamientos solicitados en relación a la fantasía planteada en la actividad “viaje imaginario”.				
	Presentación clara de si mismo y de sus emociones o sentimientos dentro de la fantasía.				
Creatividad	Originalidad en la utilización de colores claros u oscuros para representar el ambiente del lugar en el que “está atrapado”.				
	Juega de manera diferente con los distintos materiales proporcionados para la obra.				
Manipulativo y procedimental	Se refleja en la obra un orden en las partes de la actividad.				
	Empleo de manera adecuada los diferentes materiales.				
	Termina en tiempo y forma la obra pictórica.				
Estética	Es notable la limpieza en la producción.				
	Existen detalles en la obra lo cuál la hacen más llamativa.				
	Usa una amplia gama de colores en la elaboración de la obra lo cual da más sentido a lo que se pretende expresar.				
Habilidades para la vida	La toma de decisiones reflejada en la pintura como la salida elegida ante la situación planteada tiene tintes asertivos.				
	Creación de distintas salidas alternas que resuelvan la problemática planteada en la fantasía.				
	Se refleja en el aspecto de la pintura las sensaciones percibidas respecto a la fantasía planteada.				

Lista de cotejo para evaluación. Cartel

Lista de cotejo para evaluación del Cartel					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexivo-expresivo	Se plasma en el cartel información de acuerdo a las experiencias previas, opiniones y sentimientos de los participantes.				
	El cartel tiene algún elemento de carácter crítico.				
	Contiene alguna frase o imagen que promueva la reflexión.				
Creatividad	Las imágenes y texto son estructurados de manera diferente a la común.				
	El mensaje que comunica es innovador.				
Manipulativo y procedimental	Habilidad para la identificación de imágenes acordes al tema.				
	Culminación a tiempo del cartel.				
Estética	Título de acuerdo al tema.				
	Emplea un vocabulario creativo.				
	La ubicación de las imágenes y texto es amigable para el receptor.				
	Existe limpieza en el cartel.				
Habilidades para la vida	Es notable la identificación de posibles causas y consecuencias a partir de una reflexión de las situaciones.				
	Es capaz de hacer consciencia y promover alternativas de protección ante riesgos.				

Lista de cotejo para evaluación. Dibujo

Lista de cotejo para evaluación del dibujo					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Habilidad para expresar a través del dibujo la escena solicitada.				
	Uso de metáforas en la creación del dibujo del árbol.				
Creatividad	Originalidad en las formas y colores del dibujo.				
	Incorpora elementos extras.				
Manipulativa y procedimental	Terminar en tiempo y forma el dibujo.				
	Elabora lo que se le indicó.				
	Limpieza en la creación artística.				
Estética	La obra es llamativa.				
	Se nota dedicación en la utilización de los materiales.				
	Existe una armonía en el conjunto de la imagen.				
Habilidades para la vida	Reconoce sus capacidades, recursos personales, habilidades y opiniones en la representación visual.				
	Las posibles decisiones creadas a partir de la situación planteada son de carácter asertivo.				
	Es crítico con su autoevaluación ante la situación.				

Lista de cotejo para evaluación. Ojo de dios

Lista de cotejo para evaluación del Ojo de dios					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Representa en su ojo de dios lo mismo que explica al final de la obra.				
	Da explicaciones del por qué escogió tales factores de protección.				
	Es consciente de sus necesidades.				
Creatividad	Logró identificar más de un factor/color.				
	Modificó el tejido del ojo de dios.				
	Decoró con elementos extras la obra.				
Estética	El trabajo fue limpio.				
	Es notable un esfuerzo por realizar el tejido como se le indicó.				
Manipulativa y procedimental	Termina en tiempo y forma la obra.				
	Realiza en orden la actividad.				
Habilidades para la vida	Reconoce sus zonas de desarrollo.				
	Argumenta lo que puede hacer para mejorar su situación.				
	Es crítico ante sus defectos y reconoce sus fortalezas.				

Lista de cotejo para evaluación. Mandala

Lista de cotejo para evaluación del mural					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Utiliza en su mandala los colores y formas adecuados en relación a sus pensamientos.				
	Expresa la explicación escrita de su mandala de manera clara.				
Creatividad	El mandala contiene varios elementos (figuras y colores representativos).				
	Usa por cuenta propia materiales diferentes a los brindados.				
Manipulativa y procedimental	Existencia de orden durante la actividad lo cual lo hace una sesión amena.				
	Se termina lo solicitado en tiempo y forma.				
Estética	Hace uso de colores.				
	No dibuja fuera del formato señalado.				
Habilidades para la vida	Existencia de convivencia armónica en el grupo.				
	Dedicación y concentración durante la sesión a través de la elaboración del mandala lo cual señala reducción de ansiedad o estrés.				

Lista de cotejo para evaluación. Mural

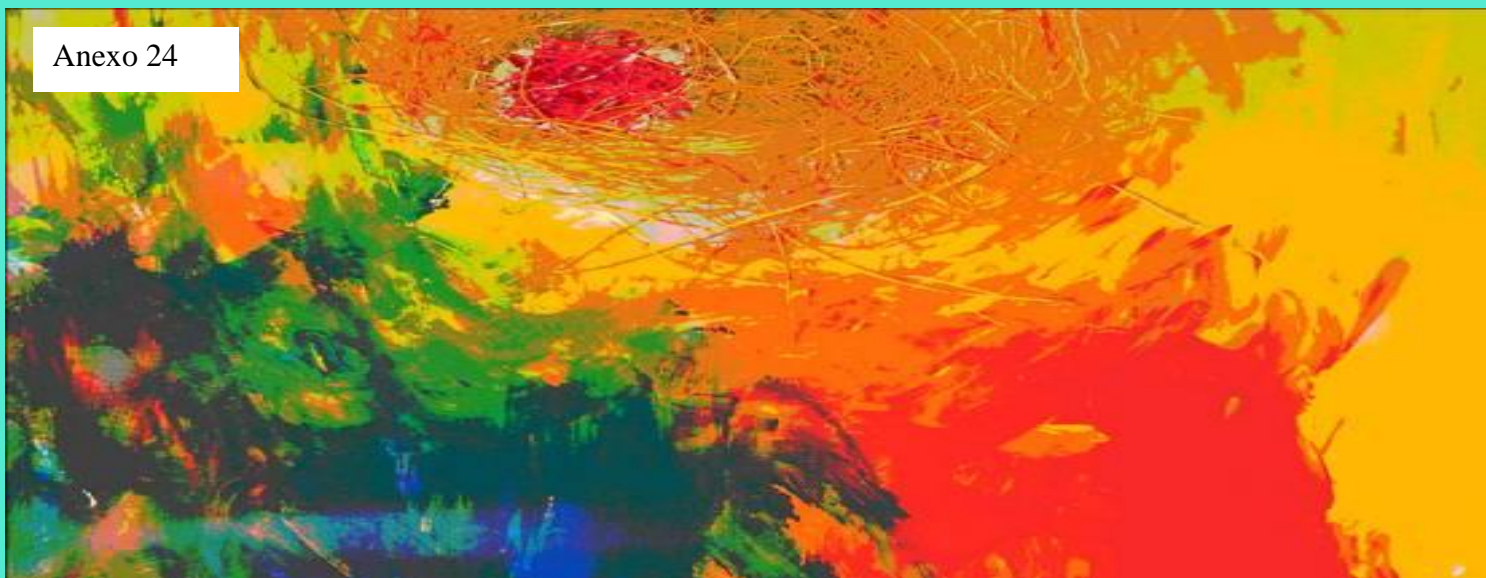
Lista de cotejo para evaluación del mural					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Se refleja claramente en el mural los contenidos y aprendizajes que se adquirieron en relación con la sesión asignada.				
	Las imágenes presentadas en el mural son pertinentes al contenido de los temas.				
Creatividad	La parte del mural para realizar por equipos comunica algún mensaje a la comunidad en relación a la prevención de adicciones.				
	Juega con la combinación de palabras clave, frases e imágenes.				
	Hay presencia de detalles fuera de los comunes.				
	En el caso de usar frases éstas son con contenido innovador.				
Manipulativa y procedimental	Se ponen de acuerdo y se reparten las actividades. Las ideas están organizadas, complementadas por todo el equipo.				
	La información representada está bien organizada y delimitada, tiene un orden coherente.				
	Termina en tiempo y forma el mural.				
Estética	La elección de color es apropiada para el tema y los objetos representados o está exagerada a propósito en alguna manera para enfatizar un punto.				
	Los dibujos son reconocibles, detallados y están coloreados con precisión.				
	Es notable la dedicación y limpieza en la producción.				
Habilidades para la vida	Aborda el mensaje comunicado de manera original.				
	Existe en la representación algún punto de vista personal, criterio u opinión de los autores en relación al tema.				
	Se manifestó armonía en el trabajo grupal y relajación en los participantes.				

Lista de cotejo para evaluación. Galería

Lista de cotejo para evaluación de la Galería comunitaria					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Calidad de la reflexión final por parte de los padres respecto al tema del ocio recreativo como alternativa protectora en la comunidad.				
Creatividad	Cantidad de aportaciones por parte de los padres para la creación de una red de protección comunal.				
	Originalidad en las aportaciones de los agentes de la comunidad. Propuestas innovadoras ante la problemática.				
Manipulativa y procedimental	Presencia de agilidad en la organización de cada dinámica.				
	Entendimiento y seguimiento de las instrucciones del moderador guía para la estructura de la visita a la galería.				
	Conclusión de todas las actividades en tiempo y forma.				
Habilidades para la vida	Comunicación adecuada durante la visita a la galería.				
	Reconocimiento de las producciones de los participantes del taller.				
	Expresión de ideas críticas acerca de la problemática de las adicciones en la colonia por parte de todos los involucrados en la galería.				

Lista de cotejo para evaluación. Máscara

Lista de cotejo para evaluación del mural					
Aspectos	Indicadores	Presente en su totalidad	Presente	Apenas presente	Ausente
Reflexión-expresión	Realmente refleja en la máscara lo solicitado a expresar.				
	Abarca más de dos contenidos solicitados.				
	Es clara la descripción escrita de los contenidos de la máscara.				
Creatividad	Utilizó diversidad de materiales para la elaboración de la máscara.				
	Modifico la forma inicial de la máscara.				
	Es fuera de lo ordinario en la decoración.				
Estética	Los colores empleados son agradables a la vista				
	El trabajo tiene aspecto limpio y dedicado.				
Manipulativa y procedimental	Termina en tiempo y forma la máscara.				
	Realiza en orden la actividad.				
Habilidades para la vida	Reconoce sus conocimientos y los representa en la máscara.				
	Tiene la habilidad de ser creativo en la representación de pensamientos a través de imágenes.				
	Logra una reflexión crítica respecto al taller y lo adquirido en él.				



UNA PROPUESTA ALTERNATIVA PARA EL EMPLEO DEL TIEMPO LIBRE Y OCIO RECREATIVO COMO MEDIO PROTECTOR ANTE LAS ADICCIONES EN ADOLESCENTES

Técnicas de artes plásticas

Material de apoyo para el guía



El presente material tiene como propósito fungir como un material de apoyo para que el guía encargado de la mediación entre el taller y adolescente cuente con conocimientos básicos acerca de las características y funciones de algunas técnicas de artes plásticas. Se expone de manera breve y en relación con funciones arteterapéuticas las técnicas artísticas que se emplearan como actividades en el desarrollo de las sesiones de la propuesta de intervención.

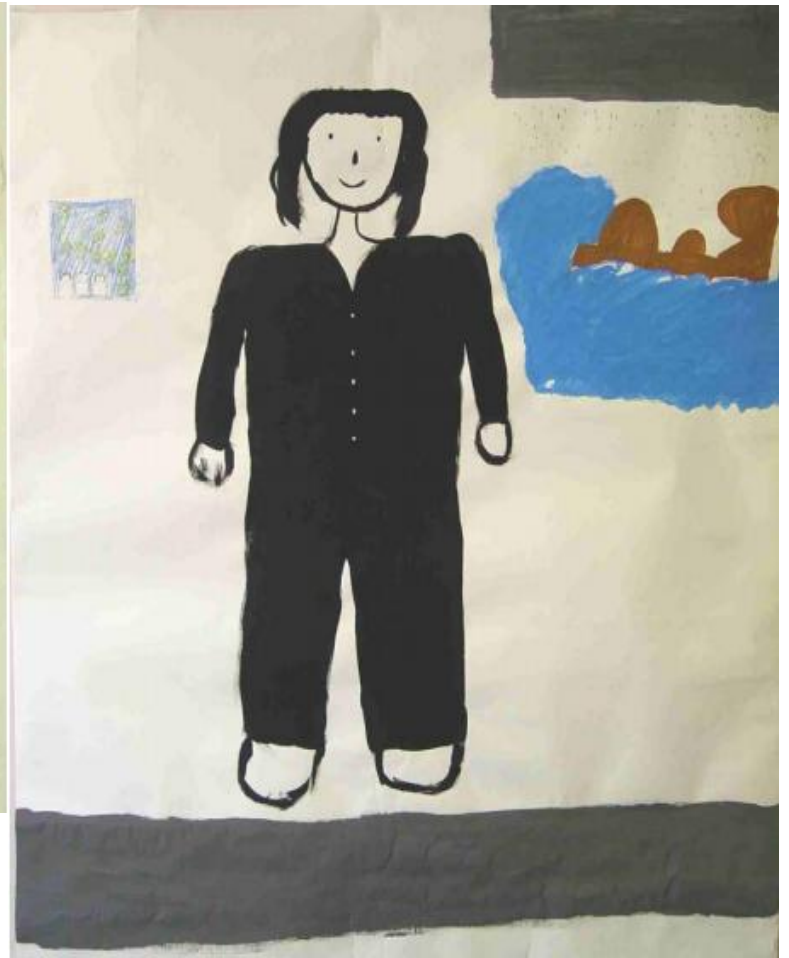
Así mismo se proporcionan algunos ejemplos de cada técnica y bibliografía complementaria para la mejor información y capacitación por parte del guía.

La obra de arte abre una posibilidad desatendida de hacerse cargo del contenido experiencial de situaciones que ya se conocen, pero en las que no se es consciente de su significatividad. (Jauss, 1972, 16).

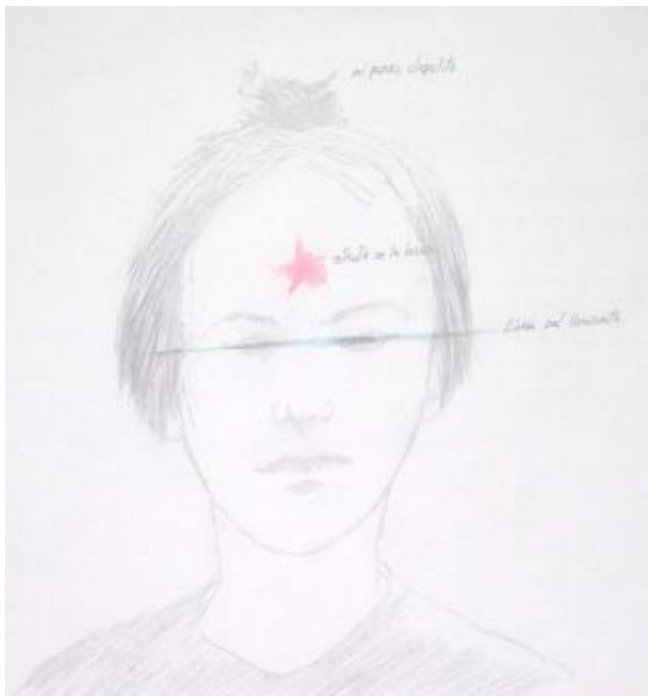
1. *El dibujo*

Entre los muchos beneficios que éste aporta, destaca sin duda su función de proyectar (sacar fuera de sí) aquello que está causando algún malestar o sufrimiento, cambiando el punto de vista sobre esa cuestión y ofreciendo un papel más activo en el proceso terapéutico (crear y elaborar la historia personal sobre papel). El sujeto se conecta con su mundo interior y a la vez pone cierta distancia, que le permite reelaborar un suceso determinado y crear un hilo conductor a través de una historia que va evolucionando y en la que se permiten "acciones" (por ejemplo, violencia hacia alguien en particular) que en la vida real no llevaría a cabo. A través del dibujo el individuo puede calmar su angustia, cambia el foco de atención, crea su historia y se reconstruye. Es sin duda en esta posibilidad de crear "escapándose de la mente racional" donde reside su gran fuerza terapéutica. Por todo ello, el dibujo se convierte en una oportunidad para alcanzar un conocimiento más profundo de uno mismo, incluso aunque nuestro consciente no sea capaz de ponerle palabras. El solo hecho de crear ya repercute positivamente en la autoestima, y ofrece nuevas vías de expresión y comunicación, más allá de las limitaciones que impone el lenguaje verbal, puesto a que en la adolescencia es escasa la expresión verbal de emociones, pensamientos o sentimientos. El dibujo potencia la creatividad, dando nuevas soluciones a los mismos problemas, ayuda a observar, reconocer y conocer el entorno, la realidad del individuo, así como valorar las cualidades de las personas, lugares, situaciones y cosas que le rodean (Eisner, 2004)





Dibujo y autorretrato de una alumna como parte del trabajo de monografía Covarrubias, 2006.



Autorretrato de un paciente alcohólico como parte del trabajo de Medina, 2004.

2. El collage

Es una imagen creada con recortes y retazos de diversos materiales. El collage ha sido empleado en técnicas educativas y terapéuticas para encontrar nuevas formas de narración personal a través de la imagen; permite plasmar contradicciones que expresan las distintas facetas de las personas y estimula la habilidad de mirar las cosas desde diferentes perspectivas. Por otro lado, posibilita una labor de síntesis al integrar las partes en un todo, ya que en su elaboración se asemeja la percepción de las cosas, la cual no se da en forma ordenada sino en partes que más tarde adquirirán una congruencia entre sí vistas como una totalidad. Por esta razón es recomendable que el collage vaya surgiendo entre los elementos y que no se tenga una idea preconcebida demasiado rígida del resultado esperado (Arias y Vargas, 2003). Una de las ventajas del collage es que el adolescente puede darse cuenta acerca del mundo en que vivimos, así como de la influencia que tienen los medios de comunicación en la construcción de la percepción social (Eisner, 2004). A través de esta técnica es posible abordar y comprender temas como valores y actitudes de los jóvenes a partir de la realidad, así como también es posible la representación de sueños o deseos a corto o largo plazo.

Ejemplos




Alumna 1



Alumno 8

Parece que el collage como medio te lleva a un tamaño íntimo, a unas cualidades íntimas: las superficies empapeladas le invitan a uno a modelar una nueva realidad plástica, una realidad que contiene las dos cualidades que considero esenciales para mi imagen en la pintura, la concreción y la serenidad.

Esteban Vicente 1962



En los ejemplos se pueden ver las producciones de dos alumnos como parte del trabajo de Vegas (2012) quien hace uso del collage en su propuesta de intervención con adolescentes como medio para buscar la propia identidad, profundizar en la relación con ellos mismos, con los demás compañeros y familiares. Para ser conscientes de las personas importantes para ellos, grupo de intereses, objetivos, lugares o actividades. Construir su lugar en el grupo y un autoconcepto positivo de uno mismo reforzando nuestra autoestima. Jugar e ironizar con nuestra imagen sin miedos y con humor, elaborando una realidad distinta e incluso imposible. Entender los métodos retóricos como un conjunto de técnicas que permiten emplear el lenguaje visual con destreza y La educación artística y el arte como terapia. Un camino para construir la identidad del adolescente Cap.VI. Identidad. Busca tu identidad. Construye tu lugar en el grupo. Siente y vive una experiencia. 153 comunicar de una manera efectiva y elocuente. Analizar las figuras retóricas y su expresión. Elaborar un mensaje conjugando varios recursos retóricos.

3. La pintura.

Es la representación visual con pintura de su creador en su relación con el mundo. Permite que las personas que se sienten mal puedan distanciarse de todo lo que les produce malestar, objetivándolo y haciendo salir las formas imaginarias que tienen dentro para poder trabajar con ellas. Los jóvenes pueden saciar sus necesidades a través de la pintura, encontrando en ella un escape sano, reflexivo y constructivo. A través de la pintura la persona expresa y representa todo lo que tiene en su interior, en arteterapia es considerada un test proyectivo por excelencia (Klein, 2006). Gonzalo (2012) señala que la pintura permite al individuo reflexionar acerca de su identidad, el autor menciona que la línea, el color, la textura, la libertad de los movimientos son creados en el papel de forma única de acuerdo con las sensaciones del creador. A través de las imágenes se puede indagar sobre la individualidad y sus manifestaciones. Trabajar con texturas significa experimentar, transformar, explorar y vivir una aventura. Se desarrolla la sensibilización y percepción, se expresan vivencias y se afinan los sentidos. *Ejemplos de pinturas de tres alumnas extraídos del trabajo de intervención de Gonzalo, 2012.*



Alumna



Alumna





Pintura de una participante en la intervención de Gonzalo, 2012.

"Estaba atrapada en una serpiente, entonces llega un ojo y me rescata". Alumna

4. La máscara




“La ventaja de éste arte es que el adolescente a través de él puede llegar a lograr una apreciación del propio cuerpo y ser, lo cual contribuye al aumento de autoestima y autoconcepto del individuo, un factor primordial de protección ante el consumo de drogas” (Eisner, 2004, 155). La máscara forma un puente entre el mundo interior y el mundo exterior, da forma y expresión a las cosas non-comprensibles. Durante la construcción de una máscara el creador busca sus cualidades ocultas. Imágenes, formas y seres interiores aparecen en nuestra fantasía. Estas ideas resultan concretadas en nuestra máscara. Cuando ponemos la máscara sobre el rostro, le prestamos nuestro aliento y nuestro cuerpo, así nacerá un ser de máscara que puede respirar y moverse a sí mismo. El juego de máscara ofrece un espacio para encuentros directos y creativos con nosotros, con nuestro propio cuento de vida y temas actuales que nos rodean.

5. El mandala

La palabra mandala proviene del sánscrito cuyo significado literal es círculo. Está constituida por un conjunto de figuras y formas geométricas concéntricas integradas en una imagen creada del interior al exterior en base circular; representa las características más importantes del universo y de sus contenidos. Su principal objetivo es fomentar la concentración de la energía en un solo punto durante la meditación. Según la psicología psicoanalítica, el mandala representa al ser humano. Interactuar con ellos te ayuda a curar la fragmentación psíquica y espiritual, a manifestar tu creatividad y a reconectarte con tu ser esencial. Es como comenzar un viaje hacia tu esencia, te abre puertas hasta ahora desconocidas y hace que brote tu sabiduría interior. Integrarlas a tu vida te dará centro y la sensación de calma en medio de las tormentas (Godoy, 2013).

Sus funciones en el ámbito cognoscitivo son desarrollar la fluidez, flexibilidad y originalidad en las ideas del niño. En el ámbito afectivo y social su función es desarrollar actitudes creativas frente a distintas situaciones que se le presenten. En el ámbito psicomotor: favorecer que el niño se exprese de forma creativa con el uso de distintas





técnicas plásticas. La experiencia de maestros, padres y acompañantes de la educación ha demostrado que colorear mandalas, es una excelente herramienta para conseguir el equilibrio óptimo de los alumnos.

¿SABÍAS QUÉ...?

El pintar un mandala inicia la activación del hemisferio izquierdo del cerebro e impide presencia de sentimientos como la culpa, rabia, estrés, fobias, angustia, entre otros.

Existen dos formas básicas de trabajar con mandalas: la meditación y la creación. Meditación: La simple observación de estas magníficas imágenes, lleva a la persona a sumergirse en las formas, los colores y las sensaciones que éstas producen. Esta observación provoca diferentes respuestas químicas a nivel cerebral, generando la sensación de bienestar, placer y relajación. Es recomendable que la persona elija un mandala que le atraiga. Estos pueden ser conseguidos en las librerías o en las diferentes páginas de internet. También es muy importante realizar esta actividad en un lugar adecuado, cómodo, tranquilo, bien iluminado y ventilado. Por tratarse de una experiencia holística, es decir que involucra a la persona como un ser integral, también se puede incorporar una suave música, encender una vela o algún incienso o aroma que traiga tranquilidad. Creación: Un mandala se puede crear desde el inicio o coloreando uno que ya está construido. En ambos casos, y al igual que en la meditación, es necesario realizar esta actividad en un ambiente de tranquilidad y comodidad. Para crearlos desde el inicio es conveniente tener: papel, regla, compás, escuadra, transportador, lápiz y borrador. La forma ideal de comenzar, es haciendo una meditación previa, acompañada de una respiración lenta y pausada, con el fin de que, desde ese estado de tranquilidad, se produzcan imágenes que luego se plasmarán en el mandala. Para comenzar, es importante organizar los pensamientos alrededor de un punto central, que será un tema o intención a tratar. No es necesario tener la idea del diseño en su totalidad, "lo importante es que lo iniciemos y a medida que avancemos iremos ampliando la claridad sobre él." (Cadena, D., 2012a, p. 41). A lo largo de la creación del diseño, irá brotando desde el interior que lo realiza, su creatividad con la utilización de diferentes formas, figuras, temas y colores. A continuación se muestran dos ejemplos de mandalas elaborados por adolescentes durante el desarrollo de la propuesta de intervención de Vegas, 2012.

Ejemplos

Mandalas realizados por dos alumnos como parte del trabajo de intervención en Gonzalo, 2012.



6. El modelado

En artes plásticas, se entiende por modelado al proceso de creación de una representación o imagen (el modelo) de un objeto real, y consiste en la elaboración manual, generalmente en arcilla o cera, de una imagen tridimensional de dicho objeto. Un modelo es por tanto una representación parcial o simplificada de la realidad que recoge aquellos aspectos de relevancia para las intenciones del modelador, y de la que se pretende extraer conclusiones de tipo predictivo. Se modela para comprender mejor o explicar mejor un proceso o unas observaciones. Un mismo objeto puede ser modelado con distintas técnicas y con distintas intenciones, de forma que cada modelo resalta sólo ciertos aspectos del objeto.



Lanas 2012 citando a Schaffer, 2006 menciona que la arcilla y plastilina son catárticas por naturaleza, ya que permite al niño expresar una gran variedad de emociones; permite la liberación restringida de emociones a través de la expresión emocional, tales como golpear la arcilla. Cuando los niños se sienten atrapados, frustrado y abrumado por los retos de la vida, el uso de la arcilla en la terapia proporciona un lugar seguro para liberar los pensamientos y emociones, y desaprender hábitos viejos, destructivos o improductivos. Puede ser útil, también, para liberar la tensión, frustración y la agresión Este material es moldeable y, en tres dimensiones, puede convertirse en cualquier cosa que un niño quiere que se convierta. Se puede encarnar, por ejemplo, en un monstruo que podría parecerse a un animal o una figura de fantasía, o puede que solo sea una forma tal vez simbólica. Una vez que se ha convertido en algo, puede ser permanente, o ser aplastado y revertido en una bola. De esta manera, se expresan sus emociones y pensamientos internos. La arcilla es particularmente útil cuando se exploran los sentimientos de ira. También puede actuar como una salida para evitar la acumulación de emociones y sentimientos negativos en el niño (Souter-Anderson, 2010, citado en Lanas, 2012). Trabajar con la arcilla puede ser gratificante para los niños que tienen dudas sobre su creatividad. Se necesita muy poca habilidad para usar la arcilla y por lo tanto no hay posibilidad de fracaso (Henley, 2002).



7. El cartel

Un cartel significa comunicación visual de un mensaje expresado gráficamente. El cartel está considerado como un medio publicitario de gran importancia formado por imágenes o textos cuya función es atrapar la atención percibiendo un claro mensaje a modo de “grito en la pared”.

La definición de Cartel viene dada por “Papel u otro material adecuado, normalmente de gran tamaño, impreso que contiene un mensaje publicitario, y que suele exponerse en un lugar de gran tránsito de personas, bien colocado sobre una pared o sobre un soporte específico”.

Resulta una tarea compleja encontrar el lugar correspondiente para el cartel dentro de las artes pictóricas. Se podría considerar como una rama de pintura (pensamiento equivocado), podría estar ubicado entre las artes decorativas, pero el cartel no es un elemento decorativo de libre interpretación. El cartel significa la renuncia del artista ocultando su personalidad ante este tipo de tarea.

El cartel sólo debe ser un medio de comunicación entre el emisor y el receptor. Un diseñador de cartel cumpliría la misma misión que un funcionario de telégrafos: Transmite una noticia sin ninguna otra explicación u opinión, proporcionando un claro y bueno mensaje.

Si analizamos la historia de la publicidad observamos como a finales del s.XIX se crean las primeras marcas comerciales, produciéndose una especie de modernización dentro de este medio. Nos encontramos estudiosos del tema como Pierre Martineau²²¹, que en 1957 descubrió la importancia de la emoción y de la motivación inconsciente: “La reacción de los humanos ante todos los productos no es sólo racional, sino también irracional”. Simultáneamente David Ogilvy, y partiendo de la idea anterior, creó la escuela de la “imagen de marca”; el ser portador de las mismas indica deseo de apropiarse de los atributos que simbolizan. La publicidad se centra con mucha frecuencia en las motivaciones para que las personas consuman. Basándonos en los llamados objetivos del esfuerzo humano de Maslow, los anuncios contendrán: a) Productos que satisfagan necesidades fisiológicas. b) Que faciliten prestigio. c) Que



ofrezcan seguridad. d) Que denoten dominio. e) Que confirmen la satisfacción en sí mismo f) Que proporcionen aceptación. g) Que aseguren independencia. No tenemos que olvidar otros factores que se tienen en cuenta, como los temas de los que los seres humanos suelen huir como: el dolor, el hambre, el temor, el aburrimiento.

Como ejemplos se presentan algunos de los carteles elaborados por alumnas participantes en la intervención de Vegas (2012) quién usa el cartel como medio para representar la percepción de la juventud en relación al tema de la sexualidad.



Alumna 1

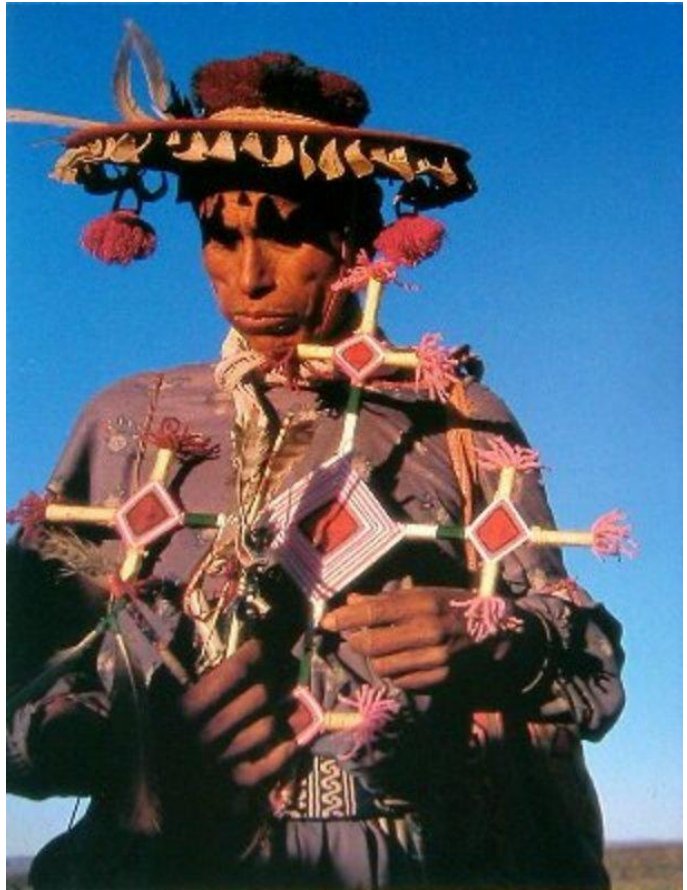


Alumna 2

8. Ojo de Dios

El ojo de dios como tal no es una técnica de las artes plásticas pero si es una artesanía que conlleva trabajo manual relacionado con lo escultórico.

El Ojo de Dios o sikuli es una artesanía originaria de la comunidad indígena Wixárika (Huicholes). Los huicholes tienen una larga historia y los arqueólogos sostienen que viven en las montañas desde hace cerca de dos mil años. Con una enorme gama de creatividad y diseño, los Huicholes son artistas natos y sus representaciones nunca se rigen por un patrón determinado. Entre las principales representaciones estéticas están los "Ojos de Dios".



El padre o la madre del pequeño es quien hace el ojo de dios, como un símbolo de protección a los niños.

Consiste en un conjunto de cinco rombos a base de cruces de madera tejidos con vistosos y múltiples colores, se comienza con el color que represente lo que más se desea pedir a los dioses.

La forma del sikuli hace referencia a los cinco puntos cardinales, a los cinco rumbos del universo. (Norte, Sur, Este, Oeste y el centro, punto de partida del todo) Los colores que se usan en el rombo son básicamente el blanco, el azul en varios tonos, el amarillo, el rojo y el negro. Los colores se eligen y se ordenan de acuerdo con la petición específica que quiera hacerse.

Los pasos para su realización se encuentran en los anexos del presente proyecto.



Ejemplos

¿SABÍAS QUÉ...?

El ojo de dios está por lo general relacionado con la plegaria, el artista expresa una petición mientras crea el objeto. El objeto real está destinado como plegaria para uno o más propósitos específicos relacionados con la salud, espiritualidad o amor.



Bibliografía

Arias, D. y Vargas, C. (2003). *La creación artística como terapia: Como alcanzar el equilibrio interior a través de nuestras expresiones*. Barcelona: R.B.A. Integral.

Covarrubias, E. (2003). *Arte terapia como herramienta de intervención para el proceso de desarrollo persona*. Recuperado de http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2006/covarrubias_t/sources/covarrubias_t.pdf

Eisner, E. (2004). *El arte y la creación de la mente. El papel de las artes visuales en la transformación de la consciencia*. Barcelona: Paidós.

Godoy, Gabriela (2013). *El mandala como herramienta terapéutica para personas en duelo* (Tesina para diplomado en Tanatología). Asociación Mexicana de Tanatología, A.C.

Gonzalo, N. (2012). *La educación artística y el arte como terapia: un camino para construir la identidad del adolescente*. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/39093/1/T37770.pdf>

Klein, P. (2006). *Arteterapia. Una introducción*. Francia: Octaedro.

Lanas, C. (2012). *Los beneficios terapéuticos del proceso expresivo-creativo con arcilla (o plastilina)*. Recuperado de <https://arteparaexpresarte.wordpress.com/2012/05/08/los-beneficios-terapeuticos-del-proceso-expresivo-creativo-con-arcilla-o-plastilina/>

Medina, G. (2004). *Taller de arteterapia en el proceso de rehabilitación de un paciente alcohólico*. Recuperado de http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2004/medina_c/sources/medina_c.pdf

Para saber más:

Andueza, M., Barbero, A., Caeiro, M., Da Silva, A., García, J., González A., Muñoz, A. y Torres, A. (2016). *Didáctica de las artes plásticas y visuales en educación infantil*. Recuperado de http://www.unir.net/wp-content/uploads/2016/09/Manual_DIDACTICA_PLASTICA_.pdf


Calabrese, O. (1993). *Como se lee una obra de arte*. Madrid: Cátedra.

Morales y Jarpa (2010). *Elementos de Arteterapia como Medio de Comunicación y Elaboración de Psicoterapia con Adolescentes*. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/viewFile/ARTE1010110137A/8728>

Poblete, D. (2008). *Aplicaciones de Arte Terapia con Adolescente Gravemente Vulnerado en sus Derechos*. Recuperado de http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2008/ar-poblete_c/pdfAmont/ar-poblete_c.pdf

Sánchez, López, Pellicer, Blasco, Olmos, Jiménez, Velez y Martínez. (2008). *Diferentes Técnicas plásticas en la educación infantil*. Recuperado de





http://www.lavirtu.com/eniusimg/enius4/2008/155/adjuntos_fichero_143888.pdf

Secretaría de Educación Pública (2011). *Programas de Estudio 2011. Guía Para el Maestro. Educación Básica Secundaria. Artes*. Recuperado de http://siplandi.seducoahuila.gob.mx/SIPLANDI_NIVELES_2015/5EDUCACION_ARTISTICA_2015/PLANES_Y_PROGRAMAS/PROGRAMAS/SECUNDARIA/PROGRAMA_DE_ESTUDIOS_SECUNDARIA_ARTES.pdf

Manrique, M. (2003). *El arte en la formación integral del ser humano*. Monografía para optar el título de Licenciada en Artes Plásticas. Recuperado de <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/5692/128876.PDF?sequence=1>

Palacios, L. (2006). *El valor del arte en el proceso educativo*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/340/34004607.pdf>