



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD AJUSCO  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES EN ALUMNOS  
DE SECUNDARIA PARA LA PREVENCIÓN DE ADICCIONES

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

BRENDA ISABEL GONZÁLEZ SÁNCHEZ

ASESOR:

MAESTRO. PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

CIUDAD DE MÉXICO, OCTUBRE DE 2021.

## Índice

Introducción.....	1
<b>Capítulo I: Bases de la Orientación Educativa</b>	
1.1 Conceptualización de Orientación.....	5
1.2 Funciones.....	7
1.3 Principios.....	9
1.4 Áreas de intervención.....	11
1.5 Modelos de intervención.....	13
1.6 La orientación en nivel secundaria.....	17
1.7 El orientador educativo en la secundaria.....	20
<b>Capítulo II: ¿Cómo es un adolescente?</b>	
2.1 Conceptualización de adolescencia.....	23
2.2 Características fisiológicas y biológicas.....	25
2.3 Características cognitivas.....	27
2.4 Características emocionales.....	30
2.5 Características sociales.....	33
<b>Capítulo III: La orientación educativa y la educación emocional para la prevención de las adicciones</b>	
3.1 Adicciones en los adolescentes.....	35
3.2 Consumo de drogas, un fenómeno social.....	39
3.3 Antecedentes de la Educación Emocional.....	45
3.4 Conceptualización de la Educación Emocional y sus objetivos.....	50
3.5 Competencias emocionales.....	53
3.6 Orientación educativa y educación emocional para la prevención de adicciones.....	60
<b>Capítulo IV: Un acercamiento al consumo de drogas en la escuela secundaria #230 “Jesús Mastache Román”</b>	
4.1 Descripción del contexto.....	63
4.2 Estrategia metodológica.....	67
4.3 Selección y descripción de los informantes.....	68
4.4 Descripción del instrumento y categorías.....	71
4.5 Presentación y análisis de información.....	73
<b>Capítulo V: Programa preventivo frente al consumo de drogas</b>	
5.1 Presentación.....	101
5.2 Objetivos.....	102
5.3 Desarrollo del temario y su evaluación.....	103
5.4 Metodología.....	106
5.5 Planeación didáctica.....	107

Conclusiones.....	124
Bibliografía.....	127
Anexos.....	133

## Introducción

Esta investigación aborda una problemática que ha estado presente en la sociedad hace mucho tiempo y día a día se incrementa más, dicha problemática a la que se hace referencia es el consumo de drogas, misma que constituye en la actualidad un importante fenómeno social que afecta especialmente a los adolescentes, la prevalencia del uso y abuso de drogas en la etapa adolescente y adultez temprana son altas. Ante la alta disponibilidad, en la actualidad los adolescentes están más expuestos y pueden obtener con facilidad alguna droga, tomando decisiones sobre su consumo o abstinencia de las mismas.

El proceso de socialización con la familia, amigos, escuela y medios de comunicación es importante en la toma de decisiones y en la influencia del consumo, es decir el consumo de drogas no suele presentarse sin ninguna influencia, sino que se configura a partir de la interacción de diferentes factores (individuales, familiares y sociales) que incrementan o reducen la posibilidad de que una persona inicie, mantenga o aumente su consumo, lo cual puede reducirse con el desarrollo de la educación emocional.

Actualmente se vive en una época en donde la vida es muy acelerada y llena de incertidumbre, en donde el trabajo y la escuela parecen más importantes que uno mismo, ya que no se educa al sujeto para conocerse a sí mismo ni a tener tiempo de hacerlo, si no que se pretende que sea el mejor académicamente para poder competir en el contexto laboral, por lo tanto ni en las escuelas, el trabajo o familia se da un espacio para conocerse a sí mismos como sujetos y reconocerse para posteriormente poder autorregularse en lo que siente y piensa.

La falta de introspección y autoconocimiento obstaculiza el desarrollo adecuado de la educación emocional y el desarrollo de competencias emocionales en los sujetos, puesto que el tener un autoconcepto positivo es la base para el desarrollo de estas habilidades emocionales, ya que influye en la manera en cómo se percibe al mundo.

El conocimiento de sí mismo y un autoconcepto adecuado, al adolescente le permite saber cómo interpretar el mundo y que tan vulnerable o protegido se encuentra ante los riesgos que se presentan en la sociedad y en especial en el aspecto de las adicciones.

Mientras el sujeto se conoce en gran medida tiene la posibilidad de juzgarse menos y entenderse más, así como la capacidad de expresar e identificar sus emociones, así como los factores de riesgo y poder enfrentarlos de tal manera que puede controlarse y así poder relacionarse con los demás, lo que le brinda la posibilidad de ser menos susceptible a la presión de un grupo que puede causar el consumo de alguna droga.

En ese sentido, si la escuela, la familia y la comunidad fallan en potenciar el desarrollo de comportamientos saludables el adolescente, debido a la etapa en la que se encuentra presentará grandes probabilidades de estar en situaciones de riesgo.

Entonces, la ausencia de autoconocimiento en el sujeto, conlleva a la escasa regulación de impulsos, la baja competencia social y la dificultad de tomar decisiones con respecto a sí mismo y con los demás, entre otros son factores de riesgo que aumentan la probabilidad de consumir drogas en la adolescencia, por esta razón resulta necesario promover el desarrollo de competencias de afrontamiento ante estos riesgos que le permita al adolescente desarrollarse cognitiva y emocionalmente dentro y fuera del aula de clases.

De esta manera, en la presente investigación se muestra que la educación emocional tiene un impacto positivo sobre el ambiente escolar y promueve beneficios académicos, sociales y emocionales en los estudiantes, por tal razón es necesario que se desarrolle la educación emocional en la etapa de la adolescencia.

Cabe señalar que se tomó como base a la Orientación Educativa, para comprender y guiar esta problemática, lo que permitió elaborar un programa de intervención que logre mejorar el rendimiento académico, así como las actitudes y comportamientos que reduzcan la posibilidad del consumo de drogas en adolescentes.

En otras palabras el programa que se presenta en este trabajo tiene el propósito de que los alumnos desarrollen una mayor motivación para aprender, más compromiso con la escuela, aumento en el tiempo dedicado a las tareas y a una mejor relación del adolescente con sus compañeros, maestros y familiares; empezando por el autoconocimiento le permitirá afrontar los factores de riesgo que implica el consumo de drogas.

Por lo tanto, el objetivo general que se planteó para esta investigación fue “Analizar cómo la educación emocional puede contribuir al desarrollo de habilidades socioemocionales que permitan la prevención de las adicciones en alumnos de educación secundaria”.

Para concretar dicho objetivo se construyó la investigación con 5 capítulos, los cuales se enuncian a continuación.

El capítulo 1 que tiene como título “Bases de la Orientación Educativa”, tiene como presentar un mirada amplia sobre la Orientación Educativa a través de su conceptualización, áreas, principios, modelos funciones y modelos de intervención; posteriormente se sitúa en la educación a nivel secundaria, lo que permite un acercamiento hacia cómo se vive y se implementa la concepción orientadora con los alumnos, además de entender cuál es el papel que desarrolla un orientador.

El capítulo 2 que se titula “¿Cómo es un adolescente?” tiene como propósito comprender de manera profunda la etapa de la adolescencia a través de sus características físicas, sociales, cognitivas y emocionales para así entender la manera de actuar y de percibir la realidad del sujeto que se estudia en esta investigación.

En relación con lo anterior en el capítulo 3 titulado: “La orientación educativa y la educación emocional para la prevención de adicciones en estudiantes de secundaria” se desarrollan los planteamientos principales sobre la educación emocional con la finalidad de resaltar el papel de las emociones dentro de la vida de los adolescentes, asimismo se analizan los aspectos teóricos importantes de la problemática, comprendidos entre la interacción de los adolescentes con el

consumo de drogas, así como los aspectos fundamentales que determinan el comportamiento de los adolescentes ante los factores de riesgo. Y en consecuencia con los planteamientos anteriores, se explica la relación de la educación emocional con la orientación educativa.

En el capítulo 4 titulado “Un acercamiento al consumo de drogas en la escuela secundaria #230 “Jesús Mastache Román” se presenta la investigación de campo, la cual tiene como propósito profundizar y conocer la problemática dentro de un contexto educativo, por lo tanto se explica la estrategia metodológica que se utilizó para el desarrollo de este trabajo, además de que se presenta la descripción y análisis de los resultados obtenidos del instrumento utilizado para la construcción de evidencia.

Para finalizar, en el capítulo 5: “Programa preventivo frente al consumo de drogas” se presenta la estructura y diseño de un programa como propuesta para prevenir el consumo de drogas en estudiantes de secundaria. Dicho programa consiste en ejecutar un taller que tiene como fundamento los planteamientos de la Educación Emocional en conjunto con los de la Orientación Educativa que se desarrollaron en los primeros tres capítulos. Asimismo, tomando en cuenta los resultados obtenidos en la investigación de campo se construyó este programa de acuerdo a las necesidades presentadas.

Con base a lo anterior se invita a continuar con la lectura de este documento.

# **Capítulo I**

## **Bases de la orientación educativa**

Para dar un sentido y situar la problemática en el Campo de la orientación educativa hay que comprender y analizarlo, para ello, en este capítulo, se inicia con la definición de Orientación educativa, enseguida se presentan las funciones, áreas, principios y modelos de intervención de ésta con la intención de brindar un panorama más amplio sobre dicho Campo.

Posterior a esto se analizará la Orientación dentro de la educación secundaria, que permitirá un acercamiento hacia cómo se vive y se implementa la concepción orientadora con los alumnos, además de entender cuál es el papel que desarrolla un orientador.

### **1.1 Conceptualización de Orientación**

El concepto de Orientación ha evolucionado y se ha construido a través de los años y con ello el papel y la función que desempeña un orientador educativo, ambos aspectos se construyen y reconstruyen a la par de su contexto, ajustándose a las necesidades e intereses culturales, políticos, educativos, económicos y sociales de acuerdo a la época que se está viviendo.

Para comenzar con la definición, Rodríguez, M., (1991) explica que, la orientación es vista como un proceso educativo o formativo, siendo que, contribuye a que cada alumno consiga estrategias aplicables al conocimiento de sí mismo, para utilizar sus recursos materiales, diseñar proyectos y resolver problemas de su propio desarrollo.

Para Ayala, A., (1998) (citado en Molina, D., 2002:2) la orientación es un “proceso de relación con el alumno, siendo la meta el esclarecimiento de la identidad vocacional, estimulando la capacidad de decisión y buscando la satisfacción de sus necesidades internas de orientación, al igual que las demandas que la realidad exterior le presenta”.



Entre estas dos definiciones concuerdan que la orientación es un “proceso de ayuda” o acompañamiento que se inserta de forma concreta dentro del ámbito escolar, y uno de sus elementos principales es el contribuir a que el alumno pueda conocerse a sí mismo, reconociendo sus virtudes, aptitudes y habilidades y por otro lado guiar a los agentes que interactúan cercanamente con el alumno, como padres de familia y docentes.

La Orientación educativa busca guiar y potenciar de manera integral el desarrollo en todos los aspectos de la vida del ser humano, no solo académicos, también se estudian y atienden aspectos emocionales y sociales que el alumno necesite para poder desarrollarse con seguridad y dedicación en el ámbito escolar.

Sin embargo, en la definición de Ayala, A. (1998) expone que la meta de la orientación es el esclarecimiento de la identidad vocacional, si bien, los principios de la orientación nacen como una guía vocacional. Bisquerra, A., (1997) subraya que aparece por primera vez el término “Vocational Guidance” (Orientación vocacional) en donde se veía a la orientación con la finalidad de guiar a los alumnos al ámbito profesional en donde se les proporcionan herramientas que les permitan escoger alguna carrera que los inserte en el mundo laboral, basándose en encontrar la vocación del estudiante con base a sus aptitudes y actitudes.

Esta es una concepción de Orientación mayormente utilizada en la educación básica y media superior comúnmente en secundaria y preparatoria, por lo que la Orientación educativa se ha ampliado y no solo se busca guiar a los jóvenes a conseguir una carrera o un trabajo, la orientación y en especial la educativa busca acompañar al alumno de una manera integral.

Continuando con la concepción de Orientación, Álvarez, M. y Bisquerra, R., (2012) conciben a la orientación educativa como un proceso de ayuda y acompañamiento a todo el alumnado, profesorado y familias, en todos los aspectos del desarrollo (personal, académico, profesional, social, emocional, moral, etc.). Esto se lleva a la práctica mediante una intervención continua a lo largo de toda la escolarización y se complementa entre todos los agentes implicados.

El proceso de Orientación educativa dentro del ámbito educativo requiere de un orientador especializado en temas y problemáticas educativas que le pueda brindar al alumnado un acompañamiento. Además que también en este proceso se deben integrar los docentes y padres de familia, ya que, son los agentes que conviven con el alumno todos los días.

En este proceso se guiará al alumno a autodeterminarse como persona, el hecho de ayudarlo a conocerse a sí mismo lo lleva a entenderse. Es importante subrayar que es esencial el proceso de orientación en educación secundaria porque es un tiempo y edad en la que los adolescentes comienzan la transición tan importante de la niñez a la juventud, en donde se experimentan muchas situaciones por primera vez, por ello es esencial dar explicación y herramientas para responder a sus preguntas.

## 1.2 Funciones

Después de entender la concepción de lo que es Orientación educativa, es importante conocer las funciones que cumple.

Por lo que, Bisquerra, R., (1992), desarrolla las funciones que debe cumplir la Orientación:

- Organización y Planificación:** Diseñar programas que permitan un mejor trabajo al interior del centro escolar así como organizar sesiones entre los integrantes del centro para evaluar sobre el avance o retroceso que se tenga.

- Diagnóstico psicopedagógico:** Se debe revisar el desarrollo del alumnado, de igual forma se conoce e identifica a cada sujeto respecto a su labor.

- Diseño y elaboración de programas:** Generar estrategias que permitan apoyar al alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo cual permitirá guiar en el proceso de toma de decisiones.

Por su parte Álvarez, M., (1995) realizó una clasificación de las funciones de la orientación en tres grupos:

1. **Invasivas:** Éstas son muy generales y aparecen en cualquier actividad humana, como: organización, información, consulta, Investigación y formación.

2. **Específicas:** Son aquellas funciones más particulares que debe realizar la orientación como el asesoramiento, coordinación y mediación.

3. **Procesuales:** Estas funciones van encaminadas a colaborar en cualquier actividad orientadora, como: detectar y analizar necesidades, diagnosticar, programar y evaluar.

Para complementar, Rodríguez, M., (1991), clasifica las funciones básicas de la orientación en:

- Función de ayuda:** Esta compleja función intenta reforzar las aptitudes del propio orientado para que alcance el dominio de resolución de sus propios problemas. El conocimiento de sí mismo y el esfuerzo para querer mejorar y modificar la conducta representan, un ahorro de recursos humanos y comunitarios que hacen de la orientación un procedimiento altamente útil.

- Función educativa y evolutiva:** Por su parte estas funciones sirven para reforzar en los orientados todas las técnicas de resolución de problemas y adquisición de confianza en las propias fuerzas y debilidades. Esta función que integra esfuerzo de profesores, padres orientadores y administradores por la combinación de estrategias y procedimientos que implica.

- Función asesora y diagnosticadora:** En esta función se intenta recoger todo tipo de datos de la personalidad del orientado, como actúa y estructura, como integra los conocimientos y actitudes y como desarrolla sus posibilidades. Los datos recogidos no deben provenir únicamente de la aplicación de un programa de pruebas estandarizadas, sino que, es preciso el análisis individualizado de las distintas personalidades.

- Función informativa:** Trata sobre la situación personal y del entorno, son aquellas posibilidades que la sociedad ofrece al alumno, como programas educativos, instituciones a su servicio, carrera y profesiones que debe conocer fuerzas

personales y sociales que pueden influirle. También deben de hacerse extensibles tanto a la familia del orientado como a sus profesores.

Se exponen distintas funciones que hacen posible el servicio de orientación, especialmente en el ámbito escolar, ya que es el campo en donde más se integra la labor orientadora. Se puede concluir que a pesar de tener denominaciones distintas las clasificaciones de las funciones tienen muchos puntos en común tales como las funciones generales en las que se atienden en conjunto las necesidades de un grupo amplio o todos los agentes orientados por ejemplo en la educación secundaria se llevan a cabo actividades y campañas de salud de manera preventiva que les permita al alumnado conocer acerca de las relaciones sexuales.

Las funciones se implementan de acuerdo a la necesidad que sea general o particular de un pequeño grupo de alumnos, un solo alumno, o solo padres de familia o solo para docentes.

La orientación tiene una función muy importante que es la diagnóstica en donde el orientador recibe demanda de cualquier agente involucrado en el proceso que requiera ayuda, se hace un estudio de la problemática y posteriormente se llega a la planificación y asesoramiento en la cual el orientador genera estrategias que permitan apoyar al orientado en la necesidad o problemática en la que se encuentre por ejemplo, en el proceso de enseñanza y aprendizaje o toma de decisiones, se diagnostica que es lo que está faltando y de acuerdo a un principio de orientación se planifica y asesora y evalúa la funcionalidad del programa de intervención utilizado.

### **1.3 Principios**

La Orientación debe ser un proceso de acompañamiento como anteriormente se expuso, que pueda impulsar a los sujetos al cumplimiento de objetivos personales.

Se pretende actuar de forma preventiva y priorizar el autoconocimiento en los sujetos para una adecuada toma de decisiones en el desarrollo en su entorno; sin embargo, también puede actuar en situaciones de gravedad que atraviesen los sujetos de forma remedial.

Para que el ejercicio orientador sea lo más completo que se pueda Rodríguez.M., (s/f), determina que la orientación está compuesta por principios que complementan la labor del orientador por lo tanto define los principios como “aquellos que regulan la forma en que el orientador ha de actuar; se conjuntan en tres principios generales: de *prevención, de desarrollo y de intervención social*” (Rodríguez, M.,s/f: 16).

#### •Principio de prevención

Este principio antecede a dificultades o inconvenientes para los sujetos, busca literalmente, prevenir a los sujetos de cualquier problemática.

Martínez,P., (2002) define tres niveles de prevención:

- Primario: Pretende eliminar las causas que puedan presentar una problemática.
- Secundario: Busca dar un trato de apoyo a una persona en caso de que se encuentre ya inmerso en una problemática con la finalidad de aminorarla.
- Terciario: Se habla de una recuperación para los sujetos, con una problemática consolidada.

#### •Principio de desarrollo

Este principio procura la formación integral de los sujetos, asumiéndose la Orientación como un proceso continuo que ha de acompañarlos a lo largo del ciclo vital; en tanto se ocupe de fortalecer sus habilidades y capacidades, sin olvidar la esfera emocional y cognitiva.

Al tener en consideración el contexto en el que se desenvuelven los alumnos, al incidir en el proceso de enseñanza y aprendizaje; se encaminan las acciones a la creación de un ambiente favorable en el que pueda llevarse a cabo dicho proceso que involucra a los sujetos generando entusiasmo por descubrir cosas y apropiarse de actitudes nuevas que puedan seguir en su día a día.

#### •Principio de intervención social

Está dirigido al cambio; como resultado de un actuar reflexivo de las relaciones sociales en un contexto particular. Significa, que las relaciones son el punto de atención sin olvidar la individualidad de los sujetos, pero se hace especial énfasis a

su inherencia a un contexto social pues hay que tener presente el contexto en el que se produce el desarrollo personal del orientado, de lo contrario no se podrá explicar la conducta al contexto donde se origina y acontece.

Los tres principios van muy ligados a sí mismos, y son necesarios para el cumplimiento de un orientador hacia el orientado, puesto que, se debe conocer la problemática y al sujeto desde diversos aspectos, tener en cuenta el principio de prevención en sus distintos niveles, conlleva el saber qué hacer con una problemática, si se necesita planificar a futuro o presente, tocando el pasado para llegar a la necesidad, si bien se busca realizar programas de prevención que eviten que los orientados tengan problemas ya antes diagnosticados. Por ello el principio de intervención social determina que, el orientador vive en una realidad muy cambiante por ello es importante asumir su contexto y reconocer como en el principio de desarrollo su individualidad y su propia personalidad.

#### **1.4 Áreas de intervención**

Para iniciar este apartado Martínez, P.,(2002), propone cuatro áreas en las que la Orientación Psicopedagógica puede intervenir, es decir, los ámbitos particulares en los que el orientador ha de desempeñar su labor. Retoma a Bisquerra, R. y Álvarez, M., (1998) quienes definen estas áreas como “el conjunto de temáticas de conocimiento, de formación y de intervención, esenciales en la formación de los orientadores” (p.48). Toman en cuenta las siguientes áreas:

##### **•Orientación para el desarrollo de la carrera**

Se entiende como orientación vocacional, aquella que encamina a los sujetos a la elección de carrera; esta área en sus inicios era mera inserción a un campo laboral; esta finalidad se transformó a través de los años, pues se entendió la necesidad de abarcar todo el ciclo vital de los sujetos.

Pasó entonces de ser un planteamiento informativo, al desarrollo y crecimiento de los sujetos por medio del trabajo del autoconocimiento encaminado a la toma de decisiones.

Es necesario entonces, puntualizar que ha de procurarse un entorno en favor de una buena comunicación que propicie una reflexión por parte de los sujetos; para que puedan identificar aquellas habilidades y capacidades que pueden potenciar en sus estudios o en un área laboral en caso de que así lo requiera. No deja de ser también un área que ayude a los sujetos en la búsqueda de información sobre las opciones educativas hacia el ámbito profesional.

#### **•Orientación para la prevención y el desarrollo humano**

En lo que corresponde al desenvolvimiento personal y social de los sujetos; este ámbito de la Orientación ha de procurar que las formas de actuar en su entorno familiar, escolar o laboral sean las más adecuadas, por medio del desarrollo de ciertas habilidades en cuanto a resolución de problemas, desarrollo de canales de comunicación, facultad de socialización y normas de convivencia, así como forjar la autoestima y consideración propia de los sujetos. Todo esto con el fin de que sean partícipes de su entorno y progresen en su mejora personal a partir de su reconocimiento de identidad dentro de un contexto social amplio y diverso.

#### **•Orientación en los procesos de enseñanza-aprendizaje**

La intervención en el proceso de enseñanza y aprendizaje se centra en el currículum escolar, siendo transformadora y comprensiva.

La psicología ha contribuido en el desarrollo de la acción psicopedagógica, con los modelos teóricos, como el conductismo, Martínez,P.,(2002) señala que el aprendizaje se manifiesta en forma de conducta observable, además, parte de los conocimientos del sujeto y considera que el aprendizaje se enriquece mediante la acumulación progresiva de los contenidos.

También, las teorías cognitivas, como: la reestructuración, donde el sujeto es productivo y dinámico, y que de manera interna se da el cambio o aprendizaje; el procesamiento de información, el sujeto procesa la información y la va reestructurando continuamente; y, el aprendizaje social es consecuencia de la interacción entre la conducta y las condiciones que la controlan, además, de considerar las pautas de comportamiento aprendidas mediante la experiencia.

Además, el constructivismo es fundamental para el diseño de todo proceso de enseñanza y aprendizaje, se considera partir del nivel de desarrollo del alumno, reconocer la actividad constructivista del alumno como factor decisivo en la realización de los aprendizajes escolares, garantizar la funcionalidad de los aprendizajes y favorecer el desarrollo de la actividad mental.

#### **•Orientación para la atención a la diversidad y necesidades educativas**

En esta área se incluye a personas con discapacidades físicas o psíquicas, a grupos vulnerables, con distintos estilos de aprendizajes, étnicas y culturales, entre otros.

Se consideran las necesidades educativas especiales, que tienen un origen: físico, psicológico o social. Por ello, Martínez, P., (2002) expone que se realizan medidas curriculares: para dar respuesta a las diferenciaciones individuales del alumnado y lograr su integración.

El orientador actúa de manera indirecta, porque, será el profesor-tutor quien intervendrá directamente con el alumno. Su intervención se centra en la integración social y escolar del alumno en el contexto educativo; es participe de los programas y planes de intervención; y, es de importancia su colaboración con los demás profesionales, porque los programas buscan que se lleve de manera colaborativa. (Martínez, P., 2002)

### **1.5 Modelos de intervención**

Para la labor de un orientador se necesita un modelo para accionar e intervenir, con el orientado. Dicho modelo debe de estar definido por unos objetivos y formas de actuación determinadas.

Para comprender lo que es un modelo se debe aclarar lo que se entiende por éste, con base a distintas definiciones que presentan ciertos autores.

Siguiendo a Arancibia (2002) (en Moncayo 2006) se pueden establecer tres grupos de teorías:



- Las que entienden los modelos como instrumentos que explican y justifican las acciones que nos permiten intervenir en la práctica.
- Aquellas que consideran a la teoría como una herramienta que facilita la explicación de la realidad.
- Las que los consideran como una construcción que se encuentra a medio camino entre la teoría y práctica. (p.15)

Cada conceptualización de modelo nos da lugar a una clasificación distinta. Por su parte Álvarez, M., (1996) y Bisquerra, R., (1998), subrayan que, si consideramos la orientación como una disciplina aplicada, dirigida a la acción, es cuando tiene sentido hablar de estos modelos, pues aquí el criterio clasificador por el que se opta es el tipo de actuación o intervención que va a generar la propia acción orientadora.

Por lo tanto, Rodríguez Espinar, *et. al.* (1997), afirman que los modelos de intervención se identifican con la realidad sobre la que se ha de intervenir, y que influyen en los propósitos, métodos y agentes de dicha intervención.

Ahora bien, a continuación se expone la clasificación de modelos expuesta anteriormente:

#### •Modelo de Counseling o de consejo

Arancibia (2002) plantea lo siguiente:

La noción de consejo se sustenta sobre la ayuda a las personas a tomar una serie de decisiones y a actuar en consecuencia. El consejo es antes que nada un proceso de aprendizaje que persigue el desarrollo de la personalidad.

Desde esta afirmación, y desde el propio origen del modelo, se puede considerar como cercano a la psicoterapia.

Por otra parte, de acuerdo con los autores Boy y Pine (1976), (citado en Martínez, 2002:101) conciben este modelo como “una relación cara a cara, de persona a persona en la que un individuo busca la ayuda o la comunicación amistosa con otra persona”. Es un servicio profesional que reclama aptitudes y actitudes del consejero,

este servicio profesional se basa en una solución teórica sólida y en los principios psicológicos que tienen origen del estudio teórico y empírico del hombre, el comportamiento humano y la sociedad

- **Modelo de consulta**

El modelo de consulta es un modelo básico de los modelos de Orientación e Intervención Psicopedagógica.

La principal diferencia respecto a los otros modelos es que se trata de un modelo en el que el orientador no interactúa directamente con el cliente o usuario, sino que interviene o da pautas a un mediador. Es decir, en el modelo de consulta, un profesional (profesor, tutor, padre) acude al orientador para consultar un problema o una situación que se plantea respecto al alumno/hijo/usuario. El orientador establece la relación con el profesional, de manera que su intervención respecto al orientado es *indirecta*.

De acuerdo con Bisquerra (1998), el modelo de consulta se rige por una serie de fases:

1. Establecer una relación entre un consultor (orientador) y un consultante (tutor, profesor, familia)
2. Analizar el conjunto de la situación y clarificar el problema.
3. Explorar alternativas.
4. Establecer planes de acción, conjuntamente entre consultor y consultante.
5. Poner en práctica, el consultante, los planes con los destinatarios últimos de la intervención.
6. Evaluación de la puesta en práctica del plan de acción.

Además, se deben tener en cuenta las funciones que según el modelo de consulta debe asumir cualquier profesional de la orientación educativa, expuestas tanto por Bisquerra (1998) como por Vélaz de Medrano (1998):

**Consultor y formador tanto del profesorado como de tutores:** El orientador debe facilitar al profesorado continua adaptación a las demandas de la práctica profesional, tanto en lo que se refiere a la docencia, entendida ésta en el sentido holístico de la palabra, como de la intervención tutorial.

**Consultor y formador de padres:** En determinadas situaciones las familias necesitan y demandan el asesoramiento del profesional de la orientación para desempeñar el papel de educadores de sus hijos en un entorno cada vez más complejo y en una sociedad en constante cambio, no exenta de riesgos sobre todo para los más jóvenes.

**Consultor de la propia organización educativa y en la comunidad:** Tanto los orientadores de los equipos de orientación como los que pertenecen a los departamentos de orientación deben contribuir a la coordinación de los distintos servicios y a la organización y funcionamiento de los centros.

#### **•Modelo de servicios**

De acuerdo con (Moncayo 2006:17) este modelo consiste en una “oferta muy diversa de servicios o prestaciones que existe en la mayoría de los campos profesionales y su finalidad es atender a las carencias o necesidades que demanda por iniciativa propia la población”.

Siguiendo a Arencibia (2002) (en Moncayo 2006) se pueden resumir las siguientes características:

- Es una intervención directa de profesionales sobre un grupo reducido de sujetos.
- Se suele actuar sobre los problemas, no sobre los contextos que los generan.
- Se suelen ubicar fuera de los centros.
- La relación con el profesorado y las familias suele ser poco profunda y poco coordinada.

## •Modelo de programas

Este modelo surge como respuesta a las limitaciones que se han indicado en los dos casos anteriores y con el objetivo de generalizar la intervención de la orientación a un mayor número de alumnos. Montane y Martínez (1994) (en Moncayo 2006) define este modelo como “una actividad sistemática dirigida a una población para conseguir los objetivos educativos previstos de antemano”. (p.17). Este tipo de modelo está enfocado en una orientación o intervención a grupos en donde se planifique un evento tal como un taller en donde se establezcan objetivos y metas a realizar.

Por su parte Repetto, *et. al* (1994) (en Moncayo 2006) definen programa de orientación como “el diseño, teóricamente fundamentado, y la aplicación de las intervenciones psicopedagógicas que pretenden lograr unos determinados objetivos dentro del contexto de una institución educativa, de la familia o de la comunidad, y que ha de ser sistemáticamente evaluado en todas sus fases.” (p.17)

Este modelo es uno de los más utilizados para la elaboración y planificación de programas preventivos que tienen como objetivo informar y crear conciencia en los orientados para evitar problemáticas que estén presentes en la realidad del contexto, así como en la problemática de las adicciones en adolescentes, como una propuesta para su prevención donde anteriormente se ha diagnosticado un alto índice de riesgo, por medio del modelo de programas se podrá diseñar un programa-taller preventivo en donde los adolescentes adquieran herramientas emocionales y sociales que ayuden a prevenir la problemática.

## 1.6 La orientación en nivel secundaria

Como se expuso anteriormente, el campo de la orientación se ha llevado a los distintos niveles educativos, con sus respectivas finalidades, funciones y necesidades, ya que las diferentes etapas de la vida requieren acompañamientos distintos conforme el alumnado se va desarrollando, por lo tanto, en este apartado se analizará el papel de la orientación en la educación secundaria.

Para insertar la orientación educativa en la educación secundaria Carranza P. (1973) expone el servicio de orientación como una asignatura, la cual tenía como finalidad ayudar a los estudiantes a concluir con su educación secundaria (apoyo académico) y brindar información para ingresar al bachillerato o al ámbito laboral (apoyo vocacional). En 1993, la asignatura Orientación Educativa tuvo el propósito de asesorar a los estudiantes en temas de sexualidad y sobre adicciones como un apoyo personal, además de brindarles información que les permitiera seguir estudiando o bien, ayudarlos a incorporarse al mercado laboral.

Posteriormente Campillo, M., y Torres, A.,(s/f) para el año 2006 conciben a la orientación, como espacio educativo, tenía la misión de atender a los estudiantes de forma individual, entrevistar a los padres de familia, ofrecer ayuda a los estudiantes para resolver problemas que la escuela no podía atender, ayudar a los profesores-tutores en especial en la elaboración del plan de vida y motivar el trabajo en equipo entre el personal académico de su escuela. En cambio, en 2011, solo se le consideró como un servicio de apoyo al profesor-tutor para que éste a su vez asesore a los estudiantes en la elección de estudios posteriores o conseguir un empleo.

La función principal del Departamento de Orientación en secundaria en comunión con Campillo, M., y Torres, A., (s/f) es el asesoramiento psicopedagógico a los diferentes miembros de la comunidad educativa. No obstante, para que éste sea un asesoramiento de calidad, la actuación psicopedagógica debería cumplir, las condiciones siguientes:

- La unidad básica de actuación debería ser el centro educativo.
- Los planteamientos psicopedagógicos han de considerar a todos los elementos organizativos del centro.
- Centrarse en un asesoramiento de proceso. El asesoramiento de contenidos debe dejarse en mano de los diversos especialistas en las áreas curriculares correspondientes.
- Promover iniciativas para el desarrollo de programas e innovaciones educativas.

- La concepción de la orientación, sus líneas generales o campos que abarca quedarán recogidos en el Proyecto Curricular del Centro.

Cuando la Administración Educativa decide dotar a los centros de un Departamento de Orientación el objetivo es estructurar la orientación educativa y el tratamiento de la diversidad en los mismos.

Aunque, también en la actualidad se han presentado deficiencias en el servicio y labor del orientador, así como en las funciones que debe cumplir el departamento de Orientación.

A continuación, Campillo, M., y Torres, A., (s/f) exponen las siguientes:

1. El orientador y el profesor-tutor al realizar de forma repetida la aplicación de un diagnóstico de necesidades, el seguimiento del avance académico de los estudiantes, la organización de reuniones con los padres de familia y la elaboración de un proyecto de vida tiende a confundir el accionar de cada actor educativo.
2. El profesor-tutor al no ser un especialista en tutoría y orientación le es difícil actuar como coordinador de una red de trabajo colaborativo. Además, no cuenta con las habilidades necesarias para obtener, organizar y analizar la información requerida.
3. Los criterios y procesos para la selección del profesor-tutor no son los adecuados, ya que se requiere identificar los conocimientos y habilidades que debe demostrar un docente para cumplir con sus actividades de manera profesional en el ámbito de la tutoría. Para el caso del orientador se requiere demostrar formación profesional en los campos de la pedagogía, psicología o sociología.
4. El trabajador social, el director, el subdirector como los profesores-tutores no pueden suplir las funciones de un orientador, se requiere de un especialista.
5. Los conceptos o términos de orientación y tutoría son utilizados indistintamente en el ámbito de la escuela secundaria lo que conlleva a confusiones, no solo de carácter teórico sino de orden práctico.

Se puede apuntar que estos cinco problemas se han generado por los cambios de términos y funciones en los servicios de orientación y tutoría, lo cual intensifica la

confusión y la poca precisión para atender las áreas de intervención de la orientación académica, personal y profesional.

## **1.7 El orientador educativo en la secundaria**

Se expuso anteriormente la conceptualización de la orientación educativa, sin embargo, es necesario también conocer qué aspectos debe de tener un orientador, ya que es la persona que ha de ejercer dichos conceptos y bases que implica la orientación, así como también conocer su labor y su papel dentro de la educación secundaria.

Para comenzar con este apartado Álvarez, N., y Bisquerra, R., (2012) (en Hernández, 2015) definen al orientador como un agente de cambio con capacidades amplias y formación precisa para tratar situaciones que son de gran variedad y dificultad que se le presenten, por lo cual han elaborado una lista donde señalan funciones que caracterizan a un orientador:

- Facilitar la comunicación entre las distintas dependencias, cuyo objeto es contribuir en la formación integral del estudiante.
- Contribuir a la creación de un ambiente de trabajo armónico y positivo.
- Participar activamente en los procesos de toma de decisiones.
- Habilidad para gestionar espacios, recursos necesarios y dar cumplimiento a sus funciones.
- Planificar los procesos para la intervención psicopedagógica.
- Investigar sobre las necesidades formativas del estudiante.
- Participar en los procesos de formación, actualización y capacitación de orientación educativa.

Estas actividades convierten al orientador en líder educativo, que está comprometido a su profesión.

También es importante tener conocimiento sobre el perfil del orientador educativo que principalmente debe ser un profesional formado en los campos de la psicología, pedagogía y trabajo social, con la exigencia de formarse en un campo específico.

De acuerdo con (Hernández, 2015:20) el orientador debe estar preparado para “acompañar al estudiante en el desarrollo biopsicosocial, de competencias sociales y emocionales, en la consecución de su proyecto de vida que implica el desarrollo académico y personal”. Es importante subrayar este punto ya que, como desde la problemática de este trabajo de investigación se expone la importancia del desarrollo de competencias emocionales en los alumnos, con base en un acompañamiento, guía y autoconocimiento. Es necesaria que ésta sea una de las características elementales en el perfil del orientador.

Para que el orientador educativo pueda guiar e inducir al estudiante en su proceso formativo que permita alcanzar un desarrollo equilibrado en su persona debe poseer algunas competencias:

*Habilidades:* Como la capacidad de observación y adaptación, establecer relaciones interpersonales, comunicación asertiva, conciencia y regulación emocional, toma de decisiones, manejo y resolución de conflictos, entre otras

*Conocimientos:* Acerca de las características biológicas, psicológicas y socio afectivas del individuo, habilidades sociales, habilidades cognitivas, técnicas y hábitos de estudio, estilos de aprendizaje.

*Actitudes:* Debe poseer actitudes como el respeto, responsabilidad, honestidad, confianza, empatía, tolerancia, apertura, equilibrio emocional, disponibilidad para trabajar en equipo, entre otras.

Es importante encontrar estas características en un orientador, puesto que debe contar con actitudes positivas para saber intervenir y resolver conflictos que se presenten y al mismo tiempo estar equilibrado armoniosamente en sus emociones y pensamiento para orientar a las personas que no lo están.



El orientador educativo es un agente esencial en el sistema educativo, en cada grado escolar tiene características diferentes de habilidades, conocimientos y actitudes que corresponden a las características del orientado con el que se trabajará, sin embargo, no se separa de la función tan importante que es el acompañamiento y guía.

A manera de conclusión puede decirse que la Orientación educativa es un proceso de acompañamiento y apoyo al orientado, que no solo se enfoca en tratar el aspecto académico dentro de las instituciones escolares, sino también tiene un amplio campo de intervención, y distintas perspectivas que permiten guiar y tratar al orientado de manera integral. En este sentido la Orientación educativa en educación secundaria se considera importante para la vida de los estudiantes porque requieren desarrollar ciertas habilidades implícitas en su proceso formativo que les permitan comprenderse, además que se deben sentir apoyados, escuchados y acompañados en el aspecto de su vida en el cual exista alguna problemática.

Este acompañamiento es necesario porque la etapa de cambio llamada adolescencia es difícil de entender, y aún más es difícil que se puedan entender a ellos mismos, cuando se muestra el autoconocimiento a través de la Orientación educativa y la Educación emocional, conocen sus habilidades, o como lo nombra Bisquerra, R., (2003) competencias emocionales, que les permiten conocerse, cuidarse y amarse, esto contribuye a forjar factores de protección ante las problemáticas de la realidad social, específicamente, hablando en este tema, las adicciones .

A continuación se presenta la conceptualización de adolescencia en conjunto con las características que se manifiestan en los adolescentes, con la finalidad de conocer y comprender el proceso tan importante de cambio.

## Capítulo: II

### ¿Cómo es un adolescente?

En el presente capítulo se explican los aspectos generales de la adolescencia, tales como la conceptualización, características biológicas, cognitivas, emocionales y sociales que experimenta el adolescente con el cambio significativo en el proceso del desarrollo vital al que se denomina “adolescencia”. Ya que, es de suma importancia conocer las características que conlleva el desarrollo adolescente para así comprender y entender la manera de actuar y de percibir la realidad del sujeto con el que se estudiará en esta investigación y posteriormente se presenta una propuesta para tratar la problemática en la que éste se encuentra inmerso.

#### 2.1 Conceptualización de adolescencia

Desde que el ser humano nace va creciendo y cambiando, por ello cada etapa de la vida es muy importante para el desenvolvimiento y realización plena, con lo que se va perfeccionando física, moral e integralmente el individuo.

Una etapa importante de cambio en distintos aspectos, definida así por la sociedad y diversos autores y difícilmente de entender y tratar según padres de familia y docentes es precisamente **la adolescencia**.

Existen diversas definiciones que pueden orientar a precisar el concepto de adolescencia, que permitan entender de quién se habla en este trabajo.

Comenzando con Pérez, S. y Santiago, M. (s/f.) exponen que la “adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos...” (p.16). Se comprende como una etapa gradual en la que se presentan distintos cambios conforme el adolescente va creciendo que se caracteriza por cambios que pueden ocasionar crisis.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose dos fases: la adolescencia temprana (10 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años).

Como se expresa anteriormente, se da a conocer distintos rangos de edad en los que comienza y termina la adolescencia, puesto que se han hecho distintos estudios en los que se demuestra que hay personas que efectivamente, comienzan con cambios ya sea físicos, cognitivos o emocionales a muy temprana edad o como también se denomina un desarrollo “precoz” y por otro lado otras que tienen una adolescencia tardía en la que en edad avanzada comienzan a notar diferencias en la transición de la niñez a la adultez, éstas definen las etapas madurativas del sujeto.

De acuerdo con Rivero, J. y González, M. (2005) explican que para poder comprender mejor el desarrollo del adolescente, se pueden dividir las fases madurativas de la adolescencia en: temprana (11-13 años), media (14-17 años) y tardía (17-21 años) en donde, durante este período de tiempo los adolescentes deben de conseguir la independencia de los padres, la adaptación al grupo, aceptación de su nueva imagen corporal y el establecimiento de la propia identidad, sexual, moral y vocacional.

Ahora bien, tomando en cuenta la definición de Serrano, L. (2007) en la que expresa que es “... preciso establecer distinción neta entre la pubertad y adolescencia. La pubertad se refiere esencialmente a la maduración física de los órganos sexuales. La adolescencia alude al proceso total de crecimiento...” (p.2) es un aspecto importante mencionar la pubertad, como establece Bernard es de carácter fisiológico y ésta anuncia el inicio de la adolescencia en donde el individuo se prepara para ser capaz de reproducirse. Este aspecto se definirá ampliamente en el apartado de “características fisiológicas”.

Por otro lado, Flores, S. y Machuca, M. (2013) establecen que la “adolescencia es el tiempo en la vida de un individuo donde se desarrollan nuevas habilidades, y se vuelve posible una vida social más compleja...” (p.120) con esta definición también queda establecido que en el lapso de la adolescencia se van adquiriendo diversas habilidades que contribuyan a la resolución de problemas posteriores y cierta

complejidad en el aspecto social, el cual es un punto importante en el concepto de adolescente porque como un ser social, en la adolescencia es cuando se comienza a experimentar diversas nuevas formas de relacionarse con los demás, incluso con el núcleo familiar.

Entre las varias definiciones sobre la adolescencia, Erik Erikson (1972) con la teoría de las ocho etapas del desarrollo humano destaca más la parte de búsqueda de identidad, la cual establece entre los 12 y los 20 años de edad. Alcanza su punto crítico ya que en este periodo hay muchos cambios significativos en toda la persona, especialmente en el ego. La identidad se refiere a una integración de papeles y cómo el adolescente se adecúa a la sociedad.

Generalmente la adolescencia es un periodo de confusión y desorden en donde le cuesta trabajo al adolescente definir sus papeles, así como al adulto le cuesta trabajo entenderlo. Para Erikson, la incapacidad de lograr un sentido de identidad se denomina “confusión de papeles”, los cuales, también implican una relación emocional en el proceso.

Partiendo de las definiciones anteriores se puede concluir que la adolescencia es un proceso de desarrollo y cambio comprendido entre la niñez y la edad adulta, en donde hay un rápido crecimiento, cambios fisiológicos, psicológicos, sociales y emocionales. La cual tiene como finalidad la construcción de identidad, que le permita al individuo prepararse para la vida adulta.

A continuación se describen los aspectos comprendidos entre los cambios propiamente dichos de la adolescencia.

## **2.2 Características fisiológicas y biológicas**

Los cambios fisiológicos y biológicos son los primeros que se experimentan visiblemente en los adolescentes ya que su cuerpo comienza a desarrollarse y a crecer, tomando la forma de un cuerpo adulto, preparándose también para la etapa de reproducción.

Como ya se ha explicado, un aspecto que define a la adolescencia es la pubertad, porque es el inicio de la adolescencia y principalmente se refleja en los cambios

hormonales que ayudan al desarrollo fisiológico, cognitivo, emocional y social; los cambios biológicos suceden de manera distinta en hombres y en mujeres

Como lo expresan Rivero, J. y González, M. (2005) la “pubertad se inicia por una serie de cambios neurohormonales, cuyo fin último es conseguir la capacidad reproductiva propia de cada sexo. Esto ocurre fundamentalmente gracias a la interacción entre SNC, hipotálamo, hipófisis y gónadas”... (p.22).

La edad de aparición de la pubertad de acuerdo con Rivero, J. y González, M. (2005) es muy variable con un amplio rango de la normalidad: el 95% de las niñas inicia la pubertad entre los 8,5 y los 13 años y el 95% de los niños entre los 9,5 y los 14 años sin embargo, el comienzo y la progresión de la pubertad varían, de un adolescente a otro.

Los cambios físicos en la pubertad que exponen Güemes-Hidalgo, M., *et.al.*, (2017) son: aceleración y desaceleración del crecimiento, cambios de la composición corporal con el desarrollo de órganos y sistemas, adquisición de la masa ósea, así como la maduración sexual (gónadas, órganos reproductores y caracteres sexuales secundarios).

También durante esta época, se produce aumento de los diferentes órganos como el corazón, pulmones, hígado, bazo, riñones y cerebro.

Los cambios más llamativos tienen lugar en la esfera sexual y se culminan con la adquisición de la fertilidad, en este caso el inicio de la fertilidad se entiende cuando los órganos sexuales se encuentran desarrollados para que el ser humano pueda reproducirse, en los varones se encuentra el desarrollo de la eyaculación y producción de semen y en las mujeres el inicio de la menstruación, estos sucesos marcan el paso de la niñez a la adultez.

Sin embargo, estos cambios biológicos y físicos producidos a nivel neurohormonal implican también la construcción de la personalidad del adolescente, su identidad y también su autoconcepto.

Por lo que es importante que los adolescentes entiendan y se les enseñe el proceso por el cual pasan, que reconozcan su cuerpo, sus funciones y los cuidados que

como jóvenes deben tomar en cuenta; en el caso del problema de las adicciones, es de suma importancia que los adolescentes comprendan el daño que les provoca el consumo en su crecimiento y desarrollo neurohormonal, así como cognitivo y emocional.

### **2.3 Características cognitivas**

Existen distintas teorías sobre el desarrollo cognitivo del ser humano y específicamente del adolescente, la razón de ello es porque en esta etapa el adolescente puede realizar procesos mentales mucho más complejos comparados con la infancia, que le posibilitan interpretar lo que experimenta en su entorno para dar solución a problemáticas en el ámbito escolar y en su vida personal.

En el apartado anterior se explicó que entre las características biológicas y fisiológicas el crecimiento del tamaño del cerebro era una de ellas, por lo que Güemes-Hidalgo, M., *et.al.*, (2017: 236) expone que el cerebro madura de forma intermitente de la parte posterior a la anterior y se contempla la maduración hasta los 25-30 años; depende de tres procesos:

1. El rápido crecimiento neuronal-gliial y la formación de nuevas conexiones sinápticas.
2. La eliminación selectiva o poda de las sinapsis menos eficientes (lo que no se usa se elimina).
3. La mielinización de los axones para facilitar y hacer más rápida la transmisión neuronal entre las diferentes partes del sistema nervioso, lo cual no se completa hasta los 25-30 años.

Por lo anterior, el desarrollo cognitivo se puede definir como un conjunto de transformaciones que se producen en las características y capacidades del pensamiento en el transcurso de la vida, especialmente durante un periodo de desarrollo, por lo que van aumentando los conocimientos y habilidades que ayudan a percibir, comprender y accionar en la realidad.

Con base en lo anterior, se puede tomar como referente a la teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget (1955-1972) (retomado en Cano, A., 2007) donde plantea que los esquemas de pensamiento se basan en tres estructuras: *asimilación*, *acomodación* y *equilibración*.

La *asimilación* es aquel proceso en el que el individuo integra nueva información a la que ya tenía, no se cambia la estructura del esquema, sino que se amplía de tal manera que al enfrentarse a cierta situación sepa manejarla con las “bases” previamente adquiridas.

La *acomodación* es diferente a la asimilación, porque al percibir nueva información el sujeto cambia por completo el esquema que sería incomprendible con los esquemas anteriores.

Y la *equilibración* es el proceso con el que nace el ser humano, el cual, permite modificar los esquemas de información percibida, de tal manera que dé cierta coherencia y razón.

Estos procesos son necesarios para que el sujeto pueda construir conocimiento, así mismo plantea Piaget (1955-1972) que en dicho desarrollo se presentan cuatro etapas o también llamados estadios:

1. Sensorio-motriz (0-2 años): Se adquieren conocimientos a través de experiencias sensoriales y objetos manipuladores.
2. Preoperacional (2-7 años): Pensamiento egocéntrico y dificultades para comprender el punto de vista de otras personas. El niño puede usar símbolos y palabras para pensar.
3. Operaciones concretas (7-11 años): Los niños en este período del desarrollo empiezan a pensar de forma más lógica, el pensamiento está ligado a los fenómenos y objetos del mundo real.

4. Operaciones formales (11- 12 años en adelante): Implica un aumento en la lógica, la capacidad de utilizar el razonamiento deductivo y una comprensión de las ideas abstractas.

Los adolescentes se encuentran en el último estadio el de las operaciones formales, ya que es en el cual termina la niñez e inicia la etapa adulta, el pensamiento se vuelve más completo y complejo.

Una vez analizado los componentes principales del desarrollo cognitivo, ahora centrándonos en el adolescente de acuerdo con las etapas de la adolescencia Rivero, J y González, M. (2005) explican lo siguiente:

#### **Adolescencia temprana (11-13 años)**

La capacidad de pensamiento es totalmente concreta, no perciben las implicaciones futuras de sus actos y decisiones presentes. Creen que son el centro de una gran audiencia imaginaria que constantemente les está observando, con lo que muchas de sus acciones estarán moduladas por este sentimiento. Su orientación es existencialista, narcisista y son tremendamente egoístas.

#### **Adolescencia media (14-17 años)**

La capacidad cognitiva va siendo capaz de utilizar el pensamiento abstracto. Tienen una sensación de omnipotencia e invulnerabilidad con el pensamiento mágico de que a ellos jamás les ocurrirá ningún percance; esta sensación facilita los comportamientos de riesgo como alcohol, tabaco, drogas, embarazo, etc.

#### **Adolescencia tardía (17-21 años)**

El pensamiento abstracto está plenamente establecido. Están orientados al futuro y son capaces de percibir y actuar según las implicaciones futuras de sus actos. Es una fase estable que puede estar alterada por la "crisis de los 21", cuando teóricamente empiezan a enfrentarse a las exigencias reales del mundo adulto.

Estos sucesos cognitivos demuestran que, conforme el ser humano va desarrollándose, las capacidades cerebrales y cognitivas se vuelven más complejas y completas, las cuales permiten adaptarse a las situaciones que requieren de



madurez y experiencia para la resolución de problemas y para la adquisición de habilidades y actitudes correspondientes a cada etapa de la vida.

## **2.4 Características emocionales**

La etapa de la adolescencia está ligada a la construcción de la personalidad y de sus vivencias emocionales. Las emociones presentan cambios constantes en el humor y estado de ánimo del joven, así como confusión y miedo porque es una de las características del proceso adolescente más destacada y notoria que, para los jóvenes, padres y docentes es difícil de comprender.

Como ya se explicó, al incidir en el desarrollo del pensamiento del adolescente, se busca potenciar la autonomía del sujeto y por tanto de su libertad como ser reflexivo y crítico.

Sin embargo, no es suficiente el desarrollo de lo cognitivo, sino que se debe ampliar la mirada sobre la formación de la identidad en la adolescencia para comprender las implicaciones que las emociones tienen en ella.

La introspección y el descubrimiento del “yo” que va realizando el adolescente se orienta en gran parte hacia sus sentimientos y emociones, en cuanto que muchas de ellas son nuevas para éste, el adolescente siente por primera vez el desamor, el deseo, la soledad, el amor, la angustia.

Experimenta muchas emociones y sentimientos por primera vez más intensos y significativos a comparación de en la niñez, así como lo expone Zaldívar, R., (2014:17) que el “niño puede hablar de las emociones, pero las percibe a partir de los comportamientos exteriores como la risa o el llanto, mientras que el adolescente comienza a experimentar sentimientos más complejos, que son a su vez más intensos y en ocasiones les resultan desbordantes”.

Por ello, también es muy importante conocer y comprender las características emocionales que conlleva el proceso de la adolescencia. Entender cómo se

comienzan a intensificar las emociones por medio de los cambios y vivencias que experimentan los adolescentes.

En primera instancia se debe tener en cuenta la definición de lo que es una emoción. Por lo que, comenzando con palabras de Damasio (2006), (citado en Zaldívar, R., 2014:19) las emociones “son una serie de reacciones del organismo ante acontecimientos externos e internos, cuya finalidad es la adaptación al medio propiciada por la regulación biológica y el desarrollo de la corteza prefrontal. Las emociones y sentimientos son aspectos centrales de la regulación biológica, ya que suponen el puente entre los procesos racionales y no racionales.”

Asimismo, sostiene que las emociones básicas son un mecanismo fundamental de adaptación al medio, poseen respuestas innatas, que vienen procuradas para la supervivencia como: la ira, miedo, alegría, tristeza, asco y sorpresa. Estas emociones se caracterizan por tener un rasgo facial asociado y se consideran esenciales al ser humano.

Por otro lado, desde el punto de vista de Serrano, L., (2007) revela que existe una serie de factores que intervienen en el desarrollo afectivo, porque, la forma en la que interactúen y el grado en que influyen en el individuo estos factores reflejarán en su personalidad características propias.

Siguiendo con Serrano, L. (2007), explica que los principales conceptos básicos de estos factores son:

1. **Necesidad:** Estado caracterizado por el sentimiento de falta o deseo de algo, o de requerimiento de la ejecución de alguna acción.
2. **Interés:** Es la actitud de la persona al dirigir su atención hacia un objetivo.
3. **Emoción:** Aspecto de la conducta referida a las variaciones de excitación y relación con sus actitudes y movimientos afines.
4. **Sentimiento:** Disposición emocional; concentrada alrededor de la idea de un objeto; no una experiencia, sino una parte de la disposición de un individuo.

Así mismo, al hablar de desarrollo afectivo de los adolescentes, se debe partir de que sus emociones y sentimientos dependen de la satisfacción de sus necesidades,

mismas que cambian continuamente por la variedad de situaciones y experiencias que éste vive (Serrano, L., 2007).

Como complemento a lo antes descrito Poncela, A., (2014:452) argumenta que, en la etapa de la adolescencia, “las emociones están a flor de piel. Los jóvenes presentan episodios de enojo, ira, tristeza, depresión, miedo, ansiedad, timidez, etc. Los cambios de personalidad están a la orden del día, además, son súbitos, rápidos y sin aparentes excusas o razones, en especial la irritabilidad.”

Así, también surge una suerte de indiferencia o una falta de interés generalizado, a veces se trata de una actitud que escogen como defensa a la intrusión adulta. Los cambios de humor repentinos sin causa aparente, una depresión profunda y un enojo desbordado son algunas de las emociones en esta etapa de la vida.

Por otro lado, Jean Piaget (2005) expresa que en la adolescencia se desarrolla la búsqueda de la identidad y aceptación. La tarea principal de la adolescencia consiste en que el adolescente adquiera un compromiso de identidad del yo, y en consecuencia, un aumento de confianza en su autoconcepto. El adolescente necesita confirmar que la manera de verse a sí mismo tiene continuidad con el pasado y que, además, encaja con la percepción que tienen los demás de él.

Desde este punto, las elecciones y decisiones que toman los adolescentes conforman el modo en que los demás los perciben, porque la identidad se consolida no solo a través del autoconcepto, sino también por como los ven los demás, esto de acuerdo con Piaget (2005) es muy importante en el desarrollo de la identidad y la aceptación de sí mismo, porque influye en su desarrollo cognitivo y afectivo.

Para complementar lo anterior, Shaffer (s/f) (retomado en Serrano, N.2019) subraya que la conformación de la identidad es la clave para la adaptación social, expone que establecer una identidad personal es fundamental para el desarrollo de la personalidad, y finalmente para aprender conductas adaptativas. Por lo tanto, aquellos adolescentes que adquieran una identidad personal, se adaptarán mejor a las situaciones sociales, desarrollarán autoconfianza, se relacionarán mejor y tendrán menos problemas de conducta.

La búsqueda de la identidad y aceptación contribuyen al desarrollo de la personalidad, aspecto importante y significativo dentro del proceso cognitivo y emocional del adolescente, por ello se encuentra sentido a promover en este proyecto la educación emocional en la adolescencia desde una atención preventiva al consumo de adicciones, una vez reconocida la dificultad del conocimiento y la gestión emocional adolescente.

## **2.5 Características sociales**

En la etapa de la adolescencia, los jóvenes comienzan a experimentar muchos cambios en la manera en la que se relacionan con los demás. El modelo a seguir ya no son los padres, existe cierta ruptura en la comunicación y confianza, ya que los grupos de pares sustituyen ese lugar, porque son los amigos los que toman relevancia en la convivencia.

Tal como expresa Poncela, A. (2014) en la fase temprana de la adolescencia, existe un gran interés por los amigos del propio sexo, cuyas opiniones adquieren gran relevancia, en diferencia de las de los padres. Esto puede suponer un estímulo positivo (interés por el deporte, lectura, etc.) o negativo (alcohol, drogas.).

En la adolescencia media, es muy poderoso el papel de los amigos. Se produce una intensa integración del adolescente en la subcultura de los amigos, de conformidad con sus valores, reglas y forma de vestir, en un intento de separarse más de la familia. También, se produce una integración creciente en relaciones heterosexuales. En la fase tardía de la adolescencia, el grupo va perdiendo interés, hay menos exploración y experimentación, y se emplea más tiempo en establecer relaciones íntimas; se forman las parejas.

En este sentido, los grupos de pares son un tanto más importantes que los padres, ya que se identifican entre sí y piensan que los amigos, compañeros o relaciones de pareja pueden comprenderlos más que los mismos padres.

Se vuelve distinta la convivencia entre padres e hijo porque buscan tener su propio espacio y tratan de no involucrar sus secretos, emociones, sentimientos y planes con la familia. Es un proceso complicado y confuso para ambos lados porque como

padre cuando el adolescente era un niño por lo regular siempre se involucraban en cualquier aspecto que lo necesitara, ahora a la familia se le dificulta hablar con sus hijos, incluso de temas que aún se muestran como tabú pero que son necesarios que los dialoguen.

Sin embargo, las relaciones sociales de los adolescentes han ido cambiando conforme cambia la sociedad, así como lo considera Güemes-Hidalgo, M., *et.al.*, (2017:241) “el adolescente es reflejo de la sociedad en que está inmerso y es evidente que el entorno y la familia han cambiado de forma radical en las sociedades actuales del bienestar. Los jóvenes son consumidores de moda y tecnología (ropa, cirugía, móviles, vehículos) con nuevas formas de ocio y entretenimiento (botellón, internet, drogas, explotación de su cuerpo)”.

También agrega que se ha creado una cultura de ocio en la cual su comportamiento en casa ha cambiado, la convivencia se ha deteriorado y se ha dado paso a el aislamiento y al uso excesivo y errado de las redes sociales.

Como conclusión se puede comprender que, la etapa de la adolescencia es el proceso más complejo del desarrollo madurativo del ser humano, y que implica diferentes e importantes cambios a nivel emocional, cognitivo, social y físico. Es por ello que el adolescente necesita ser acompañado, porque cada cambio representa una manera de actuar en su realidad, es una etapa de decisiones, de experimentación, y como se expresó anteriormente, en las relaciones con grupo de pares se puede llegar a una decisión equivocada que lo lleve a factores de riesgo tales como las adicciones.

A continuación se explicará cómo se presenta la problemática de las adicciones en los adolescentes tomando en cuenta sus características ya comprendidas en este capítulo, así como la alternativa del acompañamiento y acercamiento al desarrollo de competencias emocionales como prevención para la problemática.

## **Capítulo III**

### **La orientación educativa y la educación emocional para la prevención de las adicciones**

En el presente capítulo se desarrollarán los planteamientos principales sobre la educación emocional con la finalidad de resaltar el papel de las emociones dentro de la vida de los sujetos, debido a que éstas han sido poco consideradas en los procesos de desarrollo y formación de los mismos.

Primeramente se analizarán los aspectos teóricos importantes de la problemática comprendidos entre la interacción de los adolescentes con el consumo de drogas, así como los aspectos fundamentales que determinan el comportamiento de los adolescentes ante los factores de riesgo.

Posteriormente se abordarán las perspectivas teóricas que se han construido sobre la inteligencia emocional con el objetivo de explicar cómo dichos planteamientos contribuyeron a la construcción de lo que hoy se conoce como educación emocional, misma que tiene como objetivo principal el desarrollo de competencias emocionales, que son herramientas fundamentales para el desarrollo de esta investigación y para la propuesta de intervención.

Para finalizar, en consecuencia con los planteamientos anteriores, se explicará la relación de la educación emocional con las bases de la orientación educativa, necesaria para la implementación de la propuesta.

#### **3.1 Los adolescentes y las drogas**

El consumo de drogas constituye en la actualidad un importante fenómeno social que afecta especialmente a los adolescentes, la prevalencia del uso y abuso de drogas en la etapa adolescente y adultez temprana son altas.

Ante la alta disponibilidad y la fácil adquisición de éstas, en la actualidad los adolescentes tienen un gran reto, y deben de tomar decisiones sobre su consumo o la abstinencia de las mismas.

El proceso de socialización, con la familia, amigos, escuela y medios de comunicación es importante en ello. La percepción de los factores de riesgo, junto al ocio, tiempo libre y vida recreativa, son elementos que se deben de considerar para comprender esta problemática.

Para comenzar, es necesario describir una conceptualización sobre las drogas y también las clasificaciones existentes, para así poder comprender más a fondo y desarrollar la temática.

Resulta difícil no haber escuchado sobre las drogas, ya que es un tema popular entre los medios de comunicación, las instituciones de salud, incluso en la comunidad y escuela; esto se debe a que el consumo de drogas se ha constituido como un grave problema de salud pública entre la población.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) droga es toda sustancia que, introducida en un organismo vivo, pueda modificar una o varias de sus funciones.

En 1982, la OMS intentó delimitar cuáles eran las sustancias que producían dependencia y declaró como droga aquella con efectos psicoactivos (capaz de producir cambios en la percepción, el estado de ánimo, la conciencia, y el comportamiento) susceptible de ser auto-administrada.

Desde el punto de vista de Luz María Ardila (2007) las drogas son..."sustancias con efectos sobre el sistema nervioso central que crean adicción, taquifilaxia y cuadros de abstinencia."(p.51)

Cabe mencionar que, existen distintos tipos de drogas como lo son las llamadas "legales e ilegales", definido como legal..."aquellas sustancias con efectos psicoactivos que son permitidas, no siendo su uso penado por ley a pesar de conocerse sus posibles efectos. Este estatus legal puede referirse a su uso a nivel recreativo o bien a estar pensados para otros usos, que no incluyen su consumo para lograr alterar la psique, y por los cuales se considera algo permitido."(Castillero, O., s/f: 2), clasificando así el cigarro, el alcohol, inhalables, cafeína y fármacos.

En complemento, Cruz, León y Rosas (2018) definen las drogas ilegales como "sustancias cuyo consumo no médico o científico está prohibido en nuestro país y

que están sometidas a fiscalización por la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE). Incluyen marihuana, opioides (opio, morfina, fentanilo y otros), cocaína, anfetaminas, alucinógenos y otras.” (p.42)

Las drogas legales son mayormente consumidas por adolescentes por el hecho de fácil compra y acceso, sin embargo, se ha incrementado el consumo de drogas ilegales .De acuerdo con estudios de Centros de Integración Juvenil (CIJ) (2009) se estima que un poco más de uno de cada diez alumnos de secundaria ha probado alguna droga ilegal.

También es importante resaltar los niveles de consumo que empieza desde la experimentación hasta la adicción. Con palabras de Hernanz, M. (2014) existen diferentes propuestas de clasificación resumidas en una escala de tres puntos:

- El primero denominado como uso normal, o mínimo o controlado.
- El segundo considerado como uso problemático, moderado o con tendencia a la adicción.
- Tercer nivel ya referido al uso adictivo, excesivo o severo.

### **1. Consumo menor:**

Hace referencia a ese consumo que suele ser esporádico, en un determinado momento. El sujeto mantiene con normalidad el resto de actividades de su vida, las placenteras y las que le suponen esfuerzo y continúa con sus amigos. Se vuelve un punto de experimentación, en donde en este caso, el adolescente por curiosidad o por influencia decide probar por aceptación.

### **2. Consumo preocupante:**

Se observa cuando empieza a haber un interés excesivo por la actividad en sí misma. El sujeto empieza a estar demasiado interesado y empieza a limitar su círculo de relaciones para estar con aquellos que comparten su afición. La afición se vuelve única y omnipresente en sus lecturas, conversaciones y reflexiones.



Se puede detectar también como el sujeto retrasa para poder seguir con el juego, las actividades que previamente había planificado por ejemplo comer más rápido, dejar de salir con los amigos, etc.

Este consumo expresa también rasgos del carácter del sujeto, al empezar a ser más despectivo con las personas que no comparten sus intereses (o incluso su nivel de juego) y puede empezar a expresar descontroles en su expresión agresiva.

### **3. Consumo dependiente o adicción:**

El consumo está presente en todo momento de su vida. Todo lo demás pasa a un segundo nivel, todo lo que antes le reportaba placer ahora es rechazado. Esta vía de satisfacción se ha vuelto como la única.

Lo que se busca en este trabajo de investigación es que los adolescentes eviten integrarse a la escala de consumo antes descrita, se busca la prevención de la experimentación y claramente evitar que lleguen al punto de la adicción.

Por lo que, con respecto a lo anterior, el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas entre los adolescentes suscita preocupación social. Esto hace necesario conocer los estudios de prevalencia en consumo de estas drogas, para esta población.

De acuerdo a la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017 (ENCODAT), del INEGI, el consumo de drogas inicia cada vez más en edades tempranas, entre 12 y 17 años.

La encuesta revela que el consumo de drogas ilegales alguna vez en la vida, y en población general de 12 a 65 años, incrementó de 7.2 en 2011 a 9.9 en 2016, pero solo en adolescentes de 12 a 17 años dicho consumo pasó de 2.9 en 2011 a 6.2 en 2016.

En el caso particular de las mujeres adolescentes se registró un aumento de 205% en consumo, siendo la marihuana la predilecta para este sector.

Pero esta encuesta también detalla un dato interesante, la mayoría de los niños y adolescentes que fueron iniciados en las drogas lo hicieron por medio de brownies,

muffins, hotcakes, paletas de dulce y palitos de chocolate alterados con cocaína o mariguana.

Por otro lado la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas en Estudiantes (ENCODE, 2014), identificó que el 3.3% de los estudiantes de 5° y 6° grado de educación primaria (10 a 12 años, aproximadamente) habían consumido drogas ilegales alguna vez en la vida (hombres, 4.7% y mujeres, 1.7%). En los estudiantes de secundaria (13 a 15 años aproximadamente) y bachillerato (16 a 18 años aproximadamente) la prevalencia alguna vez en la vida fue de 17.2% (hombres, 18.6% y mujeres, 15.9%).

Las estadísticas en los diversos estudios denotan un incremento y preocupación por la salud y el futuro de los adolescentes en México y en el mundo, porque, la problemática del consumo de drogas es un tema que lleva mucho tiempo entre la sociedad sin embargo, actualmente se ha vuelto un problema mayor porque los adolescentes y jóvenes pueden adquirir fácilmente alguna droga, además de que se han incrementado los factores de riesgo para las poblaciones de menor edad que ponen el peligro a los adolescentes y que es importante describir en esta investigación.

### **3.2 Consumo de drogas, un fenómeno social.**

Gracias a los estudios y encuestas realizadas, se comprende la gravedad del incremento del consumo de sustancias en adolescentes, sin embargo es importante entender cuáles son los factores que conlleva esta problemática.

Se puede deducir que el uso de drogas se explica a partir de la interacción de diferentes factores (individuales, familiares y sociales) que incrementan o reducen la posibilidad de que una persona inicie, mantenga o aumente su consumo.

A partir de estos postulados, Gázquez (2009) clasifica a los factores de riesgo al consumo de sustancias en tres grandes categorías:

**1. Factores Macrosociales:** que agrupan variables del entorno social que son susceptibles de condicionar la calidad de vida. Los aspectos más relevantes en esta categoría serían:

- Permisividad y aceptación social al consumo de sustancias.
- Accesibilidad y disponibilidad a las sustancias.
- Contribución de la publicidad y los medios de comunicación.
- Oferta recreativa con sustancias.
- Asociación con el consumo.

**2. Factores Microsociales:** se orientan a variables sociales en las que la persona interactúa más asiduamente y con una implicación mayor. Los aspectos que incluiría esta categoría serían:

- La familia.
- La escuela.
- El grupo de iguales.

**3. Factores Individuales:** que aglutinan todas aquellas características de carácter individual que influyen en el comportamiento. Entre las variables más importantes podríamos destacar las siguientes:

- Edad.
- Sexo.
- Información.
- Creencias y actitudes.
- Control de emociones.
- Autoconcepto y autoestima.
- Habilidades y competencias personales.
- Asertividad y vulnerabilidad a la persuasión.

Retomando los factores macrosociales y microsociales que expone Gázquez (2009) se puede resaltar que dichos factores tienen que ver con todos los agentes que son

parte de la realidad del adolescente, la familia, los amigos y la escuela son puntos esenciales de comprender en la problemática.

Así desde la perspectiva de Reino. *et.al* (1995) (retomado en Laespada, T. *et.al* 2004) los valores, creencias y actitudes, son importantes a la hora de hablar de los factores de riesgo microsociales, están determinados, en primera instancia, por la familia como contexto portador y transmisor de las mismas y por la presión del grupo de iguales, que se constituye también como una poderosa fuerza que influye en la configuración del carácter y los valores del adolescente, ya que los valores guían el comportamiento de las personas y las metas que se plantean en la vida.

En esta misma dirección, Elzo, *et.al.* (2000) encuentran que los jóvenes consumidores de drogas, en especial los que van más allá de consumos experimentales, se identifican con valores calificados como presentistas y de búsqueda de sensaciones (ganar dinero, vivir el presente, experimentar nuevas sensaciones, etc.) y muestran un menor aprecio, comparados con los jóvenes no consumidores, por valores tradicionales como la familia y el desarrollo profesional.

Sin embargo, las actitudes por sí solas no tienen por qué ser un predictor directo de la conducta de consumo de drogas. Tal y como señala Calafat (1991) (citado en Laespada, T. *et.al* 2004:18) “parece indiscutible la importancia del desarrollo de un proceso intermedio entre la actitud y la conducta”. Se trataría de una variable que interviene entre la actitud del sujeto (su actitud permisiva respecto a las drogas) y la conducta que realiza a la hora de tomar una decisión (p.ej. aceptar una invitación para consumir), mientras mayor sea el entorno permisivo del adolescente, habrá mayor peligro al poder ser influenciado para tener aceptación de la sociedad.

Como esos factores macro y microsociales se deben tomar en cuenta ya que, un factor relevante en el contexto que se muestra en estadísticas es la conducta violenta y el poco o nulo autocontrol de los jóvenes, que posteriormente son influenciados por las amistades y/o por problemas en casa.

Con datos de la Encuesta de Cohesión Social para la Prevención de la Violencia y la Delincuencia (ECOPRED) 2014 se evidenció que siete de cada diez (71.6%) de los jóvenes tiene amigos con algún factor de riesgo para la seguridad.

Los jóvenes dijeron que tienen amigos que han golpeado a alguien para hacerse respetar o sólo porque les caía mal (11.9%), que han participado en vandalismo (8.9%), que han maltratado o humillado a una o más personas (8.7%), que se han unido a pandillas violentas (7.6%), que han sido arrestados (6.8%), que han maltratado animales intencionalmente (5.5%), que han tenido armas (4.2%), que han robado (3.3%) o que tienen amigos que han vendido drogas (3%).

Además el (61.6 %) de los encuestados dijo tener amigos que han tenido problemas en sus casas, (42.8 %) dijo que sus amigos fuman tabaco, (40.6 %) de sus amigos han dejado de estudiar o trabajar, el (36.6 %) han abusado del alcohol, (27.3 %) han sido expulsados de la escuela o despedidos del trabajo y el (15.2%) de sus amigos han fumado marihuana o consumido otro tipo de droga.

Los resultados de estos estudios demuestran que es muy importante estudiar el entorno en el que se encuentran los adolescentes, ya que mucho de ello depende si están más expuestos a la inducción del consumo de drogas, y a conductas agresivas que afecten a su bienestar, salud e integridad.

Estos factores de riesgo se han visualizado a nivel social, sin embargo también como lo clasificó Gázquez (2009) existen factores individuales, que tienen que ver con la introspección del adolescente e influyen en el comportamiento. Como el control de emociones, autoconcepto y autoestima, habilidades y competencias personales, etc.

Esta clasificación de factores, es esencial para el desarrollo de este trabajo de investigación, puesto que, los factores individuales tienen que ver con la inteligencia emocional que posee el joven, la cual le permite enfrentar de mejor manera los factores de riesgo a los que está expuesto socialmente. Para tener referencias y fundamentación de lo expuesto, se realizaron diversos estudios que lo demuestran.

Comenzando por investigaciones con adolescentes realizadas en Estados Unidos en relación con el consumo de sustancias adictivas, a partir de una medición con MEIS (Multifactor Emotional Intelligence Scale) para adolescentes de habilidad de IE (Inteligencia Emocional), han obtenido datos empíricos que constatan que una elevada IE se relaciona con un menor consumo de tabaco y alcohol en la adolescencia. (Pacheco, N., y Fernández, P. ,2004)

Específicamente, los adolescentes con niveles más alto de IE informaron haber consumido menos tabaco en los últimos 30 días y haber bebido menos alcohol que los adolescentes que puntuaron bajo en IE. Estos resultados proporcionan evidencias de que una baja IE es un factor de riesgo para el consumo de tabaco y alcohol.

De acuerdo con Trinidad y Johnson (2002) (citado en Pacheco, N., y Fernández, P., 2004), los adolescentes emocionalmente inteligentes detectan mejor las presiones de los compañeros y afrontan más adecuadamente las discrepancias entre sus emociones y las motivaciones del grupo lo que lleva a un incremento en la resistencia grupal y a una reducción del consumo de alcohol y tabaco. Este mismo grupo de investigación ha evaluado el carácter protector de la IE sobre el riesgo de fumar.

Los resultados indicaron que los niveles de IE eran, efectivamente, un factor protector que disminuye el riesgo de fumar en los adolescentes. Más concretamente, los análisis revelaron que una alta IE se relaciona con una mayor percepción de las consecuencias sociales negativas asocia con fumar, junto con una mayor habilidad para rechazar más eficazmente el ofrecimiento de cigarrillos por parte de otros. Al mismo tiempo, los hallazgos indicaron que una alta IE se asociaba con una menor probabilidad de tener intención de fumar el año próximo.

Estos datos proporcionarían evidencia de que aquellos individuos con alta IE pueden beneficiarse más de los programas de prevención de presión de grupo y que aquellos programas dirigidos a la prevención de consumo de tabaco en adolescentes incrementarían su efectividad si tuvieran en cuenta variables como la IE.

Por otra parte, de acuerdo con un estudio de José A. García del Castillo, *et.al.* (2013) , concluyen que las investigaciones que relacionan la IE (Inteligencia Emocional) y las adicciones son todavía insuficientes, pero se puede apreciar en todas ellas, que los niveles altos de IE representan un factor de protección moderadamente potente para prevenir el consumo de sustancias y proteger de las adicciones comportamentales.

Sería conveniente proponer estudios encaminados a comprobar cuáles serían las relaciones entre IE y otras variables psicosociales que pueden intervenir en el proceso de iniciación a la adicción, como es el caso de la resiliencia, el autoconcepto, la autoestima, el apoyo social, las habilidades sociales o las actitudes, entre otras.

Con lo anterior, se puede comprobar que, independientemente de la sustancia o el comportamiento adictivo estudiado, la IE actúa como variable reguladora del comportamiento final, lo que lleva a pensar que puede actuar como una medida preventiva de eficacia en los programas de prevención de las adicciones, sobre todo, porque se sabe que mediante programas de intervención se pueden mejorar significativamente los niveles de IE, como se muestra en muchas investigaciones al respecto.

En comparativa con las investigaciones realizadas se percibe la idea en común de que los adolescentes que logran desarrollar competencias emocionales e inteligencia emocional son menos propensos a caer en el consumo de adicciones, así como adquieren mayores recursos para cuidarse, de manejar sus emociones de tal manera que les ayuda a relacionarse con los demás de una manera pacífica y no agresiva.

En definitiva, estos resultados son alentadores y apoyan la importancia de desarrollar habilidades emocionales en los adolescentes y por supuesto una propuesta es implementándolas en el aula, tarea aún pendiente en la mayoría de los centros educativos.

Si se quiere construir un individuo pleno y preparado para la sociedad del futuro, es necesario educar a los alumnos en el mundo afectivo y emocional. Asimismo, la opinión es que más que examinar y fomentar la IE de modo individual, se debe adoptar una perspectiva complementaria integrándola dentro de un marco más amplio junto con otros aspectos como la Orientación educativa y la Educación emocional la cual, se deriva de los planteamientos de la Inteligencia emocional.

### **3.3 Antecedentes de la Educación emocional**

Como se expuso anteriormente, la problemática del consumo de drogas conlleva distintos factores de riesgo que, se dividen en sociales e individuales. Se comprobó con diversos estudios que la poca o nula inteligencia emocional que poseen los adolescentes es un factor de riesgo determinante, por ello en este apartado se analizarán los planteamientos de la Educación emocional que se derivan de la Inteligencia emocional, que se utilizarán en esta investigación como una alternativa preventiva ante la problemática.

La Educación emocional (EE) se deriva de los planteamientos de la Inteligencia emocional (IE). La IE surge con las investigaciones de Peter Salovey y John Mayer (1993) al construir evidencia sobre la influencia de las emociones en la vida de los sujetos. Esta propuesta cuestionó los modelos educativos que hasta finales del siglo XX insistieron en la construcción de una educación que privilegiaba los aspectos intelectuales y académicos, considerando que los aspectos emocionales y sociales correspondían al plano privado de los individuos (Fernández-Berrocal & Ruiz, 2008).

Salovey y Mayer (1997) (retomado en Dueñas 2002) definen a la Inteligencia emocional como la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, así como el poder acceder y/o generar sentimientos cuando estos facilitan el pensamiento, lo que posibilita conocer comprender y regular las emociones, lo que promueve el crecimiento emocional e intelectual, planteándose la posibilidad de su educación.



Por lo que, Mayer, Salovey y Caruso (2000) (citado en Bisquerra, R. 2003:18) añaden que la inteligencia emocional es un modelo de cuatro ramas interrelacionadas:

- 1) Percepción emocional: las emociones son percibidas y expresadas.
- 2) Integración emocional: Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción cognición).
- 3) Comprensión emocional: Señales emocionales en relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación; se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado; esto significa comprender y razonar sobre las emociones.
- 4) Regulación emocional (emotional management): Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal.

Por otra parte, otro antecedente de la Inteligencia emocional es la teoría de las inteligencias múltiples, propuesta por Howard Gardner en 1983 la cual plantea la existencia de 8 tipos de inteligencia y se desarrollan de diferente manera en cada individuo.

Esas inteligencias son (Gardner, 2001):

- **Cinético-Corporal:** Es la capacidad para usar en la expresión de ideas y sentimientos y la facilidad en las manos para transformar elementos, se manifiesta en atletas, bailarines, cirujanos y artesanos.
- **Musical:** Es la capacidad de percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Está presente en compositores, directores de orquesta, críticos musicales, músicos y oyentes sensibles.
- **Lingüística:** Definida como la habilidad de usar las palabras de manera afectiva, en forma oral o escrita. Se ve en escritores, periodistas y oradores.

- **Lógico-Matemática:** Es la capacidad para utilizar los números de manera efectiva y de razonar adecuadamente. Esta inteligencia se encuentra en los científicos, matemáticos, contadores, ingenieros y analistas de sistemas. Este tipo de inteligencia es la que siempre se ha considerado como la más importante dentro de la escuela.
- **Naturalista:** Capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas, ya sea del ambiente urbano como el suburbano o rural. Lo poseen en alto nivel las personas de campo, botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas.
- **Espacial:** Es la capacidad de pensar en tres dimensiones. Permite percibir imágenes externas e internas, recrearlas, transformarlas o modificarlas, recorrer los espacios o hacer que los objetos los recorran y producir o decodificar información gráfica. Esta inteligencia se puede observar en marinos, pilotos, escultores, pintores o arquitectos.
- **Interpersonal:** Es la capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Incluye la sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y las posturas y la habilidad para responder.
- **Intrapersonal:** Capacidad de construir una percepción respecto de sí mismo y dirigir su propia vida. Incluye la autodisciplina, auto comprensión y autoestima.

Para el desarrollo de la inteligencia Gardner proponía estos 8 tipos, sin embargo la interpersonal y la intrapersonal son esenciales para el aporte de una inteligencia distinta, la emocional. En las cuales Gardner refleja la capacidad de una persona por tener una percepción y concepto de sí mismo y en otra de poder

entender a los demás, va desde la interiorización de las emociones propias para poder responder al otro.

Años más tarde, debido al reconocimiento sobre la importancia de las emociones dentro de la vida del individuo, otros investigadores comenzaron a analizar y ampliar dicho conocimiento, consecuentemente el campo de estudio de la IE comienza a hacerse más complejo y a incluirse en diferentes ámbitos, por ejemplo, dentro de las instituciones empresariales y escolares.

Fue entonces el psicólogo Daniel Goleman en 1996 quien difunde de manera importante los planteamientos hechos por diversos investigadores retomando a los pioneros Peter Salovey y John Mayer (1993), con la finalidad de dar a conocer a nivel mundial la importancia que tienen las emociones.

De acuerdo con Goleman (2005) la IE plantea que la regulación de la emoción es esencial para vivir de manera más armónica, sin embargo, el sujeto es un ser que posee esquemas cognitivos complejos por lo tanto poco se conoce a sí mismo, sabe mucho del mundo que le rodea pero poco sabe acerca de lo que siente, tiene poco conocimiento de sí mismo. La autorregulación es derivada del conocimiento de sí mismo, lo que permite al sujeto encontrar o construir soluciones a los problemas que se le presentan durante su vida.

Goleman (1995) (citado en Bisquerra, R. 2003:19) considera que la inteligencia emocional es:

**1) Conocer las propias emociones:** El principio de Sócrates «conócete a ti mismo» nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.

**2) Manejar las emociones:** La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.

**3) Motivarse a sí mismo:** Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas.

**4) Reconocer las emociones de los demás:** Un don fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean.

**5) Establecer relaciones:** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

Para Goleman (1995) son necesarias estas cinco características, para el desarrollo de la Inteligencia Emocional, sin embargo otros autores se han encargado de igual manera de definir el constructo de la inteligencia emocional e incluso de criticarla.

Durante mucho tiempo la inteligencia tenía un solo significado ligado a la cognición, que se puede medir con el Coeficiente Intelectual (CI), al momento de medirlo se trataba de predecir en el sujeto la probabilidad de ser exitoso en su vida, sin embargo como se mencionó anteriormente Salovey y Mayer, amplían el concepto de inteligencia, proponiendo al sujeto constituido por dos dimensiones que resultan ser inseparables: la cognición y la emoción.

Ahora que se ha explicado la construcción conceptual de inteligencia emocional es importante relacionar como a partir de ésta surge la educación emocional y cómo funciona.

### **3.4 Conceptualización de la Educación emocional y sus objetivos**

Hasta ahora se han desarrollado algunos planteamientos de investigadores principales y pioneros en el surgimiento de la Inteligencia emocional en la vida del individuo, por lo que ahora resulta necesario situarse en el ámbito educativo, con base en los temas relacionados con las emociones, por tal razón a continuación se explica la conceptualización de la Educación Emocional (EE) y sus objetivos.

La IE se centra en los aspectos generales de la vida del individuo; a diferencia de ésta la EE se ubica específicamente en los procesos educativos que se llevan a cabo dentro de un contexto formativo.

Uno de los autores que dan vida y fundamento a la Educación emocional es Rafael Bisquerra (2000) (citado en Vivas García, Mireya 2003:3) quien expresa que la EE es una innovación educativa que responde a necesidades sociales que no son atendidas en las materias académicas ordinarias. La describe como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral”.

Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se planten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

Aludiendo a lo anterior Bisquerra (2003) expresa que las emociones predisponen a los individuos a una respuesta organizada en calidad de valoración primaria, esta respuesta puede llegar a ser controlada como producto de una educación emocional. A lo que lo que Casassus (2006) (retomado en García Retana, José Ángel ,2012) complementa que eso significa poder ejercer control sobre la conducta que se manifiesta, pero no sobre la emoción en sí misma, puesto que las emociones son involuntarias, en tanto las conductas son el producto de las decisiones tomadas por el individuo.

Asimismo Bisquerra (2003) expone que existen múltiples argumentos para justificar la Educación emocional, un ejemplo es que un sector creciente de la población joven se involucra en comportamientos de riesgo, en este caso las adicciones, mismas que suponen un desequilibrio emocional lo cual requiere la adquisición de competencias básicas para la vida, que sirven para la prevención.

A partir de estos referentes, la EE ofrece beneficios que se pueden ver reflejados en múltiples situaciones, tales como: una comunicación efectiva, la resolución de conflictos, la toma de decisiones responsable y la prevención de drogadicción, también alcoholismo, violencia, anorexia, entre otros; situaciones donde particularmente los pre-adolescentes y adolescentes son muy vulnerables.

Añade Bisquerra, R., (2003) que además de prevenir es importante construir el bienestar, ya que hay evidencia de que en los jóvenes que experimentan un mayor bienestar personal (sentirse competentes y apoyados) es menos probable que se impliquen en comportamientos de riesgo, y al mismo tiempo es más probable que procuren mantener buena salud, tener un buen rendimiento académico y cuidar de sí mismos y de los demás.

La educación emocional se justifica en función de las siguientes premisas (Vivas García, Mireya 2003:5):

- **Desde la propia finalidad de la educación:** el Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre Educación para el siglo XXI, también llamado “Informe Delors” propone a los países fundamentar sus esfuerzos educativos en cuatro pilares básicos: aprender a conocer, aprender a ser, aprender a ser y aprender a vivir, estos son aspectos implicados en la educación emocional.
- **Desde el análisis de las necesidades sociales:** el tipo de sociedad predominante genera continuas tensiones emocionales por el estrés en el trabajo, el hacinamiento en las grandes ciudades, los conflictos familiares, las noticias constantes de guerras, la violencia, la marginalidad social. Todas estas situaciones generan una gran vulnerabilidad emocional en los ciudadanos que se ve constatada en las estadísticas que indican un aumento

de personas con trastornos emocionales y un elevado consumo de ansiolíticos, antidepresivos y drogas. Estas necesidades generan demandas al sistema educativo, se reclama la configuración de una nueva ciudadanía.

- **Desde el reconocimiento de los factores afectivos y motivacionales en el proceso de aprendizaje:** las investigaciones han demostrado el papel que juegan las actitudes positivas, de aceptación y autoeficacia, que favorecen el control emocional y la realización de las tareas académicas con mayores expectativas de logro.
- **Desde los resultados de los procesos educativos:** los elevados índices del fracaso escolar, las dificultades de aprendizaje, el nerviosismo ante los exámenes, el abandono de los estudios, la indisciplina escolar son situaciones que pueden provocar estados negativos como la apatía, la agresión, la depresión, que deben ser atendidos desde los sistemas educativos.

Por ello, la educación emocional cumple un papel fundamental y necesario en la educación formal e informal del individuo, la época en la que viven actualmente los adolescentes se encuentra llena de factores de riesgo que repercuten en su estabilidad emocional y pueden llegar a tomar decisiones equivocadas y a conductas inapropiadas que dañen a su salud y su futuro.

Asimismo Bisquerra (2000) (citado en Vivas García, Mireya, 2003:9) resalta que la EE persigue los siguientes objetivos:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas intensas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.

- Desarrollar la habilidad de relacionarse emocionalmente de manera positiva con los demás.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Se puede concluir que, la educación emocional es vista como una forma de prevención primaria, que tiene como objeto ayudar a minimizar las tendencias destructivas y a maximizar las constructivas, evitando la problemática y confusión emocional que se presentan en los diferentes momentos de la vida, específicamente en la etapa de la adolescencia, en donde Bisquerra (2003) señala que es la población más vulnerable. Es todo un proceso que lleva al sujeto a formarse de manera integral dentro y fuera de la institución escolar, sin embargo resalta que la EE responde a las necesidades que no se atienden en la educación formal, por lo tanto es necesario implementarlo pedagógicamente en ésta.

Para complementar lo anterior es importante tener en cuenta el objetivo principal de la EE el cual es el desarrollo de competencias emocionales, que se explicarán a continuación.

### **3.5 Competencias emocionales**

Como se explicó anteriormente, en la Educación Emocional se plantea el concepto básico de las competencias emocionales, siendo así su objetivo principal.

Bisquerra (2003:21) define a las competencias emocionales como un “conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia”.

Tienen como finalidad incidir en una educación para la vida, a partir de promover el bienestar personal y social, además que se integra *el saber (concepto)*, *saber hacer (procedimiento)* y *saber ser (actitud)*. El dominio de las competencias permite tener



herramientas para enfrentarse a las problemáticas que rodean a los adolescentes, en específico en esta investigación, del consumo de drogas.

En el marco de la educación emocional Bisquerra (2003) considera cinco competencias emocionales: *conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bienestar.*

### **1. Conciencia emocional**

Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.

- *Toma de conciencia de las propias emociones:* Capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones; identificarlos y etiquetarlos.
- *Dar nombre a las propias emociones:* Habilidad para utilizar el vocabulario emocional y los términos expresivos habitualmente utilizados en una cultura para nombrar las propias emociones.
- *Comprensión de las emociones de los demás:* Capacidad para percibir con precisión las emociones y perspectivas de los demás. Saber ser empáticos con el otro e implicarse en las experiencias emocionales de los demás.

### **2. Regulación emocional**

Esta es una capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.

- *Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento:* Los estados emocionales inciden en el comportamiento y éstos en la emoción; ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia). Debe

haber una unión entre estos tres factores por medio de la reflexión y el reconocimiento.

- *Expresión emocional:* Esta habilidad consiste en expresar de mejor manera la emoción o sentimiento que el individuo experimenta hacia el exterior, de tal manera que se debe tomar en cuenta que se debe ser cuidadoso, puesto que también incide en los demás el cómo se expresa con el otro.
- *Habilidades de afrontamiento:* Esta habilidad ayuda al individuo a afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de auto-regulación que mejoren la intensidad y la duración de tales estados emocionales.
- *Competencia para auto-generar emociones positivas:* Esta capacidad permite al sujeto auto-gestionar su propio bienestar para una mejor calidad de vida, ya que experimenta de forma consiente emociones positivas.

### **3. Autonomía personal (autogestión)**

Dentro de la autonomía personal se incluyen un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional.

- *Autoestima:* Consiste en tener una imagen positiva de sí mismo; esto también tiene que ver con el autoconocimiento, mientras el adolescente se conoce mejor, se ama, se cuida y se respeta.
- *Automotivación:* Capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc.

- *Responsabilidad:* Intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la importancia de la toma de decisiones.
- *Análisis crítico de normas sociales:* Reconocer y evaluar críticamente los mensajes sociales y culturales relativos a normas y comportamientos sociales y personales.
- *Buscar ayuda y recursos:* Esta capacidad es necesaria para identificar el requerimiento de apoyo y asistencia y saber acceder a los recursos disponibles apropiados así como saber dirigirse a autoridades capacitadas y precisas en el caso de los adolescentes.
- *Auto-eficacia emocional:* Significa que uno acepta su propia experiencia emocional, tanto si es única y excéntrica como si es culturalmente convencional, y esta aceptación está de acuerdo con las creencias del individuo sobre lo que constituye un balance emocional deseable.

#### **4. Inteligencia interpersonal**

Esta capacidad ayuda a mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc.

- *Dominar las habilidades sociales básicas:* Tales como escuchar, saludar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, pedir disculpas, actitud dialogante, etc.

- *Respeto por los demás:* Intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales y valorar los derechos y opiniones de las personas.
- *Comunicación receptiva:* Capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
- *Comunicación expresiva:* Capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, y demostrar a los demás que han sido bien comprendidos.
- *Comportamiento pro-social y cooperación:* capacidad para aguardar turno; compartir en situaciones con otra persona y de grupo; mantener actitudes de amabilidad y respeto hacia los demás.
- *Asertividad:* Esta habilidad permite mantener un comportamiento equilibrado, entre la agresividad y la pasividad; esto implica la capacidad para decir «no» claramente y mantenerlo, para evitar situaciones en las cuales uno puede verse presionado, y demorar actuar en situaciones de presión hasta sentirse adecuadamente preparado. Conlleva defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos.

## **5. Habilidades de vida y bienestar**

Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales. Todo apunta a potenciar el bienestar personal y social.

- *Identificación de problemas:* Esta capacidad es esencial porque permite identificar situaciones que requieren una solución o decisión y evaluar riesgos, barreras y recursos.
- *Solución de conflictos:* Afrontar conflictos sociales y problemas interpersonales, aportando soluciones positivas e informadas a los problemas.
- *Negociación:* Considerando la perspectiva y los sentimientos de los demás, esta habilidad es necesaria para llegar a acuerdos y resolver conflictos de manera prudente y pacífica.
- *Fluir:* Capacidad para generar experiencias óptimas en la vida profesional, personal y social.

Cabe señalar que estas competencias no son cualidades innatas, sino habilidades aprendidas, cada una de las cuales aporta una herramienta básica para potenciar un desarrollo integral del individuo.

Ibarrola (2011) (citado en Márquez-Cervantes, M.C y González, M.L 2017) expresa que “la carencia de las aptitudes anteriores se denominan actualmente como analfabetismo emocional” (p.224).

A partir de los planteamientos anteriores se puede deducir que, el desarrollo de competencias emocionales es un constructo compuesto por múltiples procesos, donde la interacción de la persona con uno mismo y la sociedad está presente. Asimismo la importancia de adquirir estas competencias es que a través de su dominio el individuo puede tener una mayor adaptación al contexto y una mayor probabilidad de éxito y felicidad en su vida.

Como se describió en el capítulo anterior tomando en cuenta a la población estudiada, la adolescencia es un período de apertura al mundo social, por lo que no es poco frecuente encontrar dificultades en el área de las habilidades de relación

para interactuar. En este sentido, una persona con dificultades para expresar abiertamente sus opiniones o para desenvolverse adecuadamente en su entorno será más vulnerable a la influencia de su grupo. Así, si el consumo de drogas es algo frecuente en este medio, la persona que carece de competencias emocionales, con poca asertividad, tendrá más dificultades para resistirse a la presión de sus compañeros o amigos, mientras que sucederá lo contrario en el individuo que posea un buen repertorio de habilidades sociales.

También cabe suponer que para el adolescente que carezca de un repertorio adecuado de habilidades sociales, el consumo de drogas se presente como una vía alternativa para satisfacer sus necesidades emocionales y de afiliación social y como medio de amortiguar el impacto de una situación vital que no controla totalmente. (Pons y Berjano, 1999; Smith et al. 1993) (retomado de Laespada, T. et al 2004). En este sentido, el consumo se convierte en un modo de afrontamiento de las relaciones sociales y en una forma de enfrentarse a los problemas de la vida cotidiana.

Por lo tanto, en esta investigación se apunta a que es importante y esencial que el adolescente logre desarrollar estas competencias que sirvan como barrera a los factores de riesgo y que no solo evite el consumo de drogas, si no, también que le permita ser capaz de enfrentar cualquier circunstancia en la vida que se le presente y sepa actuar desde su sentir y pensar.

Con base en lo anterior, se pretende prevenir la problemática con los planteamientos de la Educación Emocional, ya que, como se explicó anteriormente, al desarrollar competencias emocionales atiende las necesidades sociales y emocionales que no son vistas en la educación formal, y esto se complementará con las bases de la Orientación Educativa.

### **3.6 Orientación educativa y educación emocional para la prevención de las adicciones**

Para concluir este capítulo, se ha mostrado anteriormente la necesidad e importancia de la educación emocional en el marco de prevención para el consumo de adicciones en adolescentes, ahora se desarrollará el complemento de esta investigación que es la Orientación Educativa.

La conceptualización de la Orientación Educativa (OE) se ha definido y redefinido por distintos autores, sin embargo todas van encaminadas hacia un mismo propósito e intencionalidad.

Varios de estos conceptos se expusieron en el primer capítulo, sin embargo una de las definiciones más completas a mi parecer es la de Álvarez, M. y Bisquerra, R., (2012) que conciben a la orientación educativa como un proceso de ayuda y acompañamiento a todo el alumnado, profesorado y familias, en todos los aspectos del desarrollo (personal, académico, profesional, social, emocional, moral, etc.). Esto se lleva a la práctica mediante una intervención continua a lo largo de toda la escolarización y se complementa entre todos los agentes implicados.

Por lo tanto se puede concluir a la OE como un “proceso de ayuda” o acompañamiento que se inserta de forma concreta dentro del ámbito escolar, el cual contribuye al alumno a conocerse a sí mismo, con la finalidad de tomar decisiones prudentes en lo mejor posible y de igual manera guiar a los agentes que interactúan cercanamente con el alumno tales como padres de familia, docentes e incluso con compañeros y amigos dentro y fuera de la institución. Busca guiar y potenciar de manera integral el desarrollo en todos los aspectos de la vida del individuo.

Las bases de la Orientación Educativa se dividen en: conceptualización, funciones, principios, áreas de intervención y modelos y es indispensable conocer cada una de las bases porque de ahí surge tomar en cuenta el principio de prevención en el cual se inserta esta investigación, el área de intervención y el modelo de intervención que se utilizará para la implementación de una propuesta para la prevención de la problemática expuesta.

En un principio se denota que la definición de Orientación Educativa es precisa para tratar el tema de investigación, porque la OE es un proceso de ayuda que se inserta en el ámbito escolar que acompaña al orientado de forma constante e integral, lo ayuda a conocerse a sí mismo con la finalidad de que éste pueda tomar decisiones de manera prudente y esta definición va estrechamente relacionada con la finalidad de la Educación emocional.

Si hablamos de la OE en la educación secundaria existe un departamento de orientación donde se tratan los aspectos de carácter integral, tanto emocionales como académicos. Por lo tanto un orientador para encontrar la problemática, que en este caso es el consumo de drogas cuenta con las funciones de la OE: como la realización de un diagnóstico psicopedagógico, función asesora y diagnosticadora, estas funciones con la finalidad de identificar y describir el fenómeno que crea la problemática y se complementa con las demás funciones.

Después entorno a la problemática se busca un principio; para este trabajo recepcional se ha concluido utilizar el principio de prevención en un nivel primario, en donde se ha observado que el contexto en el que se encuentran los alumnos de secundaria, antecedentes familiares y tomando en cuenta las características generales de un adolescente es preciso evitar que experimenten el consumo, se pretende que eliminen las causas que puedan presentar la problemática.

Incidir en un área de intervención es necesario en la formación de un orientador porque se requiere de un conjunto de temáticas de conocimiento, formación e intervención. El área correspondiente a este tema es la de "Orientación para la prevención y el desarrollo humano" porque corresponde al desenvolvimiento personal y social de los sujetos; este ámbito de la orientación ha de procurar que las formas de actuar en su entorno familiar, escolar o laboral sean las más adecuadas, por medio del desarrollo de ciertas habilidades en cuanto a resolución de problemas, desarrollo de canales de comunicación, facultad de socialización y normas de convivencia, así como forjar la autoestima y consideración propia de los sujetos.



Por último la labor de un orientador necesita un modelo para accionar e intervenir con el orientado, dicho modelo debe estar definido por unos objetivos y formas de actuación determinadas. El modelo requerido para implementar es el modelo de programas, porque este modelo es uno de los más utilizados para la elaboración y planificación de programas preventivos que tienen como objetivo informar y crear conciencia en los orientados para evitar problemáticas que estén presentes en la realidad del contexto, así como en la problemática de las adicciones en adolescentes, como una propuesta para su prevención donde anteriormente se ha diagnosticado un alto índice de riesgo; por medio del modelo de programas se podrá diseñar un programa-taller preventivo en donde los adolescentes adquieran herramientas emocionales y sociales que ayuden a prevenir la problemática.

En conclusión, en este proyecto se pretende analizar la problemática desde las áreas, principios y modelos de la Orientación Educativa, de tal modo que la propuesta vaya encaminada a insertarse en el ámbito educativo y brinde un apoyo integral al adolescente que en conjunto con la Educación emocional refuerce e incorpore el modelo de competencias en un programa preventivo del consumo de drogas, que significa que además de ofrecer contenido informativo y de desarrollar habilidades, es necesario fortalecer otros recursos cognitivos y emocionales del ser humano, por ejemplo, actitudes y aptitudes. Pero sobre todo, facilitar espacios de aprendizaje para prepararlos en la movilización de dichos recursos (conocimientos, habilidades y actitudes) en situaciones donde se presentan factores de riesgo asociados al consumo de drogas.

## Capítulo IV

### Un acercamiento al consumo de drogas en la escuela secundaria #230 “Jesús Mastache Román”

En este capítulo se presenta la investigación de campo, la cual tiene como propósito profundizar y conocer la problemática dentro de un contexto educativo, así mismo se explica la estrategia metodológica que se utilizó para abordar la problemática de este trabajo.

Se inicia con la descripción del contexto de la institución en la que se situó el problema, posterior a esto, se explican las características de la investigación, las razones por las que se eligió el enfoque, además de otros aspectos como las fases en las que se pretende desarrollar la investigación y la selección y descripción de los informantes.

Además se describe el instrumento utilizado para la construcción de evidencia de la problemática y la manera en cómo fue aplicado. Por último, se presenta el análisis de la información obtenida, que ésta contribuyó al desarrollo de la propuesta del programa preventivo ante el consumo de drogas.

#### 4.1 Descripción del contexto

La Escuela Secundaria Diurna No. 230 “Jesús Mastache Román”, se encuentra ubicada en Ingeniero Jesús Gómez González s/n, Coapa, Prado Coapa, Tlalpan, 14350 Ciudad de México, CDMX.



La calle en la que se encuentra la institución es de fácil ubicación, ya que colinda con una avenida principal que es División del Norte además que en la localidad se ubican distintas haciendas y fraccionamientos privados, sin embargo por el turno vespertino en un horario de las 20:15 hrs. que es el horario de salida, la calle carece de alumbrado público y en dirección a Jardines de Villa Coapa en los fraccionamientos son muy solitarias las calles para los alumnos.

En cuanto al transporte es de fácil acceso, ya que en división del norte salen diferentes transportes públicos que van por toda la zona de norte a sur, se puede tomar transporte en toda esa avenida y en la contraposición que es Calzada de Guadalupe que llegan hasta periférico y también hacen paradas en la estación de metro más cercana que es Taxqueña.

El acceso es por la calle Ingeniero Gómez González, internamente la escuela cuenta con una persona encargada de los registros de personas visitantes por lo que al acceder se pide registrarse en un cuaderno, la institución cuenta con estacionamiento al aire libre para los profesores y personal.

En cuanto a la estructura interna del colegio, al ingresar del lado derecho se encuentran los sanitarios de alumnos divididos en baños de niñas y baños de niños, posteriormente se encuentran las oficinas principales en donde se sitúa el personal de administración y directivos en planta baja del establecimiento, seguido del salón donde los estudiantes tienen su clase de música.

En planta alta se encuentra el salón audiovisual que cuenta con mesas, sillas, pizarrón pequeño y desmontable, una lona en donde se puede proyectar, ahí los estudiantes toman clase cuando los maestros lo requieren y también ahí se realizan las juntas con padres de familia.

En contraparte después de cruzar el patio principal donde los estudiantes hacen deporte y donde se encuentran estacionados los autos de los profesores y personal, se encuentran los salones de clases, divididos en dos edificios, uno frente a otro, cada edificio cuenta con dos niveles (planta baja y piso 1).

A continuación se muestra el mapa de distribución de la institución.

Figura 3. Planta baja

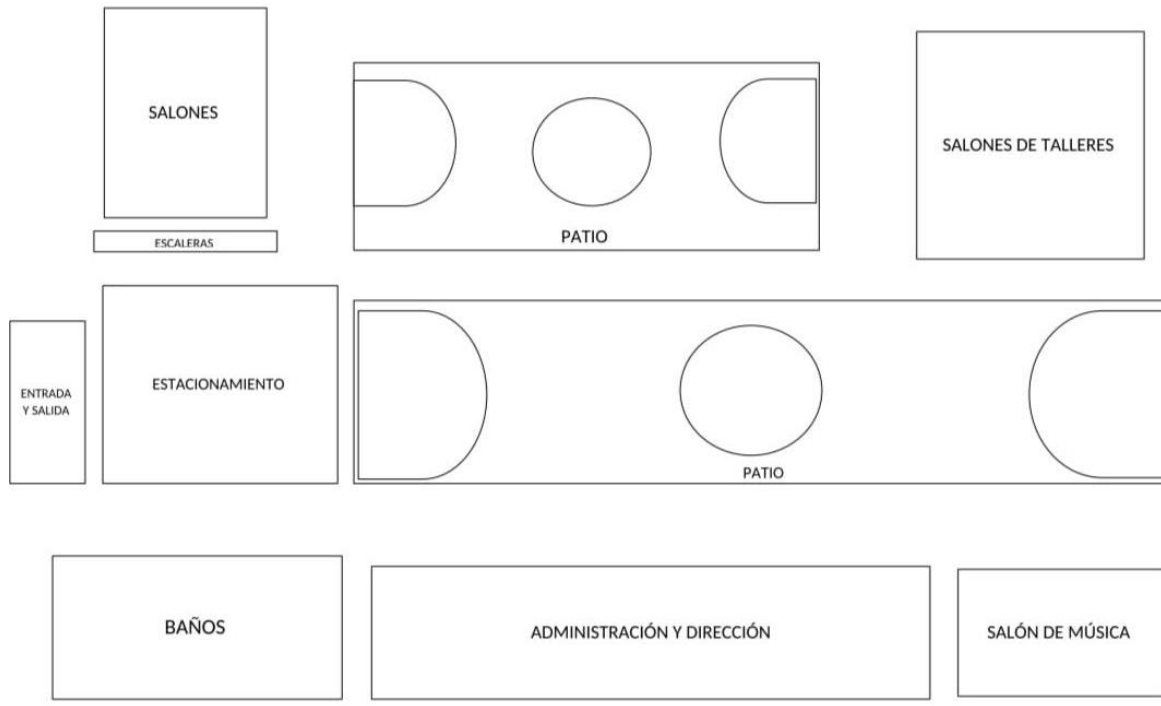
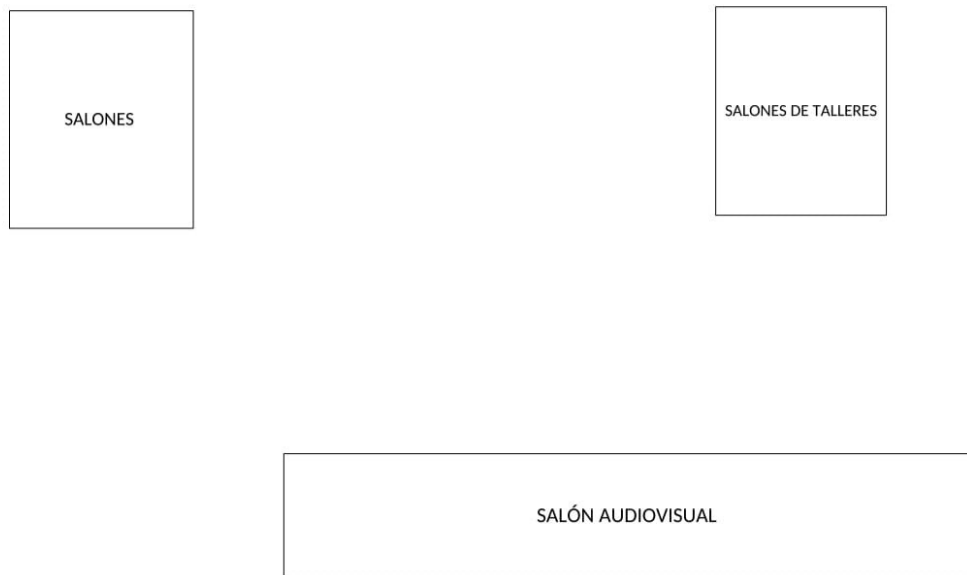
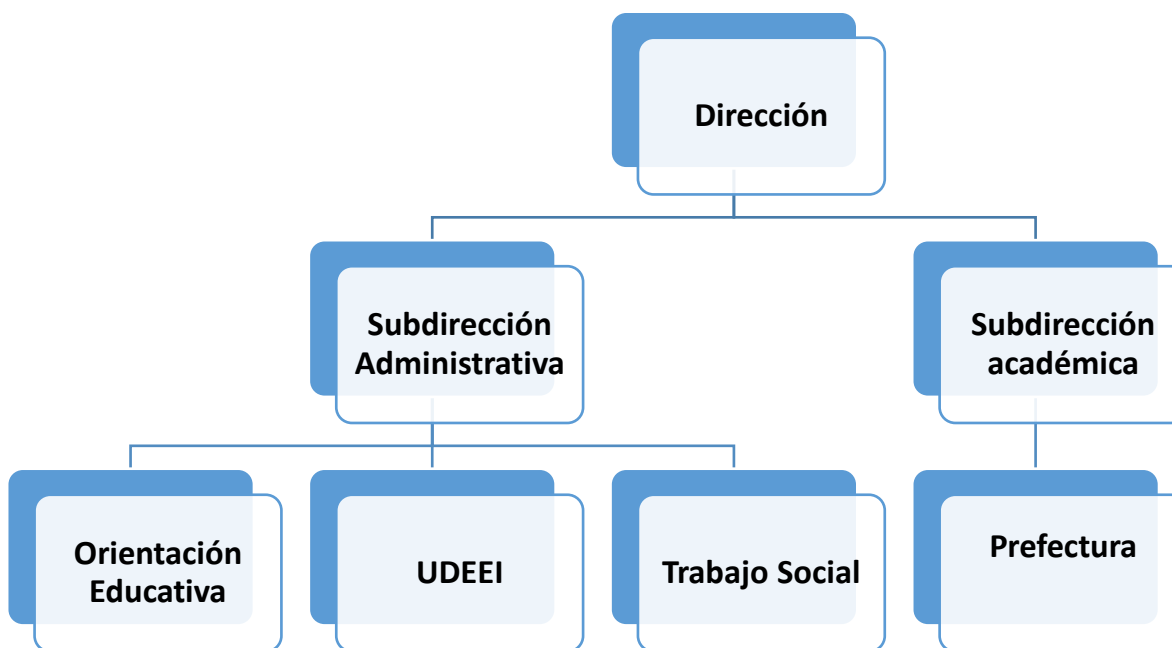


Figura 4. Piso 1



La institución cuenta con una organización de tipo jerárquica en donde existen diferentes cargos, por consiguiente distintas funciones entre los directivos y administrativos, a continuación se presenta un esquema correspondiente a los cargos de la institución del turno vespertino.



La autoridad encargada del seguimiento a la aplicación del instrumento y de proporcionar algunos datos de la institución fue la profesora de UDEEI, prácticamente ella es la responsable de coordinar asuntos externos y también tiene el rol de orientadora escolar.

La información de los demás agentes en cuanto a especificar las actividades que realizan no pudo ser concretada debido a que la profesora no podía proporcionar dicha información, de igual manera tampoco se pudieron conseguir los datos de los horarios exactos de cada grupo, debido a la falta de tiempo y a los compromisos que tenía la profesora.

Sin embargo de manera general la institución cuenta con dos turnos de clases, el matutino (7:30 am- 1:40pm) y vespertino (2:00 pm- 8:10 pm) de lunes a viernes.

## 4.2 Estrategia metodológica

Esta investigación se desarrolló desde la perspectiva cuantitativa no causal, ya que como explica Sampieri, R., *et.al* (2014) “en la aproximación cuantitativa no causal los planteamientos que se investigan son específicos y delimitados desde el inicio de un estudio, además la recolección de datos se fundamenta en la medición y el análisis en procedimientos estadísticos”. (p.19)

Por lo que en este proyecto se analizó, comprendió y los resultados obtenidos demuestran la importancia del desarrollo de competencias emocionales en los adolescentes que les permitan por medio del autoconocimiento adquirir herramientas de prevención y conciencia ante el consumo de sustancias nocivas y los factores de riesgo que implican.

Desde una perspectiva de Orientación educativa en el área de prevención y desarrollo se trabajó esta problemática. Puesto que estando el investigador inmerso en el problema, cuando se realizan aproximaciones a la realidad por medio de la descripción de los resultados obtenidos mediante un instrumento de medición se llegan a afirmar o negar las hipótesis establecidas.

Este tipo de metodología no se basa en una hipótesis pero sí en una pregunta de investigación. De igual manera cabe señalar que con base en la metodología cuantitativa no causal el tratamiento que se realiza en esta investigación es mediante la estadística descriptiva, ya que se busca describir a la población establecida con datos numéricos.

En la investigación se presentaron los niveles de análisis, descripción, interpretación y reflexión, puesto que ,como primer punto con el marco referencial se analizaron y describieron los diversos factores sociales e individuales que conllevan al consumo de adicciones, específicamente visto desde el factor socioemocional en los alumnos de secundaria y con base a una conceptualización de la Orientación educativa tratar este fenómeno interpretando y reflexionando como se puede prevenir y que propuesta se puede aplicar.

Para el desarrollo de la investigación se plantearon las siguientes fases:

La primera fase de la investigación consistió en la investigación documental, la cual ayudó a entender la problemática así como los diferentes conceptos teóricos que la constituyen. Así mismo, en esta misma fase se construyeron los criterios para la selección de los informantes para la investigación de campo.

En la segunda fase se elaboró un instrumento (cuestionario) que permitió conocer con qué competencias emocionales cuentan o carecen las adolescentes, mismas que les permiten tener herramientas para prevenir la drogadicción.

De igual manera, en esta misma fase se piloteó el instrumento y posteriormente se aplicó a los informantes seleccionados por medio de los criterios elaborados de la fase anterior.

En la tercera fase se analizó la información recolectada del instrumento, con la finalidad de poder entender de mejor manera la problemática que presenta la institución y los estudiantes con respecto a los factores de riesgo.

La cuarta fase consistió en la elaboración de la propuesta que involucra la implementación de la Educación emocional en conjunto con el principio de prevención de la Orientación Educativa. Cabe señalar que dicha propuesta fue construida con base en la información que se obtuvo de la investigación de campo, esto con la finalidad de responder a las necesidades que presentan los informantes en torno a la problemática.

### **4.3 Selección y descripción de los informantes**

Los datos y la información se obtuvieron por medio de una muestra no probabilística, si bien, de acuerdo con Bisquerra (1989) la muestra es un subconjunto de la población, se selecciona por algún método de muestreo, sobre el cual se realizan las observaciones y se recogen los datos. Por lo tanto al trabajar con una población amplia todos pueden presentar la problemática establecida en este trabajo, por ello,

el método de muestreo que se utilizó fue no probabilístico, ya que en comunión con Sampieri, *et.al* (2006) indica que en las muestras no probabilísticas “ la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características del investigador o del que hace la muestra” (p.75) quiere decir que el procedimiento no es mecánico ni con base a fórmulas de probabilidad a comparación con la probabilística; sino que depende del proceso de toma de decisiones de una persona o grupo de personas.

Como tipo de muestra no probabilística se utilizó el tipo “Casual”, ya que refiere al caso más frecuente de utilizar como muestra a individuos con los que se tiene facilidad de acceso, en este caso fueron voluntarios.

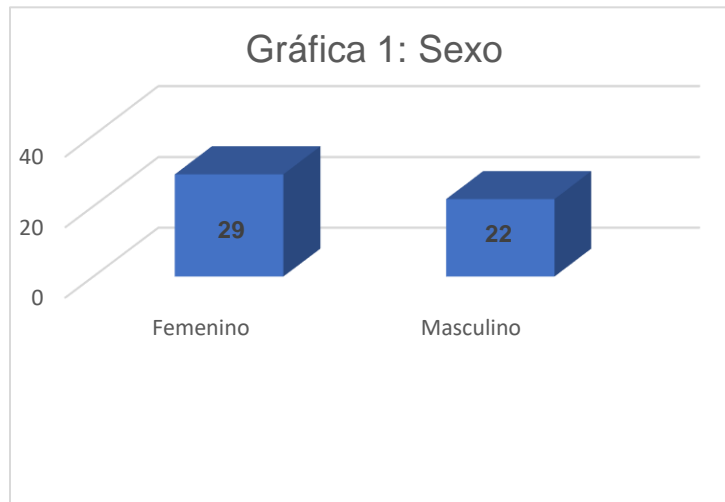
De acuerdo con esta definición la población de esta investigación es hasta cierto punto de fácil acceso porque los directivos dieron autorización para aplicar el instrumento así como proporcionar algunos datos informativos, sin embargo por la cuestión de pandemia por Covid-19 no se pudo abordar a profundidad las características propias de la estructura interna de la institución.

Entonces, la selección de los informantes que componen la muestra no probabilística, intencionada y casual fue con base en los siguientes criterios:

- Ser estudiante de la escuela secundaria #230 “Jesús Mastache Román”.
- Tener entre 11 y 15 años de edad.
- Pertener al turno vespertino.

Una vez que se han explicado los criterios y características de la muestra, a continuación se describen las características de los informantes. El instrumento se aplicó a 51 estudiantes y se obtuvieron los siguientes resultados:

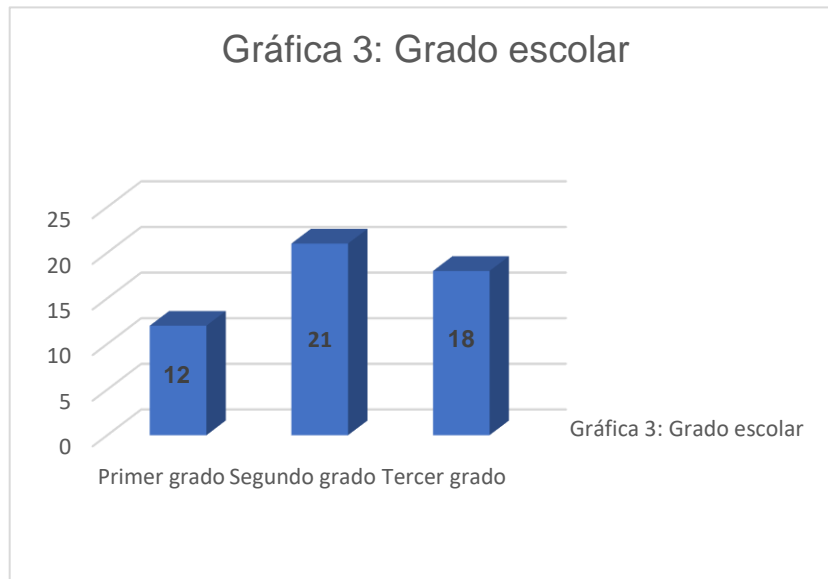




Con relación al sexo se presenta gráfica 1, en la cual se obtuvo que 29 integrantes son del sexo femenino y 22 del masculino, dando como resultado que existe una mayoría en la cantidad de estudiantes mujeres y en menor número estudiantes hombres.



Con respecto a la edad, el promedio que se obtuvo es de 12 a 14 años de edad, solo tres de los encuestados se encuentran en la edad de 11 años, once alumnos tienen 12 años, dieciocho 13 años, quince respondieron que tienen 14 años y en minoría tres estudiantes ya han llegado a la edad de 15 años.



Como se muestra en la gráfica 3, se seleccionaron como informantes los tres grupos del turno vespertino, uno de cada grado, la mayor cantidad de alumnos se concentra en segundo grado con un total de 21 alumnos y en minoría se encuentra primer grado con un total de 12 alumnos.

#### **4.4 Descripción del instrumento y sus categorías**

El instrumento que se utilizó para esta investigación fue un cuestionario, de acuerdo con Bisquerra (1989) “los cuestionarios consisten en un conjunto más o menos amplio de preguntas o cuestiones que se consideran relevantes para el rasgo, característica o variables que son objeto de estudio” (p.52) por lo que se realizó un instrumento que permita detectar el tipo de competencias emocionales que poseen los estudiantes y cuáles les hace falta desarrollar, esto permitió proporcionar más datos necesarios para este proyecto que aportó información para desarrollar la propuesta para prevenir el consumo de adicciones y factores de riesgo asociados en los estudiantes.

Así mismo, este instrumento permitió tener un acercamiento a las situaciones en las que queremos que la persona matice su opinión. En este sentido, las categorías de respuesta planteadas así como sus “ítems” sirvieron para tener un acercamiento sobre los sentimientos del encuestado hacia dicha afirmación, en este caso sirvieron para obtener resultados acerca de las competencias emocionales que poseen los estudiantes y de las que se encuentran limitadas, considerando los diversos factores de riesgo que pueden presentar los estudiantes con respecto a la drogadicción y saber si poseen las competencias necesarias para poder prevenir el consumo y cuales necesitan desarrollar para la realización de la propuesta.

Entonces, el cuestionario que se construyó está compuesto por 7 categorías, cada una de ellas contiene sus respectivos ítems, de esta manera el cuestionario se concretó con 20 preguntas. (Véase anexo 1).

A continuación se presenta un cuadro en el que se describen las categorías y los ítems del cuestionario que se utilizó para la obtención de la información.

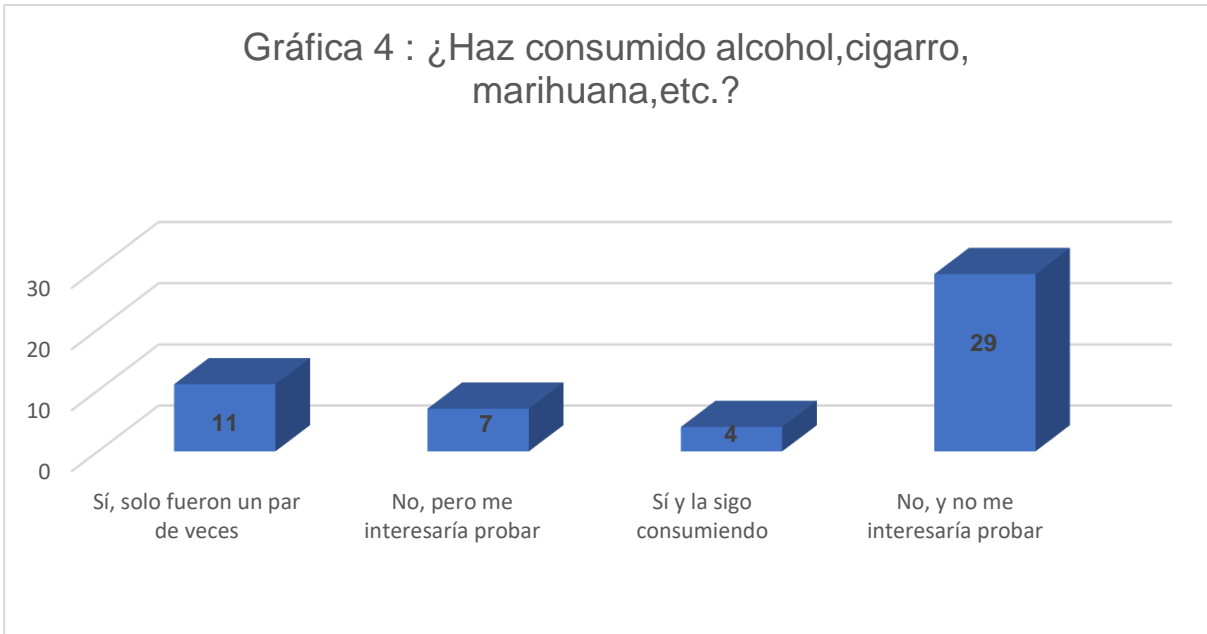
Categoría de análisis	Ítem de análisis
Información personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Edad</li> <li>• Sexo</li> <li>• Grado</li> <li>• Grupo</li> </ul>
Diagnóstico consumo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel familiar y escolar</li> </ul>
Conciencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de conciencia de propias emociones</li> <li>• Empatía</li> </ul>
Regulación emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresión emocional</li> <li>• Toma de conciencia entre la emoción y acción.</li> <li>• Afrontamiento de factores de riesgo</li> </ul>
Autonomía personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Autoestima</li> <li>• Autocuidado</li> <li>• Responsabilidad</li> </ul>
Inteligencia interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades pro-sociales</li> <li>• Habilidades de comunicación asertiva</li> </ul>

Habilidades de vida y bienestar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificación de problemas</li> <li>• Solución de conflictos</li> <li>• Bienestar personal y social</li> </ul>
---------------------------------	--

El instrumento tiene la característica de que fue aplicado de manera digital a los estudiantes de primero, segundo y tercer año de secundaria en el turno vespertino debido a la situación de pandemia por Covid-19, cumpliendo con el propósito de ser respondidos individualmente. Se analizaron los datos obtenidos y se presentan a continuación.

**4.5 Presentación y análisis de la información**

Las primeras cuatro preguntas del instrumento tienen el propósito de mostrar el consumo en los estudiantes, las cuales permitirán saber el acercamiento que han tenido hacia las drogas, es decir, si ya han experimentado el consumir drogas, si les llama la atención consumir o si algún familiar de ellos es consumidor.



**Descripción:** La primer pregunta se refiere a que si los estudiantes han consumido algún tipo de droga, por lo que se obtuvo la siguiente información.

Como resultado se obtuvo que 11 alumnos sí han probado algún tipo de droga, específicamente, los alumnos que seleccionaron esa respuesta, 4 contestaron haber probado el cigarro, 6 alcohol y 1 cigarro de marihuana.

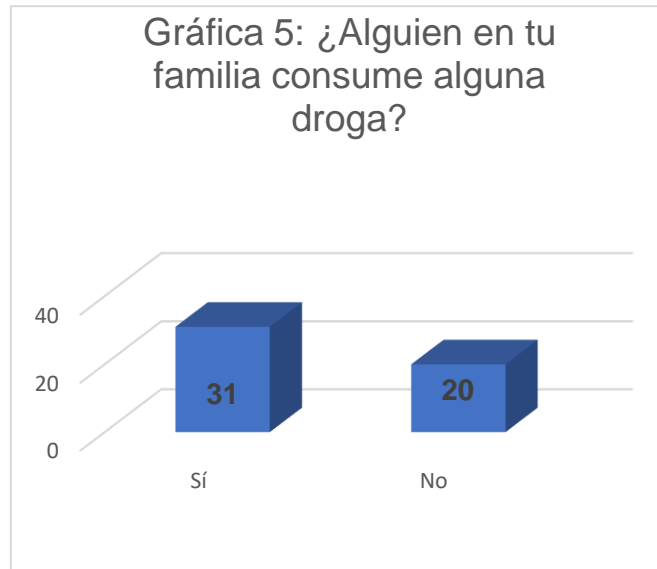
Posteriormente 7 estudiantes eligieron la respuesta de no haber probado algún tipo de droga, sin embargo les interesaría probarla, los 7 respondieron que les interesaría probar el alcohol.

En minoría, 4 alumnos respondieron que sí han consumido drogas y en la actualidad las siguen consumiendo, concretamente de los 4, 3 respondieron que consumen el cigarro y 1 alcohol.

Posteriormente, en mayoría, 29 encuestados contestaron que no han probado alguna droga y no les interesaría probar.

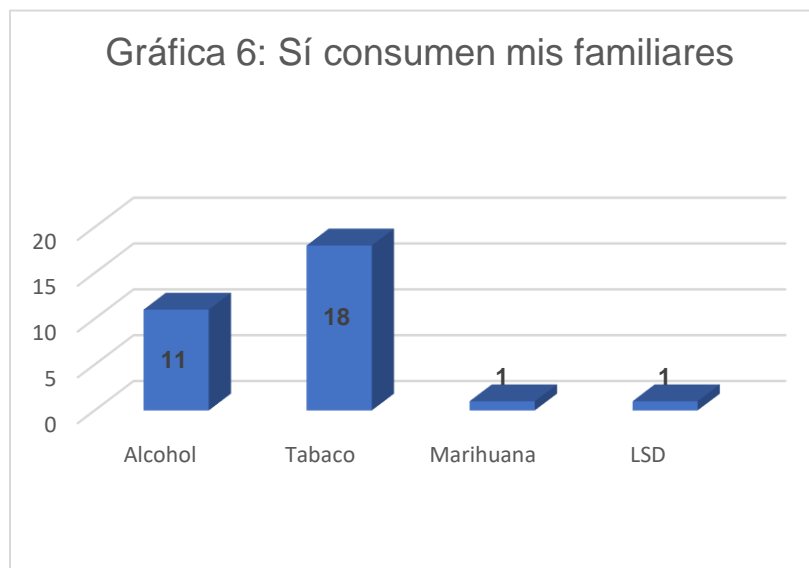
**Análisis:** En esta gráfica se puede observar que existe una mayoría de alumnos que no han tenido contacto directo con las drogas, en totalidad 36, sin embargo 7 de ellos expresan la curiosidad por experimentar por primera vez, lo cual responde a estar alerta ante la inquietud de éstos jóvenes, para prevenir el consumo, ya que, en diversos estudios se comprueba que una de las razones más comunes de inicio de consumo es realmente la curiosidad por experimentar la sensación que causan las drogas, específicamente en jóvenes.

Asimismo, se observa, en minoría, pero resulta significativo el hecho de que 15 adolescentes ya han tenido contacto con algún tipo de droga, lo más notorio resultó con 4 alumnos que respondieron que se encuentran actualmente en consumo de sustancias, aquí se puede notar que existe un problema que se asocia con la adicción, por lo que es importante tenerlo en cuenta para la aplicación del programa.



**Descripción:** La segunda pregunta, refiere si alguien en la familia consume alguna droga y tienen que especificar qué droga consumen en caso de ser afirmativa la respuesta.

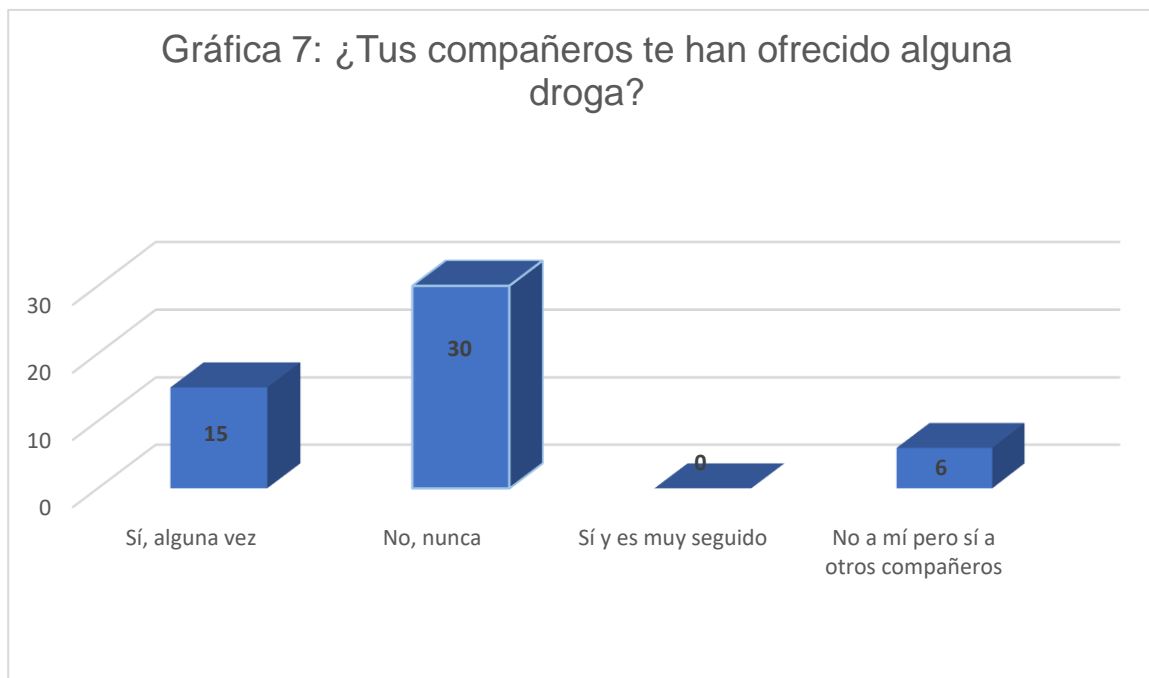
En la gráfica se puede observar el total de alumnos que respondieron negativamente a la pregunta, con una cantidad de 20 personas, en contraparte, dieron respuesta afirmativa a la pregunta 31 encuestados respondiendo que alguno o algunos de sus familiares sí consumen algún tipo de droga.



Específicamente 11 respondieron que sus familiares consumen alcohol, 18 escribieron tabaco, 1 marihuana y también 1 LSD.

Por lo tanto, se obtuvo un resultado alto en respuestas afirmativas en cuanto al consumo en la familia. La droga más común entre los familiares es el tabaco y el alcohol.

**Análisis:** A partir de los resultados se puede decir que es mayor la cantidad de respuestas afirmativas en torno al consumo que existe dentro del núcleo familiar, por lo que, esto puede tomarse como un factor de riesgo para los adolescentes, como se ha mencionado anteriormente, la influencia de la familia es vista como uno de los factores de riesgo que con más insistencia se plantea en investigaciones sobre adicciones porque es el núcleo social donde se desarrollan los adolescentes desde niños y en la etapa a la madurez es donde también adquieren ciertos hábitos y demuestran en la sociedad lo que se aprende en casa. El ambiente familiar denota muchas circunstancias en la toma de decisiones de los jóvenes sin embargo, cuando dentro del núcleo tan cercano existe un consumidor de algún tipo de droga se llega a normalizar el consumo para el joven o se incita a experimentar y posteriormente a ser consumidor.



**Descripción:** Esta pregunta se enfoca en el ambiente interno de la escuela, ya que, la pregunta corresponde hacia el tema de la influencia social o la presión de pares, teniendo en cuenta si algún compañero les ha llegado a ofrecer algún tipo de droga. Como se muestra en la gráfica, de los 51 alumnos encuestados 15 respondieron que sí les han llegado a ofrecer alguna vez, específicamente como se observa en la gráfica 8 de los 15, 9 expusieron que les han ofrecido tabaco, 4 alcohol y a 2 cigarro de marihuana

Posteriormente 30 alumnos de los 51 expusieron que nunca les han ofrecido consumir algún tipo de sustancia adictiva.

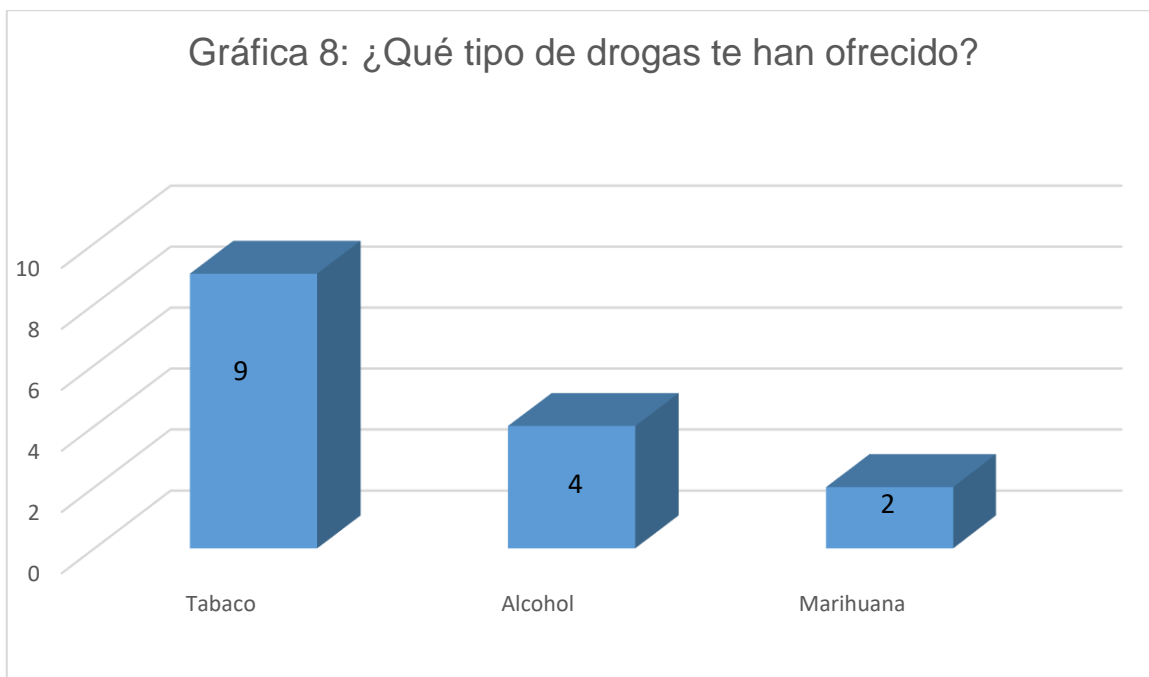
En cuanto a la respuesta “sí es muy seguido” ningún estudiante escogió esa opción.

Por último, en minoría 6 encuestados respondieron que a ellos no les han ofrecido algún tipo de droga, pero que han escuchado que a otros compañeros sí.

**Análisis:** En esta pregunta el resultado más alto se obtuvo con los jóvenes que respondieron que nunca algún compañero les ha ofrecido drogas, sin embargo no se puede descartar el hecho de que les pueda ocurrir, no solo en la etapa de secundaria, sino en preparatoria o en otras circunstancias próximas, la presión de pares es uno de los factores de riesgo más comunes a los que están expuestos los

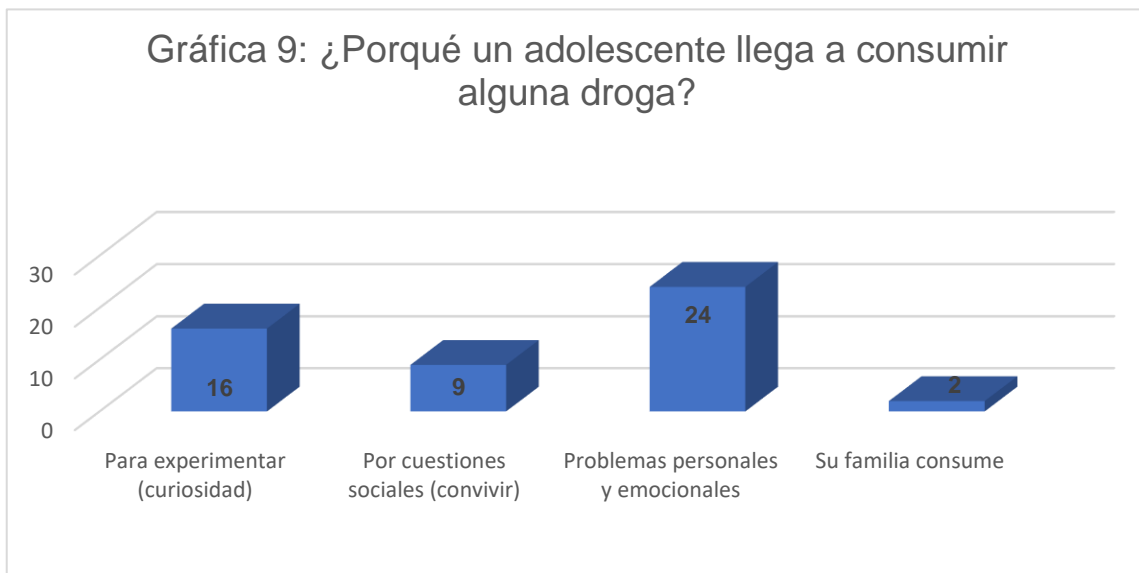


adolescentes, por ello, el tener conocimientos y habilidades para la vida como las competencias emocionales que van encaminadas a la regulación emocional y autonomía personal serán de gran utilidad para que se pueda tomar decisiones informadas y con criterio propio sin miedo a ser rechazados por los demás o tener la necesidad de encajar en un grupo social.



**Descripción:** Con relación a la respuesta anterior en esta gráfica se muestra la información antes mencionada en donde de los 51 alumnos encuestados 15 respondieron que sí les han llegado a ofrecer alguna vez alguna droga, de los 15, 9 expusieron que les han ofrecido tabaco, 4 alcohol y a 2 cigarro de marihuana.

**Análisis:** Como se observa, el indicador más alto es el tabaco, y sigue el alcohol. Actualmente se incrementó la accesibilidad para poder obtener lo que son las drogas legales como el alcohol y el tabaco, porque son drogas de alta demanda y que se consumen diariamente.



**Descripción:** Esta pregunta es abierta y tiene el propósito de que los estudiantes expresen su opinión sin posibles opciones de respuesta establecidos, en donde se busca que los propios adolescentes respondan a la pregunta del porque ellos piensan o saben que un adolescente llega a consumir alguna droga.

En la cual, sus respuestas resultaron ser variadas, sin embargo encaminadas o referidas a las siguientes:

Como se puede observar, 16 estudiantes de los 51 expusieron que, comúnmente los adolescentes que prueban o consumen alguna droga es porque sienten curiosidad de conocer el sabor o los efectos que causan, y por lo tanto deciden experimentar.

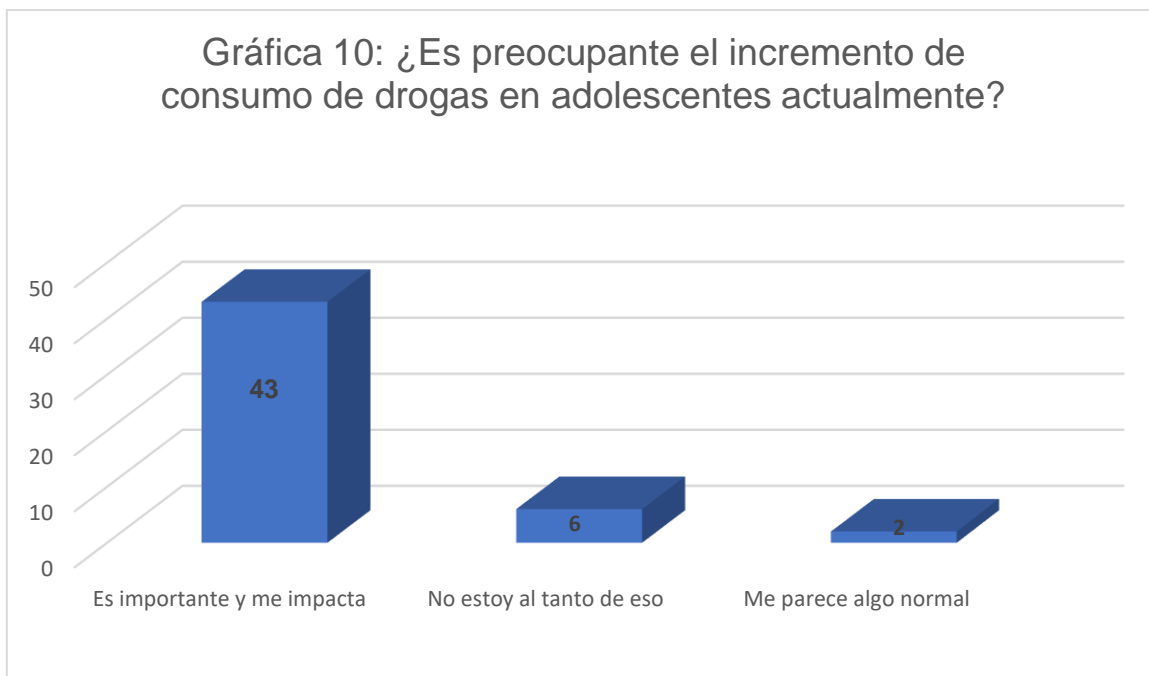
Por otra parte 9 encuestados concluyeron que hay mayor probabilidad de que los jóvenes consuman para sentirse mayores o poder encajar en los grupos de amigos y compañeros, lo hacen para poder convivir y porque existe una presión de pares.

Asimismo, 24 respondieron que la razón de que los adolescentes consumen es porque tienen problemas personales, como la baja autoestima, depresión,

dificultades en la escuela, problemas en casa con la familia y/o decepciones amorosas.

En minoría 2 alumnos respondieron que la causa es que dentro del núcleo familiar se incita al consumo porque si los padres o tutores son constantes en el consumo también el adolescente lo repite.

**Análisis:** Cada alumno respondió en función a su percepción de la realidad, a sus conocimientos y experiencias directas e indirectas y relativamente expresaron 4 de los factores de riesgo más estudiados y mencionados en materia de adicciones, sin embargo llama la atención el resultado más alto con 24 respuestas de 51 alumnos, en donde exponen el factor emocional, como principal razón del porque los adolescentes consumen drogas, y es precisamente el factor más influyente que se ha mencionado en estudios y que se tomó en cuenta para el estudio del proyecto. Cuando existen problemas en casa con la familia, malos entendidos entre amigos, básicamente en toda la esfera social del adolescente es determinante cómo influye la manera en la que se desenvuelve, en la que percibe, en la que se desempeña, en la que siente, piensa y actúa. Las emociones tienen una función fundamental en la vida de todos los seres humanos, son necesarias para pensar, reaccionar, actuar pero sobre todo para poder decidir. Cuando existe una problemática en las emociones es común que los adolescentes quieran buscar una sensación de bienestar en las drogas, les da curiosidad, y prefieren refugiarse en sustancias nocivas para su salud que poder enfrentar su realidad y buscar otra alternativa.



**Descripción:** Posteriormente el propósito de esta pregunta es saber qué tanta importancia le dan los encuestados a la problemática de adicciones en adolescentes, a lo cual eligieron una de las tres respuestas posibles.

En mayoría 43 alumnos de 51 encuestados respondieron que para ellos es muy importante hablar y entender el tema del consumo en adolescentes, ya que ha incrementado considerablemente, y es un tema al cual ellos están más expuestos hoy en día.

Del total, 6 contestaron que en realidad no están al tanto del tema, les parece algo indiferente.

Al final en minoría, 2 opinaron que les parece la problemática algo normal que pasa todos los días y que no hay mucho que hacer para remediar o evitar.

**Análisis:** Los resultados de esta pregunta muestran que hay una mayoría de adolescentes que ven la problemática como un tema que les impacta y les interesa y en minoría se muestra que hay jóvenes que no están informados y que ven la situación como algo normal. Es de gran importancia que los jóvenes estén bien

informados acerca de éste tema, se sabe que el consumo de drogas es un tema que se ha visto desde muchas generaciones atrás, sin embargo actualmente se han incrementado las cifras de consumo en jóvenes porque están expuestos y es más fácil la adquisición de éstas, y por ello no se puede normalizar esta problemática o no darle la importancia debida porque al estar informado y ver la problemática en todo el panorama ayuda a reflexionar, analizar y poder tomar una decisión informada.

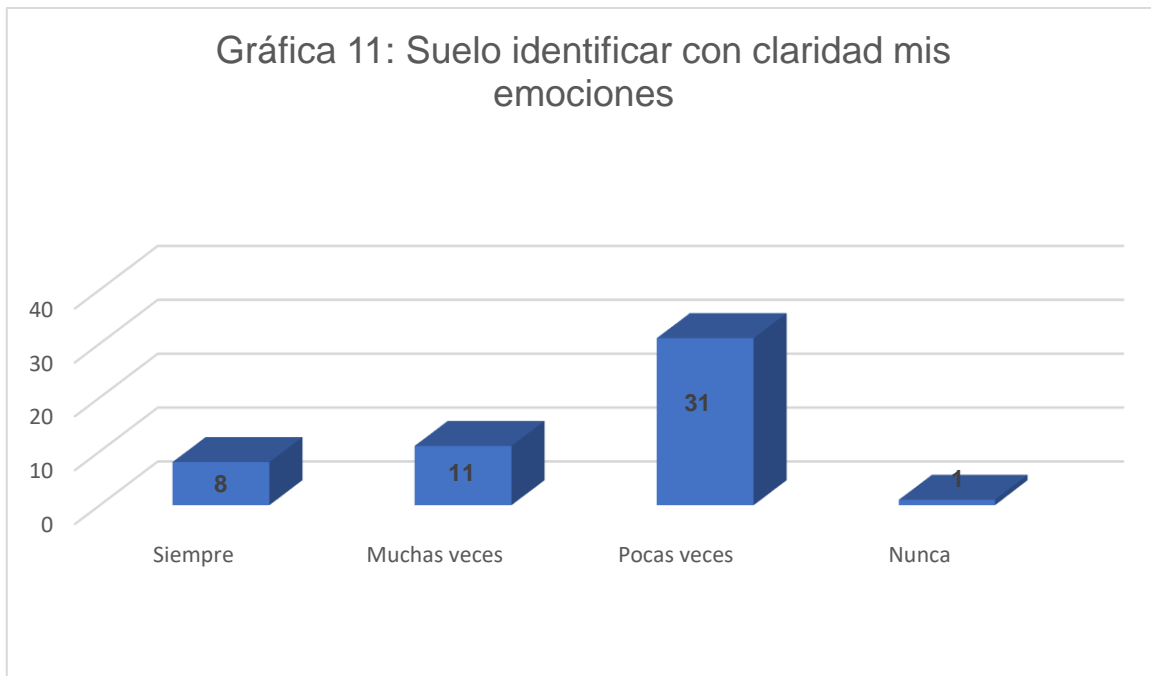
El siguiente bloque de preguntas va referido a la Educación Emocional, en donde los resultados muestran qué competencias emocionales están menos desarrolladas y cuáles carecen, para el diseño del programa preventivo ante el consumo de drogas; con el cual se busca potenciar dichas competencias que se necesitan para que los adolescentes identifiquen y sepan actuar ante los factores de riesgo que los puedan llevar a la problemática de las adicciones.

Para comenzar, este bloque fue diseñado con diferentes preguntas en donde los encuestados tenían que elegir la respuesta con respecto a qué tanto se sentían identificados o que tan frecuente realizaban la acción.

Los estándares de posibles respuestas se clasificaron en cuatro opciones: siempre, muchas veces, pocas veces y nunca.

Las preguntas se dividen en bloques con un orden, donde cada bloque está formado por preguntas que conforman una categoría de análisis.

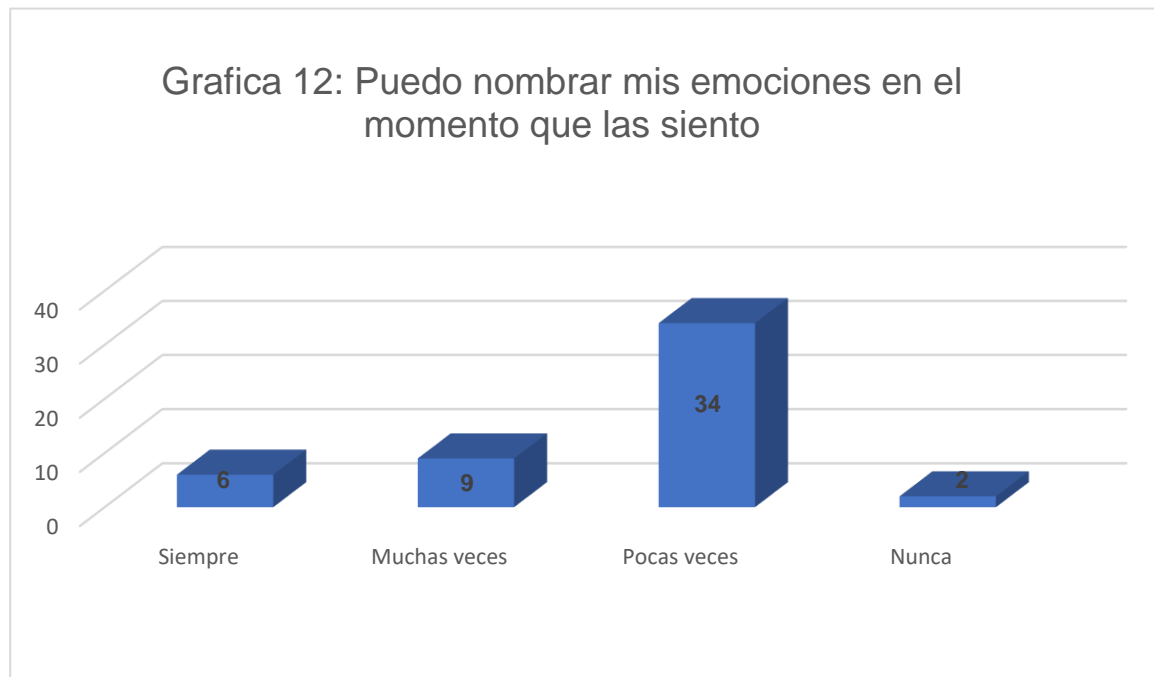
Las primeras cuatro preguntas corresponden a la categoría de conciencia emocional.



**Descripción:** En relación con la gráfica 11, en donde se les preguntó a los estudiantes que tan bien suelen identificar sus emociones con claridad, por ejemplo si saben cuándo están enojados, tristes, alegres etcétera se obtuvo que: 8 de los 51 encuestados respondieron de manera afirmativa, siempre tienen la claridad de identificar la emoción que les acontece.

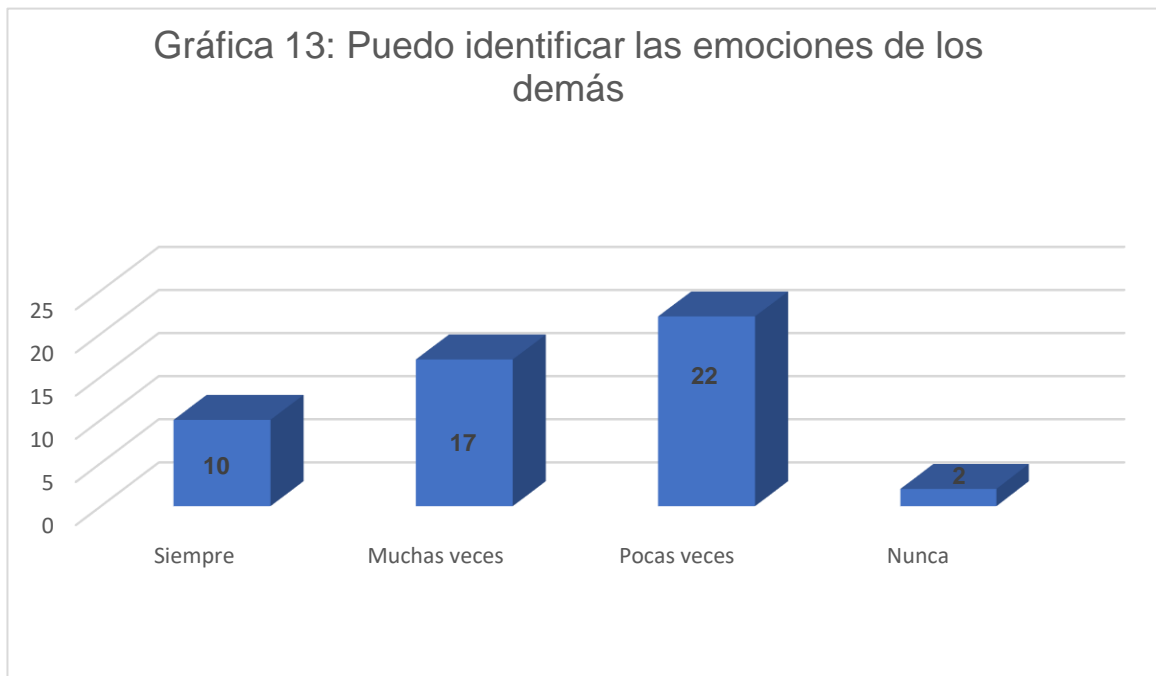
Por otra parte, 11 expresaron que muchas veces logran identificar las emociones que se presentan en ellos, 31 personas admiten que pocas veces logran identificarlas, y por último solo 1 alumno reconoció que nunca sabe cómo identificar sus emociones.

**Análisis:** Como se observa en los resultados, la mayoría de las se centran en la respuesta de que son más los adolescentes que pocas veces pueden identificar sus emociones, lo que apunta que es necesario que puedan desarrollar esta competencia emocional. La conciencia emocional como factor protector ante situaciones de riesgo que se presenta en los jóvenes, es necesario que puedan reconocerlas para posteriormente nombrarlas.



**Descripción:** Esta se relaciona mucho con la anterior, donde se puede observar qué tanto los adolescentes pueden reconocer las emociones que sienten y si pueden nombrarlas, por lo tanto, como resultado se obtuvo que de los 51 encuestados, 34 en mayoría respondieron que, pocas veces pueden nombrar sus emociones, 6 contestaron que siempre las nombran, 9 muchas veces y en menor cantidad 2 alumnos nunca han podido nombrarlas.

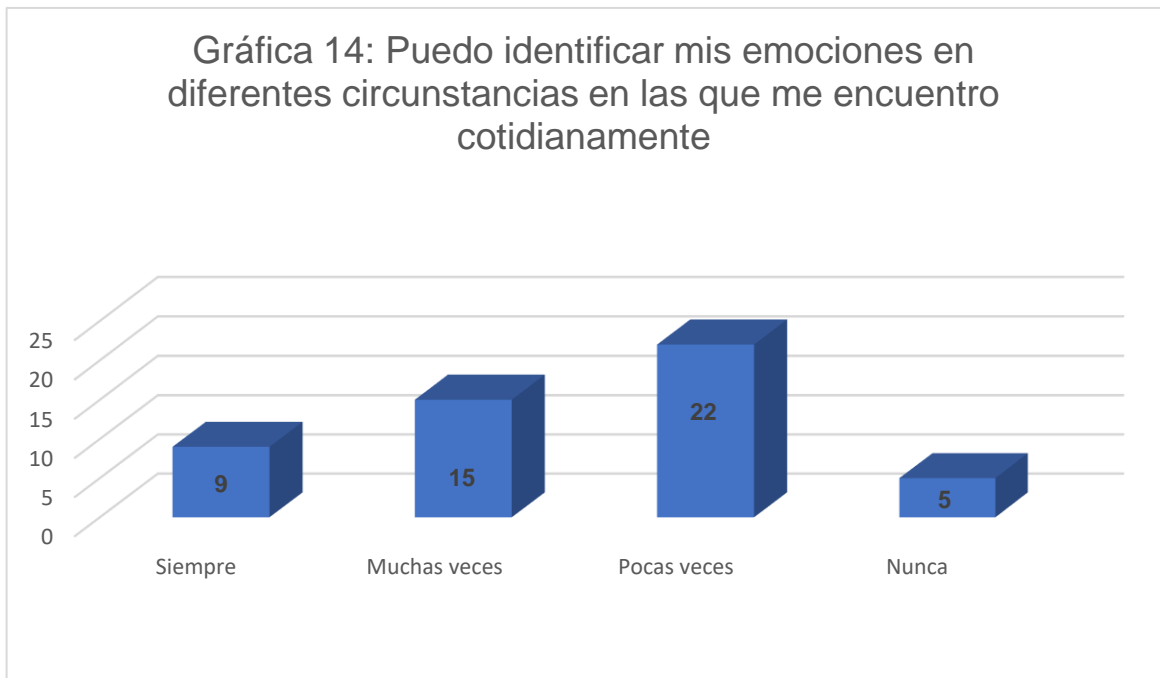
**Análisis:** Con este resultado se toma en cuenta que, hay una mayoría de adolescentes que no tienen bien desarrollada la competencia de la conciencia emocional, puesto que pocas veces han identificado y nombrado sus emociones. Cuando una persona puede hacer ejercicios de autoconocimiento es cuando se da cuenta de lo que pasa en su mente y cuerpo cuando siente una emoción y por ende es importante darle un nombre a lo que se siente para poderlo expresar, esto ayudará a poder tener autorregulación sobre lo que se siente, dependiendo de la intensidad en que suceda.



**Descripción:** La pregunta que se puede observar en la gráfica trata la característica esencial de la empatía que es la identificación de las emociones de los demás, a lo que los encuestados respondieron que al menos 10 de los 51 siempre pueden identificar las emociones de otros, 17 muchas veces, 22 contestaron que solo pocas veces lo logran y 2 nunca lo han hecho.

**Análisis:** Estos resultados tienen que ver con el desarrollo de empatía, una cualidad especial en las personas que permite sensibilizar ante las situaciones emocionales de los demás así como comprender y ser tolerante. Sin embargo, es necesario que los adolescentes comiencen con poder identificar primero sus emociones y nombrarlas, para poder identificar las de los demás



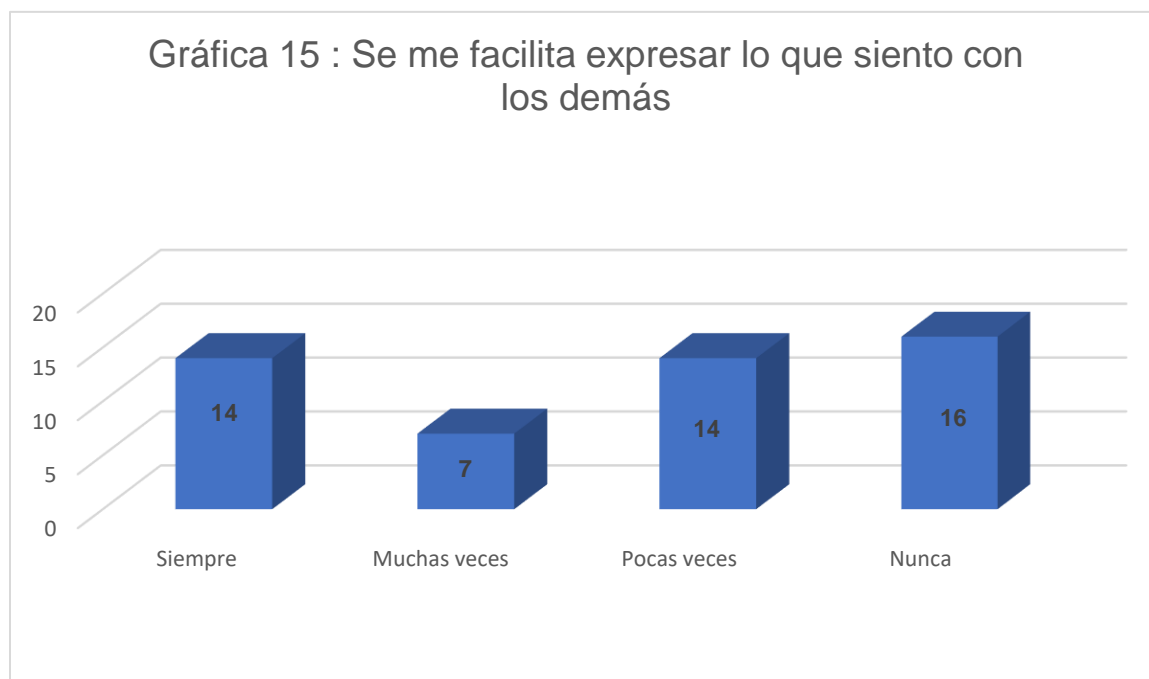


**Descripción:** Con relación a la pregunta 14, se encontró que en mayoría con 22 respuestas los adolescentes respondieron que pocas veces pueden identificar sus emociones en diferentes circunstancias que se presentan cotidianamente. Esta pregunta se refiere a que, si el adolescente puede identificar sus emociones en torno a lo que vive diariamente, por ejemplo: ¿identifico la emoción que tengo cuando me despierto?, ¿Qué emoción estoy sintiendo cuando voy camino a la escuela?, ¿Siento algo cuando veo a mis amigos?, Hoy me regañó la maestra, ¿Qué emoción puedo identificar?, etcétera.

A lo que también 9 de los 51 encuestados respondieron que siempre identifican sus emociones de manera cotidiana, 15 muchas veces y en minoría 5 nunca

**Análisis:** Los resultados obtenidos muestran que al grupo de encuestados les hace falta desarrollar la habilidad de identificar lo que sienten en el momento que lo sienten, se debe de reconocer la situación, persona o incluso recuerdo que mueve una emoción en los jóvenes, esto con la finalidad de entender el porqué de la emoción y como se puede regular.

Con relación a la categoría de regulación emocional se presentan las siguientes 2 preguntas:



**Descripción:** En esta gráfica se plantea la habilidad que se tiene para poder expresar lo que uno siente hacia los demás. Ésta vez se presentó la respuesta de “nunca” en la mayoría de los encuestados con un total de 16 personas. Posteriormente 14 respondieron siempre, 7 muchas veces y 14 pocas veces.

**Análisis:** Este tipo de competencia tiene que ver mucho el cómo se comunica lo que se siente, el número de respuestas más alto apunta que a los alumnos les cuesta mucho trabajo hablar de sus emociones con los demás, esto se puede convertir en un factor de riesgo porque comúnmente los adolescentes tienden a guardarse lo que sienten y piensan si no tienen en el núcleo familiar la confianza de hablarlo, cuando no se expresan las emociones causa un daño físico, emocional y mental, además de que detona el hecho de que las emociones reprimidas se conviertan en actos agresivos, violentos o incluso en depresión y ansiedad.

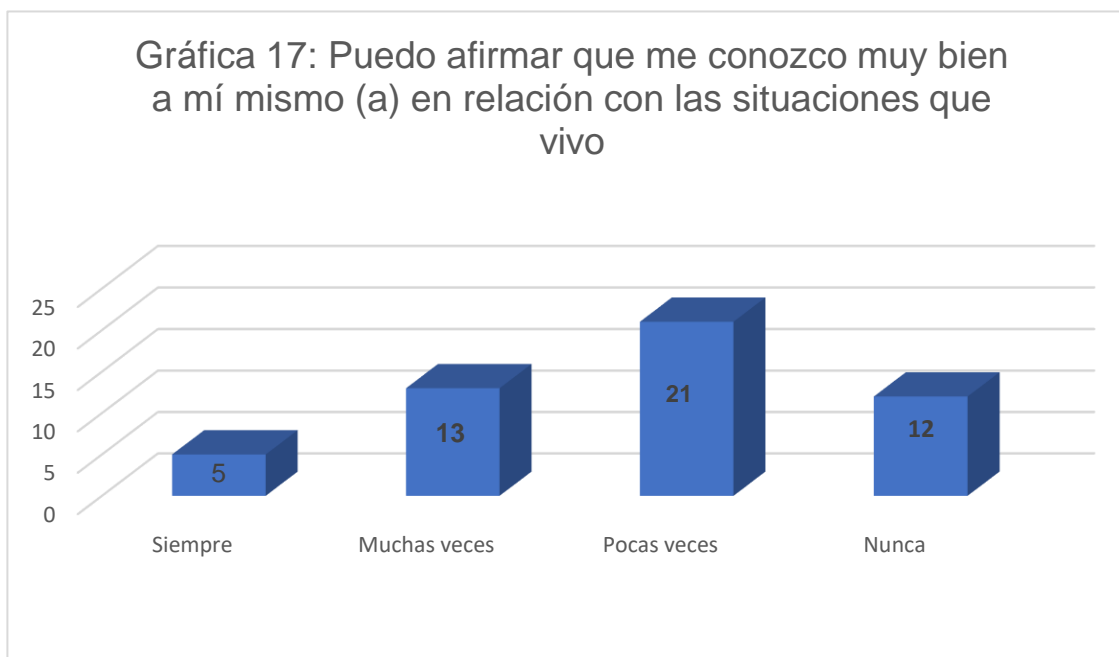
Gráfica 16: Puedo regular mis acciones cuando me siento furioso (a), triste o con estrés



**Descripción:** Con relación a la gráfica 16 la pregunta se enfoca a la regulación de las emociones de enojo, tristeza y miedo, por resultado se obtuvo con 23 respuestas, “pocas veces”, 11 respondieron “muchas veces”, 9 “siempre” y 8 “nunca”.

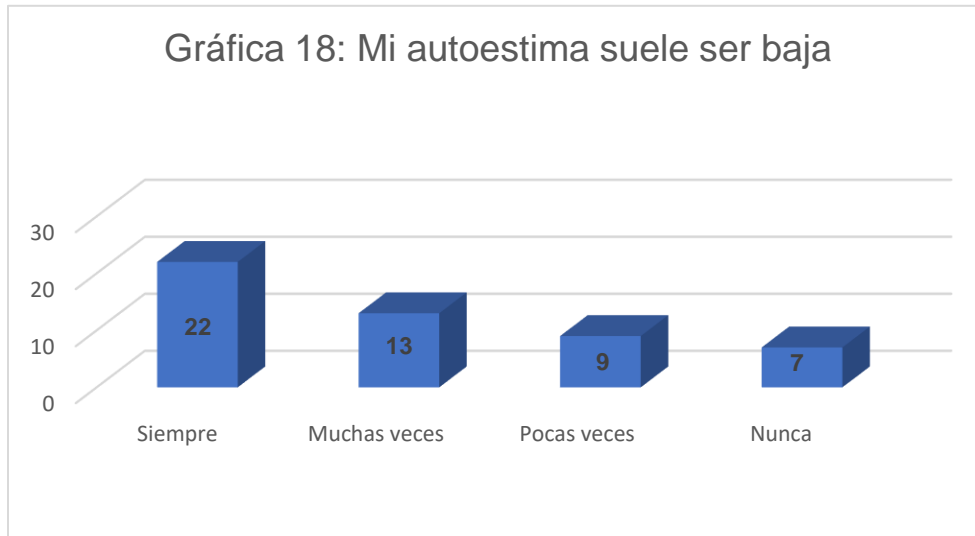
**Análisis:** Una vez más los resultados se inclinan a la respuesta de pocas veces, demuestran que, al no saber identificar y nombrar las emociones es más complejo poder regular los impulsos que llegan a desatarse por la intensidad de la emoción. Por lo que es necesario que se desarrolle la competencia de la regulación emocional y los alumnos que la tienen desarrollada hay que reforzarla.

A continuación el bloque de las siguientes 4 preguntas corresponden a la categoría de autonomía emocional:



**Descripción:** En esta gráfica con respecto a la pregunta correspondiente al autoconocimiento se obtuvo que el mayor resultado con 21 respuestas es que los adolescentes pocas veces sienten que se conocen bien a sí mismos y en minoría solo 5 respondieron que siempre se conocen como actuarán en función de la situación, 13 respondieron muchas veces y 12 nunca han intentado conocerse a sí mismos por lo que no saben cómo reaccionarán.

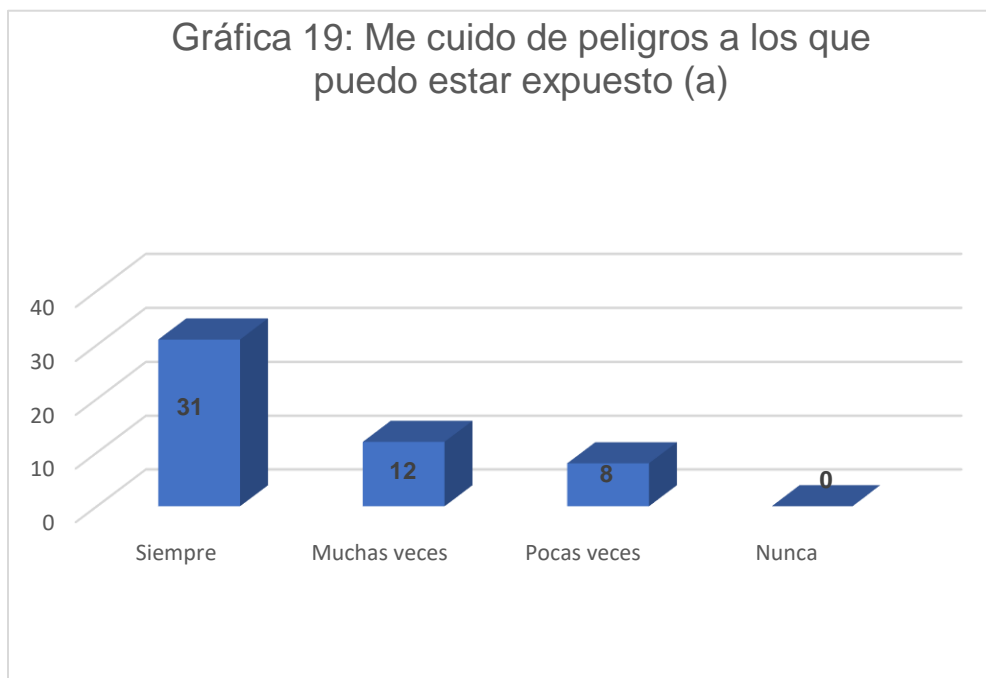
**Análisis:** Ésta pregunta es muy importante, porque se puede observar que son pocos los adolescentes que afirmaron que se conocen a sí mismos, y bastantes lo que respondieron que les cuesta trabajo ya que solo pocas veces creen poder conocerse. Si los alumnos pueden llegar a conocerse a sí mismos podrán identificar sus emociones, regularlas y tener una autoestima alto, en consecuencia actuarán de manera adecuada en situaciones adversas; de este punto parte el desarrollo de competencias emocionales, por lo tanto es necesario que sea el tema base del programa preventivo ante el consumo de sustancias.



**Descripción:** Como se explicó en la gráfica anterior, el autoconocimiento da paso a la formación de la personalidad y con ello a forjar una autoestima. Por lo tanto, en esta gráfica se puede observar las respuestas en torno a la autoestima de los encuestados, en su mayoría con 22 respuestas los alumnos afirman que siempre su autoestima es baja, y en minoría 7 alumnos consideran que su autoestima es alta, ya que respondieron que su autoestima “nunca” suele ser baja, 13 respondieron que en muchas ocasiones tienen autoestima baja y 9 pocas veces.

**Análisis:** La introspección de sí mismo también tiene que ver con el hecho de no solo conocerse sino también de empezar a amarse, aceptarse y posteriormente a cuidarse. Porque si los adolescentes se aman a sí mismos evitarán hacerse daño y a poder tomar mejores decisiones que no afecten su integridad ni su salud.

La tendencia en los resultados de ésta gráfica pasa al lado negativo en donde el mayor índice apunta a la falta de amor propio, a la falta de autoconocimiento, sin embargo es necesario comprender como base el autoestima y autoconocimiento para poder desarrollar otras competencias emocionales.



**Descripción:** Como se observa, esta pregunta tiene que ver con el autocuidado que practican los alumnos ante situaciones de riesgo.

Como se ve en la gráfica, 31 alumnos de los 51 respondieron que siempre se cuidan de los peligros a los que pueden estar expuestos, 12 muchas veces, 8 pocas veces y en un resultado nulo 0 respondieron que nunca

**Análisis:** Por lo que se puede concluir, al menos en este caso los alumnos afirman que se cuidan, porque realmente en la actualidad se han incrementado los factores de riesgo para los jóvenes, y hablando específicamente de drogas, las pueden adquirir más rápido de lo que se piensa. Tener la noción del peligro es de suma importancia porque así los adolescentes identifican que situaciones les pueden dañar y es donde se comienza a desarrollar la competencia del autocuidado.

El factor de autocuidado también está ligado a otras competencias, por ello se debe seguir fomentando que siempre los alumnos busquen cuidarse a sí mismos, y no solo porque sus familiares, amigos o maestros se los digan, debe de haber una conciencia de responsabilidad, decisión y amor y respeto hacia sí mismo.

Gráfica 20: Me responsabilizo de mis actos y mis decisiones

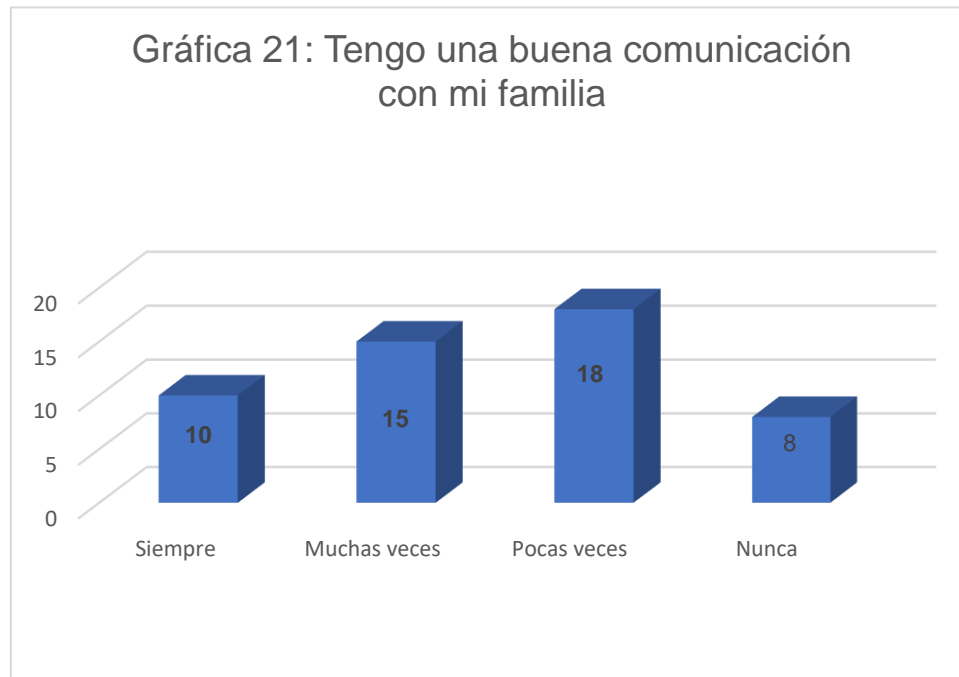


**Descripción:** Para continuar se analiza la siguiente gráfica en donde los alumnos responden qué tanto se responsabilizan de sus actos y decisiones.

Comenzando con el resultado mayor con 20 respuestas en donde los alumnos afirman que pocas veces suelen responsabilizarse, solo 15 respondieron siempre hacerlo, en minoría 2 alumnos que respondieron “nunca” y 14 responden que muchas veces se responsabilizan de sus actos.

**Análisis:** Los resultados variaron en tanto que las respuestas apuntan en mayoría a que los adolescentes pocas veces son responsables de sus actos con un total de 20 respuestas, la habilidad de la responsabilidad va de la mano con el autocuidado pues al cuidarse a uno mismo es necesario asumir responsabilidades para poder tomar mejores decisiones y evaluar las consecuencias.

Para continuar con otra categoría se presentan las siguientes 4 preguntas que corresponden a la inteligencia interpersonal:



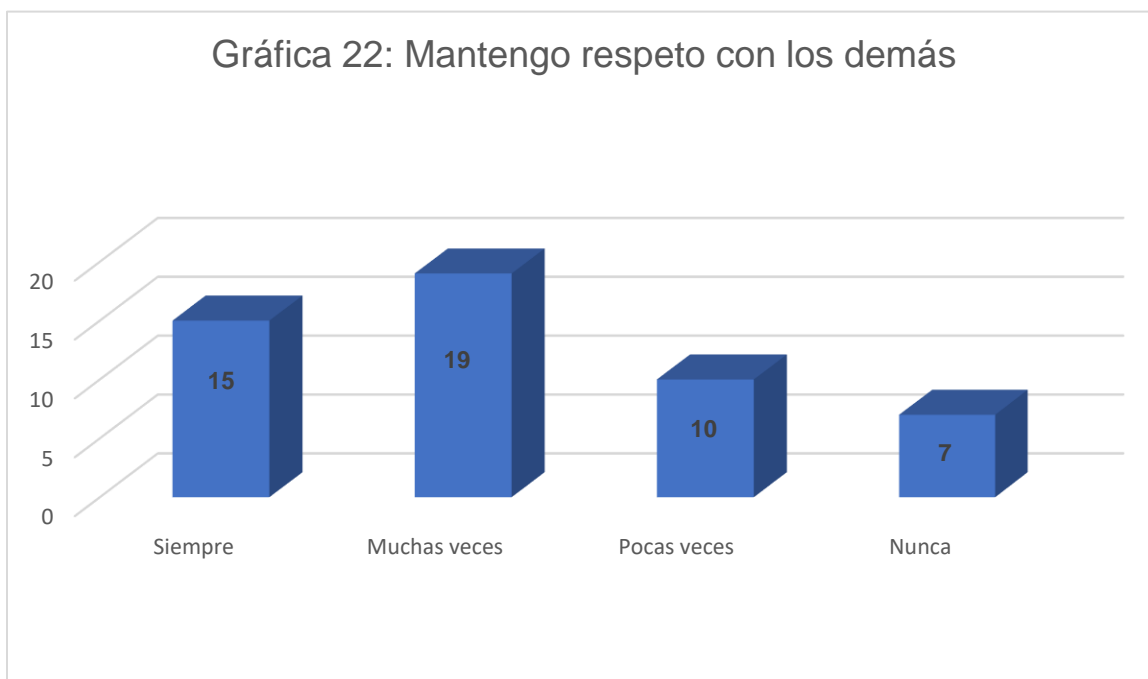
**Descripción:** Como resultado se obtuvo que en su mayoría, los encuestados afirmaron con 18 respuestas que, pocas veces logran tener una buena comunicación con su familia, 10 sí la tienen siempre, 15 muchas veces y 8 nunca.

**Análisis:** En capítulos anteriores se explicó que las relaciones sociales que comienzan a tener los adolescentes, entre ellas la más significativa es el cambio de modelo a seguir, en la niñez los padres de familia son modelos en los que se quieren convertir los niños, y reproducen lo que ven de ellos. Sin embargo cuando comienza la etapa adolescente éstos se desprenden un poco del núcleo familiar, tomando como modelo agentes externos como algún personaje del medio artístico, además que los amigos comienzan a tener un papel muy significativo en sus vidas, pues se sienten más comprendidos y existe una comunicación más fluida.

Sin embargo, analizar esta pregunta es muy importante, porque los resultados no son favorables en torno a la buena comunicación en familia. Los padres, hermanos, abuelos, etcétera son importantes para el desarrollo adolescente.



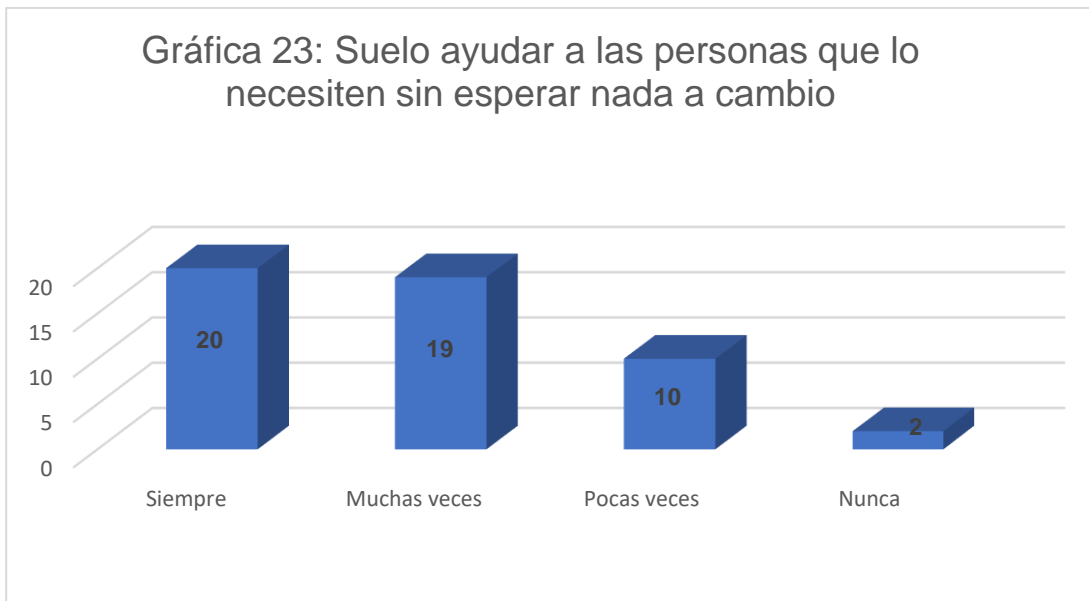
Un joven que se siente apoyado, querido, que sus padres se involucren, tiene menos probabilidad de caer en la problemática de consumo.



**Descripción:** Aunado a lo anterior, en esta gráfica se muestran los resultados con respecto al tema del respeto por las demás personas.

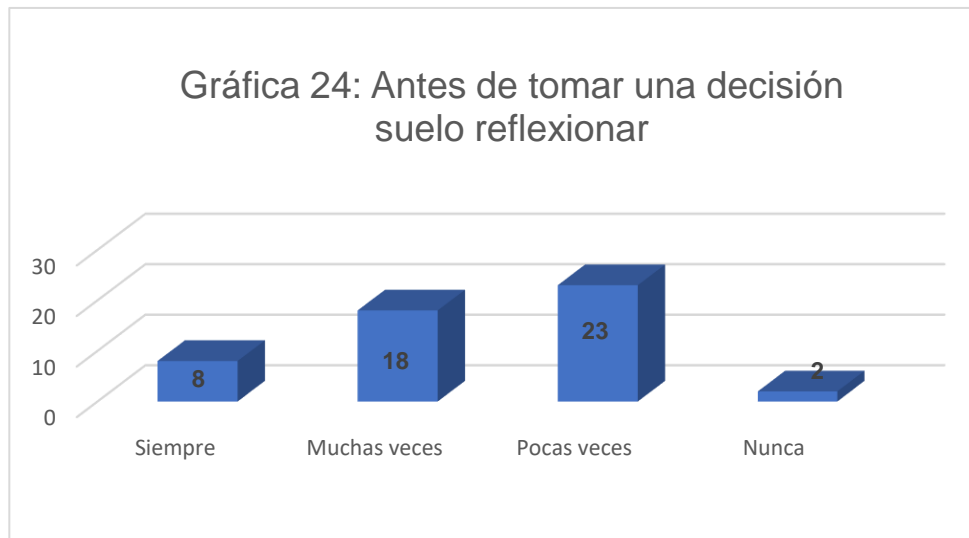
Los resultados de la gráfica muestran que los estudiantes en su mayoría respondieron que muchas veces mantienen un respeto hacia los demás, 15 afirmaron que siempre, 10 pocas veces y 7 nunca.

**Análisis:** Se puede afirmar que esta habilidad está mayormente desarrollada entre el grupo, sin embargo también debe haber un enfoque en los alumnos que respondieron que nunca mantienen un respeto por los demás, existe la carencia de la competencia de la inteligencia interpersonal, y es necesario ponerla en práctica para su desarrollo óptimo.



**Descripción:** Como se observa en la gráfica la pregunta es ¿qué tan frecuente suelen ayudar a otras personas sin esperar una recompensa a cambio?, en lo que se obtuvo un total de 20 respuestas en la opción siempre, 10 pocas veces, 19 muchas veces y 2 nunca.

**Análisis:** Los resultados de esta gráfica se muestran mayormente favorables, en lo que concierne a la ayuda desinteresada, el tener desarrollada esta competencia ayuda a los alumnos a crecer como personas pues todo lo que hagan será con la intención de ayudar a otros y también ese es un buen elemento para el autocontrol.

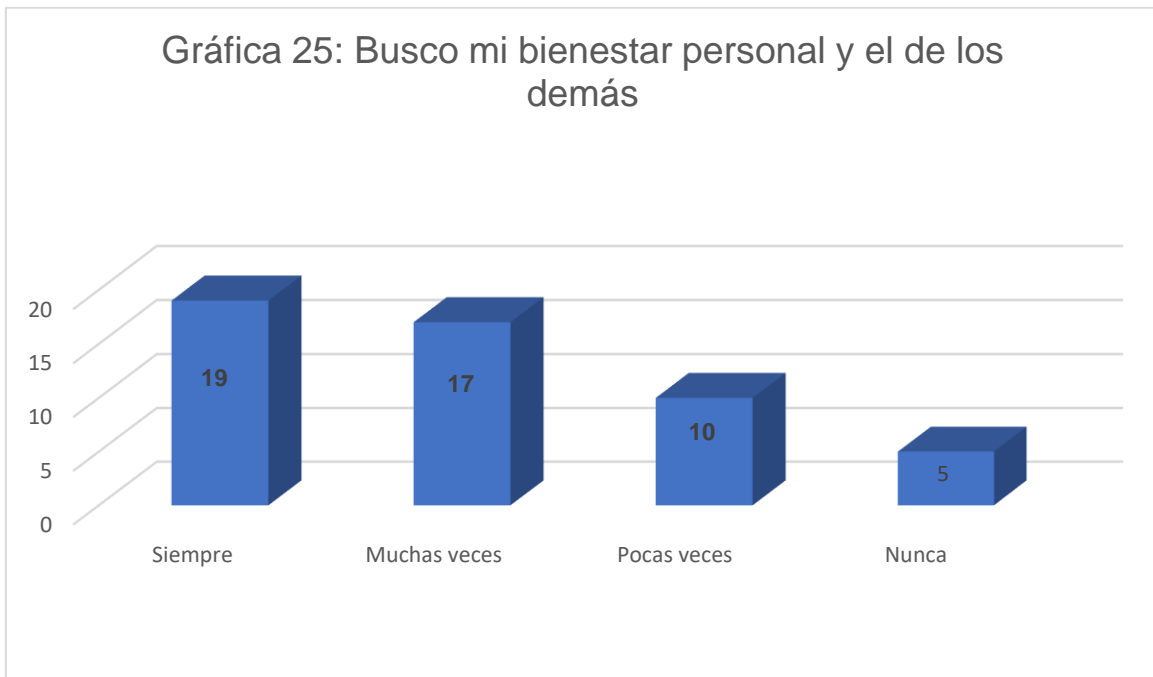


**Descripción:** En esta pregunta se refleja el nivel de responsabilidad ante la toma de decisiones. Se les cuestionó si los alumnos suelen reflexionar antes de decidir.

Los resultados fueron más inclinados a la respuesta “pocas veces” con un total de 23 respuestas, y solo 8 de los 51 encuestados afirman siempre reflexionar antes de decidir sobre alguna situación importante, 18 muchas veces reflexionan y 2 nunca lo hacen.

**Análisis:** Se necesita de igual manera fomentar la reflexión para todas las acciones que realicen los alumnos, esto les servirá a lo largo de toda su vida, puesto que todo el tiempo se tiene que tomar decisiones y si se puede encontrar un balance entre los pros y contras para una decisión será más sencilla y acertada la elección.

Para finalizar la última pregunta corresponde a la categoría de habilidades de vida y bienestar:



**Descripción:** Como se observa en la última gráfica de los 51 encuestados 19 respondieron que siempre buscan el bienestar de ellos y de las personas que los rodean y en minoría 5 responden que no se preocupan por el bienestar, 17 muchas veces y 10 pocas veces

**Análisis:** La tendencia de los resultados pasa de lado positivo, puesto que en mayoría los adolescentes del grupo se preocupan por su bienestar y sobre todo, también por el bienestar de otras personas, esta habilidad tiene que ver mucho también con la empatía y la comunicación asertiva, que son claves en el desarrollo de habilidades pro-sociales, sin embargo se debe de prestar mucha atención a los jóvenes que escribieron negativamente.

Los resultados que se obtuvieron de la aplicación del instrumento, son los indicadores esenciales para dar fundamentación a la investigación. Por lo tanto se

puede concluir que de manera general se puede observar que se analizaron distintos factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes, específicamente 4 en donde la intención de las preguntas fue identificar que tan cerca de esos factores se encuentran. Cuando se preguntó acerca de si alguna vez han consumido alguna droga el resultado más notorio se inclinó al lado positivo en donde la respuesta es negativa y se anexa el nulo deseo por probar, a pesar de ello no significa que a lo largo de su vida no puedan llegar a consumir porque siguen y seguirán estando expuestos.

Asimismo, es notorio que también puede llegar a influir el hecho de que en casa familiares consuman alguna sustancia y se llegue a normalizar el consumo, así como la presión de pares en la escuela o fuera de ella.

De esta manera los adolescentes deben estar preparados emocionalmente para que desarrollen competencias emocionales como factores de protección debido a que son realmente esenciales. Esto porque como los encuestados respondieron en mayor cantidad uno de los principales motivos por los que se puede iniciar el consumo es por problemas emocionales, que incitan a refugiarse en las drogas, y sobre todo que los jóvenes estén informados de ésta problemática y que sepan que se puede evitar y no normalizar.

De acuerdo con los resultados de la categoría de conciencia emocional se puede concluir que las respuestas se inclinan a que son pocas las veces que el grupo de encuestados puede identificar sus emociones y de igual manera les es difícil nombrarlas, por lo tanto, esta competencia se necesita desarrollar en el grupo. La conciencia emocional no solo es necesaria para identificar las emociones que se presentan día a día sino también da paso a poder regular las emociones y reconocer las de los demás.

En relación con la categoría de regulación emocional se observa que las respuestas apuntan a un resultado que muestra el poco desarrollo de esta competencia, porque en mayoría los alumnos respondieron que se les dificulta expresar sus emociones,

y asimismo reconocen que pocas veces pueden regular sus emociones, tales como el enojo, la tristeza y el miedo.

Por otra parte, cuando se analizó la categoría de autonomía emocional se muestra que también se necesitan desarrollar más aspectos de esta competencia emocional, porque en aspectos como el autoconocimiento y autoestima están carentes de práctica, los jóvenes expresan que son pocas la veces que pueden afirmar que se conocen a sí mismos, y de igual manera el resultado más alto apunta a que siempre tienen el autoestima baja, aquí existe un indicador que se necesita mejorar y prestar mucha atención puesto que el autoconocimiento y el autoestima son las bases de la inteligencia emocional, esto también permite tener en cuenta el autocuidado y la responsabilidad de actos y de toma de decisiones.

Teniendo en cuenta lo anterior, al analizar los resultados de la categoría de inteligencia interpersonal se observa que en mayoría están más desarrolladas las habilidades pro-sociales como el respeto hacia los demás y el proporcionar apoyo sin esperar algo a cambio, sin embargo, se necesita desarrollar la habilidad de comunicación asertiva y de pensamiento crítico.

Por último, en la categoría de habilidades de vida y bienestar las respuestas apuntan hacia un resultado positivo en donde el grupo de encuestados en mayoría buscan su bienestar personal y también el de los demás.

Con base en éste análisis se desarrolló un programa preventivo frente al consumo de drogas que tiene como objetivo que los adolescentes puedan hacer frente a las distintas situaciones que viven y así desarrollar competencias emocionales que les permitan tener lo que necesitan para que puedan protegerse ante el consumo de alguna sustancia que cause adicción. El desarrollo de este programa se muestra en el siguiente capítulo.

## **Capítulo V**

### **Programa Preventivo frente al consumo de drogas**

En este capítulo se presenta la estructura y diseño de un programa como propuesta para prevenir el consumo de drogas en estudiantes de secundaria.

Dicho programa consiste en ejecutar un taller que tiene como fundamento los planteamientos de la Educación Emocional en conjunto con los planteamientos de la Orientación Educativa que se desarrollaron en los primeros tres capítulos.

Cabe resaltar que las problemáticas anteriores hacen de esta investigación un trabajo en el que se plantea una formación que abarca los componentes cognitivos y afectivos de sujeto, mismos que son indivisibles por lo que resulta diferente e importante.

En el capítulo anterior, con base en el análisis de resultados, se observan variantes en cada categoría de las competencias emocionales, en las cuales se concluye que, se necesitan desarrollar unas más que otras en los grupos, sin embargo son totalmente necesarias para evitar riesgos asociados al consumo de drogas, por lo que se muestra la necesidad de aplicar la educación emocional, desarrollando dichas competencias en los adolescentes.

El desarrollo de dichas competencias les servirá en su presente y sobre todo a futuro para que puedan contar con habilidades de vida, para enfrentar muchos problemas que se les presenten y sobre todo que sepan distinguir los factores de peligro que los llevan al consumo de drogas.

A continuación, se explica el desarrollo del programa en conjunto con los diferentes elementos conceptuales, así como la metodología que se utiliza y finalmente las planeaciones didácticas.

## 5.1 Presentación

Este programa se sitúa en Campo de la orientación educativa y parte de un enfoque preventivo frente a las situaciones de riesgo que llevan a los adolescentes al consumo de drogas. El primer paso para el diseño de este programa fue decidir el tipo de herramienta pedagógica que se utilizará para poder intervenir, como se mencionó anteriormente el programa se ejecutará por medio de un taller, dadas las características y necesidades que se identificaron en los usuarios, el taller consta de características necesarias para alcanzar el objetivo planteado de esta investigación.

El taller es definido de acuerdo con Gloria Mirebant (s/f.) como “una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos según los objetivos que se proponen y el tipo de asignatura que los organice.” (p.2) Añade que un taller resulta un medio importante para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y capacidades que le permiten al alumno operar con conocimiento y al transformar el objeto, cambiarse a sí mismo.

Mediante el taller, los docentes y los alumnos desafían en conjunto problemas específicos buscando también que el aprender a ser, el aprender a conocer y el aprender a hacer se desarrollen de manera integrada, como corresponde a una auténtica educación o formación integral, además de que los alumnos en un proceso gradual o por aproximaciones van alcanzando la realidad y descubriendo los problemas que en ella se encuentran a través de la reflexión y acción.

Desde esta perspectiva el contenido que se ha incluido en el taller, es tanto de carácter informativo, como formativo, con el cual se busca fortalecer recursos cognitivos y emocionales de los chicos que atraviesan por la etapa adolescente y que se hacen patentes en la movilización de recursos personales, como conocimientos, habilidades y actitudes; que les permitirán tomar distancia con las sustancias adictivas en situaciones de vulnerabilidad.



## 5.2 Objetivos

De acuerdo con estas ideas que se han expresado, el objetivo principal de este programa es que los adolescentes puedan reconocerse frente a las distintas situaciones que viven y así desarrollar competencias emocionales que les permitan tener herramientas que los ayuden a protegerse ante el consumo de alguna sustancia que cause adicción, porque si se conocen a sí mismos, podrán autorregularse en sus emociones y acciones consigo mismo y con los demás, lo que les ayudará a tomar decisiones no autodestructivas.

Por lo tanto, al término del taller el alumno:

- Desarrollará las competencias emocionales necesarias para evitar el consumo de drogas.
- Contará con un auto conocimiento, que le servirá como un medio de protección, seguridad y resistencia.

El diagnóstico de los usuarios se elaboró a partir de sistematizar y analizar la información recogida durante la aplicación del instrumento de investigación. El cuestionario aplicado a los tres grupos de los diferentes grados de secundaria del turno vespertino permitió la identificación de competencias emocionales y la percepción que los alumnos tienen acerca del consumo de drogas, realizando así el diagnóstico para la realización del programa.

Una vez realizado el diagnóstico, se propone la realización de secuencias didácticas que se dividen en tres unidades, cada una de ellas basadas en las competencias emocionales descritas por Bisquerra (2003) tales como: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bienestar y también en la primer unidad se propone tratar en conjunto efectos y causas de las drogas en el cuerpo humano y por consiguiente en las emociones.

A continuación se muestra la tabla 1, en la cual se relacionan las competencias emocionales con las unidades propuestas en el programa para el taller.

Tabla 1. Competencias emocionales distribuidas en unidades.

Programa preventivo frente al consumo de drogas	
Competencias emocionales	Unidades
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia emocional</li> </ul>	1. ¿Qué ocurre en mi cerebro? (Emociones y drogas)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulación emocional</li> <li>• Autonomía personal</li> <li>• Inteligencia interpersonal</li> </ul>	2. Autoconocimiento: Si me conozco, me cuido.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades de vida y bienestar</li> </ul>	3. Factores de protección

Se distribuye cada competencia con la respectiva unidad en función de alcanzar el objetivo principal y sobre todo se basa en las necesidades del alumno. A continuación se presenta la estructura de la planeación didáctica.

### 5.3 Desarrollo del temario y su evaluación

Este programa está dirigido a alumnos de primero, segundo y tercer año de secundaria, del turno vespertino de la secundaria #230 Jesús Mastache Román, con un número total de 10 sesiones (15 hrs), 2 sesiones por semana (3hrs).

Se proponen para este programa tres unidades, en las cuales se tratarán distintos temas que ayudarán al desarrollo de competencias emocionales y sociales a los adolescentes, que les permitan tomar decisiones constructivas, que aporten a su salud y a su desarrollo personal. A continuación se describen dichas unidades con sus respectivos objetivos y temas a tratar.

#### **UNIDAD 1: ¿Qué ocurre en mi cerebro? (Emociones y Drogas)**

2 sesiones de 1.30 hrs.

#### **Objetivos:**

- Conocer las bases neurológicas de las sensaciones y emociones que experimentan los adolescentes.
- Ubicar los daños cognitivos, emocionales y sociales que causan las drogas.

## **Contenido**

### **1. Anatomía y funciones del cerebro emocional adolescente**

- Emociones ¿Cómo surgen? (neurológicamente)
- ¿Cómo se muestran de manera fisiológica, cognitiva y conductual?
- ¿Cuáles emociones existen y cómo se clasifican?

### **2. Mi cerebro y las drogas**

- Tipos de drogas
- El efecto de las drogas en el cerebro (daños y efectos)
- Emociones y drogas

## **UNIDAD 2: Autoconocimiento (Si me conozco me cuido)**

6 sesiones de 1.30 hrs

### **Objetivos:**

- Propiciar la construcción de un concepto de sí mismo, por medio del autoconocimiento que implique la expresión de emociones y opiniones.
- Iniciarse en el reconocimiento y expresión de las emociones.
- Comprender la importancia del autoconocimiento para la autorregulación emocional.
- Desarrollar habilidades de comunicación con los demás que permitan establecer vínculos asertivos y practicar la empatía.

## **Contenido**

### **1 Autoconocimiento**

- Conocer y reconocer las emociones, sentimientos y sensaciones propias
- ¿Cómo las expreso? (autocontrol)
- Autoestima: ¿soy único/a y especial?

### **2 Habilidades de comunicación**

- Componentes de la comunicación
- Habilidad de la escucha activa
- Habilidad de la comunicación asertiva
- Empatía

## **UNIDAD 3: Factores de protección**

2 sesiones de 1.30 hrs

### **Objetivos:**

- Identificar los factores de riesgo y los factores de protección del consumo de sustancias psicoactivas, con el fin de establecer cómo influyen, aumentan o disminuyen la probabilidad de consumo.(objetivo informativo)
- Identificar distintas estrategias a partir del autoconocimiento de los adolescentes que les permitan evitar las situaciones de riesgo que se les puedan presentar en las que implique el consumo de drogas. (Objetivo informativo)
- Desarrollar capacidades para la toma de decisiones, sustentadas en un pensamiento crítico.

## **Contenido**

### **1 Factores de riesgo de la drogadicción**

- Factores individuales

- Factores relacionales
- Factores sociales

## **2 Factores de protección**

- ¿Cuáles son los factores de protección?
- Pensamiento crítico (como tomo mis decisiones)

Cada unidad está diseñada para ampliar el conocimiento con la siguiente ya que van enlazadas, se debe trabajar y comprender la primera unidad para avanzar a la siguiente, se refuerza el aprendizaje y se practica el desarrollo de competencias emocionales con todos los temas descritos anteriormente, mismas que son importantes para lograr los objetivos de la educación emocional y lograr la meta del principio de prevención.

En el siguiente apartado se describe la metodología a seguir para el desarrollo del taller así como las secuencias didácticas que se planearon.

### **5.4 Metodología**

Este taller se impartirá de manera presencial y desde un enfoque teórico práctico; por lo cual se emplearán estrategias de enseñanza, tanto de carácter teórico, como de índole práctico. Con las primeras dos unidades se buscará el hacer llegar a los participantes información sobre las consecuencias del consumo de sustancias psicoactivas; en su cuerpo, en sus emociones y en sus acciones. En el caso de las estrategias de índole práctico, estarán destinadas a sensibilizar sobre las consecuencias del consumo de drogas.

Es conveniente comentar, que este programa está organizado en tres etapas, en cada una de las cuales el coordinador utilizará formas diferentes de trabajo didáctico, que recupera los tipos de estrategias de enseñanza mencionados.

En la primera etapa se trabajará con un esquema sencillo pero importante del cerebro humano, con el cual los alumnos podrán identificar la constitución y función del mismo, este esquema se utilizará en las dos primeras sesiones, que son las que comprende esta etapa. Posteriormente, se utilizarán recursos audiovisuales como presentaciones de Power Point, imágenes y videos que aportarán elementos informativos, acordes al objetivo de esta etapa.

En la segunda etapa, se trabajarán actividades prácticas, que tienen que ver con el sentir y pensar de los adolescentes; para esto se presentarán distintos casos y actividades, que tendrán la intención de propiciar la reflexión con respecto al consumo de sustancias adictivas y las conductas de riesgo que este puede acarrear. Como se puede entender, esta etapa, tiene un carácter formativo

Por último, en la tercera etapa se verá reflejado lo trabajado en las etapas anteriores, en las que los alumnos construyeron conocimientos sobre lo que causan las drogas en ellos, en términos biológicos, emocionales y conductuales; para que en esta nueva etapa se analicen los factores de riesgo que predisponen a los adolescentes hacia el consumo de las drogas; esto con la intención de prepararles frente a situaciones de riesgo. Para esta perspectiva preventiva, tendrá un valor inapreciable el pensamiento crítico, que será recuperado en esta etapa.

### **5.5 Planeación didáctica**

Como se explicó, el programa está integrado por diez sesiones, un total de quince horas, dos sesiones por semana con una duración de una hora y media cada sesión, como resultado tres horas a la semana. Por lo tanto se concreta en un mes y una semana el total de sesiones.

Las sesiones se estructuran en tres partes: inicio, desarrollo y cierre. Cada sesión integró una actividad lúdica con propósitos específicos de acuerdo con la competencia a trabajar para su comprensión.

Las planeaciones que se proponen se organizan iniciando por el nombre de la unidad, posteriormente se integra el número de la sesión, el contenido, actividades de aprendizaje, los recursos didácticos que se necesitan y observaciones puntuales para la realización de éstas.

### UNIDAD 1: ¿Qué ocurre en mi cerebro? (Emociones y Drogas)

Número de Sesión	Contenido	Actividades de Aprendizaje	Recursos Didácticos	Observaciones
Sesión: 1	<p>Unidad 1 ¿Qué sucede en mi cerebro? Emociones y drogas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Emociones ¿Cómo surgen? (neurológicamente)</li> <li>¿Cómo se muestran de manera fisiológica, cognitiva y conductual?</li> <li>¿Cuáles emociones existen y cómo se clasifican?</li> </ul>	<p><b>Inicio:</b> Para comenzar el facilitador les preguntará a los alumnos si conocen las emociones y cómo se crean en su cerebro, con base en las respuestas que proporcionen se irá construyendo el contenido.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El facilitador explicará que es una emoción y posteriormente se entregará a los alumnos individualmente una copia del esquema del cerebro.( Anexo 2)</p> <p>Los alumnos tendrán 15 minutos para armar su esquema y con ello se guiarán para comprender de manera significativa las partes básicas del cerebro y estimular su curiosidad.</p> <p>Una vez armado se explicará cómo surgen las emociones, hablando</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Computadora</li> <li>-Proyector</li> <li>- Pizarrón</li> <li>-Esquema armable del cerebro</li> <li>- Colores</li> <li>- Diurex o pegamento</li> <li>- Tijeras</li> </ul>	<p>Se tiene que tomar en Cuenta los tiempos para poder explicar y proyectar los videos, así como se puede reducir o aumentar el tiempo del armado del esquema.</p> <p>Para ejemplificar y clasificar las emociones (para que identifiquen más emociones) se encuentra una tabla en el (anexo 1)</p>

		<p>específicamente de los neurotransmisores.</p> <p>El facilitador puede apoyarse con el material de video anexado al final de la planeación, titulado “Como las hormonas influyen en ti y en tu mente” (Anexo 3)</p> <p>Posterior a esto se explicará cuáles son las emociones básicas y cuáles se derivan de éstas.</p> <p>Cierre: Para concluir con la sesión informativa el facilitador explicará como una emoción se presenta en la conducta, pensamiento y de manera fisiológica.</p> <p>Para ejemplificar esto se utilizará un material visual titulado “¡Identifica tus emociones! (Anexo 4), con el cual los alumnos harán reflexiones sobre las emociones que se experimentan en el video de acuerdo a lo que se ha explicado.</p>	<p>- Cuaderno</p> <p>-Plumas</p>	
--	--	--	----------------------------------	--



Número de Sesión	Contenido	Actividades de Aprendizaje	Recursos Didácticos	Observaciones
Sesión: 2	<p data-bbox="293 342 618 373">1.2 Mi cerebro y las drogas</p> <ul data-bbox="293 1087 607 1465" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="293 1087 607 1119">• ¿Qué son las drogas?</li> <li data-bbox="293 1119 607 1150">• Tipos de drogas</li>   <li data-bbox="293 1371 607 1465">• El efecto de las drogas en el cerebro (daños y efectos)</li> </ul>	<p data-bbox="670 285 1094 527"><b>Inicio:</b> Para comenzar el facilitador pedirá a los alumnos que hagan una retroalimentación de la sesión pasada con el objetivo de crear un vínculo entre la información anterior con la que se impartirá en esta sesión.</p> <p data-bbox="670 611 1094 814">Posteriormente se les pedirá su esquema del cerebro para que a lo largo de la sesión vayan reconociendo e identificando zonas que están involucradas con el tema de las drogas.</p> <p data-bbox="670 898 1094 1140">En seguida, se dará paso a explicar que es una droga y los tipos existentes, se construirá la definición con la bibliografía propuesta en el temario y con los conocimientos previos de los alumnos.</p> <p data-bbox="670 1224 1094 1392"><b>Desarrollo:</b> Para tratar el tema del efecto de las drogas en el cerebro se revisará el material audiovisual titulado “Las drogas y el cerebro” incorporado en el anexo 5.</p> <p data-bbox="670 1423 1094 1591">Se les pedirá a los alumnos que realicen un escrito con las ideas principales dentro del esquema del cerebro que tienen (en la parte blanca).</p> <p data-bbox="670 1675 1094 1873"><b>Cierre:</b> Para finalizar, se pedirá a los adolescentes, que participen voluntariamente, compartiendo las ideas principales acerca de lo que comprendieron del video y que fue lo que más llamó su atención, así</p>	<ul data-bbox="1120 342 1295 846" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="1120 342 1295 373">-Computadora</li> <li data-bbox="1120 457 1247 489">-Proyector</li> <li data-bbox="1120 573 1247 625">-Esquema cerebro</li> <li data-bbox="1120 709 1247 741">-Cuaderno</li> <li data-bbox="1120 825 1214 856">-Pluma</li> </ul>	<p data-bbox="1346 285 1552 646">Es necesario que los alumnos lleven el material completo con el que se trabajó la sesión anterior, así se dará más significado a su trabajo y se reforzará su aprendizaje.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Emociones y drogas</li> </ul>	<p>como hacer una reflexión en su cuaderno y si es posible también compartir al grupo, su respuesta a la pregunta: ¿Cómo piensan que las drogas se relacionan con las emociones? Retomando de igual manera lo que se vio la sesión anterior sobre el sentir, pensar y actuar.</p>		
--	--	---	--	--

## UNIDAD 2: Autoconocimiento (Si me conozco me cuido)

Número de Sesión	Contenido	Actividades de Aprendizaje	Recursos Didácticos	Observaciones
Sesión: 3	<p>Unidad 2: Autoconocimiento. Si me conozco me cuido</p> <p>2.1 Autoconocimiento</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conocer y reconocer las emociones, sentimientos y sensaciones propias</li> </ul>	<p><b>Inicio:</b> Para dar seguimiento a esta sesión y unidad se llevará a cabo al inicio de la sesión una breve recopilación de lo aprendido anteriormente para que el tema pasado pueda relacionarse con este.</p> <p><b>Desarrollo:</b> El facilitador explicará las diferencias entre emoción, sentimiento y sensación para que los alumnos puedan diferenciar esos conceptos y por consiguiente realizar las actividades de aprendizaje.</p> <p>Posteriormente se llevará a cabo la actividad “identifica tus emociones” (Anexo 6) en donde los alumnos tendrán que describir 5 situaciones, objetos, personas, que les provoquen las emociones propuestas a la izquierda del cuadro, y deberán explicar que</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Computadora</li> <li>-Proyector</li> <li>-Esquema cerebro</li> <li>-Cuaderno</li> <li>-Pluma</li> </ul>	<p>Como actividad extra para reforzar esta sesión se les pedirá a los alumnos registrar 1 día entero de sus emociones que percibieron y sintieron a lo largo de ese día, lo redactarán en su cuaderno y en la siguiente sesión voluntariamente los alumnos compartirán su actividad.</p> <p>(Actividad de tarea)</p>

		<p>sensación sienten en el cuerpo. Ej. Enojarme con mi novio me causa tristeza, la sensación que tengo es un dolor en el pecho y me suelen sudar las manos.</p> <p><b>Cierre:</b> Los alumnos voluntariamente compartirán su trabajo para que los demás conozcan que es lo que causan sus emociones y sensaciones, esto les servirá para conocerse mejor a sí mismos y que los demás conozcan una parte de sus compañeros que no conocían.</p>		
--	--	--	--	--

Número de Sesión	Contenido	Actividades de Aprendizaje	Recursos Didácticos	Observaciones
Sesión:4		<p><b>Inicio:</b> Para la retroalimentación de la clase pasada se pedirá a los alumnos voluntarios pasar a leer la tarea que realizaron, ya que se trató de escribir por todo un día que emociones y sensaciones identificaron en ellos una vez que ellos ya hayan identificado sus emociones se podrá pasar a este tema en el que identificarán como las expresan mayormente con los demás.</p> <p><b>Desarrollo:</b> La actividad a desarrollar se llama “¿Qué le contestarías? En donde el facilitador leerá la situación que se encuentra en el anexo 7. La</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Situación planteada</li> <li>● Cuaderno</li> <li>● Colores</li> <li>● Pluma</li> </ul>	Los alumnos deberán escribir el relato en sus cuadernos y después realizar la actividad.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo expreso Mis emociones (autocontrol)</li> </ul>	<p>cual relata una circunstancia de la vida cotidiana, y los estudiantes deberán terminarla individualmente.</p> <p>Cierre: Los estudiantes compartirán sus respuestas en donde se identificará cómo ellos en verdad responden ante las situaciones, se preguntará a los alumnos si en verdad ellos llegan a soluciones pacíficas o agresivas y por consiguiente que emociones dominan y expresan mayormente. Tiene como finalidad practicar la regulación emocional.</p>		
--	---	---	--	--

Número de sesión	Contenido	Actividades de aprendizaje	Recursos didácticos	Observaciones
		<p><b>Inicio:</b> Para la retroalimentación de la clase pasada se les pedirá a los alumnos recordar que hemos visto desde que empezamos el taller hasta ahora,</p>	<p>-Hojas blancas</p> <p>- Grapas o pegamento</p>	<p>Se dejará muy en claro a los alumnos que en la actividad solo pueden comentar</p>

<p>Sesión: 5</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Autoestima: ¿soy único/a y especial?</li> </ul>	<p>con la finalidad de dar continuidad a este apartado.</p> <p>Posteriormente se les pedirá que aporten ideas sobre lo que saben de la autoestima, para posteriormente brindarles un concepto y que lo puedan comprender y practicar.</p> <p>Así como la relación que tiene el autoestima con el autoconocimiento, autoconcepto y en la regulación de emociones.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Los alumnos realizarán la actividad llamada <b>“Este/a soy yo”</b> en donde se les repartirá a los estudiantes 2 hojas blancas tamaño carta las cuales deberán doblar y cortar por la mitad, posteriormente esas cuatro hojitas que les salieron las deberán de pegar por la parte izquierda de tal manera que parezca un libro.</p> <p>Posteriormente en la portada de ese libro pondrán como título <b>“Yo soy.... (poner su nombre) y con cada letra de su nombre pondrán una cualidad positiva ejemplo: Isabel (Inteligente, Sociable, Amorosa, Buena, Empática, Lista).</b></p> <p>Posteriormente abajo del título se les pedirá dibujarse como ellos lo deseen y abajo del dibujo como subtítulo pondrán la frase <b>“Soy único/a y especial”</b></p> <p>Posteriormente en las siguientes páginas pondrán las virtudes y defectos que identifican de ellos mismos (eso en una página), en la siguiente página escribirán lo que les gusta hacer (hobbies) y en la siguiente se describirán</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colores</li> <li>- Plumones</li> <li>-lápiz</li> <li>-Pluma</li> <li>-Tijeras</li> </ul>	<p>el trabajo de sus compañeros con palabras positivas y alentadoras, y que si se descubre que alguien puso algo insultante o grosero será sancionado.</p>
------------------	--	---	---	--

		<p>físicamente (estatura, peso, cabello, etc.) y finalmente en las hojas restantes dejarán que los compañeros escriban solo cosas positivas y lindas que alienten a sus compañeros ejemplo: que les gusta de ellos, cualidades que ellos ven, en que es bueno mi compañero y que admiro de él/ella.</p> <p><b>Cierre:</b> Dependiendo el tiempo de la sesión se les pedirá a los alumnos que voluntariamente pasen al frente a compartir su libro de la autoestima.</p> <p>Dando como resultado explicar que tan importante es la autoestima en nuestra personalidad.</p> <p>Y como todos los trabajos se les pedirá guardarlos y cuidarlos porque al final se pedirán como requisito de evaluación.</p>		
--	--	--	--	--

Número de sesión	Contenido	Actividades de aprendizaje	Recursos didácticos	Observaciones
Sesión: 6	<p data-bbox="240 386 461 457">2.2 Habilidades de comunicación</p> <ul data-bbox="240 1167 521 1625" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="240 1167 521 1239">● Componentes de la comunicación</li> <li data-bbox="240 1549 521 1625">● Habilidad de la escucha activa</li> </ul>	<p data-bbox="558 315 943 726"><b>Inicio:</b> La sesión iniciará explicando en qué consistirán estas sesiones del apartado “habilidades de comunicación” ya que ahora que han nombrado, reconocido y expresado sus emociones trabajando el autoconocimiento, es momento de exteriorizar todo eso, ya que trabajamos con nosotros mismos tenemos que trabajar con los demás.</p> <p data-bbox="558 756 943 1205">Para tratar el marco teórico el facilitador tomará en cuenta que tanto están familiarizados los estudiantes con el tema, por ello les preguntará que es la comunicación y cuáles son los componentes, así como también ¿que entienden por escucha activa? Con base los conocimientos previos de los estudiantes el facilitador explicará conceptos y utilidades del tema.</p> <p data-bbox="558 1289 943 1877"><b>Desarrollo:</b> Posteriormente se llevará a cabo la actividad “Escúchame” en la cual se les pedirá a los alumnos que escojan una pareja, debe ser un compañero con el que no han platicado mucho o que no se conocen del todo, y tendrán que sentarse frente a frente, una vez que ya todos tengan a su pareja deberán de platicar un suceso que los marcó en la semana, o algo que recientemente los tiene estresados o incluso emocionados o alegres, pero tiene que ser una anécdota bien explicada.</p>	<ul data-bbox="976 386 1256 462" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="976 386 1256 415">● Espacio en el salón</li> <li data-bbox="976 432 1256 462">● Sillas</li> </ul>	

		<p>Ellos elegirán quien es el compañero "A" el cual empezará primero a relatar y quien será el compañero "B" el segundo.</p> <p>La cuestión es que se le darán 5 minutos para que "A" le platique un anécdota real a "B" y este tendrá que escuchar a su compañero sin hablar, después se dará 5 min para que se cambien los lugares.</p> <p><b>Cierre:</b> Al terminar la actividad todos se colocarán en círculo al lado de la persona que escogieron y compartirán que sensaciones, o que pensamientos les generó esta actividad de comunicación, escucha y empatía.</p>		
--	--	---	--	--

Número de sesión	Contenido	Actividades de aprendizaje	Recursos didácticos	Observaciones
Sesión: 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>Habilidad de la comunicación asertiva</li> </ul>	<p><b>Inicio:</b> Para esta sesión es necesario recordar los conceptos que se vieron anteriormente, relacionados a las habilidades de comunicación ya que una habilidad importante es la asertiva, en donde en contra posición se encuentra la agresiva y pasiva, así que se les pedirá a los estudiantes que expresen sus ideas acerca de la Asertividad, de modo que en conjunto el facilitador pueda exponer los tipos de habilidades haciendo énfasis en la asertiva como la opción más viable que les permitirá ser más tolerantes y saber negociar y quedar de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuadro situaciones</li> <li>Cuaderno</li> <li>Pluma</li> </ul>	



acuerdo con los demás de una manera equilibrada.

**Desarrollo:** Una vez que los alumnos entiendan la diferencia entre estas tres habilidades se dará paso a la actividad de aprendizaje que es una actividad muy parecida a la sesión 4, sin embargo aquí además de expresar sus emociones hacia los demás también practican las diferentes habilidades y se dará énfasis en la habilidad asertiva que es la que se busca desarrollar.

Se dictarán a los alumnos las situaciones en las cuales situarán en un cuadro, en donde habrá 3 columnas, la primera se escribirá la situación, en la segunda el alumno responderá ante esa situación y en la tercera ¿cómo responderías asertivamente?, una vez que identifique la situación el alumno responderá como normalmente lo haría (en la segunda columna) si identifica que su respuesta es asertiva ya no tiene que llenar la siguiente columna, sin embargo si identifica que su respuesta es agresiva en la siguiente columna responderá de manera asertiva, de ese modo comparará respuestas y se notará cual es la mejor opción para comunicarse con los demás. (Anexo 8).

**Cierre:**

Una vez terminada la actividad se les pedirá a los alumnos reflexionen y compartan sus

		respuestas en torno a la actividad.		
--	--	-------------------------------------	--	--

Número de sesión	Contenido	Actividades de aprendizaje	Recursos didácticos	Observaciones
Sesión: 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empatía</li> </ul>	<p><b>Inicio:</b> Como retroalimentación se pedirá a los alumnos que mencionen que se vio la clase pasada, esto funciona para que vayan tomando secuencia con las clases. Posteriormente se preguntará ¿qué tanto conocen sobre la empatía?, con base en sus conocimientos el facilitador les brindará un concepto y explicará la importancia de ésta como una habilidad social y emocional indispensable para comprender las emociones de los demás.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Una vez que los alumnos tienen en consideración lo que significa empatía y como la utilizamos diariamente se llevará a cabo la siguiente actividad:</p> <p>Nombrada <b>¡ponte en mi lugar!</b> en la cual se les pedirá a los alumnos que escriban en una hoja suelta una situación de conflicto por la que están pasando o pasaron recientemente que les causa malestar, no le pondrán nombre a su trabajo (esto los alentará a expresarse más a fondo porque en lo que aprenden a confiar y expresar ante sus compañeros</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas</li> <li>• Bolígrafo</li> <li>• Caja de cartón forrada</li> </ul>	

		<p>sus sentimientos más profundos se sienten más cómodos en el anonimato en estas situaciones). Posteriormente la doblarán en 4 partes y la meterán en la caja de cartón forrada.</p> <p>Después se revolverán y cada alumno tendrá que sacar un papel, asegurándose que no sea el suyo, cada uno de ellos leerá personalmente la situación que les tocó y reflexionarán si sienten empatía con esa persona.</p> <p><b>Cierre:</b> Los alumnos reflexionarán sobre la importancia de ser empáticos con los demás y en este caso con sus compañeros que puede que estén pasando por un mal momento y nosotros no lo sabemos, por ello hay que ponernos en su lugar para comprenderlo.</p> <p>Los alumnos que gusten pasar a compartir su reflexión e incluso leer la situación que les tocó, contará como participación en clase. El facilitador recopilará las reflexiones y cerrará el tema de habilidades de comunicación.</p>		
--	--	--	--	--

## UNIDAD 3: Factores de protección

Número de sesión	Contenido	Actividades de aprendizaje	Recursos didácticos	Observaciones
Sesión: 9	<p>Unidad 3: Factores de protección</p> <p>3.1 Factores de riesgo del consumo de drogas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Factores individuales</li> <li>● Factores relacionales</li> <li>● Factores sociales</li> </ul>	<p><b>Inicio:</b> Para comenzar con esta unidad se les pedirá a los alumnos hacer recuento de todo lo que se ha visto y aprendido desde el inicio del taller hasta ahora para que los alumnos puedan comprender la relación de los temas.</p> <p>Asimismo el facilitador les explicará en que consiste esta unidad, y dará paso a la explicación del tema, la información se encuentra en la bibliografía del temario.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Con la explicación realizada por el facilitador sobre el tema los alumnos realizarán un mapa conceptual y además dibujos donde representen cada uno de los factores de riesgo.</p> <p>Posteriormente se les presentará un video titulado “Factores de riesgo y de protección ante el consumo de drogas en adolescentes” (Anexo 9) el cual explica los factores de riesgo y de protección de una manera muy clara y divertida. Con ese video realizarán una reflexión en donde escribirán si ellos han experimentado alguna situación de riesgo que se menciona en dicho video y de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Computadora</li> <li>● Proyector</li> <li>● Hojas blancas</li> <li>● Colores</li> <li>● Pluma</li> </ul>	

		<p>igual manera si ellos cuentan con factores de protección.</p> <p>Cierre: Compartirán sus reflexiones con los compañeros y se alentará a que participen alumnos que hasta ahora no lo han hecho.</p>		
--	--	--	--	--

Número de sesión	Contenido	Actividades de aprendizaje	Recursos didácticos	Observaciones
Sesión: 10	<p>3.2 Factores de protección</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Cuáles son los factores de protección?</li> </ul>	<p><b>Inicio:</b> Para comenzar el tema de esta sesión se les pedirá a los alumnos que recuerden lo que se aprendió la clase pasada y sobre todo haciendo énfasis en la última actividad en donde escribieron si contaban con factores de protección ante el consumo, esto con la finalidad de reforzar lo visto anteriormente.</p> <p>Posteriormente con ayuda del material visual “Adicciones, factores de protección” (Anexo 10)</p> <p><b>Desarrollo:</b> Como parte de los factores de protección se encuentra el desarrollo del pensamiento crítico, por lo que los alumnos comprenderán este concepto con un video muy claro titulado “Introducción al</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Computadora</li> <li>- Proyector</li> <li>- Cuaderno</li> <li>- Pluma</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pensamiento crítico (como tomo mis decisiones)</li> </ul>	<p>pensamiento crítico” (Anexo 11) posterior a esto se realizará la actividad “ Siendo críticos” la cual consiste en que los alumnos se reúnan en equipos de 3 a 4 personas y entre ellos comentarán y escribirán en equipo la problemática del consumo de las drogas en la adolescencia (¿qué piensan sobre este tema? ¿Creen que es importante informarse e investigar antes de pensar en consumir?, ¿piensan que el consumo de drogas es un problema grave en la actualidad? ¿Porque? )</p> <p>De igual manera deberán escribir y comentar cómo afectaría consumir drogas (legales, ilegales) en su vida como adolescentes</p> <p>Y por último ¿Que podrías hacer para no involucrarte con las drogas?</p> <p><b>Cierre:</b> Una vez terminada la actividad los equipos voluntarios pasarán al frente de la clase a compartir sus ideas basadas en el pensamiento crítico.</p> <p>Anotando en el pizarrón las ideas de factores de protección que proponen los equipos.</p>		
--	--	--	--	--

## Conclusiones

A manera de conclusión puede decirse que la etapa de la adolescencia es el proceso más complejo del desarrollo madurativo del ser humano, y que implica diferentes e importantes cambios a nivel emocional, cognitivo, social y físico.

Es por ello que el adolescente necesita ser acompañado en toda esta etapa, porque cada cambio representa una manera de actuar en su realidad, debido a que es una etapa de decisiones, de experimentación, y como se explicó en capítulos anteriores, están expuestos a diferentes situaciones de riesgo que ponen el peligro su salud y su integridad, es por ello que si los jóvenes tienen desarrollada la inteligencia emocional por medio de la educación emocional, dentro de la orientación educativa, son menos propensos a tener contacto con las drogas, e incluso el desarrollo de competencias emocionales permite formar factores de protección ante los riesgos.

En ese sentido, la educación emocional, dentro del campo de la orientación educativa, es vista como una forma de prevención primaria, que tiene como objeto ayudar a minimizar las tendencias destructivas y a maximizar las constructivas, evitando la problemática y confusión emocional que se presentan en los diferentes momentos de la vida, específicamente en la etapa de la adolescencia, siendo esta una población más vulnerable.

Entonces, la orientación educativa y la educación emocional implican todo un proceso que lleva al sujeto a formarse de manera integral dentro y fuera de la institución escolar, sin embargo se resalta que dicha educación responde a las necesidades que no se atienden en la educación formal, para poder implementarse se complementará con la orientación educativa.

Siendo que la orientación educativa es definida como un proceso de ayuda o acompañamiento que se inserta de forma concreta dentro del ámbito escolar, el cual contribuye al alumno a conocerse a sí mismo, con la finalidad de tomar decisiones adecuadas y de igual manera guiar a los agentes que interactúan cercanamente con el alumno tales como padres de familia, docentes e incluso con compañeros y

amigos dentro y fuera de la institución. En ese sentido, busca guiar y potenciar de manera integral el desarrollo en todos los aspectos de la vida del individuo.

Por lo tanto, es de suma importancia accionar en el desarrollo integral del sujeto a través de los diferentes planteamientos de la educación emocional desde la orientación educativa, lo cual permite desarrollar habilidades que ayudan a potenciar la prevención de adicciones.

Con relación a la investigación de campo, como se explicó, los estudiantes están expuestos a diferentes situaciones de riesgo las cuales se pueden observar en la gráfica 8 en donde los alumnos expusieron sus opiniones acerca de qué piensan que los adolescentes comienzan a involucrarse en las drogas, lo cual mostró que la razón es porque les interesa experimentar una sensación nueva, por otra parte, otro factor tiene que ver con los factores sociales del cómo el adolescente socializa y se relaciona con los demás, y para hacerlo puede llegar a dejarse manipular o presionar para consumir alguna droga.

Los problemas personales y sociales ocupan el mayor resultado ya que, como se mostró en capítulos anteriores, por lo que es menos propenso un adolescente a caer en el consumo cuando éste tiene desarrollada la educación emocional, el bienestar socioemocional es fundamental para evitar los factores de riesgo.

Asimismo, el último factor descrito es por consumo dentro del núcleo familiar, donde los adolescentes son influenciados en su desarrollo social por los patrones familiares, por lo tanto resulta poner atención en el ambiente familiar en el que se desenvuelven los estudiantes.

Se puede notar que los factores que están presentes en los adolescentes, su influencia se incrementa debido al poco o nulo desarrollo de competencias emocionales, las cuales tienen como objetivo potenciar habilidades en el sujeto que le permita conocer, saber hacer y saber ser.

A partir de la gráfica 10 se muestran los resultados referentes a las categorías de competencias emocionales en donde se observa que tan desarrolladas se



encuentran en los alumnos. Lo que dio paso a construir el programa preventivo frente al consumo de drogas, tomando en cuenta los análisis y resultados, debido a que muchos de ellos no las tienen muy desarrolladas.

Derivado a lo anterior, las líneas de generación de conocimiento se pueden extender en todo el ámbito escolar, en donde el programa preventivo no solo se implemente para estudiantes, sino que también se puedan capacitar los docentes y accionen en situaciones de riesgo para ellos mismos y para los alumnos.

De esta manera puede servir como base para investigar cómo los profesores influyen en la educación emocional de los estudiantes y en consecuencia disminuir en los últimos los factores de riesgo.

Asimismo, se puede ampliar esta investigación hacia los padres de familia o tutores. Cabe resaltar que, la familia es un factor de protección fundamental para la prevención de adicciones, por lo tanto es necesario la creación de redes de apoyo, en donde el adolescente pueda sentirse acompañado no solo por sus orientadores, también por los docentes, y por su misma familia. Al extenderse a éstas poblaciones se logrará trabajar con todo el contexto de desarrollo del estudiante, porque así se podría asegurar un sólido factor protector.

Se propone que la educación emocional, en la medida de lo posible, se extienda más allá del contexto escolar, debido a que en las situaciones donde las personas se diagnostican con algún tipo de adicción está especificado que, se debe trabajar en conjunto con las personas que forman parte de su núcleo social porque es un todo, es parte del desarrollo integral y si se toca esa parte y se transforma, se puede atender la adicción. Por ello también en el enfoque preventivo se puede extender este programa para contribuir integralmente al desarrollo de competencias emocionales con docentes y con padres o tutores.

## Bibliografía

- Álvarez, G. y Bisquerra, R. (2012). Orientación educativa. Modelos, áreas, estrategias y recursos. España: Wolters Kluwer Educación
- Álvarez, G. y Bisquerra, A. (1997). Modelos teóricos, carácter multidisciplinar de la orientación e intervención psicopedagógica. Barcelona: Praxis
- Álvarez, M. y Bisquerra, R. (2012) Orientación educativa. Modelos, áreas, estrategias y recursos. Madrid: Wolters Kluwer.
- Álvarez, M. (1995). Modelos de Orientación en España. Presente y Futuro. Barcelona: REOP.
- Berruecos Villalobos, Luis (2007). El consumo de drogas en la ciudad de México. *El Cotidiano*, 22(145), 105-113. [fecha de Consulta 15 de Junio de 2020]. ISSN: 0186-1840. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=325/32514513>
- Bisquerra, R. (1998). Modelos de Orientación e Intervención psicopedagógica. Barcelona: Editorial Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación Educativa*, Vol.21,(1).pp.7-43.
- Bisquerra, R. (1989). Métodos de investigación educativa: Guía Práctica. España: CEAC.
- Cano de Faroh, A. (2007). Cognición en el adolescente según Piaget y Vygotski. ¿Dos caras de la misma moneda?. *Boletín Academia Paulista de Psicología*, XXVII(2), 148-166. [fecha de Consulta 08 de Agosto de 2020]. ISSN: 1415-711X. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=946/94627214>
- Campillo, M., y Torres, A.,(s/f). El Departamento de Orientación en educación secundaria.

- Castellero, O. (s/f). ¿Qué son las drogas legales y que tipos existen?, Psicología y Mente. Recuperado de <https://psicologiaymente.com/drogas/drogas-legales>
- Centros de Integración Juvenil, AC (2009). Factores de riesgo y protección para la prevención de las adicciones en los hijos. México: Centros de Integración Juvenil, A.C.
- Centros de Integración Juvenil A.C (2018). EBCO: Estudio Básico de Comunidad Objetivo 2018. En: <http://www.cij.gob.mx/ebco2018-2024/directorio.html>
- C.I.J (2003), ¿Drogas? ¡Mejor infórmate!, pp- 3-11. Consultado el 03 de junio 2020 en : <http://www.cij.gob.mx/publicaciones/pdf/DROGASMEJOR.pdf>
- Comisión Nacional contra las Adicciones. (2017). *Encuesta Nacional del Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco*. México. Recuperado de <https://encuestas.insp.mx/ena/encodat2017.php>
- Domínguez, A. (2015). 1 de cada 10 jóvenes ha consumido drogas ilegales: INEGI. Milenio. Recuperado de: <https://www.milenio.com/policia/1-10-jovenes-mexico-consumido-drogas-ilegales-inegi>
- Dueñas, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación*, XXI, (005) Recuperado de [redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=70600505](http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=70600505)
- EFE, (2017). EFE. México: Recuperado de <https://www.efe.com/efe/america/mexico/el-80-de-jovenes-que-usa-drogas-lo-hace-para-atenuar-problemas-emocionales/50000545-3336668>
- Elzo, J., Elorza, M.A., Laespada, M.T. (1994). *Alcoholismo juvenil. Reflexiones y sugerencias de actuación ante una realidad contrastada*. Bilbao, Universidad de Deusto, Instituto Deusto de drogodependencias.
- Emilio (s/a). (2010), *Actividades para desarrollar la asertividad*. Consultado el 10 junio 2020. En: <http://www.educarueca.org/spip.php?article691>
- Erikson, E. (1972). *Sociedad y Adolescencia*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Extremera Pacheco, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica*

de *investigación educativa*, 6(2), 1-17. Recuperado, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1607-404120040002000005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-404120040002000005&lng=es&tlng=es).

- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la Educación. *Education & Psychology*. Recuperado de [orientacion.educa.aragon.es/admin/admin\\_1/file/.../A\\_contador.pdf](http://orientacion.educa.aragon.es/admin/admin_1/file/.../A_contador.pdf)
- Flores, S. y Machuca, M. (2013). Características bio-psicosociales del adolescente. *Odontol Pediatr*. Vol:12 (2)
- Fundación Canfranc. (2012), Conocerse a uno mismo. Consultado el 17 de junio 2020. En: <https://www.fundacioncanfranc.org/wp-content/uploads/2012/03/CONOCERSE-A-UNO-MISMO.pdf>
- García del Castillo, J. García del Castillo-López A. (et.al) (2013). La Inteligencia Emocional como estrategia de prevención de las adicciones. *Salud y drogas*, 13 (2), 89-97. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=839/83929573001>
- García Retana, José Angel (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36(1),1-24. [fecha de Consulta 12 de Septiembre de 2020]. ISSN: 0379-7082. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=440/44023984007>
- Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós.
- Gázquez, M. (2009). *Eficacia diferencial de tres programas de prevención escolar del consumo de drogas, según el tipo de aplicador*. (Tesis Doctoral inédita). Alicante: Universidad Miguel Hernández.
- Goleman, D. (2005). *La práctica de la Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Güemes-Hidalgo, M., et.al., (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatra Integral*. Vol:XXI (4):233–244
- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna. Las emociones: ¿Para qué sirven?*. Ed. Descleé de Brower, S.A

- Hernández, J. et al. (2015). Programa de Orientación Educativa. Colima
- Jean, Piaget (2005). Inteligencia y afectividad/ con prólogo de: Mario Carretero. Buenos Aires: Aique Grupo Editor.
- Laespada, T., et al. (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.
- Matas, A. (2018). Diseño del formato de escalas tipo Likert: un estado de la cuestión. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 20(1), 38-47.  
<https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.1.1347>
- Márquez-Cervantes, M.C. y Gaeta-González, M.L., (2017). Desarrollo de competencias emocionales en pre-adolescentes: el papel de padres y docentes. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 20(2), 221-235
- Martínez, P. (2002). "La Orientación y la intervención Psicopedagógica". En: La orientación psicopedagógica: Modelos y estrategias de intervención. Madrid. EOS
- Megalópolis (2018). Informando a la gran nube. México: INEGI. Recuperado de <https://megalopolismx.com/noticia/33641/el-consumo-de-drogas-en-mexico-cada-vez-es-mayor-en-menores-de-edad-inegi>
- Molina, D. L., (2002). Concepto de orientación educativa: diversidad y aproximación. Revista Iberoamericana de Educación: Venezuela.
- Moncayo, N. (2006). La orientación en los centros educativos: organización y funcionamiento desde la práctica. España: GRAO.
- National Institute on Drug Abuse. Las drogas, el cerebro y la conducta: la ciencia de la adicción. En: <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-el-comportamiento-la-ciencia-de-la-adiccion/las-drogas-y-el-cerebro>
- Núñez, C., Vázquez ME, Grupo de Educación para la Salud de la AEPap. Habilidades de comunicación y manejo de situaciones difíciles en la consulta.

- En: AEPap (ed.). Congreso de Actualización Pediatría 2019. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2019. p. 411-415
- Ortiz, M.J. (1999). El desarrollo emocional. En F. López et al. (Coord.). Desarrollo afectivo y social. Madrid: Pirámide.
  - Pérez, S., y Santiago, M., (s/f), *Manual de prácticas clínicas para la atención en la adolescencia. Capítulo I: El concepto de adolescencia*. Recuperado de: <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>
  - Pick de Weiss, S. y Vargas-Trujillo, E. (1992). Yo adolescente. México: Ariel Escolar, pp. 180- 197.
  - Poncela, A. (2014). Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas. EDUCAR, 50 (2), 445-466. [Fecha de Consulta 11 de Agosto de 2020]. ISSN: 0211-819X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3421/342132463011>
  - Rivero, J. y González, M. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Unidad de Medicina del Adolescente. *Servicio de Pediatría. Hospital de Móstoles*, Madrid. *Pediatra Integral*, Vol: IX(1):20-24
  - Rodríguez Espinar, S. (coord.), Álvarez, M., Echeverría, B. y Marín, M.A.(1993). Teoría y práctica de la orientación educativa. Barcelona: PPU
  - Rodríguez, G., et al. (1999). Metodología de la investigación cualitativa. Málaga: Aljibe.
  - Rodríguez, K. (2016). Manual de actividades y dinámicas: Desarrollo del pensamiento crítico y toma de decisiones acertadas en la adolescencia. Consultado el 17 de junio de 2020 en: <https://es.slideshare.net/KarenRodrquez19/manual-de-actividades-y-dinmicas-pensamiento-critico>
  - Rodríguez, M. L. (1991). Orientación educativa. Barcelona: CEAC.
  - Rodríguez, M. L. (s/f). "Conceptualización de la orientación educativa". En: Orientación e intervención psicopedagógica, s/l: Ediciones CEAC.
  - Sampieri, R., et al. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.

- Serrano, L. (2007). Adolescencia, desarrollo emocional: Guía para padres y docentes, Colombia: ECOE.
- Serrano, N. (2019). La búsqueda de la identidad en la adolescencia. Disponible en: <https://eresmama.com/la-busqueda-de-la-identidad-en-la-adolescencia/>
- Villatoro, J., Medina-Mora, M.E., Rojano, C., Amador, N., Bermúdez, P., Hernández, H., Fleiz, C., Gutiérrez, M. y Ramos, A. (2004). Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco en Estudiantes del DF: medición otoño 2003. Reporte de la Delegación Tlalpan. INP-SEP. México
- Vivas García, Mireya (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. Sapiens. Revista Universitaria de Investigación, 4(2),0. [fecha de Consulta 10 de Septiembre de 2020]. ISSN: 1317-5815. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=410/41040202>
- Zaldivar, R. (2014). El desarrollo de la conciencia emocional en la adolescencia a través de la poesía. Universidad Complutense de Madrid.

## Anexos

### Anexo 1. Instrumento de investigación de campo.

#### Si me conozco, me cuido

Este cuestionario tiene como finalidad conocer alguna situación en la que hayas tenido un acercamiento con respecto al consumo de drogas (legales e ilegales) e identificar tus competencias emocionales, por lo tanto, la información proporcionada en este cuestionario es anónima y confidencial, será utilizada para fines de investigación.

#### Instrucciones:

- Tomate tu tiempo y lee cuidadosamente las siguientes preguntas.
- Las preguntas que tienen opciones, deberás tachar la opción que escojas. Para ello, deberás ir a la opción de “insertar” después “formas” y ahí aparece el símbolo de tache, solo se inserta en la opción que elijas.
- Las preguntas abiertas deberás responderlas con tus propias palabras, llenando los espacios correspondientes.
- Recuerda, no hay respuestas buenas ni malas, responde acorde a tu conocimiento y experiencia.

Edad: \_\_\_\_\_  
Sexo: M ( ) F ( )  
Grado: \_\_\_\_\_  
Grupo: \_\_\_\_\_

1) ¿Haz consumido alcohol, cigarro, marihuana, etc.?

Sí, solo fueron un par de veces	No, pero me interesaría probar	Sí, y la sigo consumiendo	No, y no me interesaría probar
---------------------------------	--------------------------------	---------------------------	--------------------------------

Si tu respuesta fue “Sí” en alguna de las tres primeras opciones, escribe qué clase de droga probaste, consumiste o te interesaría y por qué.

-----  
-----



2) ¿Hay alguna o algunas personas en tu familia que consuman algún tipo de droga?

Sí ( )      No ( )

En caso afirmativo, escribe cuantas personas y qué tipo de droga consumen.

-----

3) En tu escuela ¿tus compañeros o amigos te han ofrecido alcohol, cigarro, marihuana, etc.?

Sí, alguna vez	No, nunca	Sí y es muy seguido	No, pero sí he escuchado que le han ofrecido a otros compañeros
----------------	-----------	---------------------	---

¿Si tu respuesta fue “Sí”, qué tipo de droga te han ofrecido?

-----

4) Desde tu punto de vista. ¿Por qué crees que los adolescentes como tú llegan a consumir drogas?

-----

5) ¿Crees que es preocupante el incremento del consumo de drogas en adolescentes actualmente?

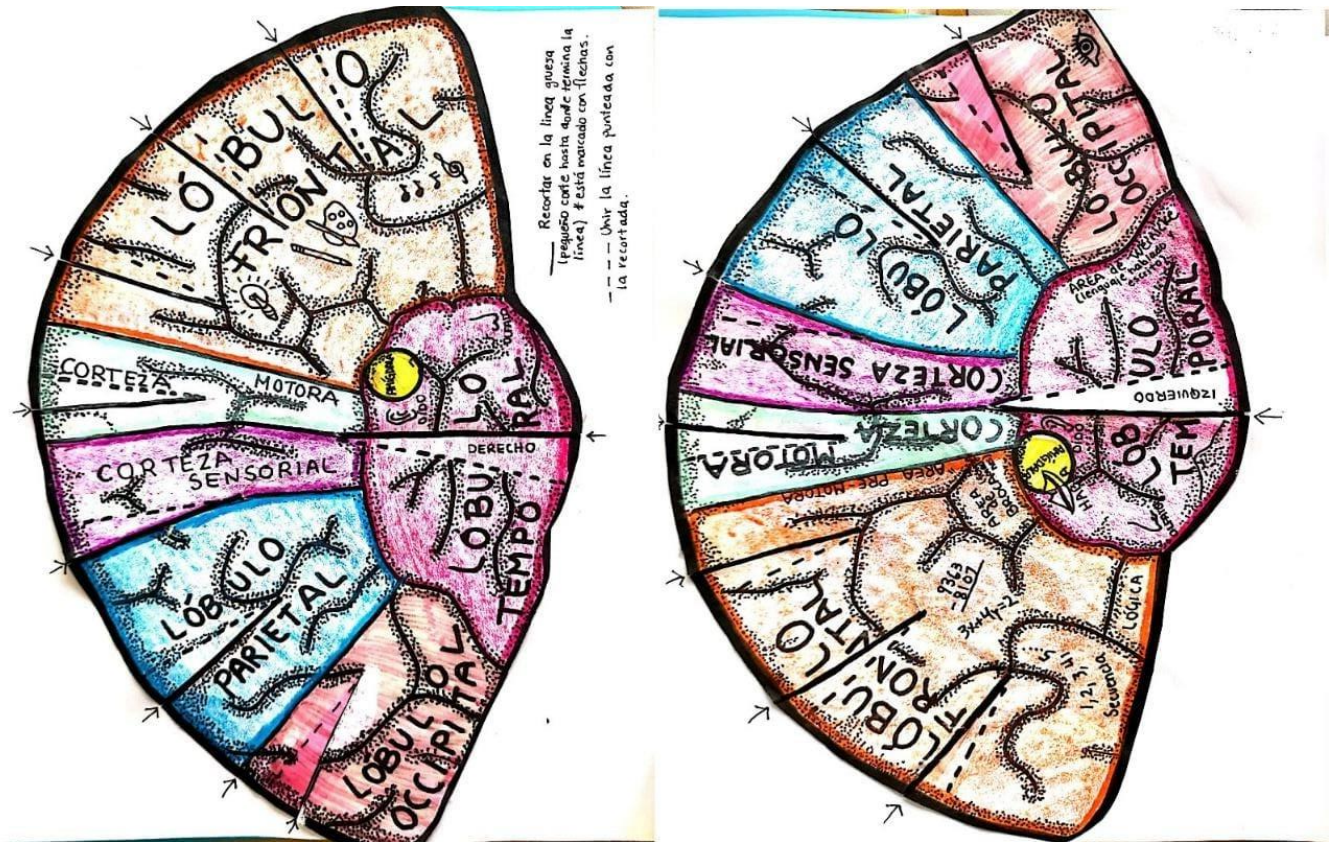
Sí, es un tema que es importante y me impacta	La verdad, no estoy al tanto de eso	Me parece algo normal
---	-------------------------------------	-----------------------

### Identificación de competencias emocionales

Enunciado	Respuesta			
• Suelo identificar con claridad mis emociones	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Puedo nombrar mis emociones en el momento que las siento	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Puedo identificar las emociones de los demás	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Puedo identificar mis emociones en diferentes circunstancias en las que me encuentro cotidianamente	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Se me facilita expresar lo que siento con los demás	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Puedo regular mis acciones cuando me siento furioso(a), triste, con estrés	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Puedo afirmar que me conozco muy bien a mí mismo (a) en relación con las situaciones que vivo	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Mi autoestima suele ser baja	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Me cuido de peligros en los que puedo estar expuesto(a)	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Me responsabilizo de mis actos y mis decisiones	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Tengo una buena comunicación con mi familia	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Mantengo respeto con los demás	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Suelo ayudar a las personas que lo necesiten sin esperar algo a cambio	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
• Antes de tomar una decisión suelo reflexionar e identifico los pros y contras de la situación.	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Busco mi bienestar personal y el de los demás</li> </ul>	Siempre	Muchas veces	Pocas veces	Nunca
---	---------	--------------	-------------	-------

**Anexo 2. Esquema cerebral**



Fuente: Elaboración propia

Dar nombre a las emociones			
IRA	TRISTEZA	MIEDO	ALEGRÍA
Rabia	Autocompasión	Angustia	Gozo
Enojo	Soledad	Aprensión	Contento
Resentimiento	Desaliento	Fobia	Deleite
Furia	Melancolía	Temor	Diversión
Exasperación	Depresión	Pánico	Placer
Indignación	Aflicción	Preocupación	Gratificación
Animosidad	Pena	Desasosiego	Satisfacción
Irritabilidad	Desconsuelo	Incertidumbre	Euforia
Hostilidad	Pesimismo	Ansiedad	Éxtasis
Odio	Desesperación	Inquietud	Felicidad
Violencia		Terror	

Fuente: Imagen tomada de Psico-emoción por Karmen Bello (2018) en <http://psicoemocionaquiyahora.blogspot.com/2018/08/cual-es-la-emocion-que-esta.html?m=1>

**Anexo 3.** Video: “Como las hormonas influyen en ti y en tu mente”

<https://www.youtube.com/watch?v=x6i081DWTb4>

**Anexo 4.** Video: ¡Identifica las emociones!

<https://www.youtube.com/watch?v=vsFERoAz448>

**Anexo 5.** Video: “Las drogas y el cerebro”

<https://www.youtube.com/watch?v=7dPTJoWITa8>

**Anexo 6.** Tabla “identifica tus emociones”

Emoción	¿Qué actividad, situación, persona, etc. me causa esa emoción? y ¿qué sensación se representa en mi cuerpo?
 <p>FELICIDAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 2</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 5</li> </ul>
 <p>TRISTEZA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 2</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 5</li> </ul>
 <p>DESAGRADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 2</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 5</li> </ul>
 <p>ENOJO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 2</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 5</li> </ul>
 <p>MIEDO/TEMOR</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 2</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 5</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia

### Anexo 7. ¿Qué responderías?

Pablo iba caminando en el pasillo de la escuela, cuando de repente se topa con Axel y éste se le queda mirando a Pablo de una manera muy retadora, y le tira sus cuadernos que traía Pablo en las manos, después le dice que es un tonto y que no debería de estar en la escuela porque simplemente le cae mal y lo acusa de ser una mala persona y de un nerd. Ante tal situación Pablo se acercó a Axel y le respondió.....

¿Qué harías si estuvieras en el lugar de Juan? Responde que le dirías a Axel.

Crea un dibujo de la situación.

### Anexo 8. “Respondiendo asertivamente”

Situación	¿Qué le respondes?	¿Cómo puedo responder asertivamente?
1. Es un día muy feliz para ti porque estás estrenando una mochila que desde hace mucho tiempo querías, entonces cuando llegas al salón tu amigo te dice: ¿qué onda con tu mochila ridícula?		
2. Tu vecina ve que vas al mercado a comprar tu despensa para la semana y ella te pide que le compres también cosas para su despensa, obviamente te da el dinero		

<p>pero no te ofrece nada a cambio más que su agradecimiento.</p>		
<p>3. Hoy es el gran día de la fiesta de cumpleaños de tu amigo/a cercano vas muy entusiasmado a darle su regalo cuando te das cuenta que está fumando marihuana con varios amigos... esta persona te ofrece, y te amenaza porque si no lo haces eres "teto" y entonces ya no podemos ser amigos porque arruinas mi reputación y no eres nada "cool".</p>		

**Anexo 9.** Video: "Factores de riesgo y de protección ante el consumo de drogas en adolescentes"

<https://www.youtube.com/watch?v=-uaLNf6p54c>

**Anexo 10.** Video: "Factores de protección"

[https://www.youtube.com/watch?v=aTV44Ysi\\_hk](https://www.youtube.com/watch?v=aTV44Ysi_hk)

**Anexo 11.** Video: "Introducción al pensamiento crítico"

<https://www.youtube.com/watch?v=-YqifTSfsnA>