

# Universidad del Azuay Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

### Escuela de Psicología

"Diseño y Aplicación de un Programa de Desarrollo Personal en estudiantes en riesgo de uso indebido de sustancias"

Trabajo de Graduación previo a la

Obtención del Título de Psicólogo Clínico.

**Director:** 

Dr. Patricio Cabrera.

Lugar:

Colegio Manuel J. Calle

Período de Tesis:

Enero 2011 – Julio 2012

**Autores:** 

Priscila Bautista.

María Paula Mogrovejo.

**Cuenca - Ecuador** 

### **Dedicatoria**

A Dios, por haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de inspirarme con su amor y bondad.

A mis padres Olguita y Ramiro que con su apoyo moral, espiritual y económico durante estos 23 años supieron formar un ser con ganas de seguir adelante, cuyo ingrediente principal fue su infinito amor.

A Viviana por ser ejemplo de hermana mayor que supo cuidarme para no desviarme del sendero correcto.

A Ivana e Ítalo que con su inocencia me devolvieron la fe en el mundo.

A los jóvenes, porque en ellos aprendí que nunca es tarde para ser mejor.

Priscila Bautista

Agradecimientos

A la Universidad del Azuay por darme la oportunidad de trascender en mis estudios.

Al colegio Manuel J. Calle que creyó en nuestro trabajo y nos brindó la confianza para trabajar con sus alumnos.

A los 30 jóvenes que confiaron en nosotros y nos abrieron sus corazones, que a su vez nos motivaron para lograr mucho más.

A nuestro director de tesis el Dr. Patricio Cabrera quien con su sabiduría perfeccionó el trabajo que teníamos en nuestra mente. A Martha Cobos por apoyarnos incondicionalmente en esta lucha.

A mis compañeros de Psicología Clínica , que son los únicos que entienden todo este largo proceso de elaboración de tesis y que con su amistad supimos motivarnos para convertirnos en grandes colegas .

A mi grata amiga y compañera de tesis María Paula Mogrovejo cuyos días y noches de ardua labor se plasman en este trabajo de tesis, que de la mano llegamos hasta el final del camino.

Y por último al Consep que con sus datos y bibliografía enriquecieron nuestra tesis.

Priscila Bautista

iii

Dedicatoria

Dedico este proyecto de tesis a Dios, porque ha estado conmigo dándome fortaleza para

continuar.

A mis padres Santiago y Elena, quienes a lo largo de mi vida han deseado mi bienestar y

han sido pilares fundamentales en todo momento, ya que depositaron su confianza en mi y

me dieron la oportunidad de recibir educación, sin dudar ni un solo momento de mis

capacidades.

A mis hermanos Santiago y Mateo para quien pretendo ser un modelo positivo y de

esfuerzo.

A mi abuelita Charo quien es como mi segunda madre y es una de las personas más

importantes en mi vida.

María Paula Mogrovejo

iν

### Agradecimiento

Los resultados de esta tesis, están dedicados a todas aquellas personas que, de alguna forma, son parte de su culminación.

Agradezco a Dios por no abandonarme en este largo camino.

A mis padres por ser parte de mi vida y de mi formación como profesional.

A mi mejor amiga Priscila Bautista, con quien emprendimos juntas este proyecto y todas nuestras expectativas se cumplieron a cabalidad.

A mi director de tesis Dr. Patricio Cabrera quien ha sido nuestra guía en el trayecto de nuestra tesis.

Al Colegio Manuel J. Calle por abrirnos las puertas para aplicar nuestro proyecto y a los 30 estudiantes quienes nos motivaron para continuar.

A mis profesores a quienes les debo gran parte de mis conocimientos.

María Paula Mogrovejo

## Índice de contenido

Dedicatoria de Priscila Bautista	11
Agradecimiento de Priscila Bautista.	iii
Dedicatoria de María Paula Mogrovejo	iv
Agradecimiento de María Paula Mogrovejo	V
Índice de contenido	vi
Índice de figuras	xi
Resumen	xiii
Abstract	xiv
Introducción	
1.1Planteamiento del problema	
1.2 Hipótesis	
1.3 Justificación de la investigación	
1.4 Objetivos	
1.4.1 Objetivos Generales	
1.4.2 Objetivos específicos	
Metodología	5
PRIMERA PARTE "MARCO TEORICO"	
Adolescencia	
Teoría de Erikson	
2.1.1. Etapas de Erikson	
2.1.1.1 Confianza vs desconfianza	
2.1.1.2 Autonomía vs Vergüenza	
2.1.1.3 Iniciativa vs Culpa	
2.1.1.4. Laboriosidad vs Inferioridad	
2.1.1.5. Identidad vs Dispersión.	
2.1.1.6 Intimidad vs Aislamiento	
2.1.1.7 Generalidad vs Estancamiento	
2.1.1.8 Integridad vs Desesperación	
2.2 Identidad en el adolescente	11
2.2.1 Tipos de identidad	13
2.2.2. Diferencias individuales en la formación de la identidad	14
2.2.2.1 Modelos de relación familiar	14
2.2.2.2 Diferencias de género	14
2.2.2.3 Factores étnicos en la formación de la identidad	15
2.2.2.4 Orientación sexual	15
Elección Vocacional	15
2.3 Teoría de Piaget	15
2.4 Teoría de Kohlberg.	16

•	Drogas	17
	3.1 Definición de términos	17
	3.1.1. Droga	17
	3.1.2. Sustancias	18
	3.1.3 Uso	18
	3.1.4 Abuso	18
	3.1.5 Dependencia.	18
	3.1.6 Tolerancia.	19
	3.1.7 Síndrome de abstinencia	19
	3.1.8 Intoxicación.	20
	3.2Clases de drogas	20
	3.2.1. Drogas estimulantes	20
	3.2.2. Drogas depresoras	21
	3.2.3 Drogas alucinógenas	
	3.3 Efectos de las drogas	21
	3.4 Drogas más conocidas	21
	3.4.1 Alcohol	21
	3.4.2. Tabaco	22
	3.4.3 Mariguana	22
	3.4.4. Cocaína	22
	3.4.5. Anfetaminas	22
	3.4.6. Benzodiacepinas	23
	3.4.7. Opioides	23
	3.4.8 Escopolamina.	24
	3.4.9. Inhalantes	24
	3.5. Factores de riesgo y de protección.	24
	3.5.1. Modelo integrador de influencias en el consumo	
	de alcohol y otras drogas	24
	3.5.2 Factores de riesgo para el abuso de drogas	26
	3.5.3 Factores de protección para el consumo de drogas	27
	3.5.4. Clasificación de los factores de riesgo y	
	de protección.	
	3.5.4.1. Factores de riesgo individual	
	3.5.4.2. Factores de protección individual	
	3.5.4.3. Factores de riesgo familiar	
	3.5.4.4. Factores de protección familiar	
	3.5.4.5. Factores de riesgo escolar	
	3.5.4.6. Factores de protección escolar	
	3.5.4.7. Factores de riesgo grupo de pares	
	3.5.4.8. Factores de protección grupo pares	
	3.5.4.9. Factores de riesgo en lo laboral	
	3.5.4.10. Factores de protección en lo laboral	
	3.5.4.11. Factores de riesgo en lo comunitario	
	3.5.4.12. Factores de protección en lo comunitario	
	3.5.4.13. Factores de riesgo en lo social	
	3.5.4.14. Factores de protección en lo social	40
	3.6. Beneficios de no usar drogas	
	3.6.1. Promoción de estilos de vida saludables	41

3.6.1.1. Ejercicio físico	41
3.6.1.2. Nutrición adecuada	42
3.6.1.3. Comportamientos de seguridad	42
3.6.1.4. Evitar drogas	43
3.6.1.5. Sexo seguro	
3.6.1.6. Estilo de vida minimizado de emociones	
negativas	43
3.6.1.7. Adherencia terapéutica	
•	
Prevención de drogas	
4.1 Definición de prevención.	45
4.2 Principios básicos	46
4.3 Componentes de la prevención	47
4.4 Tipos de prevención	47
4.5 Modificación de los hábitos de salud	48
4.5.1 Modelos de creencias sobre la salud	48
4.5.2. Teoría de la conducta planeada	49
4.6 Métodos cognitivos conductuales para la modificación	
de una conducta saludable	49
SEGUNDA PARTE	
Evaluación , resultados estadísticos y reevaluación	54
5.1 Cuestionario de Hugo Bell	54
5.1.1. Datos generales	54
5.1.2 Aplicación y Resultados estadísticos	55
5.1.3. Reevaluación	60
5.2. Inventario de pensamiento constructivo	66
5.2.1. Datos generales	66
5.2.2 Aplicación y Resultados estadísticos	68
5.3. Evaluación del funcionamiento familiar	
5.3.1. Datos generales	75
5.3.2 Aplicación y Resultados estadísticos	76
TERCERA PARTE	
Diseño , aplicación y observaciones de talleres dirigidos a adolescentes	83
6.1 Aperturando y conociendo nuestro programa	83
6.1.1 Diseño del taller	83
6.1.2. Aplicación y observación del taller	85
6.2 Juventud y prevención de adicciones	87
6.2.1 Diseño del taller	87
6.2.2. Aplicación y observación del taller	91
6.3. Fortaleciendo nuestra autoestima.	93
6.3.1 Diseño del taller	93
6.3.2. Aplicación y observación del taller	96
6.4 Manejando nuestras emociones	97
6.4.1 Diseño del taller	97
6.4.2. Aplicación y observación del taller	99
6.5 Comunicándonos asertivamente	101
6.5.1 Diseño del taller	101
6.5.2. Aplicación v observación del taller	.105

	6.6 Fortaleciendo nuestro liderazgo	107
	6.6.1 Diseño del taller	107
	6.6.2. Aplicación y observación del taller	112
	6.7 Los valores y la juventud	
	6.7.1 Diseño del taller	113
	6.7.2. Aplicación y observación del taller	114
	6.8 Valorando nuestra salud	116
	6.8.1 Diseño del taller	116
	6.8.2. Aplicación y observación del taller	118
•	Diseño , aplicación y observaciones de talleres dirigidos a padres	119
	7.1 Previniendo el consumo de drogas en nuestra familia	119
	7.1.1 Diseño del taller	119
	7.1.2. Aplicación y observación del taller	123
	7.2 Como afirmar la autoestima en la familia	125
	7.2.1 Diseño del taller	125
	7.2.2. Aplicación y observación del taller	127
	7.3. Expresando nuestras emociones	129
	7.3.1 Diseño del taller	129
	7.3.2. Aplicación y observación del taller	133
	7.4 Promoviendo la comunicación asertiva	135
	7.4.1 Diseño del taller	135
	7.4.2. Aplicación y observación del taller	140
	7.5 Liderazgo y planeamiento estratégico en la	
	familia	142
	7.5.1 Diseño del taller	142
	7.5.2. Aplicación y observación del taller	
	7.6 Promoviendo los valores en la familia	147
	7.6.1 Diseño del taller	147
	7.6.2. Aplicación y observación del taller	150
	7.7 Familia, salud y conductas saludables	151
	7.7.1 Diseño del taller	151
	7.7.2 Aplicación y observación del taller	153

•	Contenido teórico de los talleres	154
	8.1Adicciones	154
	8.2 Autoestima	155
	8.2.1 Tipos de autoestima	156
	8.2.2. Componentes de la autoestima	156
	8.2.3. Relación autoestima –drogas	157
	8.2.4. Fortalecimiento de la autoestima	157
	8.3. Emociones	158
	8.3.1 Función de las emociones	158
	8.3.2. Teorías del origen de las emociones	159
	8.3.3. Características de las emociones	160
	8.3.4 Categoría de las emociones	161
	8.3.5 Autocontrol emocional	161
	8.3.5.1 Consideraciones para trabajar	
	en el autocontrol emocional	162
	8.4 Asertividad	163
	8.4.1 Comportamiento asertivo, no	
	asertivo y agresivo	163
	8.4.2. Derecho de la persona asertiva	165
	8.4.3 La asertividad como factor	
	protector ante el consumo de drogas	165
	8.4.4. Recomendaciones para ser asertivos	165
	8.5 Liderazgo	167
	8.5.1 Líder	167
	8.5.2. Clases de liderazgo	167
	8.5.3 Toma de decisiones en el grupo	168
	8.5.4 Liderazgo en la familia	169
	8.5.5 Características de lideres eficientes	169
	8.6 Valores	170
	8.6.1 Clasificación de los valores	170
	8.6.1.1 Valores inferiores	170
	8.6.1.2 Valores superiores	171
	8.6.2 Valores en la familia	173
	8.7 Conductas saludables	174
•	Conclusiones generales	175
	9.1. Conclusiones y recomendaciones	175
10.	Bibliografía	177
1 1	Anavas	179

# Índice de figuras

Figura 1-1:Datos del 2008 proporcionados por el Consep
Figura 3-1: Síndrome de abstinencia.
Figura 3-2: Modelo integrador de influencias en el consumo
de alcohol y otras drogas
Figura 5-1: Datos estadísticos de la aplicación de Hugo Bell
Figura 5-2: Tabla de frecuencias del grado de adaptabilidad en el
ámbito familiar 1
Figura 5-3 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad de salud 1
Figura 5-4 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad social 1
Figura 5-5 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad emocional 1
Figura 5-6 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad total 1
Figura 5-7: Gráfico del grado de adaptabilidad en el ámbito
familiar 1
Figura 5-8: Gráfico del grado de adaptabilidad en salud 1
Figura 5-9: Gráfico del grado de adaptabilidad social 1
Figura 5-10: Gráfico del grado de adaptabilidad en el ámbito
emocional 1
Figura 5-11: Gráfico del grado de adaptabilidad total 1
Figura 5-12: Datos estadísticos de la 2 aplicación de Hugo Bell
Figura 5-13: Tabla de frecuencias del grado de adaptabilidad en el
ámbito familiar 2
Figura 5-14 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad de salud 2
Figura 5-15 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad social 2
Figura 5-16 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad emocional 2
Figura 5-17 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad total 2
Figura 5-18: Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito

familiar 2	63
Figura 5-19: Gráfico del grado de adaptabilidad en salud 2	63
Figura 5-20: Gráfico del grado de adaptabilidad social 2.	64
Figura 5-21: Gráfico del grado de adaptabilidad en el ámbito	
emocional 2.	64
Figura 5-22: Gráfico del grado de adaptabilidad total 2	65
Figura 5-23: Datos estadísticos del inventario de pensamiento constructivo	68
Figura 5-24 : Tabla de frecuencia del resultado de pensamiento constructivo	
global	69
Figura 5-25 : Tabla de frecuencia del resultado de emotividad	69
Figura 5-26 : Tabla de frecuencia del resultado de eficacia	69
Figura 5-27: Tabla de frecuencia del resultado de pensamiento supersticioso	69
Figura 5-28:Tabla de frecuencia del resultado de rigidez	70
Figura 5-29: Tabla de frecuencia del resultado de pensamiento esotérico	70
Figura 5-30:Tabla de frecuencia del resultado de ilusión	70
Figura 5-31: Gráfico de pensamiento constructivo global	71
Figura 5-32: Gráfico de emotividad	71
Figura 5-33: Gráfico de eficacia	72
Figura 5-34: Gráfico de pensamiento supersticioso.	72
Figura 5-35: Gráfico de rigidez	73
Figura 5-36: Gráfico de pensamiento esotérico	73
Figura 5-37: Gráfico de ilusión	74
Figura 5-38: Datos estadísticos de evaluación de funcionamiento familiar	76
Figura 5-39:Tabla de frecuencias de evaluación de funcionamiento familiar	77
Figura 5-40: Gráfico de evaluación de funcionamiento familiar	77
Figura 8-1: Jerarquía de las emociones	159
Figura 8-2 : Teoría de James Lange	159
Figura 8-3: Teoría de Cannon Bard	160

### **RESUMEN**

Esta tesis contiene el diseño y aplicación de talleres, a un grupo de 30 estudiantes del Colegio Manuel J.Calle y a sus respectivos padres. Los temas a tratarse fueron: adicciones, autoestima, emociones, asertividad, liderazgo, valores y conductas saludables. Los datos que sirvieron de base para comprobar que era un grupo de riesgo fueron recolectados mediante la aplicación del cuestionario de adaptación de Hugo Bell y el CTI (Inventario de pensamientos constructivos), mientras que a los padres se les evaluó con el FF-SIL (Evaluación del funcionamiento familiar). Los resultados obtenidos indican que el proyecto fue efectivo, ya que al aplicar un retest de Hugo Bell y la participación de los estudiantes en los talleres dio como resultado un cambio positivo. De igual manera los padres mostraron interés y sus actitudes frente a sus hijos mejoraron notablemente

### **ABSTRACT**

This thesis contains the design and application of workshops to a group of 30 students from "Manuel J. Calle" School, and their parents as well. The topics were: addictions, self-esteem, emotions, assertiveness, leadership, values, and healthy behavior. The data that served as a basis to determine that this was a high risk group, were obtained through the application of Hugo Bell adaptation questionnaire and the C.T.I. (Constructive Thinking Inventory). The parents were evaluated through the FF-SIL (Assessment of Family Functions). The results show that the project was effective, since after the workshops and the application of the Hugo Bell re-test the students demonstrated a positive change. Likewise, the parents showed interest and their attitude toward their children improved notably.

AZUAY DPTO. IDIOMAS Translated by, Diana Lee Rodas

### 1. INTRODUCCIÓN

### 1.1 Planteamiento del problema

El grupo más afectado por el consumo de drogas es el de los adolescentes entre 15 y 19 años, independientemente del tipo de droga de que se trate y de las variables que se consideren: psicológicas, familiares, medioambientales, biomédicas, socio demográficas e incluso genéticas. La adolescencia es la etapa del desarrollo psicológico donde la persona es más sensible a las influencias del grupo social. Este proceso inconsciente de confusión de identidad ante lo nuevo, ocurre en el adolescente.

Erickson señala que el adolescente que atraviesa la etapa de la identidad, está buscando una significación de sí mismo ante un mundo adulto al que percibe amenazante y por ende la falta de la misma es un factor para el consumo de drogas. La muestra del presente estudio se realizará en la Unidad Educativa Manuel J. Calle, con un grupo de 30 estudiantes en riesgo, quienes están entre los 15 y 18 años, los mismos que fueron remitidos por el Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil(DOBE), recalcando que estos alumnos por diversas causas(padres consumidores, violencia en el hogar, falta de comunicación, problemas escolares, problemas de conducta, migración, relaciones amorosas inestables) son los más propensos para involucrarles en el programa de Desarrollo Personal. Se realizará diferentes talleres con los estudiantes y su familia, basándonos en la evaluación, psicoeducación y aprendizaje de habilidades sociales. Ante esto nace la urgente necesidad de trabajar con estos estudiantes y familia para evitar un consumo que a su vez mejorará su calidad de vida.

### 1.2 Hipótesis

- 1.2.1 Los adolescentes pueden consumir cualquier tipo de droga porque forman parte de un hogar caótico carente de afecto y donde existe maltrato de cualquier tipo.
- 1.2.2 La mala comunicación con los padres es un factor desencadenante para el consumo.
- 1.2.3 A padres consumidores, hijos consumidores, ya que de los padres provienen los modelos.
- 1.2.4 Un adolescente con baja autoestima, poca asertividad, y que no es capaz de tener sus propias decisiones es probable que tenga dificultades para enfrentarse adecuadamente a los demás cuando se trata de rechazar una oferta de drogas.

### 1.3 Justificación de la investigación

El diseño y aplicación de un Programa de Desarrollo Personal en adolescentes se basa en los principios asociados a los programas de prevención:

- 1.3.1 El riesgo de que el adolescente se convierta en un abusador de drogas involucra una relación entre el número y el tipo de los factores de riesgo (Ej.: actitudes y comportamientos desviados) (Wills y col).
- 1.3.2 El impacto potencial de factores específicos de riesgo y de protección cambia con la edad. Por ejemplo, los factores de riesgo dentro de la familia tienen un impacto mayor en un niño más joven, mientras que la asociación con compañeros que abusan de las drogas puede ser un factor de riesgo más importante para un adolescente (Gerstein y Green).
- 1.3.3 Una intervención temprana en los factores de riesgo (Ejemplo: conducta agresiva y un auto-control deficiente), a menudo tiene un impacto mayor que una intervención tardía al cambiar la trayectoria de la vida del adolescente alejándole de los problemas y dirigiéndolo hacia conductas positivas (Lalongo y col).
- 1.3.4 Los programas de prevención deben dirigirse al tipo de problema de abuso de drogas en los jóvenes del Manuel J. Calle que puede o no existir, escoger los factores de riesgo que se pueden modificar, y fortalecer los factores de protección que se conocen, todo esto trabajando en conjunto con las familias (Johnston y col). (OPCION ,CONSEP , NACIONES UNIDAS, 2006).

Figura 1-1: Datos del 2008 proporcionados por el CONSEP

DROGAS LÍCITAS		
PREVALENCIA VIDA: Consumió alguna vez en la vida.		
1998	2005	2008
ALCOHOL:		
53.9%	61.6%	79.4%
14.8 años	13.7 años	12.8 años
CIGARRILLOS:		
44.3 %	54.4%	46.0%
14.4 años	13.1 años	12.9 años

	DROGAS ILÍC	ITAS	
PREVALENCIA VI	DA: Consumió alguna vez e	en la vida.	
1998	2005	2008	
MARIGUANA:	<u> </u>	1	
3.9%	6.7%	6.4%	
15.4 años	13.2 años	14.6 años	
BASE:			
2.8 %	1.6%	1.0%	
14.4 años	13.1 años	12.9 años	
COCAINA:		I	
2.4%	2.4%	2.2%	
15.4 años	13.8 años	14.4 años	
HEROÍNA:			
	0.9%		
	14.4 años		
EXTASIS:		<u> </u>	
	2.1 %	1.3 %	
	14 años	14.4 años	
INHALANTES:		<u> </u>	
2.2 %	5.2 %	5.7%	
15.3 años	13.3 años	12.5años	

Conclusión: El consumo de drogas es cada vez más temprano en la ciudad de Cuenca, es decir alrededor de los doce años.

### 1.4 Objetivos:

### 1.4.1 Objetivos Generales:

- 1.4.1.1 Diseñar el programa de Desarrollo Personal en estudiantes en riesgo de uso indebido de sustancias.
- 1.4.1.2 Aplicar el programa de Desarrollo Personal en estudiantes en riesgo de uso indebido de sustancias.

### 1.4.2 Objetivos Específicos:

- 1.4.2.1 Estructurar el programa de desarrollo personal para prevenir el consumo de drogas, comprendido en tres etapas: evaluación, psicoeducación, enseñanza de habilidades sociales y una reevaluación.
- 1.4.2.2 Detectar estudiantes en riesgo según la información dada por el departamento de orientación y bienestar estudiantil (DOBE).
- 1.4.2.3 Verificar que se trate de un grupo en riesgo, mediante la aplicación del Cuestionario de Adaptación de Hugo Bell; y el CTI( Inventario de pensamientos constructivos)
- 1.4.2.4 Evaluar a los padres de familia mediante el FF SIL (Evaluación del Funcionamiento Familiar), desarrollado por Dolores de la Cuesta Freijomil y colaboradores.
- 1.4.2.5Psicoeducar a los adolescentes y padres de familia sobre las drogas.
- 1.4.2.6 Enseñar a padres y adolescentes habilidades sociales por medio de talleres, basándonos en el Libro "Consideraciones Básicas y estrategias Metodológicas para el desarrollo de Programas Preventivos en el ámbito de la Reducción de La Demanda de Drogas" este libro es avalado por las Naciones Unidas y el CONSEP.
- 1.4.2.7 Realizar un retest a los adolescentes, usando el cuestionario de Hugo Bell.

### 1.5 Metodología

Es una investigación de campo porque se da en el lugar que se producen los acontecimientos con el propósito de descubrir, explicar sus causas y efectos.

- El método a utilizarse es el inductivo, ya que observaremos fenómenos particulares y sacaremos datos empíricos de acuerdo a la experiencia que obtengamos del programa.
- Resultarían beneficiarios directos los adolescentes y la familia, ya que se trata de lograr una concienciación acerca del consumo.
- Como beneficiarios indirectos tenemos al Colegio Manuel J. Calle en sí, ya que se ayuda a la formación personal de sus alumnos, los cuales aportan al buen prestigio de la institución.
- Resultaría como beneficiario indirecto el CONSEP, ya que si el proyecto tiene un gran éxito, sería un modelo para que se aplique en otras instituciones.
- Conformar una muestra de 30 alumnos en riesgo teniendo como universo el Colegio Manuel J. Calle.
- Realizar junto con el DOBE, un manuscrito donde se les informe a los padres de familia sobre el programa a desarrollarse en el colegio para contar con su asistencia.
- Evaluar a los estudiantes utilizando el Cuestionario de Hugo Bell, este test consta de 160 preguntas y contiene tres opciones de respuesta. Además se aplicará el CTI que es un cuestionario de pensamientos constructivos (evaluación de la inteligencia emocional) que contiene 108 preguntas.
- Evaluar a padres de familia mediante el FF SIL (Evaluación del Funcionamiento Familiar), desarrollado por Dolores de la Cuesta Freijomil y colaboradores. Esto mide cohesión, armonía, comunicación, adaptabilidad, afectividad, roles y permeabilidad.
- Psicoeducar a los estudiantes y padres acerca de las drogas y los beneficios de no consumir, mediante diapositivas informativas.
- Intervenir con los estudiantes (13 sesiones) y los padres de familia (10 sesiones)
   en base a los Talleres del Libro "Consideraciones Básicas y estrategias
   Metodológicas para el desarrollo de Programas Preventivos en el ámbito de la

Reducción de La Demanda de Drogas" siendo un libro avalado por las Naciones Unidas y el CONSEP. Se usará una variedad de materiales (fotocopias , tarjetas , marcadores , cinta maskin , cartulinas , lápices , esferos , hojas de papel bond , fichas de trabajo , fichas de instrucciones , bolsa de sorpresas, papelógrafos, cambios de roles, etc.).

- Se aplicará un retest a los alumnos con el Cuestionario de H. Bell, para ver los cambios producidos desde el inicio de talleres.

# PRIMERA PARTE MARCO TEORICO

### 2. LA ADOLESCENCIA

La palabra adolescencia viene del latín: adolescere que significa "crecer" (Muuss, 1982), que va aproximadamente de los 13 a los 19 años. Es una etapa de transición del desarrollo entre la niñez y la edad adulta, que implica importantes cambios físicos, cognoscitivos y sociales (Papalia, 2004). La adolescencia puede llegar a ser una etapa solitaria y llena de dudas, con expectativas, pudiendo ocasionar un crecimiento muy rápido, a veces se caracteriza por las fugas, los conflictos con la familia, con los pares, la escuela, las parejas, el consumo de drogas, sin embargo también es un periodo de nuevos cambios y de gran emoción en el que se vive día a día sentimientos intensos, altibajos difíciles de entender, períodos de aburrimientos, cambios físicos por todo ellos la adolescencia es un periodo de transición, en donde ya no es un niño pero tampoco es un adulto.

Según Havighurst (1972), especifico ocho logros para el periodo adolescente:

- Conseguir relaciones nuevas y maduras con personas de ambos sexos.
- Lograr un rol social masculino o femenino.
- Aceptarse físicamente y utilizar el cuero con eficacia.
- Alcanzar independencia emocional de los padres y adultos.
- Prepararse para el matrimonio y la vida de familia.
- Prepararse para tener una profesión.
- Adquirir un conjunto de valores y un sistema ético como guía de la conducta, es decir una ideología.
- Llevar a cabo una conducta socialmente responsable.

### 2.1 Teoría de Erickson

Erickson elabora la Teoría del Desarrollo de la Personalidad a la que denomina "Teoría Psicosocial", basándose en los estudios sobre psicoanálisis propuestos por Sigmund Freud y modificando el concepto del Yo. Para desarrollar su propuesta investiga la relación que tiene cada niño, adolescente, adulto o anciano con su familia y la sociedad en sí, en un intento por superarse a sí mismo y llegar a la autorrealización.

La teoría de Erikson también es una Teoría de la Competencia. Para él, el ser humano debe atravesar una serie de etapas formadas por competencias determinadas, si en esa etapa de la vida el individuo adquiere la competencia que corresponde, esa persona sentirá una sensación de dominio que según Erikson se denomina fuerza del ego. Por lo tanto la persona que ha adquirido la competencia tendrá una sensación de suficiencia que le ayudará a resolver los retos a lo largo de su vida.

Erikson desarrolla ocho etapas, cada etapa está caracterizada por una crisis emocional, las crisis surgen de acuerdo al nivel de maduración de cada persona en un momento determinado. Las personas que resuelven cada crisis llevan un yo saludable, mientras que las que siguen luchando por sobrellevar dicha crisis no tienen un yo saludable e interfiere con el progreso de la siguiente etapa. La solución exitosa de cada una de las ocho crisis necesita un equilibrio entre un rasgo positivo y uno negativo. Aunque la cualidad positiva debería predominar también se necesita cierto grado negativo. El resultado exitoso de cada crisis incluye el desarrollo de una "virtud" en particular.

### 2.1.1 Etapas de Erikson

**2.1.1.1 Confianza Básica vs. Desconfianza Básica** (desde el nacimiento hasta los 18 meses). El niño en sus primeros meses de vida depende de la persona que lo cuida, no se percibe aún como un ser independiente y necesita de todos los cuidados para desarrollar su vida afectiva. Si recibe todo esto, desarrollará la confianza y la

virtud de la esperanza, mientras que el ser humano que no recibe amor desde que nace sentirá desconfianza y se le volverá dificultoso creer en los demás.

- **2.1.1.2** Autonomía vs, Vergüenza y duda: Voluntad (desde los 18 meses a los 3 años). Los niños necesitan aprender a controlarse por ellos mismos, es decir aprender los desafíos de aprender hablar, caminar, controlar los esfínteres, seguramente al caerse, mientras camina sentirá dudas sobre lo que él es capaz de realizar, pero la motivación que sus padres le brindan le devolverá la virtud de la voluntad para volver a intentarlo. Si falla en el control de los esfínteres puede sentir vergüenza, pero el apoyo de sus padres lo permitirán lograrlo.
- **2.1.1.3 Iniciativa vs. Culpa:** Finalidad (desde los 3 años a los 6 años). El niño se reconoce a sí mismo como un ser independiente, se identifica con sus padres, juega asumiendo roles de lo que quiere ser, así empieza su iniciativa y cada juego tiene una finalidad. El ambiente donde el niño pasa su tiempo ya sea casa, escuela, le proporcionan tareas para que se generen iniciativas, si los padres o los que le rodean, le califican como un ser que no realiza adecuadamente las cosas que le imponen el sentirá culpa y sus metas y capacidades se irán disminuyendo.
- **2.1.1.4 Laboriosidad vs. Inferioridad:** Capacidad (desde los 6 años a la pubertad). El niño va comparte con personas de su misma edad y se inicia en la laboriosidad, es decir se hace un ser productivo y se esfuerza y realizando nuevas tareas. Pero a lo largo de su crecimiento, vienen miedos sobre sus posibilidades y pueden surgir sentimientos de inferioridad, sintiéndose incapaz de continuar con lo que ya ha emprendido. Los padres, profesores deben ayudar a sus hijos a descubrir sus mejores capacidades e involucrarles en deportes y otras actividades para que realicen sus mejores habilidades y se desarrolle correctamente su autoestima.
- **2.1.1.5** Identidad vs. Dispersión de la Identidad: Fidelidad (adolescencia). Los ajustes biológicos, sociales y personales irán moldeando la identidad. Erickson plantea que "identidad es la integración de los diversos componentes de la persona para lograr una sólida coherencia interna y una continuidad de significado para los demás". Si no se logra esta identificación la persona carece de sentido de sí misma y se volverá confuso. El adolescente debe adquirir identidad: sexual, ideológica, política, religiosa, vocacional, para poder formar un proyecto de vida. Cuando el adolescente logra su identidad la asume y es fiel a ella.

- **2.1.1.6** Intimidad vs. Aislamiento: Amor (temprana edad adulta). Una vez que se ha formado su identidad, el joven adulto empieza a poner en práctica su proyecto de vida, escogiendo su profesión y teniendo una pareja para fundir con ella su propia identidad y formar un nosotros realizado en el amor. Si la persona no logra intimidad con su pareja, con sus amigos, con la sociedad, con su trabajo, él se aislará, entendiendo a la intimidad como identidad compartida.
- **2.1.1.7 Generatividad vs. Estancamiento**: Cuidado (temprana edad adulta intermedia). Erickson define a generatividad como: "todo lo que se genera de generación a generación, hijos, productos, ideas, obras de arte". El cuidado se refiere a cuidar todo lo que se ha formado, en esta etapa es posible revaluar y reconstruir la propia vida con otras metas, si no se logra esto de una manera adecuada el ser humano se ha estancado, es decir no da lo que recibió de las generaciones pasadas.
- **2.1.1.8 Integridad vs. Desesperación:** Sabiduría (vejez). Mientras el ser humano envejece y se jubila, tiende a disminuir la productividad. Durante este periodo las personas deben contemplar sus logros y desarrollar su integridad, es decir capacidad de aceptar la propia biografía y la mortalidad. Si el ser humano ve la vida como improductiva, se sentirá culpable por acciones pasadas y se sentirá descontento con la vida apareciendo la desesperación, por lo tanto se debe adquirir la suficiente sabiduría para adaptarse a la disminución de las facultades y sacar provecho a las posibilidades.

El proyecto se basa generalmente en el trabajo con adolescentes del Colegio Manuel J. Calle en riesgo de consumo, por lo tanto tomaremos como referencia principal la quinta etapa del desarrollo psicosocial de Erickson.

### 2.2 La identidad en el adolescente

El logro de un sentido de una buena identidad significa, que el individuo este consiente de quién es, en que cree y que quiere hacer a lo largo de su vida. Tener identidad significa que el ser humano tiene una visión integrada de sus aptitudes y capacidades.

Erickson (1968), manifiesta que los adolescentes forman su identidad a través de identificaciones pasadas, no como lo hacen lo niños imitando exactamente a sus

modelos, sino que ellos modifican lo que han aprendido y forman "una nueva estructura psicológica mayor que la suma de sus partes" (Kroger, 1993).

Se da lugar a la identidad, cuando los jóvenes resuelven tres dificultades principales: La elección de una ocupación, la práctica de valores por los que ellos crean y vivan y el desarrollo de una identidad sexual, por lo tanto si un adolescente tiene problemas en establecer una identidad ocupacional corre el riesgo de caer en conductas con consecuencias catastróficas como el consumo de drogas, conductas delictivas, embarazos tempranos.

Los jóvenes que logran conseguir la identidad desarrollan la virtud de la fidelidad, porque ellos son leales a su ideología, a un grupo étnico a una religión, a sus valores, creencias y no a lo que la sociedad o su familia les imponga. Erickson afirma que el principal desafío de todo adolescente es prepararse para la vida adulta con una serie de dificultades que se les presentará a lo largo de su vida.

La tarea evolutiva principal de la adolescencia es el logro de la identidad, pero al encontrase en la pubertad ellos no se preguntan quienes son, en que creen y que esperan de su vida, los adolescentes también se enfrentan a cambios rápidos en sus cuerpos y en su mente, deben aprender a ser independientes de sus progenitores, formar patrones de relación sanos con sus pares, pero si no encuentran respuestas a lo mencionado anteriormente muy difícilmente

Investigaciones posteriores a Erickson dicen que existen siete dimensiones de lo que significa alcanzar un sentido de identidad:

- Las personas alcanzan la identidad, cuando son capaces de involucrarse en compromisos estables.
- Un compromiso estable comprende: creencias que guíen las propias acciones (actitud ideológica), objetivos educacionales, logrados con esfuerzo (actitud ocupacional), orientación de género que influye en la relación de hombres y mujeres (actitud interpersonal).
- La identidad se forma por factores intrapersonales (capacidades innatas del individuo), interpersonales (identificaciones con otras personas) y culturales (valores y normas a las que una persona está expuesta).

- La formación de la identidad depende de varios años de probar diferentes ideologías, grupos sociales, roles hasta finalmente determinar que es lo que le hace bien y mal.
- Cuando una identidad esta bien desarrollada el ser humano reconoce con más claridad sus limitaciones y logros, caso contrario el individuo no comprenderá su distintividad, es decir porque es un ser único.
- Un individuo que ha desarrollado correctamente su identidad, se esfuerza de modo constante, tienes relaciones buenas con los demás, permanece libre de ansiedad, depresión y, su vida emocional es estable, caso contario será un ser humano con una identidad confusa acompañada de baja autoestima, con objetivos poco realistas y una vida emocional no saludable.
- El proceso de desarrollo de la identidad nunca se termina.

### 2.2.1 Tipos de identidad

James Marcia (1980), uno de los primeros investigadores sobre la identidad manifiesta: "La identidad es una auto estructura, una organización interna, autoconstruida, dinámica, de impulsos, capacidades, creencias e historia individual".

Marcia encontró cuatro tipos de estados de identidad:

- El individuo considera varias alternativas y esto le provoca ansiedad, es decir no sabe que es lo que quiere hacer con su vida a este estado lo llama: identidad moratoria.
- Una persona que no se plantea objetivos, tiene una ausencia de compromisos y no considera seriamente las alternativas que se le presentan atraviesa la identidad dispersa.
- El individuo no se toma un tiempo para reflexionar que es lo que desea hacer, se dejará llevar por muchas creencias y objetivos planteados por otras personas, a esto se lo llamo identidad prestada o de exclusión.
- Si el adolescente se dedica a explorar alternativas y tiene compromisos serios a pesar de las crisis que ha tenido que atravesar, se comprometen a lo que de verdad les gusta dando lugar al logro de su identidad.

Los estados de una persona significan cómo reacciona la misma, ante cualquier acontecimiento. Por ejemplo una mujer que está en sus últimos días antes del parto

debe experimentar mucha ansiedad, también pueden haber otras mujeres que mantengan la calma ante esto. Estas diferencias individuales, es decir la forma en que las personas reaccionan ante las experiencias de ciertos modos característicos se llaman rasgos.

El estado de identidad ejerce influencias tanto de rasgo como de estado, en el modo en como las personan sienten, piensan y actúan.

### 2.2.2 Diferencias individuales en la formación de identidad

Las relaciones familiares, la diferencia de género, el pertenecer a u grupo minoritario, orientación sexual y la elección vocacional también son factores para la formación de identidad.

### 2.2.2.1 Modelos de Relación Familiar:

- Una familia que propicia confianza, seguridad en sus hijos y ha logrado un equilibrio entre la unión y la separación en la educación de sus hijos permiten un progreso positivo hacia el logro de la identidad.
- Si una familia propicia en sus hijos la falta de toma de decisiones y se les obliga adoptar creencias de sus padres como propias, es probable que desarrollen una identidad prestada o de exclusión.
- A los adolescentes que no se les pone límites, carecen de una base segura y se sienten temerosos por lo desconocido ya que no tiene a sus padres como modelos de aprendizaje, deciden simplemente no emprender su camino y desarrollan una identidad dispersa o difusa.
- Hijos que son cercanos a sus padres, pero que al mismo tiempo tienen resistencia ante su autoridad y no se encuentran siempre en armonía, son más críticos ante las decisiones de los mismos por lo tanto se encuentran ambivalentes frente a sus padres y desarrollan identidad moratoria, en esta etapa si se llega al logro de la identidad las tensiones con los progenitores disminuyen y se da un respeto mutuo.

### 2.2.2.2 Diferencias de género:

El varón, desarrolla la autoestima mediante el logro de relaciones intrapersonales, es decir se alegra de sus méritos individuales, los cuales logra mediante la afirmación con sus compañeros, de manera competitiva.

En la mujer, se logra un alto autoestima que dará lugar a su identidad, mediante las relaciones interpersonales de manera colaborativa.

### 2.2.2.3 Factores étnicos en la formación de la identidad:

El desarrollo de la identidad puede ser especialmente complicado para los jóvenes de grupos minoritarios. El origen étnico, así con el conflicto que conlleva con la cultura dominante, desempeña una parte central en el concepto de si mismo, el color de la piel, otros rasgos físicos, diferencias lingüísticas y los estereotipos sociales tiene gran influencia en el moldeamiento de la identidad.

### 2.2.2.4 Orientación sexual:

Verse a uno mismo, como un ser sexual, aceptar la orientación sexual, manejar la excitación sexual y establecer una relación romántica y sexual, ya sea heterosexual, homosexual o bisexual, son parte del logro de la identidad sexual.

### 2.2.2.5 Elección Vocacional:

Llegar a una formación de la identidad tiene que ver con la elección de una carrera o trabajo, es decir el individuo debe reconocer sus talentos y para que es apto, además debe familiarizarse con el empleo que decida, el cual debe encajar con sus capacidades propias.

### 2.3 La teoría de Piaget

Piaget es pionero en el estudio del desarrollo cognitivo, plantea cuatro etapas en la formación de los conceptos.

La tesis, se centra en el trabajo con adolescentes, por lo tanto nos basamos en la cuarta etapa de Piaget sobre el pensamiento, en donde los adolescentes cuentan con una nueva forma de manipular u operar la información, permitiendo que analicen doctrinas políticas y filosóficas, formulan nuevas teorías para reformar la sociedad, hay una proyección del porvenir y del futuro pero también evade lo real, por último desarrolla un espíritu crítico y alternativas diferentes para ciertos problemas.

- Etapa Sensorio motriz (nacimientos hasta los 2 años): El niño a través de los sentidos construye una imagen de una realidad física.

- Etapa Pre-Conceptual (2 años hasta los 7 años): Los niños, empiezan captando hechos concretos, no entienden de abstracciones, pero mediante sus sentidos y la imitación de lo que ven logran representaciones simbólicas más elaboradas.
- Etapa de las Operaciones Concretas (7 años hasta los 11 años): El niño se basa en elementos concretos, elaborando conceptos, realizando clasificaciones e identifican elementos comunes.
- Etapa de las operaciones formales o conceptos abstractos (entre los 11 y los 14 años): Pasa de las operaciones concretas al pensamiento abstracto, puede utilizar hipótesis, teorías, esquemas para el entendimiento general.

### 2.4 Teoría de Kohlberg

Según Kohlberg la forma en que la gente considera los aspectos morales, tienen que ver con el desarrollo cognoscitivo.

Nivel I Moralidad Preconvencional: Las personas actúan por influencia de controles externos, acatan reglas para evadir el castigo o adquirir recompensas, este nivel es típico de los niños entre cuatro y diez años.

Nivel II Moralidad Convencional: Las personas están preocupadas por ser buenas, en vez de agradar a los demás y mantener el orden social, este nivel se alcanza por lo general alrededor de los diez años y hay personas que no pasan de este nivel, incluso cuando una persona está en edad adulta.

Nivel III Moralidad Postconvencional: Las personas tienen un criterio propio en base a sus propios valores y opiniones personales. Se adquiere una conciencia acerca de lo que creen correcto como individuos, independientemente de lo que piensen los demás.

### 3. DROGAS

El consumo de alcohol y otras drogas entre los adolescentes, causa problemas sociales, individuales y familiares, ya que en esta etapa puede facilitarse el uso de estas sustancias. Cualquier persona puede ser propensa al consumo de drogas, sin importar edad, sexo y condición social. Generalmente son de curso lento, progresivo y sus consecuencias negativas se presentan después de varios años de utilizar ciertas drogas. La posibilidad que un individuo se haga abusador o dependiente a una o mas sustancias, depende de la relación entre la sustancia consumida, el consumidor y el ambiente en el que se vive. La disponibilidad, el costo, la pureza, la vía de administración, el inicio prematuro y los efectos ya sean mentales o físicos dependen de cada sustancia.

### 3.1 Definición de términos

### **3.1.1 Droga**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), que es la más utilizada en la actualidad **droga** es toda sustancia que introducida en un organismo vivo por cualquier vía (inhalación, ingestión, intramuscular, endovenosa), es capaz de actuar sobre el sistema nervioso central, provocando una alteración física y/o psicológica, la experimentación de nuevas sensaciones o la modificación de un estado psíquico, es decir, capaz de cambiar el comportamiento de la persona, y que posee la capacidad de generar dependencia y tolerancia en sus consumidores.

Erickson señala que el uso de droga en el joven es un mecanismo de defensa que no conlleva a la identidad anhelada. El adolescente que habita en un contexto problemático usa las drogas como una forma de evadir su realidad y de desobedecer a sus progenitores, ya que no están de acuerdo con las reglas, optando por la revelación. De igual manera la droga es un medio para sentir fortaleza ante la realidad adulta que percibe como amenazante.

### 3.1.2. Sustancias

Es el elemento que por su uso puede producir alteraciones mentales y que si es utilizada de manera repetida puede producir abuso o dependencia. Este término abarca sustancias de origen legal o ilegal, natural o sintético, incluye medicamentos que se usan para tratar enfermedades psiquiátricas o neurológicas, y otros elementos como los inhalantes (Pérez, 2008).

### 3.1.3 Uso

Es aquella relación con la droga tanto por su cantidad, frecuencia y la situación física, psíquica y social del individuo, no se producen consecuencias negativas con el consumidor ni el entorno. Sin embargo el consumo moderado de sustancias puede dar como resultado un abuso.

### **3.1.4** Abuso

El DSMIV define al abuso de sustancias como un patrón desadaptativo de consumo que tiene consecuencias negativas significativas y recurrentes para el sujeto, tales como el incumplimiento de obligaciones importantes, consumo recurrente en situaciones que pueden resultar físicamente peligrosas, problemas legales, sociales, interpersonales. Cuando se ha presentado uno o más de estos problemas a lo largo de los últimos doce meses se considera que hay abuso.

### 3.1.5 Dependencia

La dependencia es una percepción subjetiva de la necesidad de consumir, de intensidad y de generalización variable, es una forma más de abuso, que en muchos casos resulta ser la más peligrosa.

El sujeto en este estado prioriza el uso de una sustancia psicoactiva frente a otras conductas mas importantes (como tener un empleo, las relaciones con la familia, la salud propia). Este dedicará la mayor parte de su tiempo a pensar en el consumo de la droga, a buscarla, a obtener dinero para comprarla, a consumirla, a recuperarse de sus efectos. El impulso al consumir puede ser más o menos intenso dependiendo en la situación en la que se encuentra. Según el DSMIV, la dependencia es un patrón

adaptativo de consumo de la sustancia que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativo expresado por tres o más de los siguientes ítems: tolerancia, abstinencia, la sustancia es tomada con frecuencia en cantidades mayores, deseo persistente de interrumpir el consumo, se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención, el consumo y la recuperación de la sustancia, reducción de actividades recreativas, laborales y personales, se continua usando la sustancia a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos (Pérez, 2008).

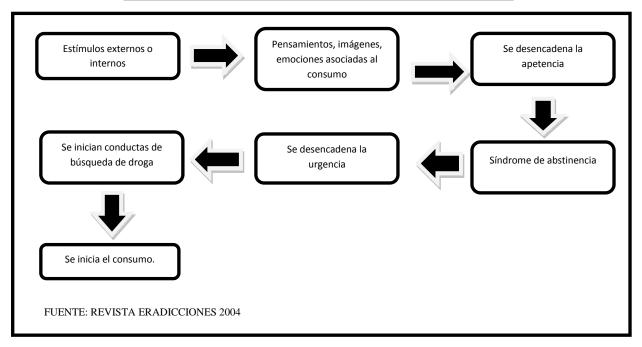
### 3.1.6 Tolerancia

Se define como la necesidad de aumentar la cantidad de sustancia utilizada para producir los efectos que antes se obtenía con cantidades menores. Las sustancias que más producen el fenómeno de la tolerancia son: el alcohol, la mariguana, la cocaína y los opioides.

### 3.1.7 Síndrome de abstinencia

Es el cuadro clínico con síntomas físicos y psíquicos manifiesto horas o días después de detener el consumo de ciertas sustancias. Otras sustancias producen síntomas de abstinencia de menor intensidad que no requieren tratamiento alguno. La única real prueba real de dependencia es la aparición del síndrome de abstinencia. Se presenta un cuadro clínico con manifestaciones ansiosas, con síntomas y signos tales como: sudoración, vómito, calambres estomacales, aumento del ritmo cardiaco, etc. Es decir al cortar el suministro de drogas se manifiestan estas somatizaciones. Por lo tanto se explica que una persona dependiente físicamente de una sustancia es incapaz de dejar de consumir por la aparición de tales manifestaciones.

Figura 3-1: Síndrome de abstinencia



### 3.1.8 Intoxicación

Son los síntomas físicos y psíquicos producidos por el consumo agudo o crónico de una o más sustancias.

### 3.2 Clases de drogas

Se clasifica a las drogas por el efecto que producen en el sistema central.

**3.2.1 Drogas Estimulantes**: Los estimulantes están formados por una estructura química parecida a la de un grupo de neurotransmisores cerebrales llamados mono aminas, que incluyen la norepinefrina y la dopamina. Los estimulantes logran que estas sustancias químicas en el cerebro aumenten en cantidad. Esto provoca aumento de la presión arterial, la glucosa en la sangre y abre los conductos del sistema respiratorio. Además, al incrementarse la dopamina provocará una emoción intensa de euforia que acompaña el uso de drogas. Estas actúan sobre el sistema nervioso central, como conductas de hiperactividad, verborrea, aceleración física y psicológica. Los efectos estimulantes de la cocaína y las anfetaminas se deben a la estimulación de la actividad monoaminérgicas en la corteza cerebral.

- **3.2.2 Drogas Depresoras**: Son compuestos que afectan el sistema nervioso central disminuyendo su actividad. Producen aletargamiento, lentitud en los movimientos y alteración de la función cognitiva, causar sopor, sueño, somnolencia, depresión respiratoria, manifestaciones cardiovasculares y neurológicas. Entre ellas constan el alcohol, la morfina, la heroína y los barbitúricos. El efecto depresor se refiere a la activación nerviosa y no necesariamente a la conducta, es decir en dosis bajas de alcohol dan como lugar una activación conductual y en dosis altas da lugar una inactivación conductual.
- 3.2.3 Drogas Alucinógenas: producen cambios emocionales en el sistema nervioso central acompañados de distorsión de la realidad, como la mariguana, LSD, mescalina psilocibina.

### 3.3 Efectos de las drogas

Los efectos de una droga no depende solo de la sustancia sino:

- La dosis: algunas sustancias producen efectos a dosis bajas y otras a dosis mayores.
- La forma de administración: la rapidez de los efectos donde la sustancia se administra oralmente, inhalación, vía intravenosa, cualquiera de estas vías conduce al cerebro del consumidor en la que cada sustancia produce diferentes alteraciones.
- De las expectativas: la administración de un producto inerte (placebo) puede provocar lo que el individuo estaba buscando desde el principio.
- Del contexto: el lugar, la compañía, en los que el consumidor se encuentra mientras consume la droga puede condicionar los efectos.
- De la tolerancia: depende como el organismo se adapte a la sustancia consumida, es decir una droga en dos individuos puede tener efectos diferentes.
- De la mezcla de sustancias: Los efectos de una o mas sustancias pueden alterarse inhibirse o potenciarse (Opción, 2001).

### 3.4 Drogas más conocidas

**3.4.1 Alcohol:** sustancia con propiedades analgésicas y depresoras del sistema nervioso central que puede producir tolerancia y dependencia. Pueden producir en el sistema gastrointestinal : pancreatitis , cirrosis , ulceras , insuficiencia hepática , trastornos nutricionales ; trastornos psiquiátricos como : alucinaciones , paranoia ,

déficit de memoria , conducta agresiva , colopatía , delirium tremens ;trastornos neurológicos como : demencia alcohólica , síndrome de Wernicke , convulsiones , temblor etílico. Así como el alcohol produce malestar social y psicológico también puede provocar graves accidentes, un embarazo no deseado, divorcios, violencia familiar, desempleo incluso la muerte.

El alcoholismo se considera una enfermedad crónica progresiva, con mejorías y recaídas.

**3.4.2 Tabaco**: contiene entre sus componentes la nicotina, la misma que es adictiva. Es la principal causa de muerte por cáncer de pulmón .pudiendo producir cáncer a la laringe, infarto, problemas respiratorios, impotencia sexual.

El uso descontinuado del tabaco produce irritabilidad, ansiedad, aumento de peso, deseo por fumar, depresión, disminuye los niveles sanguíneos.

- **3.4.3 Mariguana**: es una sustancia depresora del sistema nervioso ilegal de mayor consumo, originaria del cannabis. Su vía de consumo es por medio de cigarrillos preparados a base de hojas, tortas de mariguana, botones florales, y tallos cuya concentración son activos. Si el individuo fuma mariguana su efecto dura alrededor de cuatro horas y si es ingerida dura ocho horas. Los cambios que produce son ansiedad, euforia, sensación de bienestar físico, aumenta la seguridad en uno mismo, las ideas fluyen rápidamente, escasez de ambiciones, apatía, taquicardia, aislamiento, somnolencia, alteraciones en la concentración. La mariguana no produce síndrome de abstinencia pero puede provocar tolerancia y dependencia.
- **3.4.4 Cocaína**: Proviene del arbusto erytroxyloncoca, es una sustancia estimulante del sistema nervioso. Las formas habituales de consumo son la masticación de las hojas, clorhidrato de cocaína se lo aspira por la nariz o inyección venosa, la pasta de cocaína y el "crack" se pueden fumar. La cocaína produce aumento en la frecuencia cardiaca, aumento en la presión arterial, aumento de la excitación , sensación de bienestar, confianza sobrevalorada, ideación paranoide, euforia que conlleva al deseo de consumir mas, en dosis altas provoca conductas violentas y convulsiones. La supresión del consumo puede provocar depresión, somnolencia, fatiga, etc.
- **3.4.5 Anfetaminas**: Es un estimulante del sistema nervioso central de origen sintético, puede producir elevación del ánimo, aumento de la energía, aumento del estado de alerta, disminuye el apetito, disminución del sueño.

La metanfetamina conocida como "ice", la misma que se fuma o se administra por vía venosa puede ocasionar abuso o dependencia. Otra anfetamina como la ritalina se usa en el trastorno de hiperactividad.

Una de las anfetaminas más conocidas es el éxtasis, cuyo abuso prima en los adolescentes y adultos jóvenes, sobre todo en los llamados "after party" para lograr altos niveles de energía. Esta droga inhibe la re captación de lo serotonina, lo que explica los efectos sobre el animo y la agitación psicomotora. Sus efectos se inician entre los 20 minutos y duran entre 3 y 5 horas, originando alucinaciones, supresión del apetito, sociabilidad aumentada, mayor percepción, euforia, taquicardia, efectos de rebote (dolor muscular, fatiga, depresión), disfunción sexual. Aquella sustancia no es tan adictiva como la heroína y la cocaína y con un uso frecuente puede desarrollar tolerancia.

**3.4.6 Benzodiacepinas**: son fármacos para tratar síntomas de ansiedad, insomnio, depresión, abstinencia al alcohol. El consumo de los mismos se da en personas consumidoras de cocaína o alcohol, utilizándolas para disminuir los efectos de intoxicación. Puede provocar alteración en la memoria, estupor, incoordinación, coma. La abstinencia de estas sustancias se caracterizan por temblores, ansiedad, delirium, anorexia, nausea, etc.

**3.4.7 Opioides**: Son de origen sintético y no contiene opio. Cabe diferenciar que los opiáceos contienen opio y sus derivados. Por eso con fines didácticos se denomina como opioides a los opiáceos.

En el grupo de los opioides existen sustancias de origen material derivados de la adormidera del opio como son la morfina, opio y codeína; de origen semisintético como la heroína y de origen sintético como la meperidina metadona, y fentanil.

Los efectos deseables son sensación de bienestar , supresión de la tos y la diarrea ; mientras que los efectos indeseables son nausea , vomito , alucinaciones , confusión , retención urinaria , edema pulmonar .El síndrome de abstinencia puede presentarse con los siguientes síntomas : depresión , ansiedad , nauseas , cólicos , incrementos a la sensibilidad al dolor , fiebre , sudoración .

La heroína es una sustancia opioide que causa dependencia física y síndrome de abstinencia .Se lo administra por vía venosa y sus efectos son inmediatos

provocando euforia intensa entre los primeros 45 segundos y cuyo efecto duran en las próximas tres o cinco horas .

- **3.4.8 Escopolamina**: Se obtiene de la planta conocida como borrachero, tonga o floripondio. Su forma puede ser dérmica, muscular, venosa, inhalatoria. Produce taquicardia, aumento de temperatura, piel caliente, hipertensión, mucosa seca, nausea, vomito, retención urinaria, episodios psicóticos y transitorios, alucinaciones visuales y auditivas. Generalmente los delincuentes lo usan para robar y estafar a sus victimas.
- **3.4.9 Inhalantes**: Utilizadas generalmente por niños y adolescentes indigentes. Es raro encontrar pacientes que persistan en el consumo y acudan al tratamiento. Entre los más utilizados son la gasolina, nitrito de amilo, tolueno, óxido nitroso ocasionando arritmias cardiacas, degeneración cerebral, lesión hepática, renal y de nervios periféricos.

# 3.5 Factores de riesgo y de protección

# 3.5.1. Modelo integrador de influencias en el consumo de alcohol y otras drogas

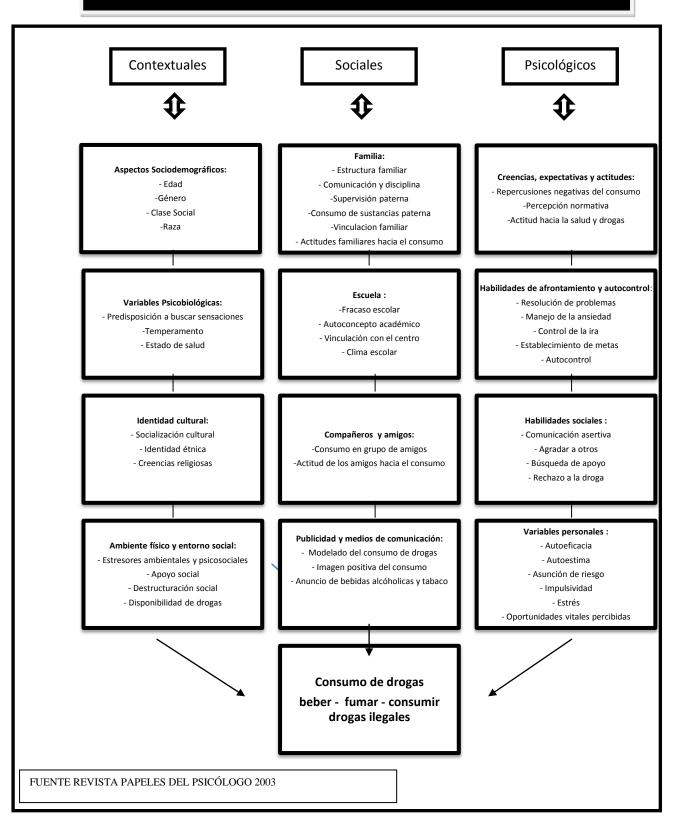
Debido al gran número de variables que influyen en el consumo de drogas, es muy apropiado plantear una etiología multicausal. Este modelo integra los principales factores que contribuyen al consumo de drogas en los adolecentes, agrupados en tres categorías:

- Los factores contextuales ( variables sociodemográficas, biológicas, culturales y ambientales).
- Los factores sociales ( familia, escuela, compañeros y amigos, publicidad y medios de comunicación).
- Los factores personales (creencias, expectativas, actitudes, habilidades de afrontamiento y autocontrol, habilidades sociales y variables personales).

El modelo considera que factores sociales y personales actúan a la par, ayudando a la iniciación del consumo de sustancias, por ejemplo algunos adolescentes pueden verse influidos por los medios de comunicación, mientras que otros se dejan influenciar por sus amigos. Las influencias sociales tienen mayor impacto en los adolescentes psicológicamente vulnerables, cuyos repertorios básicos de conducta son pobres, es decir déficit en habilidades sociales y académicas, problemas psicológicos como baja

autoestima, ansiedad o estrés. Cuantos más factores de riesgo incidan en un adolescente mayor probabilidad de consumo de alcohol y drogas (Espada, Méndez, Botvin, Griffin, 2003).

Figura 3-2: Modelo integrador de influencias en el consumo de alcohol y otras drogas



#### 3.5.2 Factores de riesgo para el abuso de drogas

El término riesgo significa la presencia de una característica ( una o varias), que aumentan las probabilidades de consecuencias adversas, el riesgo constituye una medida de probabilidad, validada estadísticamente de que n lo posterior se produzca un acontecimiento, muchas veces no deseado.

Según Zamora y Forselledo (1996), riesgo significa la posibilidad de que determinado fenómeno dañino le ocurra a un sujeto, existiendo una gradiente que va desde un riesgo alto a un riesgo bajo.

El factor de riesgo es un elemento o conjunto de ellos dentro del encadenamiento para la adquisión de una determinada adicción que expone al individuo ante una sustancia química adictiva, ante un instrumento (generalmente electrónico), actividad o persona con la cual se puede generar un vínculo adictivo y desencadenar una adicción (Vacca y Vargas, 1998).

Los factores de riesgo son diferenciales de población a población, de sujeto a sujeto, de una época histórica a otra e inclusive n un mismo individuo en etapas diferentes de s desarrollo evolutivo.

El enfoque más clásico es el que se encarga de comprender los factores de riesgo presentes en la iniciación del consumo, por ende usaremos como modelo al enfoque biopsicosocial.

Es importante diferenciar el término causa del término factor de riesgo. Causa hace referencia a explicaciones lineales, dado una causa se produce estrictamente el efecto.

No hay una causalidad directa entre los factores de riesgo y consumo, pero se sabe que el conjunto de factores de riesgo puede despertar la vulnerabilidad con respecto al uso de drogas y pueden generar una predisposición al consumo.

La investigación nos proporciona los siguientes datos (Moncada, 1997):

-Los factores de riesgo y los de protección son diferentes, no se trata de extremos opuestos, la ausencia de un factor de riesgo no es un factor de protección.

- -Mientras más factores de riesgo más probabilidades de consumo, lo mismo ocurre con los factores de protección, mientras más factores de protección menos posibilidades de consumo.
- -Hay factores de riesgo diferentes para las distintas drogas, ya que las motivaciones varían según la sustancia que se use.
- -La intensificación del consumo suele dar como resultado una intensificación de los factores de riesgo.
- Algunos factores de riesgo tienen un tiempo de incidencia prolongada, mientras que otros son importantes según la edad. Por ejemplo la presión de grupo favorece el consumo entre los 15 y 16 años, mientras que los problemas familiares favorecen el consumo en casi todas las edades.
- -Los factores de riesgo pueden influir de forma directa o indirecta. Las creencias sobre drogas son factores que tiene un valor predictivo ya que su influencia es directa, mientras que la publicidad interviene de forma indirecta.
- -Algunos factores de riesgo no son exclusivos del consumo de drogas, sino son comunes a varias problemáticas, como por ejemplo sexo no seguro, el fracaso escolar o la delincuencia juvenil.

# 3.5.3 Factores de protección para el consumo de drogas

Son definidos como aquellos acontecimientos personales familiares y ambientales que reducen y disminuyen la posibilidad de que se presente el consumo de drogas. Siendo situaciones internas o eternas a la persona de modo que puede enfrentar exitosamente los problemas y alejándose del riesgo (Zamora y Forselledo, 1996; Vacca, 1967).

También puede ser comprendido como situaciones de naturaleza biológica, psicológica o social cuya presencia reduce la probabilidad de que se dé un problema. Los factores de protección tienen carácter dinámico, y varía de un sujeto y de una comunidad a otra.

#### 3.5.4 Clasificación de los factores de riesgo y protección

# 3.5.4.1 Factor de riesgo individual:

El individuo puede tener la posibilidad de rechazar la presión y cambiar su ambiente, por ello sus características individuales juega en el inicio y el mantenimiento de consumo de drogas ya que cada sujeto atribuye un distinto significado a los efectos de cada sustancia. A su vez una autoestima inadecuada, inseguridad, depresión baja tolerancia a la frustración, pesimismo, impulsividad, dan lugar al posible consumo de sustancias. A continuación detallaremos aspectos que llevan a un consumo de drogas de forma individual.

- Edad: Muy pocas personas empiezan a consumir alcohol luego de los 20 años. Se cree que la adolescencia es la etapa donde los jóvenes pueden consumir con mayor gravedad. El consumo de sustancias en los jóvenes puede ser reforzado por el grupo de pares, búsqueda de una identidad, problemas familiares.
- Autoestima: Personas con problemas de adicción corren el riesgo de que la autoestima sea una de los aspectos más afectados, por ende pierden el sentido de auto eficacia, seguridad ya que los problemas que se le atraviesan no los podrá resolver con éxito.
- Recursos, habilidades o destrezas: Las personas al ir creciendo adquieren destrezas las que les ayudará para el afrontamiento de habilidades de relación social, habilidad para resistir a la presión del grupo, asertividad, habilidades para tomar decisiones resolver problemas, estilos de diversión y utilización de tiempo de ocio. Para que los individuos establezcan una relación muy buena con el ambiente es fundamental que cuenten con estas habilidades anteriormente mencionadas y logren decir "no" a las drogas.
- -Asertividad: Si una persona no es asertiva, es decir si no es capaz de mantener sus propias decisiones y actuar según sus creencias es muy probable que tenga problemas para rechazarlo la oferta de una droga.
- Toma de decisiones: Si se carece de la habilidad para resolver un problema genera una situación de incapacidad y de malestar, por ejemplo si a un sujeto le perturba la ansiedad puede conducirle a tomar decisiones irreflexivas o a perderse en

divagaciones. Al no poder elegir la opción correcta el individuo puede recurrir a sustancias que por su acción relajante le faciliten el manejo de estas situaciones.

- Percepción de uno mismo: Cuando un individuo no cuenta con recursos personales suficientes es probable que fracase a las situaciones, generando una percepción pobre de sí mismo y que no pueda responder a las demandas del entorno.
- Socialización: Hay personas que tienen una enorme necesidad de obtener aprobación del resto, lo que provoca una situación de dependencia al grupo, para ello tendrá conductas inadecuadas sin pensar en los efectos que eso produce, por ende no serán capaces de mantener una postura independiente.
- Búsqueda de sensaciones: Es la tendencia a experimentar sensaciones nuevas e intensas, sin medir los riesgos que esto implica, no es de admirarse que etas personas caigan en el uso de drogas. (Zuckerman, 1979).
- El locus de control: Es una característica de la personalidad que tiene que ver con el lugar en que las personas ubican la causa de los acontecimientos que les sucede. La sociedad tiende a pensar que sus problemas no se debe a sus propias características, sino a circunstancias externas por ello pueden solucionarlo mediante recursos externos como las drogas.
- Tolerancia a la frustración: A lo largo de la vida el sujeto aprende a postergar la gratificación de sus necesidades obteniendo pequeñas dosis de frustración. Existen personas incapaces de tolerar la frustración por ende la búsqueda de la satisfacción inmediata ocasiona el consumo de drogas.
- Tiempo libre: El mal uso del tiempo libre, puede aumentar la posibilidad de implicarse en el consumo de drogas.
- Conductas agresivas: La agresividad por lo general se encuentra en la causa del uso de drogas en los varones. La hiperactividad, rebeldía, pobre autocontrol, dificultad para relacionarse son situaciones que favorecen al consumo.
- Confusión en el sistema de valores: Un valor es la creencia acerca de algo lo que hace que el individuo se comporte de acuerdo al mismo. El ser humano se comporta según lo que cree correcto, algunos valores como el éxito, el dinero o el poder se

relacionan con el consumo de drogas como la cocaína .Valores como búsqueda del placer se puede relacionar con otras drogas como el alcohol.

- Sociedad regula normas: Entre las cuales esta el consumo de drogas. Los individuos que no están de acuerdo con las normas que establece la sociedad pueden ser impulsados a consumir drogas ya que encuentran satisfacción infringiendo la ley.
- La falta de conocimientos acerca de las drogas: Algunos autores concluyen que conocer acerca de drogas tienen poca influencia; mientras otros creen que es necesario psicoeducar sobre todo a los jóvenes. No tener conocimiento sobre aquello dificulta la toma de una decisión responsable frente al consumo.
- -Las creencias y expectativas sobre las sustancias: Individuos consumidores tienen valoraciones positivas sobre la ingesta de drogas, por este motivo uno de los objetivos en programas preventivos es modificar estos pensamientos. Las personas que creen que al consumir su comportamiento social va a mejorar, esto generara que dicho sujeto consuma en exceso.
- Fracaso escolar : En sujetos con capacidades intelectuales menores provocara daños en su autoestima , ya que su nivel de conocimientos no es el adecuado y puede llegar a compararse con sus compañeros , lo que lo hará ver como una persona ineficiente , generando un aislamiento y encontrando tranquilidad en el consumo de drogas .

La falta de proyectos de vida en el adolescente son factores de riesgo ya que se sentirá poco apreciado y con poco reconocimiento social.

#### 3.5.4.2 Factores de protección individual

Son rasgos que dan lugar a una adecuada habilidad personal , donde se establece relaciones correctas con las amistades , autocontrol en el manejo de las situaciones difíciles , adecuado control en los impulsos , autodisciplina , adecuado desarrollo del pensamiento critico , tolerancia con las personas , auto imagen apropiada , capacidad para toma de decisiones , identidad sexual , trabajo satisfactorio (Ferrando , 1992; Vacca,1998)

Con respecto a los problemas relacionados con el consumo de drogas se destacan factores de protección como valores positivos hacia la salud, valores éticos morales, una buena interacción social, etc.

La formación de los valores dan lugar a mejoramiento de aspectos como la autoconfianza y autoestima, por ejemplo si a un niño pequeño le enseñan valores positivos hacia la salud cuando sea grande y se encuentre frente a una oferta de drogas tendrá su criterio formando y mantendrá firme su decisión al decir no. Las actitudes positivas hacia la salud son predisposiciones aprendidas para actuar de un modo favorable o desfavorable ante un objeto, persona o situación.

Es necesario la practica de valores pro sociales como la convivencia la solidaridad, cooperación, participación, dialogo, etc. Los valores ético morales son religiosidad, espiritualidad, responsabilidad, respeto, implican los término entre lo bueno y lo malo, lo que levan a conductas adecuadas o inadecuadas.

La competencia social es un conjunto de características personales que permiten a los individuos adaptarse de modo eficaz a su entorno social, un individuo debe hacer uso de los recursos personales y ambientales para lograr un equilibrio evolutivo. La adquisición de habilidades de interacción refuerza la estructura de protección del individuo frente a factores de riesgo que aparecen en el entorno.

La toma de decisiones de una manera responsable fomenta la autonomía y el autocontrol personal, evitando así el consumo de sustancias. Educar al ser humano en estos valores constituirá un buen desarrollo personal con capacidades de encuentro con uno mismo y el otro.

# 3.5.4.3 Factores de riesgo familiar

La familia es un grupo primario, es el núcleo de toda sociedad, pero también en la misma se pueden presentar hechos o experiencias que llevan a uno o más de sus miembros a consumir drogas debido a la influencia familiar donde se pueden presentar factores de riesgo tales como: hogares caóticos, vínculos afectivos débiles, conflictos matrimoniales, disciplina inadecuada en la educación de los hijos, uso y abuso de alcohol, tabaco y otras drogas, maltrato psicológico, físico y sexual, sobreprotección a los hijos o conyugues, ineficacia de los padres frente al comportamiento de sus hijos, divorcios (Ministerio de educación, 1999).

El manejo familiar debe ser adecuado, es decir los padres deben tener habilidad para manejar el comportamiento de sus hijos, tales como la supervisión, el establecimiento de reglas, habilidad para negociar con los hijos, pero el adolescente que quiere revelarse y oponerse frente a sus padres se encuentra en más riesgo de consumir drogas.

Los estilos educativos juegan un papel importante, hijos muy sobreprotegidos están expuestos a no ser autónomos y no aceptar sus equivocaciones, mientras que padres muy autoritarios crearán en sus hijos miedo a convivir con las normas que les plantean. Los jóvenes encontrándose en estas situaciones pueden buscar refugio en las drogas, para sobrellevar sus dificultades. Un ambiente familiar donde no haya una buena comunicación y las relaciones sean frías y llenas de tensiones, puede crear un entorno de riesgo para los hijos.

A continuación detallaremos factores de riesgo relacionados con la familia:

- -Baja cohesión familiar: entendemos por la misma a los lazos que unen a los miembros de una familia, se ha demostrado que hijos que no pertenecen a familias cohesionadas tienen mayor probabilidad de caer en el consumo de drogas ya que no existe mayor control por parte de los padres y en su medio no se propicia adecuada afectividad entre los miembros.
- -Clima afectivo adecuado: Un clima familiar conflictivo puede contribuir a que los hijos sean futuros consumidores.
- Estilo educativo familiar: Es importante que los padres establezcan ciertas normas en los hogares, para que exista una disciplina razonable, cuando esto se da el niño internaliza las normas, llegando a mantener el control de su conducta de forma autónoma. En un hogar donde los hijos crecen sin disciplina, ya sea porque los padres Son rígidos o permisivos tendrán dificultad para internalizar las normas y su conducta será difícil de controlar. En estos casos la posibilidad de que cuando crezcan se inicien en el consumo de drogas ya que no aceptan y no hacen suyas los limites establecidos.
- Consumo de drogas en el ambiente familiar: Si los hijos ven que los padres o hermanos mayores fuman o consumen alcohol, aprenderán de la misma forma esos efectos deseables, ya que la observación es una de las formas de aprendizaje más importantes para adquirir nuevas conductas.

#### 3.5.4.4. Factores de protección familiar:

Los niños y adolescentes que cuentan con asistencia familiar, familias que alientan a sus hijos a ocupar su tiempo correctamente, relaciones familiares afectuosas, padres que alientan a sus hijos a tener un plan de vida y a trazarse expectativas, seguridad en la familia en los aspectos económicos y afectivos, modelos sexuales firmes, participación activa de los padres en la formación de sus hijos, delegación de responsabilidades en los miembro s de familia, todo lo nombrado anteriormente logra un núcleo familiar sano y las probabilidades del consumo de sustancias es nula.

A continuación detallaremos ciertos factores de protección relacionados con la familia:

-Apego familiar y clima afectivo positivo: El apego al núcleo familiar es un factor de protección que implica el sentimiento de pertenencia, además brinda seguridad para luchar contra las dificultades de la vida diaria. Para fomentar el apego es indispensable crear un clima positivo es decir un ambiente con actitudes de respeto, reconocimiento y comunicación asertiva. Si el clima fuera negativo, existiera la necesidad de huida y la búsqueda de apoyo a pertenencia a otros grupos y es aquí donde los adolescentes se identifican con los pares y empiezan por curiosidad a involucrarse en situaciones de riesgo como el consumo de drogas.

-La comunicación fluida: El hombre es un ser social por naturaleza y la comunicación es importante para interrelacionarse con su medio. El grupo familiar al ser el primer grupo de socialización del individuo necesita de apoyo para que la comunicación sea fluida y exista un efecto protector entre los miembros de la misma.

-La presencia de límites: En familias que existen problemas de índole relacional, se evidencia la disfuncionalidad de los límites ya sea porque son muy rígidos o muy flácidos, pero en familias funcionales los límites son claros y es un indicador de que el ambiente familiar es adecuado.

- Deben existir actitudes familiares relacionadas con la promoción de hábitos saludables, como la práctica de ejercicio para que de esta manera los hijos clarifiquen su mente y no participen en actividades de riesgo como la curiosidad por consumir drogas.

#### 3.5.4.5. Factores de riesgo escolar:

En el sistema educativo podemos encontrar muchos factores de riesgo entre ellos:

-Ausencia de estímulos para el desarrollo colectivo y de oportunidades en donde cada alumno puede desarrollar su habilidad de tomar decisiones, mala relación entre los alumnos y los docentes, falta de comunicación entre los alumnos, padres y profesores; predominio de técnicas que no favorecen el desarrollo de una actitud, comportamientos que hieren la autoestima de los alumnos (Chau, 1995)

-Los niños y los adolescentes pasan parte del tiempo en las escuelas y colegios y son los lugares donde se les enseña a ser personas responsables, se establecen relaciones personales y disfrutan su tiempo de ocio, pero estas instituciones sirven de filtro de selección a los mejores estudiantes y esto hace que su auto concepto mejore y el alumno se de cuenta de lo que es capaz de hacer, la escuela competitiva puede generar estrés que a su vez pueden ser aliviados por consumo de drogas, así existen maestros que ejercen mucha presión sobre los estudiantes y aplican métodos que para ellos resultan dificultosos y puede provocar que el alumno se sienta incapaz y su autoestima disminuya y puede ser un factor de riesgo para el consumo.

A continuación mencionaremos algunos factores de riesgo en la escuela:

-Falta de integración escolar: Los niños y jóvenes pasan mucho tiempo en la escuela, si este ambiente es percibido como hostil, son rechazados y no pueden establecer relaciones con los demás, es posible que busquen apoyo en jóvenes en situaciones de dificultad social, aumentando así la implicación en el consumo de drogas.

-Consumo de drogas en el medio escolar: Es prohibido consumir drogas en las escuelas tanto entre los profesores y los adultos, ya que los alumnos los ven a ellos como modelos de identificación.

-Conducta disruptiva en la escuela: Una conducta que puede ocasionar el consumo de drogas puede ser una conducta antisocial en el alumno, explicando el comportamiento antisocial como variables de tipo individual (Hawkis et al; 1992). Cuando el sujeto esta en la escuela, el problema de conducta individual que posee va aumentando en su ámbito familiar, escolar y comunitario. La conducta antisocial dará como resultado un fracaso escolar, bajo grado de compromiso con la escuela y

problemas de disciplina, donde existirá poca valoración a esa persona de parte de los profesores, ya que estos posiblemente no se enfocarán mucho en sus problemas de aprendizaje sino estarán constantemente quejándose con los padres. Esto a su vez se asocia con el consumo de drogas (Petterson et al, 1992).

# 3.5.4.6. Factores de protección escolar

Están formados de modelos educativos participativos que fomenten la espontaneidad en los alumnos y profesores, oportunidades para desarrollar habilidades sociales, oportunidades para el liderazgo, involucramiento de los padres en el aprendizaje de sus hijos, respeto mutuo tanto de alumnos y maestros, escuelas que promueven integración y logros personales (García-Rodríguez, 1994).

El profesorado además de dirigir la educación, acompaña en el crecimiento a los alumnos, favoreciendo la democracia entre los estudiantes y formando un clima de centro, es decir el centro escolar no solo esta conformado del proyecto educativo, sino este también posee una filosofía donde se promueven valores como el respeto, solidaridad, convivencia y participación.

Para los niños y adolescentes la escuela es un espacio de socialización entre iguales y con adultos, el vínculo que el alumno mantiene con su comunidad educativa facilita la integración y la reconducción de situaciones individuales que pueden ser de riesgo.

# 3.5.4.7 Factores de riesgo –grupo de pares

Los amigos es uno de los agentes socializadores muy significativos en el desarrollo psicoevolutivo, ya que sirven de modelos de comportamiento por ejemplo: actitudes permisivas hacia el uso de drogas, influencia y dependencia de los compañeros, presión del grupo para consumir.

Los primeros consumos de tabaco o alcohol tienen se dan dentro del grupo de pares, ya que se obtiene reconocimiento social del grupo lo que brindará una sensación de pertenencia al mismo. La pertenencia a un grupo es necesaria para su desarrollo por el aspecto modulador de la conducta y autoconcepto.

El consumo de drogas en un grupo de amigos, es posiblemente el mayor factor de riesgo sobre todo cuando existen factores como la dependencia en ciertos miembros del grupo y la falta de asertividad para decir no al consumo.

# 3.5.4.8. Factores de protección -grupo pares

Son aquellos rasgos de la participación que no incluyen drogas, respetan la creatividad, aprecian las habilidades que cada uno posee, el grupo de pares después de la familia es el núcleo de relación más importante para las personas. Es necesario que se desarrollen estrategias personales que faciliten la independencia del grupo así como que cada grupo se relacione con otros que practiquen actividades sanas e intercambien experiencias para su crecimiento individual y grupal.

# 3.5.4.9. Factores de riesgo en el ámbito laboral

Existen varios factores que implican que una persona use drogas en su ámbito laboral, como se sabe este contexto es un importante medio de socialización en la vida adulta al igual que el grupo de pares y la familia. Algunos de los factores de riesgo son:

- -Los relacionados con la organización del proceso evolutivo: Entre estos tenemos las jornadas de trabajo prolongadas, horarios intensos, estrés laboral.
- -Los relacionados con el puesto de trabajo: Se consideran algunos puestos de trabajo que por su condición están asociados a ciertos factores de riesgo como una mayor proximidad o disponibilidad de sustancias (personal sanitario), o la integración del consumo de drogas como parte del rol que tiene en el trabajo como los jefes.
- -Los relacionados con el ambiente laboral: La conflictividad laboral, la inestabilidad en el puesto de trabajo, la competencia laboral, presión de los compañeros de trabajo, presencia de consumidores en los trabajos con factores de riesgo.

# 3.5.4.10. Factores de protección en el ámbito laboral

- -Medidas relativas a la tarea: Si se promueve un rendimiento adecuado en el trabajo haciendo planificaciones, se mejorará el ajuste individual a la tarea y su satisfacción.
- -Con respecto a la organización: Hay trabajos que tiene turnos nocturnos estos hay que planificarlos con anterioridad, para que el trabajador tenga tiempo para su vida familiar e individual. Se debe dar tiempos de descanso para que los trabajadores

rindan mejor las siguientes horas. Se debe establecer ritmos de trabajo que puedan adaptarse a las necesidades individuales.

- Es importante planificar estrategias de motivación, promoción laboral, debilidades de comunicación.
- -La limitación de la oferta de drogas legales, como la prohibición de bebidas alcohólicas es un factor de protección.
- -Es necesario preparar resoluciones de conflictos y la toma de decisiones, capacidades que se ponen en juego habitualmente en el trabajo y que son deficitarios son generadoras de estrés y pueden conllevar al uso de drogas.

# 3.5.4.11. Factores de riesgo en el ámbito comunitario

La deprivación económica y social: La falta de dinero era una factor para que las personas se involucren en el consumo de drogas, pero también es importante recalcar que disponer de mucha plata es una causa de consumo más en el sentido moral de "vicio" que en el dato cuantitativo (Kumpfer, 1998).

La deprivación socia, la marginación o falta de acceso a bienes sociales como ocurre en los barrios de extrema pobreza, son factores de riesgo, en este caso hay una unión entre delincuencia y consumo de drogas, ya que si la persona ve que no tiene posibilidad de acceder a ciertos recursos intentará robarlos y se involucrará con conductas antisociales.

Destacamos que Jessor (1991) ha insistido mucho en el aspecto de la pobreza como un elemento importante para la prevención, porque reduciendo o eliminando la misma se podría reducir el consumo de drogas.

-La desorganización comunitaria : se refiere al lugar donde las personas viven y no cumplen las normas necesarias para una buena organización en donde existe un deterioro físico ósea calles mal asfaltadas, aceras rotas, suciedad, malos servicios, carencia de sentido de comunidad, robos, parques que usan para el consumo de bebidas alcohólicas. Por lo general a estos sitios los conocemos como barrios marginales o conflictivos donde prima la delincuencia, consumo de drogas y más conductas de carácter antisocial. En este caso no es de sorprenderse que una persona

que crece en un barrio así se vea influenciado por estos factores para el consumo de sustancias psicotrópicas.

Además de los aspectos enumerados hay otras circunstancias que son consideradas como riesgo en este tipo de lugares por ejemplo bajo nivel de control sobre los hijos, privación económica, índice alto de alcoholismo, padres con conductas antisociales.

-Los cambios y movilidad del lugar: La estabilidad que una persona experimenta a lo largo de su vida (mismo barrio, misma ciudad, vivir dentro de una familia estructurada) es importante. Es probable que cuando existe un cambio y el niño o adolescente no se adapta a su nuevo medio, o si la familia atraviesa por un divorcio, un nuevo casamiento, etc. Puede incrementarse el riesgo de consumo (Hawkins, Arthur y Catalano, 1995)

Una realidad presente en nuestro país es precisamente la inmigración, cuantos jóvenes tratan de mitigar la ausencia de sus progenitores con el uso de estupefacientes.

-Las creencias, normas y leyes de la comunidad favorables hacia el uso de Drogas: nuestro medio acepta el consumo de alcohol y drogas como si se tratase de un parámetro normal, lo que conduce a la probabilidad de pasar a probar otras drogas, especialmente la mariguana y luego el uso de la cocaína, heroína, éxtasis.

Existen tres elementos básicos para el control del alcohol y otras sustancias: subir los precios, frenar la accesibilidad de la sustancia y el control de la publicidad (Sánchez ,2002; Villalbi ,1998).

-La disponibilidad y accesibilidad a las drogas: Para que se pueda efectuar el consumo tiene que estar presente de forma física la sustancia, su disponibilidad, el tamaño, el precio y por ende la accesibilidad a ella .No hay la menor duda que el tabaco es la droga más accesible del mundo.

Pero los estudios muestran que no siempre la disponibilidad es un factor clave para el consumo (Félix-Ortiz y Newcomb, 1999). Se plantea que la disponibilidad de drogas , cuando tiene efecto , lo hace a través de la presión de sus pares , abuso de sustancias en la familia , el género , el status económico .(Kail, 1993).

Cuando el precio de la sustancias psicotrópicas es bajo la probabilidad del consumo es mayor y viceversa (Chaloupka y col, 2002).

-La precepción social del riesgo de cada sustancia: Bachman, Johnston, O' Malley y Humphrey (1998) expusieron como el grado de riesgo percibido por los jóvenes sobre las diferentes drogas influían en su consumo de las mismas; es decir a mayor riesgo percibido sobre una droga menor consumo y a menor riesgo mayor consumo.

En este caso el tabaco gracias a la información, concienciación de los médicos acerca de los perjuicios de este ha provocado una disminución en el consumo del tabaco.

# 3.5.4.12. Factores de protección en el ámbito comunitario

Kumpfer y col (1998), afirman que los factores de protección comunitaria es un sistema de apoyo externo positivo, es decir: el apoyo de forma indirecta o directa de la familia, las normas y creencias conductuales contra el uso de las drogas y el rendimiento escolar exitoso. La presencia de estas situaciones en la vida del sujeto ayuda a prevenir o reducir el riesgo de pobreza, baja educación o conflictos familiares, los mismos que tiene una clara ocurrencia en el consumo de drogas.

#### 3.5.4.13. Factores de riesgo asociados al contexto social

La sociedad ejerce influencia al ser humano en cuanto los valores, mitos, costumbres y comportamientos que este va aprendiendo, por lo tanto es importante observar los elementos relacionados al medio que puede provocar la influencia del consumo.

El consumismo dramático, medios de comunicación que propagan el uso de alcohol y otras drogas, problemática social y económica, dificultades con la vecindad, desorganización de la comunidad, falta de empleo, disponibilidad de estupefacientes, normalidad del consumo en medios laborales, etc..

Actualmente los programas de televisión muestran a actores en que la vida perfecta se basa en los excesos : poseer grandes cantidades de dinero , consumo de alcohol , tabaco , mariguana , cocaína , heroína, éxtasis , relaciones sexuales sin protección ,escases de valores provocando que por lo general el adolescente adopte posturas erróneas al imitar a estos personajes .

Vivimos en un mundo donde priman el estrés y la sensación de vacío y por otro lado la búsqueda de gratificación inmediata. Ambos factores conducen a una sociedad adictiva.

- -Actitudes sociales tolerantes hacia el consumo de drogas: lo que dificulta la toma de conciencia respecto a las drogas es la postura tolerante de la sociedad a algunas prácticas insalubres como el abuso de tabaco, las borracheras, etc.
- -Sistema colectivo de valores: la falta de valores espirituales la búsqueda del goce, la ausencia de expectativas, el egoísmo, contribuyen a conformar una sociedad individualista cuyo fin es la obtención del placer probablemente a través del consumo de drogas.
- -Falta de recursos o facilidades para el empleo de tiempo libre: la ausencia de centros recreativos y alternativas de tiempo libre dificulta a los jóvenes y adultos el regocije saludable y positivo del tiempo de ocio. En nuestro medio los lugares de comunicación y diversión se limitan a bares, discotecas contando con la presencia de drogas legales e ilegales.
- -Planificación Urbanística: la aglomeración de viviendas en zonas destinadas a las clases menos favorecidas, aprovechamiento del suelo de manera exagerada sin dejar espacio para servicios públicos, lugares recreativos y culturales generan un ambiente violento, emanación de actitudes antisociales y consumo de droga.
- -Publicidad de drogas legales: al considerar al alcohol y el tabaco como drogas legales las empresas aportan grandes cantidades de dinero en publicidad con mensajes alusivos al éxito, poder y fama.
- -Inadecuado discurso social sobre las drogas: las creencias favorables de las drogas se debe a que la mayoría de la población difunde un discurso socialmente aceptado que provoca un consumo mayor.

# 3.5.4.14. Factores protectores asociados al contexto social

Las oportunidades a las personas comprenden acceso a los recursos de la comunidad, actividades productivas, redes de apoyo y lazos sociales, vivienda, salud, empleo, capacitación para el trabajo, educación básica y superior .Estos tienen la capacidad

de favorecer cambios en los modelos de comportamiento, a continuación describiremos algunos de ellos:

-Promoción de la salud: cuya finalidad es preventiva ya que asegura actividades públicas y privadas en torno a la salud.

-Limitación de la accesibilidad a las sustancias: las leyes que regulan la accesibilidad de la droga tienen un efecto protector sobre las personas, es decir incautaciones, aumento de precios, etc.

En conclusión los factores de riesgo como los de protección son complementarios. Por lo que entendemos que la presencia de un factor de riesgo no determina la aparición del consumo de drogas sino la unión de los mismos.

Los factores de protección son utilizados como escudo que protegen el riesgo del consumo de sustancias psicotrópicas, por ende el conocimiento que estas sustancias pueden ejercer en el individuo de forma física o mental puede permitir el desarrollo de alternativas que guiaran al buen cuidado del organismo .

(OPCION, 2006)

# 3.6. Beneficios de no usar drogas

#### 3.6.1. La promoción de estilos de vida saludables

La promoción de estilos de vida saludables involucra los comportamientos que mejoran la salud de los individuos. McAlister (1981) entiende por conductas saludables aquellas acciones realizadas por un sujeto, que influyen en la probabilidad de obtener consecuencias físicas y fisiológicas inmediatas y a largo plazo, que repercuten en su bienestar físico y en su longevidad.

# 3.6.1.1 Ejercicio físico

Realizar una actividad física de modo regular es importante para prevenir el comienzo de las principales patologías físicas y psicológicas que afectan a la población, es necesario para disminuir el grado de severidad cuando el sujeto ya presenta la enfermedad (Haskell, 1984). Aporta beneficios psicológicos, ya que la realización de una actividad física regular reporta beneficios considerables a la

persona. Una actividad física practicada, reduce los sentimientos de estrés, depresión y ansiedad (Blumenthal y McCubbin, 1987), de igual manera mejora el autoconcepto (Sime, 1984), esto da como lugar que el individuo no tenga conflictos personales, sociales, familiares y no este propenso a usar drogas.

#### 3.6.1.2 Nutrición adecuada

De hecho, la mayor parte de las enfermedades actuales guardan una estrecha relación con la dieta alimenticia (la diabetes, la caries dental, la obesidad). Una buena práctica nutricional se caracteriza por una dieta equilibrada con minerales, vitaminas y proteínas, la dieta saludable es aquella que minimiza el riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con la nutrición (Hegsted, 1984). Cabe señalar que entre los hábitos alimenticios más recomendables se encuentran la disminución del consumo de grasas, aumento del consumo de leche, patatas y especialmente verduras, frutas y alimentos de alto contenido en fibra, reducir el consumo de azúcar, dulces y harinas refinadas y evitar el consumo excesivo de alcohol(Nelson, 1984). Las personas drogadictas son más propensas a recaer cuando tienen malos hábitos alimentarios, razón por la cual las comidas regulares son tan importantes. Los drogadictos y alcohólicos a menudo olvidan cómo es la sensación de tener hambre y más bien la interpretan como un deseo vehemente por la droga. Se los debe estimular para que consideren la posibilidad de que puedan tener hambre cuando estos deseos vehementes se vuelven fuertes, por lo tanto una buena alimentación ayudará que las personas o sientan necesidad por consumir sustancias.

#### 3.6.1.3 Comportamientos de seguridad

La mayor parte de los accidentes podrían ser evitados, pues la mayoría de ellos son ocasionados por la conducta de los individuos, ya que pueden estar bajo el efecto de drogas o alcohol, comportamientos inapropiados en el manejo de automóviles, medicamentos, armas blancas y de fuego (Robertson, 1984). Por lo tanto estar bajo los efectos de dichas sustancias perjudica al bienestar físico e individual del sujeto, para eso es necesario que las personas tengan conciencia y actúen con seguridad.

#### 3.6.1.4 Evitar el consumo de drogas.

Uno de los tres problemas que más preocupan a nuestros ciudadanos son las drogas. En la sociedad actual el uso de drogas ilegales (heroína, cocaína, marihuana, etc.) y legales (alcohol, tabaco y drogas de prescripción) es un fenómeno que ha adquirido gran relevancia en el medio. Por lo tanto una persona que consuma dichas sustancias estará expuesta a más enfermedades (sida, cáncer, diabetes, alcoholismo) y su desenvolvimiento en la sociedad no será el adecuado.

# **3.6.1.5** Sexo seguro.

Cada año millones de personas, la mayoría de ellos jóvenes, contraen enfermedades transmitidas sexualmente (gonorrea, herpes, sida, sífilis). Uno de los problemas más preocupantes es el de los embarazos no deseados en las adolescentes. Un embarazo no deseado en una adolescente supone un serio problema para ella, su futuro hijo, sus padres, amigos y los servicios sanitarios y educativos, si bien es cierto que muchos padres adolescentes adoptan decisiones responsables en caso de embarazo y proporcionan a sus hijos de un buen cuidado prenatal y obstétrico, ay otros casos donde se realiza el aborto o si llegan a tener al bebé hay descuido, maltrato. Por si fuera poco, tanto los padres como sus hijos tienen que afrontar a corto, medio y largo plazo una serie de adversidades sociales, legales, psicológicas, educativas y económicas. Es necesario que los adolescentes sean educados desde su hogar, escuela, colegios en varios temas que tengan que ver con la sexualidad del ser humano.

#### 3.6.1.6 Estilo de vida minimizado de emociones negativas.

Hay evidencias que la presencia de las emociones negativas afecta a la salud. Entre ellas se destacan el denominado Síndrome general de Adaptación (SGA) (Selye, 1936, 1956) o mas conocido como estrés .En el diccionario de psicología Natalia Consuegra define Estrés como una respuesta general e inespecífica del organismo a un estresor o situación estresante. Se considera que un sujeto esta en una situación de estrés cuando atraviesa por sucesos que le resultan muy difícil ejecutarlas, dependiendo de los recursos del medio y de los propios.

. Según el enfoque de Lazarus y Folkman (1986) en la reacción del estrés intervienen tres factores: el nivel de amenaza que el sujeto percibe en la situación; la valoración que el individuo hace de los recursos que cree tener para afrontar con éxito la demanda de la situación; y la disponibilidad y el grado de afrontamiento que el sujeto pone en acción, para restablecer el equilibrio persona-ambiente.

El estrés se torna crónico cuando se da la aparición de algún tipo de enfermedad (ej., incremento de glucocorticoides, enfermedad cardiovascular). (Valdés y Flores, 1985)

El sujeto que viva constantemente situaciones de estrés tiene mayor probabilidad de aumentar conductas de riesgo y disminuir todo tipo de conductas saludables . En algunos estudios (Newcomb y Harlow, 1986) se encontró que un aumento de estrés estaba asociado a un incremento en el uso del alcohol y otras drogas.

No todo es negativo ya que la respuesta del estrés es una reacción adaptativa que permite disponer de recursos excepcionales, obteniendo mejores resultados en el organismo (Consuegra, 2007)

#### 3.6.1.7 Adherencia terapéutica.

Vivimos en una sociedad negativa en la que nos encargamos de decir que los métodos empleados por los médicos en general no son eficaces cuando uno de los verdaderos problemas es el incumplimiento de las prescripciones por parte de los pacientes, a pesar de disponer de tratamientos científicamente probados

Se ha encontrado que las tasas de incidencia de adherencia a las recomendaciones de los clínicos no suelen superar el 50%, con una oscilación entre el 30% al 60% (Meichenbaum y Turk, 1987), bien por olvido, por no comprender los mensajes.

Las consecuencias de la falta de cumplimento de las prescripciones clínicas ocasionan disminución calidad de vida que anteriormente disfrutaba la persona. Bayés (1979) afirmo: "De qué nos servirá tratar de montar un gran aparato sanitario que funcione a la perfección si luego la mitad de los pacientes no siguen las prescripciones médicas o se equivocan al llevarlas a la práctica"

#### 4. LA PREVENCION DE DROGAS

El Consumo de drogas es un problema multicausal, es decir diariamente aparecen nuevas drogas, nuevos métodos de consumo y se forman nuevas poblaciones en riesgo. Este fenómeno de carácter social se desarrolla en una sociedad consumista, donde la publicidad es un factor importante para generar status, poder y ciertas emociones. Estos procesos han influido en las dinámicas sociales como la familia, la escuela, la comunidad, trabajo, etc. De igual manera existen varios factores relacionados con el individuo y la relación consigo mismo (Jife, 2005).

Este fenómeno da como lugar la necesidad de desarrollar programas preventivos, estas acciones han sido llevadas a cabo por varias instituciones (colegios, escuelas, universidades) desde varias teorías (promocionales, sanitarias, formativas, específicas, integrales) destinadas a varios grupos (niños, adolescentes, jóvenes, adultos, profesionales, líderes de varios grupos).

#### 4.1 Definición de Prevención

El término prevención puede ser variado, dependiendo de las actitudes personales, grupales y las perspectivas de su gente y cultura (Burguess, 1997). Las intervenciones preventivas se clasifican en dos grupos: el de la reducción de la demanda y la reducción de la oferta.

La prevención es un conjunto de actividades integradas en un programa cuya finalidad es desarrollar resistencia en los individuos y en la sociedad frente a algún problema psicosocial. En tal sentido, su objetivo es evitar, controlar, retrasa o disminuir y/o abordar las diversas problemáticas asociadas (Peña y Padilla, 1997).

"La prevención implica una acción destinada a impedir o al menos disminuir la aparición de un problema. Es también un proceso mediante el cual el ser humano, individual o colectivamente, se interesa y adquiere en su formación las capacidades para anticipar problemas con respuestas creativas y ajustadas a la realidad." "El fin de la prevención es la promoción del bienestar y el desarrollo humano procurando la potenciación de factores protectores de las personas y del entorno comunitario de

éste". (Sistematización de experiencias comunitarias en prevención de drogas, 1996, p.6.)

"La prevención es un conjunto de procesos que promueve el desarrollo integral de las personas, sus familias y la comunidad, anticipándose a la aparición del problema trabajando con y desde el problema, evitando la conducta de consumo, fortaleciendo factores protectores y disminuyendo los factores de riesgo". (CONACE, Universidad de Chile, MSGG: Sistema Comunal de Prevención de Drogas. Modelo Operativo. Santiago de

Chile, p.13.)

# 4.2 Principios básicos de la prevención

Entre los programas de prevención tenemos:

- Los programas de prevención deben mejorar los factores de protección y reducir los factores de riesgo (Hawkins, 2002).
- Los programas de prevención deben dirigirse a todas las formas del abuso de drogas, por separado o en conjunto, incluyendo el consumo de drogas por menores; el uso de drogas ilegales; y el uso inapropiado de sustancias obtenidas legalmente (Johnson y col. 2002).
- Los programas de prevención deben dirigirse al tipo de problema de abuso de drogas, poniendo énfasis en los factores de riesgo (Hawkins y col, 2002).
- Los programas de prevención deben ser diseñados para las características de la población como el sexo, edad y cultura (Oetting y col, 1997).
- Los programas de prevención para las familias deben mejorar la compenetración y las relaciones familiares e incluir entrenamiento en las habilidades para ser mejores padres, y reforzar los conocimientos de la familia acerca de las drogas (Ashery y col, 1998).
- Los programas de prevención se pueden diseñar para una intervención temprana, para enfocar factores de riesgo para el abuso de drogas (Webster, 1998).
- Los programas de prevención deben ser a largo plazo, para fortalecer las metas originales de la prevención (Scheir y col, 1999).

#### 4.3 Componentes de la Prevención

- Componente normativo: Necesidad de hacer cumplir las normas jurídicas que controlen los factores de la demanda y oferta, por ejemplo los policías que deben controlar el consumo de alcohol en personas que conducen.
- Componente informativo: Se busca generar conciencia de la necesidad de la prevención y se dirige a la población en general, mediante medios de comunicación, folletos, teatro, todo esto con información clara y objetiva.
- Componente educativo: Busca la modificación de la conducta que lleva al consumo de drogas tanto en la oferta y la demanda. Se trabaja fortaleciendo los factores protectivos, y se dirige a grupos específicos como niños, adolecentes, jóvenes, maestros, padres, mediante talleres vivenciales, charlas.
- Componente de alternativas: Ciertos factores de riesgo pueden modificarse introduciendo alternativas laborales, educativas, recreativas que favorezcan el crecimiento personal social y familiar.
- Componente de la intervención específica: Dirigidos a controlar factores de riesgo individual, familiar, escolar vulnerables mediante terapias sicológicas, consejería, orientación.

# 4.4 Tipos de prevención

Las estrategias de prevención se conceptualizan desde el modelo tradicional de salud pública, donde se pueden distinguir tres niveles de prevención en función de la relación que el sujeto consumidor establece con la sustancia, las cuales son:

- Prevención Primaria: Es entendida como las acciones o actividades que se realizan para evitar que se presenten elementos que conduzcan a un individuo al consumo de drogas o la aparición de conductas que propicien su uso.

OBJETIVO: Protección de la salud con el fin de evitar o demorar la aparición de un problema relacionado con el consumo de drogas.

- Prevención Secundaria: Se refiere al abordaje, medidas o estrategias que podemos utilizar cuando en una población o comunidad ya están presentes problemas de tipo psicosocial y se plantea la finalidad de reducir dicha incidencia o prevalencia.

OBJETIVO: Intentar que no se originen adicciones o consumos problemáticos.

- Prevención Terciaria: Se enmarca en la intervención de poblaciones o comunidades ya afectadas mediante el tratamiento, rehabilitación y reinserción de los individuos en áreas familiares, sociales y laborales.

OBJETIVO: Disminuir las consecuencias adversas asociadas al consumo e impedir un agravamiento de problema (OPCION, CONSEP, NACIONES UNIDAS, 2006).

#### 4.5. Modificación de los hábitos de la salud

Entre la modificación de los hábitos de salud tenemos dos propuestas:

#### 4.5.1. Modelos de creencias sobre la salud

Esta teoría se basa en el que la persona que practica buenos hábitos de salud percibe o no peligro para la salud y si cree o no que una determinada conducta de salud puede ser efectiva para reducir ese peligro. (Hochbaum, 1958; Rosenstock, 1966.)

- Percepción de la amenaza de la salud: La percepción de peligro depende de tres factores: valores generales de la salud (interés y preocupación por la propia salud), creencias personales acerca de la vulnerabilidad a un trastorno en específico, creencias acerca de las consecuencias de ese trastorno. Por ejemplo las personas que deseen dejar de fumar posiblemente estén preocupadas por su salud, y si al ser un fumador puede padecer de cáncer de pulmón, y si al tener cáncer de pulmón pueden morir.
- Reducción de la amenaza percibida: el creer que una medida de salud reducirá la amenaza tiene dos factores: creer que una determinada medida puede resultar efectiva para eliminar el peligro y al realizar esta medida lograra obtendrá mayores beneficios. Por ejemplo si una persona fumadora piensa que si deja de fumar ahora reducirá las posibilidades de tener cáncer de pulmón y aunque le cueste mucho hacerlo vale la pena para vivir muchos años más.

Por lo general las creencias sobre la salud son determinantes para adoptar buenos hábitos de salud.

# 4.5.2. Teoría de la conducta planeada.

Se basa en una teoría que relaciona las actitudes de conducta directamente con la conducta de Ajzen (Ajzen y Madden, 1986)

Recalca que una conducta de salud es el resultado directo de una intención conductual. Las intenciones conductuales constan de tres componentes: actitudes frente a la acción específica, normas subjetivas frente a esta acción, y control conductual percibido.

- Las actitudes frente a la acción están basadas en creencias acerca de los probables resultados de la acción
- Las normas subjetivas son lo que una persona cree que los otros piensan que debería hacer.
- Control conductual es cuando un individuo necesita sentir que es capaz de ejecutar la acción prevista.

Esos factores se combinan para producir una intención conductual y finalmente un cambio de conducta. Por ejemplo los fumadores que piensan que deberían dejar de fumar , que su esposa está embarazada y le pide que deje de fumar y cree que es capaz de dejar de fumar será más probable que trate de dejar de fumar que los individuos que no tienen estas creencias .

# 4.6. Métodos cognitivos conductuales para la modificación de una conducta De salud.

Los métodos de terapia cognitiva conductual se basan en las creencias de las personas y en las conductas en blanco ( las condiciones que la producen , la mantienen y los factores que la refuerzan ) (Freeman , Simón Beutler y Arkowitz,1989).

- Auto observación y auto monitoreo: La persona capta la magnitud de una conducta en blanco antes de que pueda empezar el cambio .La auto observación y el

auto monitoreo evalúan la frecuencia de una conducta, los antecedentes y las consecuencias.

El primer paso es aprender a diferenciar la conducta en blanco y entrenar al sujeto a vigilar profundamente sus sensaciones internas con el objeto de detectar esta conducta con mayor perspicacia. Por ejemplo un alcohólico puede decir si está tomando o no y detectar en que momentos se presenta la necesidad urgente de tomar.

El segundo paso es anotar y/o graficar la conducta .Por ejemplo a un consumidor de mariguana se le puede entrenar para que lleve un registro conductual detallado de todas las ocasiones que el consuma la droga , es decir hora , día , la situación en que se da ,si había o no otra persona presente ,sentimientos subjetivos a la necesidad urgente de encender el cigarrillo .Por ende el sujeto se dará cuenta de las circunstancias específicas que consume mariguana y tomara la iniciativa de seguir un programa de cambio conductual .

Aunque la auto observación se refiera a un paso inicial puede por sí mismo producir cambios de conducta, sin embargo es necesario la combinación e otras técnicas.

- Condicionamiento clásico: Iván Pavlov es el pionero del condicionamiento clásico. El objetivo es aparear un reflejo incondicional con un nuevo estímulo para producir un reflejo condicional. Un ejemplo sobre alcoholismo es el Antabuse (estimulo incondicionado) un medicamento que produce fuertes nauseas, sudoración, vomito (respuesta incondicionada) cuando se toma junto con alcohol. Con el tiempo el alcohol se asociara con las náuseas y el vómito causado por el Antabuse y provocara la misma respuesta de nauseas, sudoración, enrojecimiento y vomito (respuesta condicionada).

Este método depende del deseo de colaboración del paciente y procedimientos así tienen riesgos para la salud por ello es que en la actualidad se han dejado de usar.

- Condicionamiento operante: Skinner recalca que la clave de este condicionamiento es el reforzamiento .Si un individuo realiza una conducta y a esa le sigue un reforzamiento positivo es probable que la conducta se repetirá, de igual manera si realiza una conducta y el reforzamiento se quita esa conducta no se dará.

- Modelado: (Bandura ,1969) es un aprendizaje que se da cuando un sujeto observa la conducta de otra. Una persona que desea cambiar su conducta adictiva se reúne con individuos que atraviesan por el mismo problema, oyendo las experiencias de sus compañeros que muchas de las veces son negativas puede aprender como no hacer lo mismo e imitar lo positivo que se rescate.
- Control de estímulos: individuos con malos hábitos de salud establecen relaciones con esas conductas y los estímulos de su entorno. Estos estímulos se denominan discriminativos .En pacientes con problemas de adicción se deben crear nuevos estímulos discriminativos que refuercen conductas más no que evoquen conductas que pueden causar un problema. Por ejemplo un alcohólico no debe estar expuesto a botellas de alcohol.
- Autocontrol de la conducta: en este modelo el individuo actúa como su propio terapeuta y con un guía externo que ayude a controlar las consecuencias de la conducta que quiere modificarse .Por ejemplo:
  - El auto reforzamiento: consiste en el reforzamiento de uno mismo con algo que se desee, después de haber logrado la modificación de la conducta.
  - Contrato conductual: el individuo hace un contrato con el terapeuta en el que se detalla que gratificaciones o castigos se aplicaran por la observación o no observación de la conducta .Por ejemplo una persona que desee dejar de beber deposita con el terapeuta una cantidad de dinero y queda de acuerdo en que se le ponga una multa cuando beba y la retribución se realizara por cada día que mantenga la abstinencia. (Thoresen y Mahoney, 1974).
    - Tarea conductuales. son actividades para practicar en la casa que ayuda en el logro de los objetivos de la intervención terapéutica (Shelton y Levy, 1981)
  - Entrenamiento en habilidades: Los malos hábitos de la salud se forman por la ansiedad que ciertas personas experimenta en situaciones sociales. Por ejemplo los adolescentes que fuman lo hacen con objeto de reducir la ansiedad social para demostrar una buena imagen (buena onda) .Muchos de los programas para modificar los hábitos de la salud emplean el entrenamiento de habilidades sociales o el entrenamiento de asertividad. Los objetivos de estos programas son reducir la ansiedad que se presentan en

habilidades sociales. crear nuevas habilidades para atender las situaciones que antes produjeron ansiedad , proporcionar una conducta alternativa al habito de conducta inadecuado que surgen como respuesta a la ansiedad social .(Riley, Matarazzo , Baum, 1978)

• Entrenamiento de relajación (Wolpe,) Las técnicas de relajación ayudan a que la persona pueda ver con mayor claridad las creencias distorsionadas que afectan al mal manejo de conductas saludables.

(Taylor, 2007)

# SEGUNDA PARTE EVALUACION

5. EVALUACION, RESULTADOS ESTADISTICOS DE LOS REACTIVOS

Y REEVALUACION.

**5.1.** Cuestionario de Adaptación para Adolescentes de Hugo Bell

5.1.1. Datos generales del cuestionario de Hugo Bell.

Autor: Hugo M. Bell.

Adaptación española: Normalización española Enrique Cerda, según el permiso de la

Universidad de Stanford, California. 1934

Aplicación: Individual y Colectiva.

Tiempo: De 30 a 45 minutos.

El cuestionario para adolescentes de ambos sexos, está conformado por 140

preguntas que el sujeto debe contestar con SI, NO o ? (cuando la respuesta es dudosa

o no puede contestar).

Las respuestas obtenidas de las 140 preguntas nos darán una pauta con respecto al

grado de adaptabilidad en las siguientes áreas:

-Familiar

- Salud

-Social

-Emocional

El resumen de las áreas mencionadas nos ilustrará con respecto al grado de

adaptabilidad en forma total relacionada con el ambiente en el que se desenvuelve y

los aspectos mencionados.

Consigna: Estamos seguros de que tú tienes un verdadero interés en conocerte mejor

a ti mismo. Pues bien, si tú contestas con sinceridad a las preguntas que encontrarás

54

en las páginas siguientes, podremos ayudarte a que te conozcas mejor. No hay respuestas buenas ni malas. Señala tu respuesta a cada pregunta haciendo un círculo alrededor de "SI" "No" o "?", según sea tu respuesta. Por ejemplo, en la pregunta 96: SI NO ¿Haces amigos con facilidad?, si respondes afirmativamente, rodearás el SI en un círculo.

Debes responder siempre que te sea posible "SI o NO", y únicamente rodearás la interrogación en aquellas casos en qué estés completamente seguro de no poder responder "SI O NO". No hay límite de tiempo pero procura contestar el cuestionario tan rápido como te sea posible. Si no entiendes algo, haz el favor de avisaros y te lo aclararemos pero, por favor, no te muevas del sitio ni distraigas a tus compañeros.

Calificación: Existe un grupo de ítems que sirven para determinar el grado de adaptabilidad del sujeto en cada una de las áreas. Indistintamente se espera que el sujeto haya contestado con SI, o con NO, en caso de que las respuestas coincidan con la clave establecida se asignará un punto a dicha respuesta, para luego sumar en cada área el número de respuestas que coincidan. El puntaje total obtenido, nos servirá para comparar con las normas establecidas. El área total se obtiene sumando los resultados de todas y cada una de las áreas en referencia.

Interpretación: Existen normas tanto para varones como para mujeres y en cada caso agrupados por edades en la siguiente forma, 12- 13, 14- 15, 16-18 años. Luego viendo la plantilla de corrección de acuerdo a los resultados que se sumen de cada categoría nos darán como resultado una apreciación que se calificará como: Excelente, buena, normal, no Satisfecha y mala.

# 5.1.2. Primera aplicación y resultados estadísticos del cuestionario de Hugo Bell.

Por lo tanto se aplico el cuestionario de Hugo Bell al grupo de 30 estudiantes del Colegio Manuel J. Calle antes de iniciar los talleres obteniendo los siguientes resultados.

Figura 5-1:Datos estadísticos de la primera aplicación de Hugo Bell

		familiar	salud	social	emocional	total
N	Válidos	30	30	30	30	30
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		3,73	3,70	2,90	2,50	3,43
Mediana		4,00	4,00	3,00	2,00	3,00
Moda		4	5	3(a)	2	2(a)
Desv. típ.		,828	1,208	,995	1,167	1,135
Varianza		,685	1,459	,990	1,362	1,289
Mínimo		1	1	1	1	2
Máximo		5	5	4	5	5

Figura 5-2:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito familiar 1

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Excelente	1	3,3
	Normal	9	30,0
	no satisfactoria	16	53,3
	mala	4	13,3
	Total	30	100,0

Figura 5-3:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito de salud 1

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Excelente	1	3,3
	buena	4	13,3
	normal	9	30,0
	no satisfactoria	5	16,7
	mala	11	36,7
	Total	30	100,0

Figura 5-4:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito social 1

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	excelente	3	10,0
	buena	7	23,3
	normal	10	33,3
	no satisfactoria	10	33,3
	Total	30	100,0

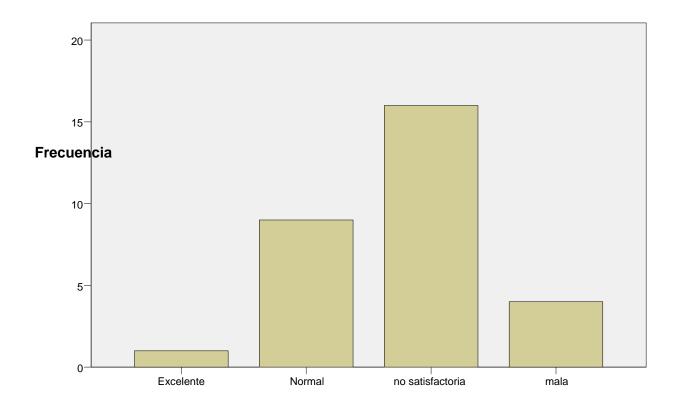
Figura 5-5:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito emocional 1

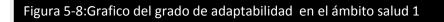
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	excelente	6	20,0
	buena	11	36,7
	normal	7	23,3
	no satisfactoria	4	13,3
	mala	2	6,7
	Total	30	100,0

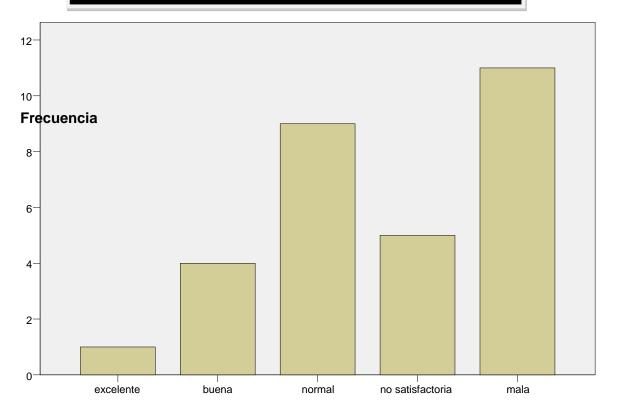
Figura 5-6:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad total 1

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	buena	8	26,7
	normal	8	26,7
	no satisfactoria	7	23,3
	mala	7	23,3
	Total	30	100,0

Figura 5-7:Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito familiar 1







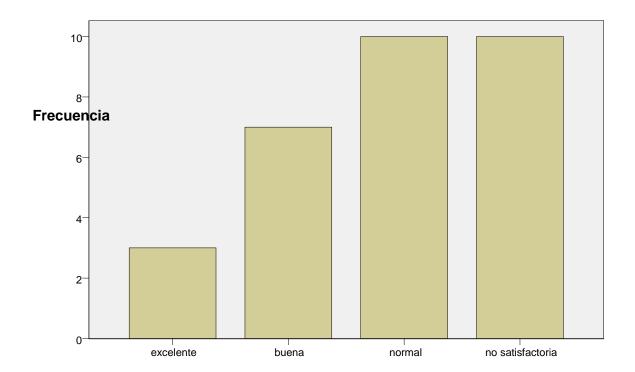


Figura 5-10: Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito emocional 1

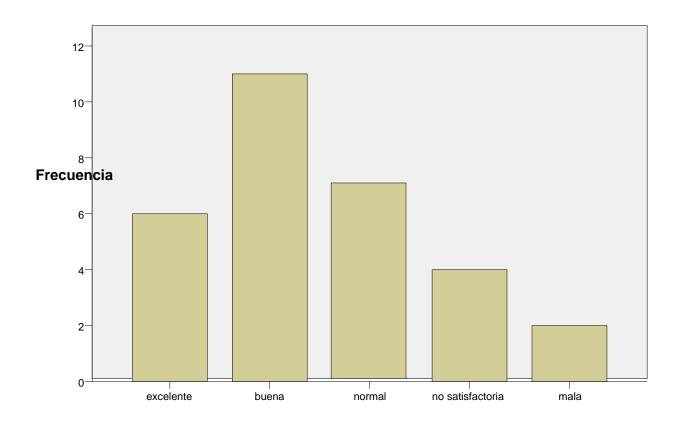
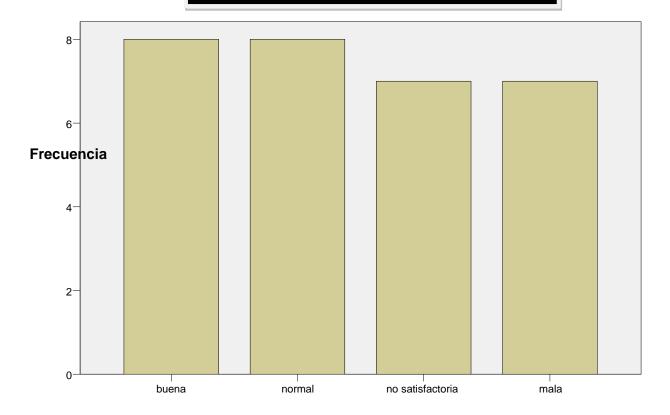


Figura 5-11:Grafico del grado de adaptabilidad total 1



En conclusión: 8 estudiantes presentan una buena adaptación, 8 una normal adaptación, 7 una no satisfactoria adaptación y los últimos 7 una mala adaptación.

#### 5.1.3. Reevaluación y resultados estadísticos del Cuestionario de Hugo Bell .

Culminada la aplicación de los talleres se aplico a los estudiantes un retest del Cuestionario de Hugo Bell obteniendo los siguientes resultados :

Figura 5-12:Datos estadísticos de la segunda aplicación de Hugo Bell

		familiar	salud	social	emocion al	total
N	Válidos	30	30	30	30	30
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		3,57	3,30	2,53	2,43	2,97
Error típ. de	Error típ. de la media		,250	,208	,213	,251
Mediana		4,00	3,00	2,50	2,00	3,00
Moda		4	3	3	2	3
Desv. típ.		1,104	1,368	1,137	1,165	1,377
Varianza		1,220	1,872	1,292	1,357	1,895
Mínimo		1	1	1	1	1
Máximo		5	5	5	5	5

Figura 5-13:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito familiar 2

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Excelente	2	6,7
	Buena	2	6,7
	Normal	9	30,0
	no satisfactoria	11	36,7
	mala	6	20,0
	Total	30	100,0

Figura 5-14:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito de salud 2

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	excelente	4	13,3
	buena	4	13,3
	normal	9	30,0
	no satisfactoria	5	16,7
	mala	8	26,7
	Total	30	100,0

Figura 5-15:Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito social 2

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	excelente	6	20,0
	buena	9	30,0
	normal	10	33,3
	no satisfactoria	3	10,0
	mala	2	6,7
	Total	30	100,0

Figura 5-16 :Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad en el ámbito emocional 2

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	excelente	7	23,3
	buena	11	36,7
	normal	5	16,7
	no satisfactoria	6	20,0
	mala	1	3,3
	Total	30	100,0

Figura 5-17 : Tabla de frecuencia del grado de adaptabilidad total 2

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	excelente	5	16,7
	buena	7	23,3
	normal	8	26,7
	no satisfactoria	4	13,3
	mala	6	20,0
	Total	30	100,0

Figura 5-18 :Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito familiar 2

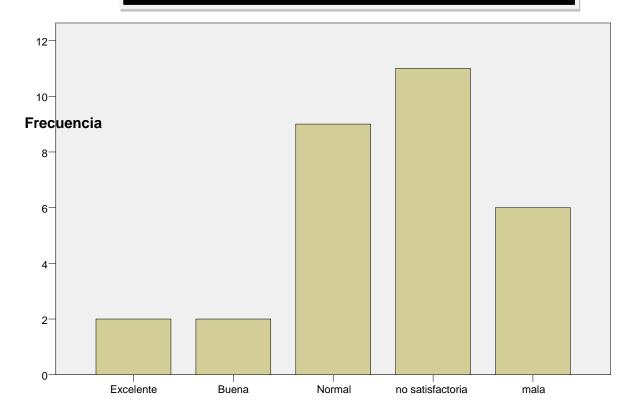


Figura 5-19:Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito salud 2

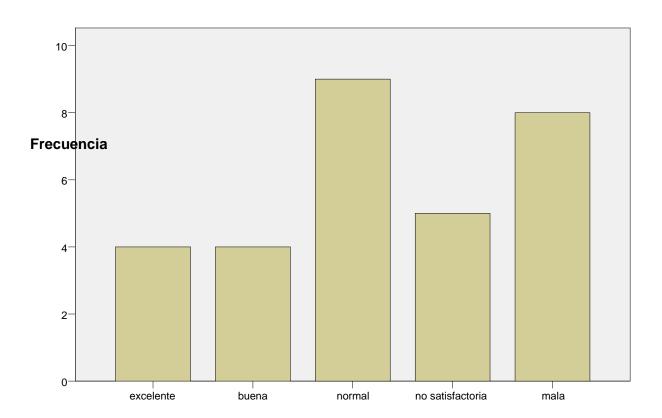


Figura 5-20:Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito social 2

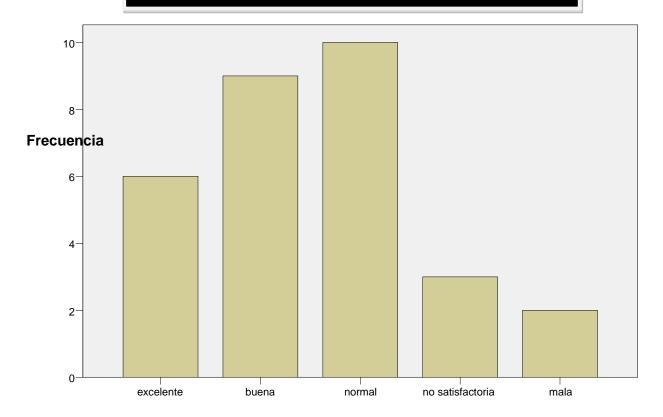
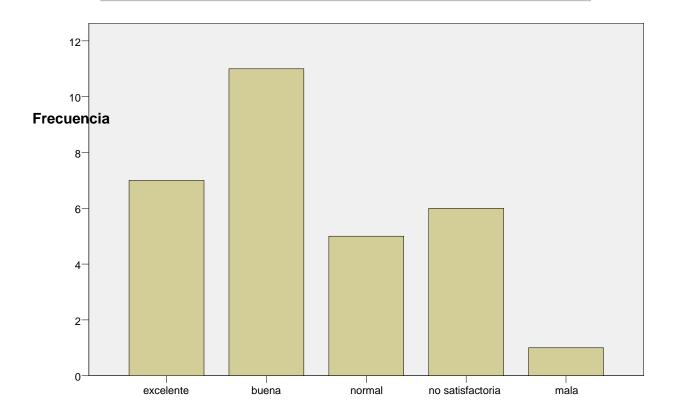


Figura 5-21: Grafico del grado de adaptabilidad en el ámbito emocional 2



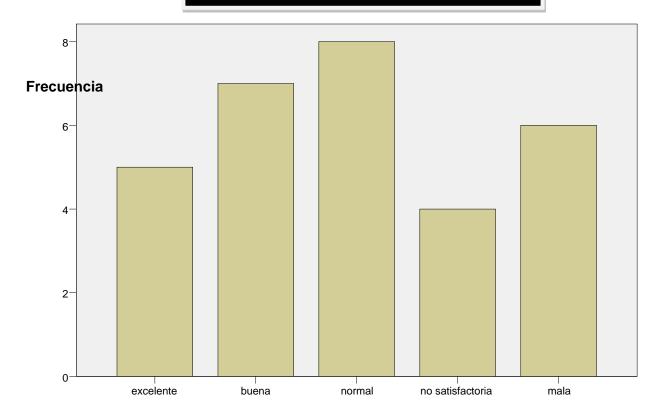


Figura 5-22: Grafico del grado de adaptabilidad total 2

En conclusión: 5 estudiantes presentan una excelente adaptación, 7 una buena adaptación, 8 una normal adaptación, 4 una no satisfactoria adaptación y 6 una mala adaptación en la reevaluación del Cuestionario de Hugo Bell . Estos resultados son el producto de la fusión de psicoeducación, talleres y la buena disposición de los estudiantes y padres.

#### 5.2. Inventario de pensamiento constructivo (CTI)

#### **5.2.1.** Datos generales del Inventario de pensamiento constructivo

Autor: Seymour Epstein, 1987.

Adaptación española: Departamento I + D de TEA Ediciones, S.A; 2001.

Aplicación: Individual y colectiva.

Tiempo: 15 Y 30 minutos.

Objetivo: Apreciación del pensamiento constructivo y varias facetas de la inteligencia emocional.

El inventario de pensamientos constructivos esta conformado por 108 preguntas, el aplicador debe asegurarse de que todos los sujetos entiendan las instrucciones y el modo de responder. Se le pide que valoren en una escala de 5 puntos el grado de exactitud con el que cada frase refleje mejor su forma de pensar. Este test esta formado por tres niveles:

- Nivel más general: consiste en una escala global compuesta por elementos procedentes de otras escalas (PCG)
- Segundo nivel: está formado por seis escalas principales que miden formas básicas de pensamiento constructivo o destructivo y son:
  - Emotividad (EMO)
  - Eficacia (EFI)
  - Pensamiento supersticioso (SUP)
  - Rigidez (RIG)
  - Pensamiento esotérico (ESO)
  - Ilusión (ILU)
- Tercer nivel: es el más específico que esta formado por subescalas o facetas y son:
  - Emotividad: Autoestima (Aut.)

Tolerancia (Tol.)

Impasibilidad (Imp.)

Capacidad de sobreponerse (Sob.)

• Eficacia: Pensamiento positivo (Pos.)

Actividad (Act.)

Responsabilidad (Res.)

- Pensamiento Supersticioso.
- Rigidez: Extremismo (Ext.)

Suspicacia (Sus.)

Intolerancia (Int.)

• Pensamiento esotérico: Creencias Paranormales (Par.)

Creencias Irracionales (Irr.)

• Ilusión: Euforia (Euf.)

Pensamiento estereotipado (Est.)

Ingenuidad (Ing.)

Consigna: A continuación encontrará una serie frases que describen ciertos comportamientos, creencias o sentimientos. Lea cada una de ellas con atención y marque la alternativa que refleje mejor su forma de pensar o actuar. Señale:

a.-si la frases es completamente falsa en su caso, poner en total desacuerdo con ella.

b.- si la frase es frecuentemente falsa, si está en desacuerdo con ella.

c.- si la frase es tan cierta como falsa, si no puede decidirse, o si se considera neutral en relación con lo que se dice en ella.

d.- si la frase es completamente cierta, si está de acuerdo con ella.

e.- si la frase es completamente cierta, si está totalmente de acuerdo con ella.

Este cuestionario tiene algunas frases tontas como por ejemplo "nunca he visto a nadie que tenga los ojos azules". La finalidad de estas frases es detectar si alguien ha contestado distraídamente o se ha equivocado de línea. Por favor, conteste adecuadamente a estas frases.

También hay frases destinadas a detectar si alguna persona trata de dar una imagen excesivamente buena de sí. La prueba resultará invalidada si usted trata de elegir las mejores respuestas en vez de contestar sinceramente. No se preocupe si alguna frase le parece algo extraña porque no son importantes aisladamente, sino en conjunto.

Trata de responder con sinceridad y rapidez.

Calificación e interpretación: La calificación se hace por el internet, ya que cada test viene con una clave, y cada calificación tiene un valor de tres dólares.

Pero las puntuaciones son: 45 - 55 puntuaciones medias; 56 - 55 puntuaciones moderadamente altas; más de 65 son puntuaciones altas; entre 35 - 44 son puntuaciones moderadamente bajas, y las inferiores a 35 son puntuaciones muy bajas.

#### 5.2.2. Aplicación y resultados del Inventario de Pensamiento Constructivo.

Este cuestionario se aplico al inicio de los talleres a los 30 estudiantes del Colegio Manuel J. Calle . para medir el grado de inteligencia emocional .obteniendo los siguientes resultados :

Figura 5-23: Datos estadísticos del Inventario de Pensamiento Constructivo

		Pensamiento constructivo global	Emotividad	Eficacia	Pensamiento supersticioso	Rigidez	Pensamiento esotérico	llusión
N	Válidos	30	30	30	30	30	30	30
	Perdidos	0	0	0	0	0	0	0
Media		3,40	2,90	3,17	1,97	2,50	2,07	2,43
Mediana		4,00	4,00	4,00	2,00	2,00	2,00	2,00
Moda		4	4	5	2	2	2	1
Desv. típ.		1,221	1,348	1,663	,556	,938	,907	1,455
Varianza		1,490	1,817	2,764	,309	,879	,823	2,116
Mínimo		1	1	1	1	1	1	1
Máximo		5	4	5	3	5	4	5

Figura 5-24: Tabla de Frecuencia del resultado de pensamiento constructivo global

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	normal	4	13,3
	moderadamente alto	4	13,3
	moderadamente bajo	20	66,7
	muy bajo	2	6,7
	Total	30	100,0

Figura 5-25: Tabla de Frecuencia del resultado de emotividad

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	normal	8	26,7
	moderadamente alto	4	13,3
	muy alto	1	3,3
	moderadamente baja	17	56,7
	Total	30	100,0

Figura 5-26: Tabla de Frecuencia del resultado de Eficacia

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	normal	8	26,7
	moderadamente alta	5	16,7
	moderadamente baja	8	26,7
	muy baja	9	30,0
	Total	30	100,0

Figura 5-27: Tabla de Frecuencia del resultado de pensamiento supersticioso

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	normal	5	16,7
S	moderadamente alta	21	70,0
	muy alta	4	13,3
	Total	30	100,0

Figura 5-28: Tabla de Frecuencia del resultado de Rigidez

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	normal	3	10,0
	moderadamente alta	14	46,7
	muy alta	9	30,0
	moderadamente baja	3	10,0
	muy baja	1	3,3
	Total	30	100,0

Figura 5-29: Tabla de Frecuencia del resultado de Pensamiento Esotérico

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	normal	8	26,7
	moderadamente alta	15	50,0
	muy alta	4	13,3
	moderadamente baja	3	10,0
	Total	30	100,0

Figura 5-30: Tabla de Frecuencia del resultado de Ilusión

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	normal	10	33,3
	moderadamente alta	9	30,0
	muy alta	4	13,3
	moderadamente baja	2	6,7
	muy baja	5	16,7
	Total	30	100,0

Figura 5-31: Grafico de Pensamiento Constructivo Global

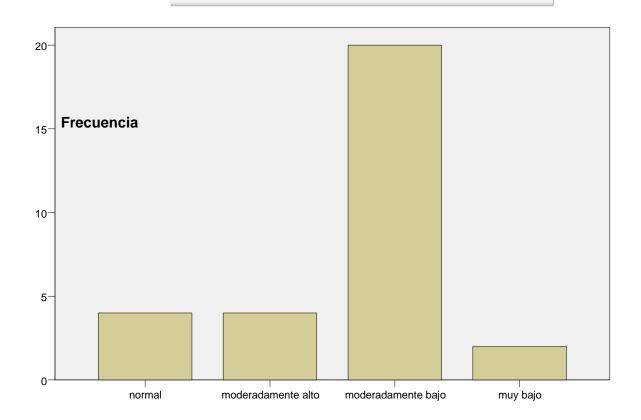
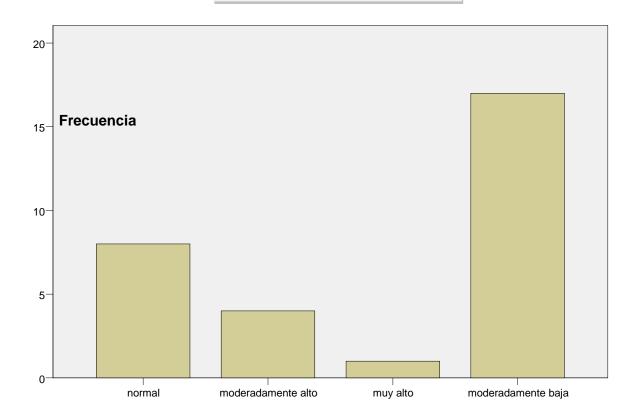


Figura 5-32: Grafico de Emotividad





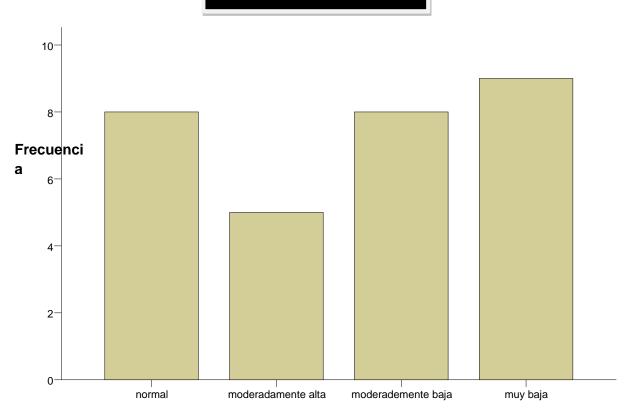


Figura 5-34: Grafico de Pensamiento supersticioso

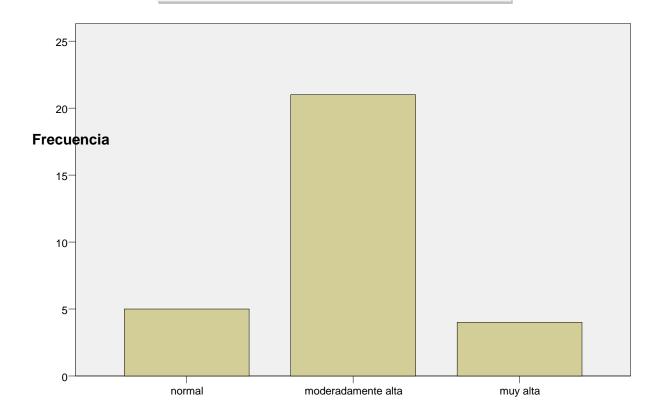
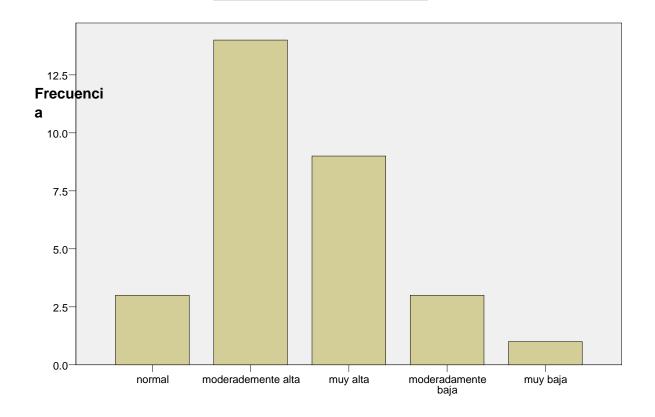


Figura 5-35: Grafico de Rigidez





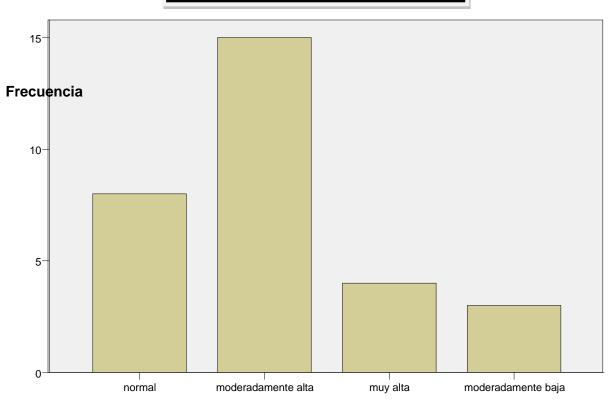
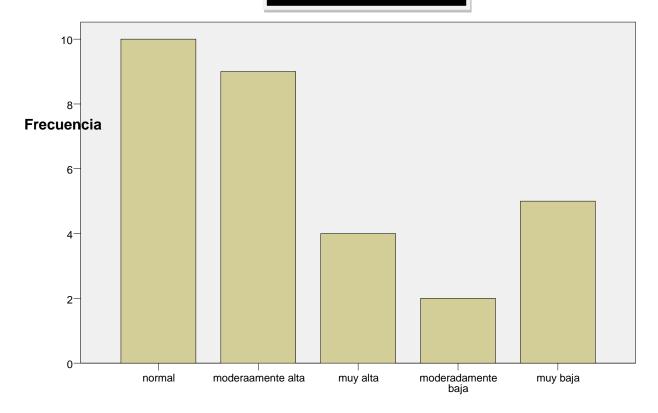


Figura 5-37: Grafico de Ilusión



Este cuestionario se aplico antes del inicio de los talleres en donde : 20 estudiantes obtienen un puntaje moderadamente bajo , 2 obtienen muy bajo , 4 obtienen moderadamente alto y los 4 últimos obtienen un puntaje normal en pensamiento constructivo global , comprobándose que se trata en la mayoría de un grupo de riesgo .

5.3 Evaluación del funcionamiento familiar por el FF- SIL

5.3.1. Datos generales de Evaluación del funcionamiento familiar

Autor: Dolores de la Cuesta Frejomil y colaboradores.

Aplicación: Individual o Colectiva.

Tiempo: 10 minutos.

Objetivo: Esta prueba evalúa el Funcionamiento Familiar (F.F) a través de la

medición de los procesos más importantes en la dinámica familiar. Para lograrlo,

Dolores de la Cuesta y colaboradores escogen siete pilares fundamentales y

formularon dos preguntas para medir cada uno de estos parámetros los cuales son:

- Cohesión, es decir grado de unión física y emocional de los miembros.

- Armonía, es decir el equilibrio emocional que vive cada uno de los integrantes.

- Comunicación, es decir como se expresan sentimientos y pensamientos en la

familia.

- Adaptabilidad, es decir la habilidad de la familia para acomodarse ante eventos

estresantes.

- Afectividad, es decir la capacidad de la familia para demostrar sentimientos,

emociones.

- Roles, es decir evalúa el cumplimiento de las responsabilidades compartidas en el

interior de la familia.

- Permeabilidad, es decir la capacidad de la familia para relacionarse con otros

subsistemas.

Consigna: Este cuestionario esta formado por doce preguntas, cada una de estas está

formada por cinco opciones de las cuales deben escoger una y estas son: casi nunca,

pocas veces, a veces, muchas veces y casi siempre.

Interpretación: Cada pregunta, se forma de un pilar fundamental es decir:

75

La pregunta 1y 8 equivale a cohesión, la pregunta 2 y 13 equivalen a armonía, la pregunta 5 y 11 equivalen a comunicación, la pregunta 6 y 10 equivalen adaptabilidad, la pregunta 4 y 14 equivalen a afectividad, la pregunta 3 y 9 equivalen a roles y la pregunta 7 y 12 equivalen a permeabilidad.

Ahora las opciones de respuesta equivalen a: Casi siempre: 5; muchas veces: 4; a veces: 3; pocas veces: 2 y casi nunca: 1.

Calificación: Según los puntajes alcanzados, las familias suelen clasificarse en funcionales y disfuncionales.

Familia funcional: 57 a 70 puntos.

Familia moderadamente funcional: 43 a 56 puntos.

Familia disfuncional: 28 a 42 puntos.

Familia severamente disfuncional: 14 a 27 puntos.

## 5.3.2. Aplicación y resultados estadísticos de la evaluación del funcionamiento familiar

Se aplico la evaluación del funcionamiento familiar a los padres de familia de los 30 estudiantes del Colegio Manuel J.Calle y estos fueron los resultados :

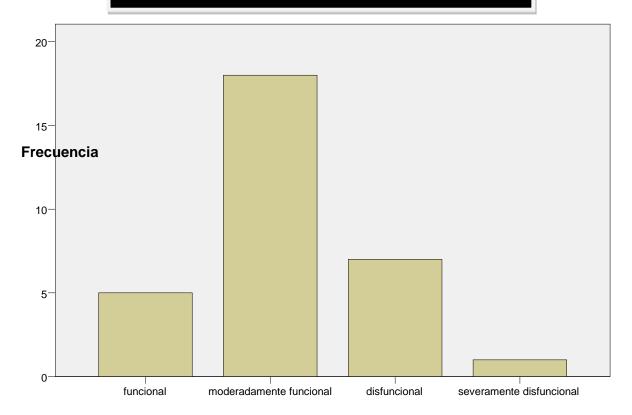
Figura 5-38: Datos estadísticos de evaluación del funcionamiento familiar

N	Válidos	31
	Perdidos	0
Media		2,13
Mediana		2,00
Moda		2
Desv. típ.		,718
Varianza		,516
Mínimo		1
Máximo		4

Figura 5-39: Tabla de frecuencias de Evaluación del Funcionamiento Familiar

		Fraguencia	Doroentoio
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	funcional	5	16,1
	moderadamente funcional	18	58,1
	disfuncional	7	22,6
	severamente disfuncional	1	3,2
	Total	31	100,0

Figura 5-40: Grafico de Evaluación del Funcionamiento Familiar



Según los resultados 18 familias son moderadamente funcional, 5 son funcionales, 7 disfuncionales y 1 es severamente disfuncional, de esta forma se puede comprobar que en las familias si bien no hay problemas graves como la delincuencia, el maltrato físico, esta presente la incomunicación, rebeldía, falta de respeto, inestabilidad económica y emocional, etc

# TERCERA PARTE TALLERES

#### INTRODUCCIÓN DE LOS TALLERES

El proyecto se realizo en el colegio Manuel J. Calle con 30 estudiantes de entre 15 y 18 años. Los talleres se efectuaron con ellos y sus padres en el aula de audiovisuales y uso múltiple.

Los talleres se basaron en el libro "Consideraciones Básicas y estrategias Metodológicas para el desarrollo de Programas Preventivos en el ámbito de la Reducción de La Demanda de Drogas" este libro es avalado por las Naciones Unidas y el CONSEP. Y si se tomo el atrevimiento de introducir el termino diseño en el tema de tesis fue porque se modifico algunas cosas como por ejemplo : la evaluación , la reevaluación con el Cuestionario de Hugo Bell , el Inventario de Pensamiento Constructivo y la Evaluación del funcionamiento familiar , respectivamente, al grupo de estudiantes y sus padres no forma parte del libro mencionado , además que los temas que se deben tratar en cada taller si bien forman parte de aquel libro pero no su contenido ya que es producto de una investigación realizada por las autoras de la tesis para psicoeducar al grupo .Y por último se cambio algunas palabras y se omitió otras de los talleres originales para que se pueda adaptar a la realidad de los jóvenes y padres cuencanos .

Se trabajo con los jóvenes los días lunes en el horario de 13:00 pm a 14:00 pm y para motivar su participación y asistencia se les brindo un refrigerio semanal .Los días martes de 7:00 am a 8:00 am se trabajó con los padres de familia, debido a los horarios de sus trabajos .

Antes de empezar con la ejecución de los talleres se evaluó a los alumnos y a los padres de familia para determinar su situación. Los talleres se basan en tres áreas: información, habilidades sociales y conductas saludables, es decir cada taller trata un tema especifico en donde se psicoeduco sobre el tema y el grupo desarrollo las actividades planteadas. Entre los temas se encuentran drogas, autoestima, emociones, asertividad, liderazgo, valores y conductas saludables. Se entrego el material necesario para los grupos de trabajo, organizados con previa anticipación, como: fichas de trabajo, papelógrafos, esferos, etc. Desde el principio se trato de lograr un grupo de confianza, ya que es muy importante que las relaciones del equipo sean

sólidas. Para lograr un desempeño óptimo del grupo se requirió de dedicación, enfoque y disciplina.

Cabe recalcar que desde un principio a los estudiantes se les dividió en grupos de trabajo para que cumplan una misión en el transcurso de todos los talleres ,por ejemplo se les asignó una tarea para que todos trabajen por igual. Con los padres de familia se logró siempre un dialogo abierto, ante cualquier duda que se presente.

Los vínculos familiares fueron fortalecidos continuamente. Se compartió diversas experiencias y se evidencio que la mayoría de familias son levemente disfuncionales, ya sea por divorcios, padres violentos, padres que alguna vez fueron consumidores, falta de una figura paterna en el hogar, etc.

Se desarrollo el programa de desarrollo personal con éxito y se obtuvieron favorables resultados, que más adelante serán expuestos. Además los objetivos expuestos en cada taller se cumplieron a cabalidad.

#### ESTRUCTURA GENERAL DEL PROGRAMA

SESIONES	Adolescentes	Padres	ÁREAS
Integración del	Aperturando y		AMBIENTACIÓN
grupo	conociendo el		E INTEGRACIÓN
	programa		DEL GRUPO
Psicoeducación	Las drogas	Las drogas	
	D C: 1		
	Beneficios de no		
G :/ 1 D	usar drogas.	D ' ' 1 11	DIEODA A CIÓN
Sesión 1: Drogas	Juventud y	Previniendo del	INFORMACIÓN
	prevención de	consumo de drogas	
	adicciones.	en la familia.	
Sesión 2:	Fortaleciendo	Cómo afirmar la	
Autoestima	nuestra	autoestima en	
	autoestima.	nuestra familia.	
Sesión 3:	Manejando	Expresando	
Emociones	nuestras	adecuadamente	HABILIDADES
	emociones.	nuestras	SOCIALES
		emociones	
Sesión 4:	Asertividad en la	Promoviendo la	
Asertividad	comunicación.	comunicación	
		asertiva.	
		Liderazgo y	
Sesión 5:	Fortaleciendo	planeamiento	
Liderazgo	nuestro liderazgo	estratégico en la	
		familia.	
Sesión 6: Valores	Los valores y la	Promoviendo los	
	juventud.	valores en la	
		familia.	
Sesión 7:	Valorando nuestra	Familia, salud y	CONDUCTAS
Conductas	salud.	conductas	SALUDABLES
Saludables		saludables.	

## 6.- DISEÑO, APLICACIÓN Y OBSERVACIONES DE TALLERES DIRIGIDOS A ADOLESCENTES.

#### 6.1 Aperturando y conociendo nuestro programa

#### 6.1.1. Diseño del taller Aperturando y conociendo nuestro programa.

#### Objetivos:

Formar un ambiente de confianza y cohesión en el grupo.

Establecer normas dentro del programa.

Presentar la finalidad y los temas a exponer en el programa.

Tiempo: La sesión durará 60 minutos.

Sesión: Aperturando el Programa

Estrategia: "Asumiendo Responsabilidades"

Número de participantes: 30 alumnos

Materiales: Bolsa de sorpresas realizada por las formadoras, la misma contendrá seis tarjetas de trabajo.

#### Indicaciones:

- El formador formara seis grupos de cinco personas.
- Cada grupo debe tener un coordinador, secretario, nombre del grupo y sus normas.
- Cada coordinador de los grupos se acercará a la bolsa de sorpresas y tomará una tarjeta.
- Luego de que cada grupo tenga su tarjeta, deben desarrollar lo que indica la misma.
- Cada grupo tendrá 15 minutos, se solicitará a un grupo voluntario que exponga, y los modeladores reforzaran lo presentado.
- Los formadores informarán que esos grupos de trabajo se mantendrán durante todas las sesiones y que lo que dice cada tarjeta deberán hacer al comienzo de cada sesión.

- Los formadores deberán motivar a todos los grupos para que haya incentivo para trabajar.

#### LA NOTICIA DEL DÍA

ESTE GRUPO SE ORGANIZARÁ PARA RECOPILAR NOTICIAS DE TODOS SUS INTEGRANTES ACERCA DEL TEMA QUE TRATAREMOS EN CADA TALLER Y LOS COLOCARÁ EN UNA CARTULINA.

#### LA FRASE O MENSAJE

ESTE GRUPO SE ORGANIZARÁ PARA ELABORAR UNA FRASE O MENSAJE POSITIVO AL FINAL DE CADA TALLER.

#### AMBIENTACIÓN Y BIENVENIDA

ESTE GRUPO SE ENCARGARÁ DE LA RECEPCIÓN DE LOS PARTICIPANTES ASI COMO ASEGURARSE DE QUE EL AMBIENTE DE TRABAJO ESTE ORDENADO.

#### EL CHISTE DEL DÍA

ESTE GRUPO SE ORGANIZARÁ PARA QUE UNO DE ELLOS CUENTE UN CHISTE AL INICIO DE CADA SESIÓN.

#### EVALUACION DEL DÍA.

ESTE GRUPO SE ENCARGARÁ DE LA EVALUACIÓN DE CADA GRUPO SOBRE 5 PUNTOS AL FINAL DEL DÍA.

#### NORMAS DEL DÍA

ESTE GRUPO SE ENCARGARÁ DE REALIZAR LAS REGLAS Y EL CUMPLIMIENTO DE LAS MISMAS PARA TODOS LOS TALLERES.

### **6.1.2.** Aplicación y observación de Aperturando y conociendo nuestro programa.

En este taller se hizo la presentación formal del Programa de Desarrollo personal, en el cual los formadores dieron a conocer de qué se trataba exactamente. En seguida se dividió a los 30 estudiantes en grupos de 5 personas, eligiéndose un coordinador, un secretario y un nombre para la respectiva identificación del grupo, de igual manera se les asignó un color y una misión para ejecutar en cada una de las sesiones del taller. Formándose los siguientes grupos:

- Grupo Azul: Su misión era establecer las normas que iban a regirse en todos los talleres. Estas eran:
  - No masticar chicle.
  - o Mantener el celular apagado durante el taller.
  - o No interrumpir mientras se desarrolla el taller.
  - o Llegar puntuales.
  - No abusa en cuanto al refrigerio.
  - o No llegar con olor alcohol.

Esto se realizó con la iniciativa de evitar que en los posteriores talleres, haya problemas de indisciplina y falta de cooperación en el grupo.

- Grupo Amarillo: Su misión era elaborar una frase positiva para cada uno de los talleres. Ellos manifestaron lo siguiente: "Vamos a dar un mensaje con un valor optimista para cada uno de nosotros, lo cual nos permitirá ser mejores personas, así con una buena cosecha indicarás el esfuerzo de tu siembra".
- Grupo Verde: Su misión es de contar un chiste a inicio de cada taller. Este grupo empezó así: "Pepito estaba durmiendo y la ventana estaba abierta, de pronto entraron unos mosquitos. Pepito dice:- Mamá, mamá-, su mamá pregunta -¿Qué pasa Pepito? -.Y él dice:- Me están picando los mosquitos-. Su mama le dice que apague las luces. Después entran unas luciérnagas y Pepito dice: -¡Mama, mama!- Y ella dice: -¿Qué pasa Pepito?-, el responde -Me están buscando los mosquitos con linternas-".

- Grupo Morado: Su misión era realizar la evaluación de cada uno de los talleres según el comportamiento y participación de los estudiantes. Lo hacían mediante una hoja de registro la forma en la que cada grupo contribuía en el avance de los talleres.
- Grupo Naranja: Su misión era recopilar noticias del tema que se trataría en cada uno de los talleres y comentarlas. Donde cada semana se recibía un cartel con dibujo o noticias relacionadas al tema.
- Grupo Rojo: Su misión era encargarse de que el ambiente del grupo sea ordenado y la distribución de los materiales a usarse en cada taller.

En este taller se observo indisciplina por parte de los integrantes, además el horario no les fue de su agrado, a medida que transcurría el taller se empezaron a sentir más tranquilos y cooperativos. Por lo que al final logramos empatizar con los estudiantes asegurando que cada taller contaría con un refrigerio para reforzar su asistencia.

**6.2.** Juventud y prevención de adicciones

6.2.1 Diseño del taller Juventud y prevención de adicciones

Objetivos:

Informar a los adolescentes sobre las adicciones, clases de drogas, consecuencias.

Lograr que los jóvenes identifiquen características de las conductas adictivas.

Lograr que los jóvenes identifiquen factores de riesgo en su hogar, escuela y trabajo.

Conseguir que los jóvenes identifiquen factores de protección en su hogar, escuela y

trabajo.

Sesión: Juventud y prevención de adicciones.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Primero pienso, luego no consumo"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Tarjetas, papelógrafos, marcadores.

Indicaciones:

- Los formadores indican que se conformen los grupos de trabajo ya establecidos, se

les indicará que se desarrollará la estrategia "Primero pienso, luego no consumo",

para lo cual se pedirá a un coordinador de cada grupo que saque de la bolsa de

sorpresas una tarjeta, enseguida se les dará un papelógrafo y un marcador.

- Cada grupo deberá acabar la actividad en 15 minutos.

- Al finalizar, se solicitará voluntarios para exponer los trabajos y los formadores

transmitirán los mensajes de la sesión.

- Los formadores deberán motivar a todos los grupos para que haya incentivo para

trabajar.

87

#### PRIMERO PIENSO EN:

¿CÓMO AFECTA ESTE PROBLEMA A MI FAMILIA?

#### PRIMERO PIENSO EN:

¿CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS DEL CONSUMO?

#### PRIMERO PIENSO EN:

¿PORQUÉ LOS JÓVENES EMPIEZAN A CONSUMIR DROGAS?

#### PRIMERO PIENSO EN:

¿QUÉ ALTERNATIVAS PROPONES PARA PREVENIR EL CONSUMO DE DROGAS?

#### PRIMERO PIENSO EN:

¿QUÉ HARIAS SI UNA PERSONA TE INVITA A CONSUMIR DROGAS?

#### PRIMERO PIENSO EN:

¿QUÉ DAÑOS HACEN LAS DROGAS AL ORGANISMO?

BUSQUE RAZONES POR LAS CUALES UN JOVEN NO DEBE CONSUMIR DROGAS.

Sesión: Juventud y prevención de adicciones.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Buscando razones"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Tarjetas, papelógrafos, marcadores.

#### Indicaciones:

- Los formadores comprobarán que los participantes estén ubicados correctamente y con sus respectivos grupos.
- Los formadores indicaran que se desarrollará la estrategia "buscando razones" para lo cual cada coordinador de los grupos sacará una tarjeta de la bolsa de sorpresas, se les entregará un papelógrafo.
- Cada grupo tendrá 15 minutos para el desarrollo de la actividad.
- Se solicitará grupos voluntarios para que aporten con lo que han establecido en sus Papelógrafos, los modeladores ayudarán con los mensajes de la sesión.

BUSQUE FACTORES DE RIESGO QUE LLEVAN AL CONSUMO DE DROGAS.

BUSQUE RAZONES POR LAS CUALES UN JOVEN QUE ERA CONSUMIDOR, DEJA LAS DROGAS.

BUSQUE RAZONES POR LAS QUE UN JOVEN DECIDE CONSUMIR DROGAS.

BUSQUE RAZONES POR LAS CUALES LAS DROGAS DAÑAN NUESTRO ORGANISMO.

BUSQUE RAZONES POR LAS CUALES DEBEMOS PREVENIR EL COSNUMO DE DROGAS

#### 6.2.2 Aplicación y Observación de Juventud y prevención de adicciones

Se dividió a los participantes en los grupos previamente establecidos, cada grupo realizo dos actividades con tarjetas de trabajo en las cuales había las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante no consumir drogas?

Ellos contestaron. Alerta el sistema nervioso, puede producir depresión, problemas familiares, puede llevar a la delincuencia para conseguir dinero, crea dependencia, puede producirse sobredosis y contagiarse de SIDA.

- ¿Qué harías si alguien te invita una droga?

Ellos contestan. Analizar bien la situación y darse cuenta que no es la solución y tratar de ayudar a la persona que me ofreció con la ayuda de profesionales.

- ¿Cuáles son las consecuencias el consumo de drogas?

Ellos contestan. Daños severos en la salud, problemas familiares y sociales, puede llevar a la delincuencia y ocasionar daños psicológicos y físicos.

- ¿Porqué los jóvenes comienzan a consumir drogas?

Ellos contestan, por malas amistades por curiosidad, problemas familiares, por llamar la atención.

- ¿Qué alternativas propones para prevenir el consumo de drogas?

Ellos contestan. Trabajar, estudiar, hacer deportes, ser uno mismo, buscar buenas amistades y escuchar a los familiares.

- ¿Quiénes consumen más drogas hombres o mujeres?

Ellos contestan. En el ecuador consumen más drogas los hombres que las mujeres, por lo tanto el medio es el que determina la propensión a los vicios.

- Establezca situaciones de riesgo en el que el joven puede consumir drogas:

Ellos contestan: divorcio de padres , migración , abandono , enfermedad de un familiar .

- Busque razones por las que un joven antes consumidor abandona el vicio:

Ellos contestan: por su familia , integridad social , por salud , por no dañar a las personas que están a su alrededor , por la imagen personal .

-Enumere razones por la que debemos prevenir el consumo de drogas:

Ellos contestan: Para ser un ejemplo para la sociedad, para convertirse en un orgullo para los papas, para no arruinar el futuro, para no desperdiciar el tiempo y dinero, para convertirse en un ejemplo para los hermanos y los hijos.

- Enumere razones por la que las drogas dañan nuestro organismo.

Ellos contestan: porque las drogas puede causar cáncer, cirrosis, infertilidad, impotencia sexual, depresión, alucinaciones.

-Enumere razones por las que un joven no debe consumir drogas:

Ellos contestan: porque daña a la salud, se juntan con malas amistades, problemas en los estudios, incluso se puede llegar a la muerte.

- Enumere razones de por qué se presenta el consumo de drogas:

Ellos contestan: curiosidad, influencia de amigos, soledad, sufrimiento afectivo o abandono de pareja, problemas en el colegio, inseguridad, problemas económicos.

En este taller se destaco la gran participación de los estudiantes, ya que se dicto con anterioridad tres clases de psicoeducación abordando temas tratados en el capítulo . Se pudo observar que la mayoría manifestaban que la curiosidad por consumir drogas empieza por la influencia de los amigos y distintos problemas como : divorcio de los padres , problemas amorosos , bajo rendimiento estudiantil , negligencia , ausencia de figura paterna , forman parte de pandillas .

Al final de este taller se les evaluó la misión de cada grupo encomendada al inicio de los talleres, obtenido un total de 5/5 ya que todos cumplieron con sus obligaciones.

6.3 Fortaleciendo nuestra autoestima

6.3.1 Diseño del taller fortaleciendo nuestra autoestima

Objetivos:

Aportar al fortalecimiento de la autoestima en los adolescentes.

Conseguir que los adolescentes identifiquen sus logros.

Intentar que los adolescentes identifiquen sus limitaciones para poder cambiarlas.

Sesión: Fortaleciendo nuestro autoestima.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Chequeando mi autoestima"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Hojas de trabajo y esferos.

Indicaciones:

- Se entregara a las participantes hojas de trabajo y se les indicara que pongan falso o

verdadero.

- Se solicitará a los estudiantes que no piensen en la respuesta de cada pregunta por

mucho tiempo, se les debe decir que no hay respuestas correctas o incorrectas.

- Cuando terminen, los participantes deben contar las respuestas negativas en cada

categoría y colocar el resultado total en el espacio que se encuentra junto al título de

cada sección.

- Luego se deben juntar en parejas y dialogar sobre sus respuestas.

- Los formadores recibirán las hojas de trabajo y se hará un análisis de las mismas en

grupo.

93

A continuación tiene una serie de frases las cuales deberás responder con la primera respuesta que creas conveniente: V (verdadero) o F (falso).

#### a) Poder Personal

Comienzo todos los proyectos por mí mismo a pesar de que demanden desafío.

Cuando cometo un error, trata de corregirlo la próxima vez.

Se cómo manejar el estrés y la presión.

Puedo comunicar mis sentimientos y necesidades personales de manera efectiva.

#### b) Unicidad

Disfruto de ser una persona diferente.

Me gusta mi cuerpo.

Me gusta quién soy.

Disfruto usando mi imaginación y creando cosas.

Cuando algo bueno pasa, siento que lo merezco.

#### c) Modelos

Sé lo que es importante para mí.

Hay personas en mi vida a las cuales estimo y respeto.

Sé cómo actuar de manera responsable.

Tengo metas y estoy dispuesto a alcanzarlas.

Sé con quién hablar cuando tengo problemas.

#### d) Relaciones interpersonales:

Tengo como mínimo amigos – amigas.

Sé cómo funciona mi cuerpo y me siento bien.

Me llevo bien con otros.

Otras personas están dispuestas ayudarme cuando lo necesite.

Disfruto de las actividades en grupo.

Me siento muy cercano a mi familia.

Sesión: Fortaleciendo nuestro autoestima.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Conociéndome"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Hojas de trabajo y esferos.

#### Indicaciones:

- El formador inicia la sesión hablando sobre la importancia de reconocer las características positivas y negativas en las personas.
- Se le entregará a cada integrante una hoja de trabajo, indicándoles que deben escribir como mínimo cuatro características en cada uno de los lados establecidos, al extremo izquierdo deberán poner sus nombres.
- Solicitar la devolución de los trabajos para mezclarlos e intercambiarlos con sus compañeros
- Se elegirán voluntarios para que lean en voz alta.
- Los formadores invitaran a los integrantes a opinar sobre cómo pueden cambiarse los aspectos negativos escritos, así transmitirán los contenidos de la sesión.

CARACTERISTICAS NEGATIVAS DE	CARACTERISTICAS POSITIVAS DE
MI PERSONALIDAD SON:	MI PERSONALIDAD SON:
1	1
2	2
3	3
4	4
OTRAS:	OTRAS:
CARACTERÍSTICAS NEGATIVAS	MI MEJOR CARACTERÍSTICA ES:
QUE QUISIERA CAMBIAR:	

### 6.3.2 Aplicación y observación de fortaleciendo nuestra autoestima

En este taller se entregaron dos fichas individuales de trabajo.

La primera evaluó su poder personal, su unicidad, los modelos con los que cuentan y sus relaciones interpersonales.

La mayoría de los estudiantes contesto verdadero al cuestionario que se les aplico en la primera parte del taller, esto significa que puede comunicar sus sentimientos personales de manera efectiva, tienen presentes metas que desean alcanzar, realizan sus cosas por ellos mismos y sin presión de la gente. Pero existe una minoría que respondió falso es decir que no actúan de manera responsable , cuando alcanzan alguna meta creen que no lo merecen , no saben manejar estrés ni presión , así como la relación como los demás no es buena .

La segunda se evaluó características negativas y positivas de la personalidad proponiendo alternativa para modificar sus falencias.

Entre las respuestas negativas se destacan personas con ciertos tipos de rencores, bebedores sociales, vocabulario soez, irresponsables, irrespetuosos, mentirosos, no son expresivos, impulsivos, desobedientes, egoísta, viciosos, introvertidos, inseguros, agresivos, introvertidos.

Entre las respuestas positivas se destacan personas responsables, confiables, empáticos, seguros de sí mismos, educados, compresivos, optimistas, generosos, organizados, amables, tienen buenas relaciones con los demás, humildes, honestos, extrovertidos, pacientes.

Se concluye que los integrantes del grupo saben hasta cierto punto que desean hacer con su vida y quiénes son, además de que tiene claro que hay ciertas características en su personalidad que les detiene avanzar en su crecimiento personal, por ende manifiestan que les gustaría modificar ya que se dan cuenta que las consecuencias de sus actos actualmente no les ha llevado a una vida satisfactoria.

# 6.4 Manejando nuestras emociones.

# 6.4.1 Diseño del taller manejando nuestras emociones

Objetivos:

Promover en los adolescentes un control en sus emociones.

Conseguir que los adolescentes conozcan sus emociones negativas y como podrían cambiarlas.

Sesión: Manejando nuestras emociones.

Tiempo: La sesión durará 60 minutos.

Estrategia: "Mis emociones y sentimientos"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Hojas de trabajo y esferos.

Indicaciones:

- El formador entregará a cada participante una ficha de trabajo, se les solicitará que sean sinceros en sus respuestas.
- Los participantes tendrán veinte minutos para realizar la actividad.
- Se solicitará voluntarios para que lean sus trabajos, y enseguida se transmitirán los contenidos de la sesión.

EMOCIONES	QUE COSAS TE PRODUCE	COMO LAS EXPRESAS
COLERA		
MIEDO		
ALEGRIA		
TRISTEZA		
AMOR		

### 6.4.2. Aplicación y observación de manejando nuestras emociones.

En este taller se entregó una hoja de trabajo individual, la cual tenía el objetivo de reconocer situaciones en las que ellos evocaban emociones como el cólera, miedo., alegría, tristeza y amor.

Se destaca las siguientes respuestas:

- Cólera: Manifiestan que sienten esto cuando la gente es hipócrita, cuando insultan a la familia de los mismos, cuando sacan malas notas, cuando a culpan injustamente alguien o a ellos mismos de algo que no han hecho, cuando no les dejan salir un fin de semana. Lo expresan gritando, peleando, insultando, con indiferencia y con llanto fácil.
- Miedo: Manifiestan que sienten esto cuando piensan que se quedaron solos en la vida, temor a su padre, a las alturas, a un ladrón, a perder el años estudiantil, a que alguna persona les hagan daño físico o sentimental, a perder un ser querido. Lo manifiestan quedándose callados, con nervios, temblor, huída y corriendo.
- Alegría: Manifiestan que sienten eso cuando tienen buenas relaciones con la familia, cuando las notas son satisfactorias, cuando están enamorados, cuando se encuentran en ligares donde les acogen con cariño, cuando no hay maltrato físico ni psicológico, cuando hay una reconciliación, el regreso de alguien querido, cuando consiguen lo que desean. Y lo expresan riendo, con buen ánimo, con manifestaciones de amor, con frases bonita y algunos lo festejan con vicios.
- Tristeza: Manifiestan que sienten esto cuando hay peleas con familiares y amigos, cuando fallece un ser querido, cuando sacan malas notas, cuando no cumplen sus metas propuestas, rompimientos amorosos. Y lo expresan llorando, sintiéndose impotentes y recurriendo a los vicios.
- Amor: Manifiestan que sienten esto cuando la familia está feliz y con salud, cuando han conseguido un ser que los apoye y los quiera y cuando en su vida personal todo está en orden. Y lo expresan con ternura, detalles y tratando bien a las demás personas.

Se concluye que los integrantes son muy expresivos respecto a lo que hacen y sienten, no tiene miedo de ocultar lo que están pensando y pueden detectar como lo expresan y como controlarlo.

### 6.5 Comunicándonos asertivamente

### 6.5.1. Diseño del taller comunicándonos asertivamente

Objetivos:

Suscitar en los adolescentes el uso de asertividad como modelo de comunicación.

Lograr que los adolescentes identifiquen el estilo que utilizan para comunicarse.

Contribuir a que los adolescentes identifiquen sus estilos negativos de comunicación.

Sesión: Comunicándonos asertivamente

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Precisando mis mensajes"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Hojas de trabajo y esferos.

Indicaciones:

- Los formadores entregara una hoja de trabajo a los participantes, en la cual deberán desarrollar según las explicaciones
- Cada participante deberá realizar la tarea en 10 minutos
- Se solicitara a voluntarios para que expongan sus trabajos, luego se expondrá los contenidos de la sesión.

A continuación te presentamos una lista de situaciones, tu trabajo consiste en escribir en los espacios en blanco con precisión tus mensajes

SITUACION	PRECISANDO TUS MENSAJES
Pedir un lapicero a una persona	
Pedir la rebaja de algún producto	
3 2 1	
Solicitar a un profesor que explique	
nuevamente la clase	
Justificación frente al incumplimiento	
de la tarea de matemática	
Reclamar a un compañero que te	
devuelva su cuaderno	
Pedir permiso a los padres para ir a una fiesta	
liesta	
Reclamar al profesor una calificación	
equivocada	
Invitar a un chico o chica a salir	
Halagar a alguien por su vestimenta	
Transpar a arguion por su vestimenta	

Sesión: Comunicándonos asertivamente

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Nuestros conflictos "

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Hojas de trabajo y esferos.

### Indicaciones:

- Los formadores entregara una hoja de trabajo a los participantes, en la cual deberán desarrollar según las explicaciones
- Cada participante deberá realizar la tarea en 15 minutos
- Se solicitara a voluntarios para que expongan sus trabajos, luego se expondrá los contenidos de la sesión. Tratando de motivar que participen

Situación conflictiva	¿Qué hago normalmente?	¿Cómo me siento?
Cuando alguien le pone un apodo a mi madre		
Cuando alguien me echa la culpa de algo que no hice		
Cuando alguien me empuja o me golpea sin motivo		
Cuando alguien roba mi dinero		
Cuando alguien me pone apodos o se burlan de mi		
Cuando alguien me manda hacer algo que no quiero hacer		
Cuando alguien habla a mis espaldas y dice mentiras sobre mi		

### 6.4.2. Aplicación y observación de comunicándonos asertivamente

En este taller se les dio dos hojas de trabajo individual a los participantes.

La primera actividad está formada por una lista de situaciones como: pedir el lapicero a una persona, pedir la rebaja de un producto, pedir que un profesor repita la clase, como justifican cuando no realizan una tarea, reclamar a un compañero que le devuelva lo que le ha prestado, como pedir permiso para ir a una fiesta, reclamar al profesor una calificación equivocada, invitar alguien a salir y alagar a alguien por su vestimenta. Enseguida los estudiantes ante estas, debían escribir de qué manera ellos enfrentarían las situaciones pero de una manera asertiva, es decir amablemente, obteniendo las siguientes respuestas.

- Por fa ¿me prestas tu lápiz, ya?
- ¿Por qué tan caro?, rebaje no sea malito!
- Profe, no se le entiende ¿nos puede explicar nuevamente?
- Licen, disculpe lo que pasa es que no pude traer el deber porque estaba difícil.
- Pasa mi cuaderno loquito, a la plena te digo!
- Oiga mami, ¿me puede dar permiso para dar una vuelta?
- Licen, me ha calificado mal, me puede calificar de nuevo porfa.
- Oye me gustaría que me acompañaras, porque te tenía una sorpresita.
- Oye vacan tu vestimenta donde te compraste esa parada.

La segunda actividad consiste proponer una situación conflictiva como por ejemplo: cuando alguien la pone un apodo a su madre, cuando alguien le hecha la culpa de algo que no hizo, cuando alguien le empuja o golpea sin motivo, cuando alguien le roba, cuando alguien le pone apodos, cuando alguien le manda hacer algo que no quiere, cuando alguien habla a sus espaldas. En seguida ellos tenían que escribir que hacen normalmente en esta situación y como se sienten. Obtuvimos estas respuestas:

- Le vas respetando a mi madre o te va ir peor. Sentimiento que desencadena: ira.
- ¿Qué te pasa?, dilo bien, di la plena. Sentimiento que desencadena: enojo.
- Me pongo bravo y veo que pasa con el tipo que me empujo. Sentimiento que se desencadena: enojo.

- Le reclamo y si se hace el tonto también le rogo y le golpeo. Sentimiento que se desencadena: venganza.
- Seguirles la corriente. Les cambio el tema hasta lograr evitar y así se olvida.
   Sentimiento que desencadena: decepcionado.
- Mándele a otro, porque a mí siempre me ves la cara. Sentimiento que se desencadena: enojo.
- Mirarlo fijamente, y tener en cuenta que necesita más ayuda que yo pero no le golpearía solo le reclamara. Sentimiento que se desencadena: valentía y rencor.

Se concluye que los integrantes en este taller demostraron sus conductas agresivas, es decir bastante impulsividad, donde se les motivó que es necesario comunicar lo que están pensando sin atacar a la otra persona, ya que hablar y no quedarse callado es saludable para las personas pero siempre y cuando lo hagan de manera aceptada y no basándose con sarcasmos ni omisiones.

Nos comentaron que al principio no les agradaba asistir a los talleres, les parecía tedioso llegar un lunes a la hora del almuerzo a recibir charlas, pero conforme avanzaban los talleres empezaron a tomar las cosas en serio y a concientizar los conocimientos impartidos.

### 6.6 Fortaleciendo nuestro liderazgo

# 6.6.1 Diseño del taller fortaleciendo nuestro liderazgo

Objetivos:

Propiciar en los adolescentes el fortalecimiento del liderazgo.

Conseguir que los adolescentes identifiquen su estilo personal de liderazgo.

Lograr que los adolescentes identifiquen sus características de liderazgo.

Sesión: Fortaleciendo nuestro liderazgo.

Tiempo: 30 minutos

Estrategia: "Sobreviviendo"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Fichas de trabajo.

Indicaciones:

- Se reparten las hojas de trabajo a los participantes y se dividen en grupos de diez personas, es decir tres grupos

- Se contesta en forma individual, cada uno tendrá 10 minutos (primera decisión)

- Después se contesta en forma grupal durante 10 minutos (segunda, tercera y cuarta decisión), en estas decisiones deben estar de acuerdo todos.

- Luego de esta decisión los grupos deben analizar:

La flexibilidad de los participantes.

Los liderazgos surgidos en el desarrollo de las tareas anteriores.

DESCRIPCION	PRIMERA	SEGUNDA	TERCERA	CUARTA
	DECISIÓN	DECISIÓN	DECISIÓN	DECISIÓN
Equipo de brújulas y				
mapas				
Películas de cámara de				
cine				
Material necesario para				
analizar suelos				
Dos pistolas y cajas de				
municiones				
20 metros de cuerda, un				
calentador portátil,				
pilas				
Un estudio detallado de				
la zona				
Alimentos				
concentrados				
Radio transmisor de				
corto alcance				
Un rifle				
Una grabadora a pila y				
cinta				
Una caja de leche en				
polvo				
Dos cobijas para cada				
uno				
Una caja de doce kilos				
con material				
indispensable para la				
investigación				

Supongamos que res miembro de un equipo de investigación, de 8 personas que ha sido contratado por una universidad: para entregar un estudio importante, después de cuatro semanas de trabajo de campo. El lugar de la investigación es difícilmente accesible. El equipo se dirigía hacia allá en una avioneta que tuvo que hacer un aterrizaje inutilizable, pero los pasajeros resultaron ilesos, solamente con pequeños golpes.

El equipo ha visto que se encuentra en un lugar ubicado a 120 km, de la zona que se va a investigar y a más de 500 km de otro poblado. En la avioneta quedaron intactos algunos artículos que venían cuidadosamente empacados que podrían servir para continuar el viaje. Tienen por delante varios días de camino a pie. Los objetos que lleven resultaron más pesados conforme pase el tiempo. Los caminos no existen pero

los miembros saben desplazarse por las laderas más peligrosas aunque en un descuido puede ser fatal.

Tu tarea consiste en poner los artículos que son utilizables en orden de importancia para que los integrantes del equipo puedan elegir los que va a llevar para poder realizar su investigación. Colocaras en la columna que dice primera decisión el número 1 frente al artículo que consideres más importante, el número dos frente al que consideres como segundo lugar en importancia.

Sesión: Fortaleciendo nuestro liderazgo.

Tiempo: 30 minutos.

Estrategia: "Un día agradable"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Fichas de trabajo, esferos.

Indicaciones:

- Se formarán seis grupos de trabajo, donde deben planificar un día agradable donde

harán lo que más les gusta.

- Luego los formadores colocaran un papelógrafo con las siguientes indicaciones:

Deben llegar a un acuerdo en: ¿qué cosas realizar y en qué horarios?, ¿qué equipos

llevarán?, y las funciones para planificar el día. No existen limitaciones de

presupuesto. A lo largo del día durante dos horas se realizarán actividades libres

donde cada uno hará lo que más le guste.

- Cada participante leerá el cuestionario de evaluación y marcará con un círculo el

número que refleje su pensamiento y escribirá nombres de sus compañeros en la

parte "a mi entender".

- El formador transmitirá los contenidos de la sesión.

110

Deben llegar a un acuerdo total en lo que se refiere a que cosas realizar en que horarios. Que equipos llevaran la división de funciones tendientes a preparar el día. No existen limitaciones de presupuesto, deben dejarse a lo largo tres o más horas para actividades libres en los que cada uno debe hacer lo que más le agrada. Cada uno anotará en una hoja personal su programa personal y no se le mostrará a sus compañeros en la primera etapa. Cada persona separadamente leerá el cuestionario de evaluación y marcará con un circo el número que refleje su pensamiento y escribirá nombres de sus compañeros en el inciso a mi entender.

### CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

# 1.- En la planificación del día:

Hubo escasa	1	2	3	4	Mucha
participación					participación
Me aburrí	1	2	3	4	Me divertí
mucho					mucho
Se	1	2	3	4	Se aceptaron
rechazaron					mis
mis					propuestas
propuestas					
La	1	2	3	4	La
planificación					planificación
fue					fue eficiente
deficiente					

2.- A mi entender (escribir nombres)

Propusieron ideas interesantes:

1.-

2.-

Contribuyen para que haya un buen ambiente:

1.-

2.-

No ayudaron en la planificación:

1.-

2.-

### 6.6.2. Aplicación y observación de fortaleciendo nuestro liderazgo

En este taller se usó dos hojas de trabajo.

La primera fue grupal y se trataba de ponerse de acuerdo con el grupo e imaginarse que van a una expedición y que materiales iban a llevar, tuvieron un listado de cosas y debían elegir solo cuatro, esta actividad se realizó para ver cómo trabajan en equipo y quién puede ser un buen líder para el mismo. Paras ello dividimos a los integrantes e dos grupos.

En el grupo A se destaco la cooperación y unidad, refieren a su líder como democrático ya que el promovió un trabaja participativo donde todos los miembros contribuyeron a la ejecución de la tarea.

En el grupo B, tardaron en ponerse de acuerdo porque cada uno tenía ideas diferentes pero a la final llegaron a un buen consenso. Refieren a su líder como pasivo, ya que carecía de iniciativa y se requirió la presión del grupo para que comiencen a actuar.

La segunda actividad fue individual, donde cada uno calificaba a los miembros de su grupo, pero sin mostrar a nadie. Las calificaciones apuntaban a que hubo bastante cooperación, pero con excepciones de cuatro a cinco personas que no participaron en la intervención de decisiones.

Se concluye que los integrantes en este taller, identificaron las diferentes clases e líderes que pueden existir en diversos grupos sociales. 6.7 Los valores y la juventud

6.7.1 Diseño del taller los valores y la juventud

Objetivos:

Promover en los adolescentes la práctica de valores.

Lograr que los adolescentes reconozcan la importancia de los valores.

Conseguir que los adolescentes identifiquen sus valores y sus antivalores.

Sesión: Los valores y la juventud.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Catástrofe"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Papelógrafos, marcadores y cinta masking.

Indicaciones:

- Los formadores dividirá en seis grupos a los participantes con la siguiente orden:

"una inmensa catástrofe ha asolado la tierra .Dentro de 30 días el globo terráqueo se

verá destruido por completo. De la inmensa multitud de sus habitantes, tan solo

restan nueve personas. Una nave que solo cuenta con capacidad para cinco personas,

espera para trasportar a los sobrevivientes a un lejano planeta, donde podrán iniciar

una nueva civilización. La tarea del grupo consiste en determinar, dentro del tiempo

señalado, quienes ocuparan los cinco únicos lugares disponibles".

- El grupo de nueve personas está compuesto por : un sacerdote , pastor , un juez , un

policía , un esposo , una esposa embarazada , una prostituta , un estudiante , un

agricultor, y una maestra.

- Ya es hora de que la nave tenga que partir y entre los integrantes deberán elegir

quienes de las nueve personas irán en los cinco puestos que posee la nave .Por lo que

contaran con un tiempo de 10 minutos.

- Se solicitará que un delegado de cada grupo exponga a quienes han salvado y luego

se expondrán los contenidos de la sesión.

113

Sesión: Los valores y la juventud.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Una nueva sociedad"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Papelógrafos, marcadores y cinta masking.

Indicaciones:

- Los formadores pedirán que nuevamente se integren los grupos ya conformados al

inicio de la sesión. Y se les solicitara que en los Papelógrafos indiquen el valor que

aportara a la nueva sociedad la persona ya elegida.

- El coordinador del grupo presentara sus conclusiones al resto de los participantes,

explicando el porqué de sus elecciones y por qué no eligieron a los otros habitantes.

Recalcando la importancia de los valores

- Los formadores durante la sesión motivara la participación con elogios y aplausos

6.7.2 Aplicación y observación de los valores y la juventud

Se realizó una actividad grupal donde se les exponía a los integrantes una situación

donde la tierra sufría una catástrofe y de diez personas, debían solo salvarse cinco

que aporten nuevos valores a la humanidad. Entre las respuestas se destacan:

Un juez: Imparte el valor de la justicia, porque hace valer los derechos de los

demás.

Un esposo: Imparte el valor de la responsabilidad y respeto, porque se hace

cargo de la familia.

Una esposa embarazada: Imparte el valor del amor, ya que lleva una vida

nueva.

Un agricultor: Imparte el valor de la generosidad porque colabora su alimento

sin recibir nada a cambio.

Una maestra: Imparte el valor de la solidaridad, porque enseña a los demás.

114

Descartan al sacerdote, al pastor, al policía, a una vedette, y a un estudiante, no porque creen que no sean valiosos para la sociedad sino porque se logrará una mejor humanidad con las personas ya elegidas.

Se concluye que los integrantes en este taller, participaron de manera activa y con respuestas interesantes.

### 6.8. Valorando nuestra salud

### 6.8.1 Diseño del taller valorando nuestra salud

Objetivos:

Propiciar en los adolescentes la practica de las conductas saludables.

Conseguir que los adolescentes identifiquen las conductas saludables y no saludables que realizan.

Sesión: Valorando nuestra salud.

Tiempo: 45 Minutos.

Estrategia: "Trabajamos juntos, aprendemos todos"

Número de participantes: 30 alumnos.

Materiales: Fichas de trabajo.

Indicaciones:

- Los formadores informarán a los participantes que es su última sesión y el tema es sobre conductas saludables.
- Cada participante tendrá 15 minutos para hacer la actividad.
- En seguida los participantes leerán sus respuestas y se transmitirán los contenidos de la sesión.

Actividades	Como las hago	Actividades	Como las hago	
Uso adecuado del tiempo libre		Uso inadecuado del tiempo libre		
Consequencies y legges		Conscenses	ing with arms	
Consecuenc	Consecuencias y logros		rias y logros	

### 6.8.2. Aplicación y Observación de valorando nuestra salud.

En este taller se les dio una hoja de trabajo individual y se les informó que es su última sesión, donde manifestaron frases de "no, denos más ,si nos gustan los talleres, hay muchos temas por aprender".

La ficha consiste en escribir cómo usan adecuadamente su tiempo libre y las consecuencias de las mismas destacándose las siguientes respuestas:

- Limpiar mi casa. Ser ordenada con lo demás.

- Conversar con la madre. Fortalecer lazos familiares.

- Cuidar a las vacas y los cuyes. Valorar el medio ambiente.

- Leer. Aprender cosas nuevas.

- Ir al gimnasio. Mantenerme sano.

- Salir con mis amigos. Distraerme.

- Escuchar música. Desestresarse.

- Facebook. Me entero lo que sucede en el mundo.

- Dibujar. Relajarme.

La siguiente parte consiste en escribir cómo usan inadecuadamente su tiempo libre y las consecuencias de los mismos destacándose las siguientes respuestas:

- Beber alcohol y fumar. Daño a mi salud.

- Ir a robar. Verme mal ante la sociedad.

- Pelear borracho. Disminuir el respeto de los demás.

- Jugar play station en exceso. Pérdida de tiempo y crear carácter

traumante.

- Desperdiciar la plata en drogas. No tener con que sobrevivir.

Se concluyó que en este taller el uso adecuado de tiempo libre crea conductas saludables y mejora la calidad de vida, mientras que el mal uso del tiempo libre crea dependencia a comportamientos corruptivos.

# 7.- DISEÑO, APLICACIÓN Y OBSERVACIONES DE TALLERES DIRIGIDOS A PADRES

# 7.1 Previniendo el consumo de drogas en nuestra familia

# 7.1.1 Diseño del taller Previniendo el consumo de drogas en nuestra familia

Objetivos:

Propiciar el conocimiento de los factores protectores familiares.

Lograr que los padres identifiquen los factores de riesgo en su hogar.

Conseguir que los padres identifiquen los factores de protección en su hogar.

Sesión: Previniendo el consumo de drogas en nuestra familia

Tiempo: 30 minutos

Estrategia: "En escena"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Fichas de trabajo.

### Indicaciones:

- Los formadores indicaran que deberán trabajar en grupos tres grupos de dos personas y tres grupos de tres personas.
- A cada grupo se le entregara una ficha de trabajo que deberán preparar en un tiempo de 10 minutos.
- Enseguida dramatizaran las escenas en un lugar visible, motivando la participación de los papas con elogios y aplausos.
- -Los formadores expondrán los contenidos de la sesión.

# ESCENIFIQUE ESCENAS FAMILIARES DONDE SE PRESENTEN SITUACIONES DE RIESGO QUE PUEDAN FAVORECER EL CONSUMO DE DROGAS

ESCENIFIQUE COMO AFECTA CONSUMO DE DROGAS A LA FAMILIA

ESCENIFIQUE SITUACIONES FAMILIARES QUE PROTEGEN QUE SUS INTEGRANTES NO CONSUMAN DROGAS.

ESCENIFIQUE SITUACIONES COMO LOS CHICOS SE INICIAN EN EL CONSUMO DE DROGAS

ESCENIFIQUE ESCENAS EN DONDE UN GRUPO PUEDE LOGRAR QUE UN INTEGRANTE CONSUMA DROGAS.

ESCENIFIQUE SITUACIONES EN EL CENTRO DE TRABAJO QUE PUEDE PROPICIAR CONSUMO DE DROGAS.

Sesión: Previniendo el consumo de drogas en nuestra familia

Tiempo: 30 minutos

Estrategia: "Un escudo frente al riesgo"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Fichas de trabajo, esferos y hojas de papel bond

### Indicaciones:

- Los formadores indicaran que deberán trabajar en tres grupos de dos y tres grupos de tres.

A cada grupo se le entregara una ficha de trabajo, esferos y una hoja de papel bond.
 Se les pedirá que desarrollen la actividad en 10 minutos.

- Enseguida cada pareja expondrá sus trabajos al resto de los participantes, recalcando la importancia de la prevención del consumo de drogas.

ESCRIBA CINCO FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN A NIVEL INDIVIDUAL FRENTE AL CONSUMO DE DROGAS.

ESCRIBA CINCO FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN A NIVEL FAMILIAR FRENTE AL CONSUMO DE DROGAS.

ESCRIBA CINCO FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN A NIVEL DE LOS BARRIOS FRENTE AL CONSUMO DE DROGAS.

ESCRIBA CINCO FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN QUE SE ENCUENTRAN EN EL TRABAJO.

CUALES SON LAS DROGAS MAS CONSUMIDAS EN SU CIUDAD Y DE UNA EXPLICACIÓN DE PORQUE SE LAS USA.

# 7.1.2 Aplicación y observación de previniendo el consumo de drogas en nuestra familia

Las formadoras indican que los padres deberán dividirse en tres grupos de dos personas y tres grupos de tres personas. Luego se procederá a la entrega de una ficha de trabajo que constara de las siguientes escenas para que las puedan representar:

- Escenifique como afecta el consumo de drogas a la familia .
- Escenifique situaciones en el centro de trabajo que puede propiciar el consumo de drogas.
- Escenifique situaciones familiares que protegen a que los integrantes no consuman drogas.
- Escenifique escenas en donde un grupo puede lograr que un integrante consuma drogas
- Escenifique situaciones como los chicos se inician en el consumo de drogas
- Escenifique escenas familiares donde se presenten situaciones de riesgo que puedan favorecer el consumo de drogas.

En este taller los padres afirman que ver a sus hijos consumir drogas les causa tristeza, depresión y que varias veces han intentado internarles en ciertos centros no habiendo voluntad de parte del consumidor. Los padres se sintieron identificados al representar estas situaciones ya que esto lo viven a diario, logrando por ellos mismos exponer una situación a esta problemática .se manifestó que sus hogares son disfuncionales ya que existen problemas conyugales como: divorcio conflictivo, infidelidad, lucha de poder, problemas económicos e incluso se manifestó que ciertos padres era rehabilitados de ciertos vicios como el alcohol. Al escenificar se destacó que existe maltrato físico y verbal de padres a hijos.

Un ejemplo interesante fue el de una madre que se quedo viuda, por lo tanto al no estar presente una figura autoritaria en la familia sus hijas se rebelan y no hacen caso a las normas y limites planteados por la madre, como vía de escape al problema las hijas consumen alcohol. Entre las soluciones que plantearon los

padres fue el de acudir a terapia familiar para resolver sus problemas del núcleo familiar.

En el intervalo de este taller se psicoeduco a los padres sobre las drogas y los factores de riesgo y de protección de las mismas.

En la segunda parte del taller se trabajo en grupo sobre los siguientes temas:

- Cinco factores de riesgo y de protección a nivel familia.
- Cinco factores de riesgo y protección a nivel individual.
- Cinco factores de riesgo y protección a nivel de barrios.
- Cinco factores de riesgo y protección a nivel laboral.
- Cuales son las drogas más consumidas en su ciudad y porque se las usa.

Al finalizar con la psicoeducación los padres se logró excelente respuestas ya que se basaron en los conocimientos previamente aprendidos refieren que el hecho de trabajar todo el día, ocasiona que se identifiquen más con sus pares que con su familia .Logrando la imitación de conductas no saludables y que perjudican a su salud. Acotaron que sus hijos probablemente consuman porque son personas inseguras y tímidas para poder socializar con el mundo que le rodea.

Finalmente expresan que el lugar que ellos viven, habitan cierto tipo de pandillas incentivándoles a inmiscuirse en el mundo de las drogas para ser aceptado en algún grupo social.

7.2 Cómo afirmar la autoestima en nuestra familia

7.2.1 Diseño del taller como afirmar la autoestima en nuestra familia

Objetivos:

Contribuir que los padres de familia fortalezcan la autoestima en su familia.

Lograr que los padres de familia descubran las cualidades de sus hijos.

Conseguir que los padres de familia reconozcan situaciones que no ayuden al

fortalecimiento de autoestima de sus hijos.

Sesión: Cómo afirmar la autoestima en nuestra familia.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Mis logros"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Cd con música suave.

Indicaciones:

- Los formadores solicitan que los participantes hagan un círculo, se les pide que

cierren sus ojos y escuchen la música, y traigan a sus mentes todos los logros

importantes que han tenido sus hijos.

- Los formadores piden un voluntario para que exprese lo que identificaron, los

demás participantes deben escuchar para poder analizar las cualidades de los hijos.

- Los formadores comentarán los contenidos de la intervención.

125

Número de participantes: 15 padres de familia.
Materiales: Hojas de trabajo, esferos
Indicaciones:
- Los formadores entregarán a cada participante una hoja de trabajo.
- Inmediatamente se les informará que tienen 15 minutos para realizarla.
- Se indicará que lean sus respuestas.
- Los formadores transmitirán los contenidos de la sesión.
1 ¿Quién eres?
2 ¿Cómo te describes?
3 ¿Si pudieras cambiar algo en tu vida, qué sería y por qué?
4 ¿Cuáles son los pensamientos positivos que tienes acerca de ti mismo?

Sesión: Cómo afirmar la autoestima en nuestra familia.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "La paz en casa"

### 7.2.2 Como afirmar la autoestima en nuestra familia

Las formadores pidieron a los participantes que forme un circulo y se les expuso a escuchar música suave para que interioricen lo positivo de sus hijos; mientras lo hacían explicábamos lo importante de: elogiar y reconocer los aciertos de sus hijos, hacerles una crítica que sea constructiva, respetar sus opiniones, descubrir sus talentos.

Al acabar el ejercicio algunos voluntarios nos comentaron lo siguiente:

- "Estoy orgullosos de mi hijo por sus logros y capacidades, y a pesar que su nivel académico no es adecuado pienso que con mi ayuda puede superarse".
- "La verdad es que siempre me he dejado llevar por lo negativo de mi hijo ya que tiene mal comportamiento, pero pensándolo bien es hábil para el deporte".
- "Estoy feliz porque mi hijo entro a un programa de rehabilitación y ha dejado de frecuentar con sus amistades del barrio ,y comprendí lo importante que es felicitar a un hijo por sus logros".

En la segunda parte del taller se entregaron fichas individuales que consistía en analizar las siguientes preguntas:

- ¿Quien eres?
- ¿Cómo te describes?
- ¿Si pudieras cambiar algo en tu vida que seria y porque?
- ¿Cuáles son los pensamientos positivos que tienes acerca de ti mismo ?.

Para ellos los padres contestaron lo siguiente:

- Soy una persona con virtudes y defectos que intenta hacer bien las cosas; Soy un padre de familia que salgo adelante con mis hijos; Soy una madre sola y divorciada; Soy una persona que abusan de mi nobleza; Soy de carácter pasivo y no exijo mucho la comunicación con mis hijos; Soy padre y madre a la vez; Soy muy exigente; Soy una persona que tienen que hacer lo que yo digo.
- Me considero una persona sana física y mentalmente ; Soy mal genio ; Soy alto y piel canela ;Soy una madre que trabajo por sacar adelante a mis hijos ;

Mi familia me tiene envidia por eso sobrevivo ante todo ; Soy una persona muy conformista ; Soy una persona que a pesar de mis años no me siento vieja ; Soy una persona pequeñita con un corazón grande.

- Mi carácter ;La comunicación con mis hijos ; Ser mas tolerante ; Aprovechar el tiempo con mis hijos ; Quererme un poco más y estar conforme con lo que soy ; Trabajar menos porque no les veo a mis hijos ; Entender más a mis hijos.
- Persona fuerte que a pesar de todo sigue adelante; Receptiva; Luchar para que mis hijos estudien; Sacar adelante a mis hijos; Confió en mi mismo.

7.3 Expresando nuestras emociones

7.3.1 Diseño del talle expresando nuestras emociones

Objetivos:

Promover en los padres de familia el uso adecuado de las emociones.

Conseguir que los padres de familia identifiquen las consecuencias de sus emociones negativas en el hogar.

Lograr que los padres de familia identifiquen que emociones faltan propiciar en su hogar.

Sesión: Expresando nuestras emociones.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Bajo Control"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Tarjetas de trabajo y esferos.

Indicaciones:

- Los formadores solicitaran que se formen 3 grupos de 2 personas y 3 grupos de 3 personas y se les presentará seis tarjetas, de las cuales deben elegir una por grupo.

- Cada grupo tendrá diez minutos para dialogar sobre la tarjeta que le corresponda.

- Conforme cada grupo vaya presentando lo que han analizado, los formadores expondrán los contenidos de la sesión.

129

### Ficha de trabajo

Esta usted en una tienda con su amigo y su pequeño hijo esperando ser atendido, de pronto su hijo se empieza a fastidiar, usted trata de controlarlo pero el pequeño grita y patea, Que haría usted?

### Ficha de trabajo

Se encuentra con su niño en una tienda y ella le pide un juguete, usted le dice que no, y la niña realice una rabieta en plena tienda, Que medida tomaría?

### Ficha de trabajo

María y Ana son dos hermanas que siempre andan discutiendo, pero hoy se han agredido físicamente. Ellas tienen 13 y 10 años respectivamente, Que es lo que haría con ellas?

# Ficha de trabajo

Cuando usted quiere que su hijo cambie de comportamiento inadecuado, cuéntenos ¿Qué haría usted?

### Ficha de trabajo

¿Cuándo su hijo realizaba una conducta inadecuada que hace usted?

### Ficha de trabajo

Que haría para que sus hijos, modifiquen los siguientes comportamientos inadecuados

- -llegar ebrio a altas horas de la noche
- -no hacer sus tareas por salir con los amigos

Sesión: Expresando nuestras emociones.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Cómo lo diría"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Hojas de trabajo y esferos.

## Indicaciones:

- Los formadores deberán entregar a cada participante de manera individual una hoja de trabajo.
- Cada participante tendrá diez minutos para hacer la actividad.
- Al término de la actividad, los participantes deberán exponer sus respuestas y los formadores transmitirán los conceptos de la sesión.

Nombre:	A quién representa:
SITUACIÓN	COMO LO DIRIA
Esta usted molesto porque sus hijos no qui hacer la tarea porque prefieren salir.	ieren
Esta usted contento porque su hijo le ha trun veinte de nota.	aído
Está usted preocupado porque su hija ado está saliendo con un muchacho que a usted gusta.	
Está usted muy molesta, pues su hijo le corcada vez que usted le solicita realizar una t	

## 7.3.2 Aplicación y observación de expresando nuestras emociones

La primera es formar grupos de trabajo y presentarles las siguientes tarjetas de trabajo:

- ¿Qué haría para que sus hijos modifiquen los siguientes comportamientos? Llegar ebrio a altas horas de la noche, no hacer sus tareas por salir con sus amigos.
- María y Ana son dos hermanas que siempre andan discutiendo pero hoy se han agredido físicamente. ¿Que haría usted?
- Se encuentra con su niño en una tienda y ella le pide un juguete, usted le dice que no, y la niña realiza una rabieta en plena tienda. ¿Qué medida tomaría?
- Está en una tienda con su amigo y su pequeño hijo, de 'pronto su hijo se empieza a fastidiar, usted trata de controlarlo pero el pequeño grita y patalea.
- ¿Cuando un hijo realiza una conducta inadecuada que hace usted?
- ¿Cuando usted quiere que su hijo cambie de comportamiento que haría usted?

En síntesis a las preguntas mencionadas anteriormente, se dedujo que hay ciertos comportamientos que los padres toleran de sus hijos, sin pensar en las consecuencias que traerán posteriormente, otros son poco pacientes y usan la fuerza física para mantener el control de las conductas inadecuadas de sus hijos. Muy pocos refieren hablar con ellos manifestando alternativas para lograr que sus hijos cambien de manera de pensar y comportarse a nivel individual o grupal.

La segunda actividad es una ficha individual para cada participante, donde se manifiestan las siguientes situaciones:

- Esta usted molesto porque sus hijos no quieren hacer la tarea por salir.
- Esta usted contento porque su hijo le ha traído un veinte de nota.
- Esta usted preocupado porque su hija adolescente está saliendo con un muchacho que a usted no le gusta.
- Esta usted molesto porque su hijo le contesta mal cada vez que usted le solicita realizar una tarea.

#### Entre las respuestas se destacan:

- Por favor haz las tareas que yo así me quedare contenta y tú también podrás salir contento regresando con confianza a tu casa; haz la tarea o sino te

castigo no mandándote a ningún lugar; en lugar de molestarme lograría hablar con mi hijo para no tener problemas; no he tenido ningún problema ya que el siempre hace sin que le llame la atención.

- Me pongo contento por su nota y le digo que vamos a comprar cualquier golosina; me sentiría muy emocionado y le ofrecería más apoyo; Mijo bien sigue adelante; yo les felicitaría a mis hijas que me traigan un veinte, a pesar de todo soy muy feliz con las notas que me traen porque les quiero mucho; me pondría contenta ya que les doy todo y si se saca una mala nota también le apoyaría.
- En la adolescencia a ellos no les importa nada excepto tener novia pero le pediría a Dios que me de mucha sabiduría para darles un buen consejo; date cuenta esa familia vas a entrar ahí mismo donde hay candela; estaría muy molesta pero al mismo tiempo le aconsejaría; esta joven necesita ayuda no quiero que salgas con ella; busco soluciones con ella tratando de que le parezca bien para que acepte que no le conviene ese muchacho.
- Le pediría a Dios sabiduría para tratar de conversar con ella y hacer que entienda que lo único que quiero es el bien de ella; claro que si me molesta, pero tengo que decir a mi hijo que haga las cosas porque así lo voy a querer mucho para que siempre estemos bien; yo no estaría molesto simplemente le digo que tiene que hacer las cosas y punto; sabe que eso si me molestaría pero trataría de ver la forma de mandarle para que no me conteste mal, como acariciándole y que él se compre un helado.

En este taller se les reforzó a los padres explicando que son la emociones y de qué manera controlar y ser responsable de las mismas para que no se sientan culpables ni culpen al resto de lo que ellos fueron conscientes de sentir.

7.4 Promoviendo la comunicación asertiva

7.4.1 Diseño del taller promoviendo la comunicación asertiva

Objetivos:

Promover en los padres de familia la comunicación asertiva con sus hijos.

Lograr que los padres de familia identifiquen la importancia de la asertividad en la

comunicación.

Promover que los padres de familia formen un estilo personal de comunicación.

Sesión: Promoviendo la comunicación asertiva

Tiempo: 30 minutos

Estrategia: "¿De que hablas?"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Dibujo de un ratón, marcador de tiza liquida, pizarra.

Indicaciones:

- Los formadores comprobaran que el local cuente con los recursos necesarios.

- Enseguida solicitara dos voluntarios, el primero estará frente a la pizarra y el otro

dándole la espalda, este ultimo describirá la figura que esta en la tarjeta de trabajo, y

el que esta frente a la pizarra tratara de dibujar lo que le están describiendo. Este no

puede preguntar ni pedir ayuda.

- Finalizando la actividad se pedirá la ayuda de otros dos voluntarios, quienes

realizaran la misma tarea con la variante de que el que esta dibujando puede hacer

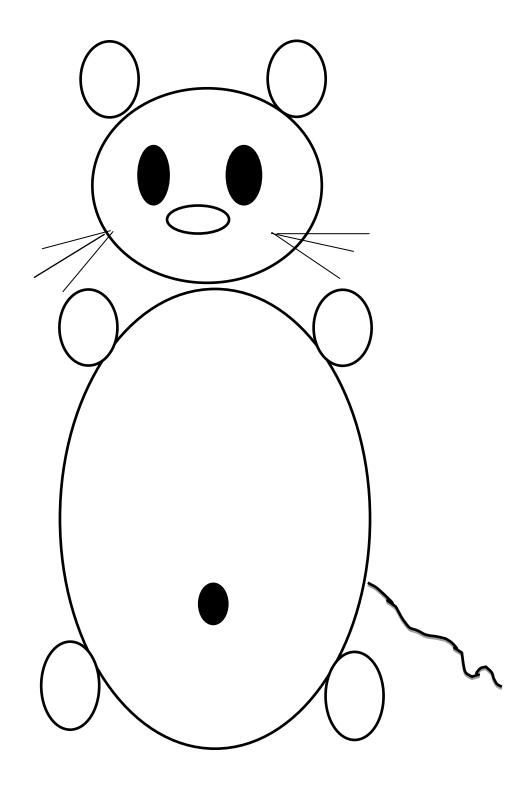
preguntas y el que le describe la figura puede mirar a su compañero.

-Terminando el trabajo se tendrá en la pizarra los dos trabajos de los voluntarios y se

les preguntara como se sintieron durante la actividad, y luego trasmitirá los

contenidos de la sesión.

135



Sesión: Promoviendo la comunicación asertiva

Tiempo: 30 minutos

Estrategia: "Yo hablo así"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: 6 tarjetas conteniendo las actitudes y 6 tarjetas conteniendo los

enunciados

Indicaciones:

- Los formadores dividirán a los participantes en tres grupos de dos y tres grupos de

tres y se les otorgara a cada representante una tarjeta de actitud y una tarjeta de

enunciado

- Enseguida se le indicara que cuentan con 10 minutos para preparar la dramatización

- Luego interpretaran la escena y los formadores motivaran a los participantes con

aplausos y elogios.

137

Responder con enojo	
Responder con nerviosismo	
Responder con cólera	
Responder con comprensión	
Responder con indiferencia	
Responder con tristeza	

Esposo dice a esposa: Ana Gabriela ayer después del trabajo acompañe a Marisol a su casa porque se sentía muy mal.

Hijo dice a mamá: Mamá, tuve un problema en el colegio y el profesor me saco de clase, tienes que ir mañana a hablar con el

Hijo dice a mamá: Mamá, estoy en un problema parece que mi novia está embarazada

Esposa dice a esposo: Luis Alberto debes acercarte más a Jorge (hijo) ya que está grande y necesita de ti

Hija dice a papá: Papá tengo una fiesta hoy en la noche, me das permiso para ir y llegar tarde.

Hija dice a Mamá: Mamá, Omar un chico del colegio me ha invitado a salir, creo que yo le gusto.

## 7.4.2. Aplicación y observación de promoviendo la comunicación asertiva

En este taller se pidió cuatro voluntarios para que dibujen en el pizarrón las órdenes que se van dando hasta ver que figura se forma, se pudo observar que la primera pareja no se comunicaron debidamente lo que provoco que no se logre dibujar lo acordado ya que entre ellas no podían intercambiar ideas. La segunda pareja pidió dibujar lo que se les pidió ya que había contacto visual e intercambio de palabras, los padres al observar esta actividad recalcaron que es muy bueno mantener el contacto entre una o más personas para conocer que están sintiendo y que desean expresar.

La segunda actividad consistía en dividir en grupos, y se les entregaba una hoja donde había las siguientes situaciones para que respondan con las siguientes emociones:

- Mamá, Omar es un chico del colegio que me ha invitado a salir creo que yo les gusto.
- Papá tengo una fiesta hoy en la noche, me das permiso para llegar tarde?
- Jorge debes acercarte más a Luis ya que tu hijo está grande y necesita de ti.
- Ana (esposa), ayer después del trabajo acompañe a Marisol porque se sentía muy mal.
- Mamá, tuve un problema en el colegio y el profesor me saco de clase, tienes que ir mañana a hablar con el.

Las emociones son las siguientes:

- Nerviosismo.
- Indiferencia.
- Enojo.
- Tristeza.
- Comprensión.

Se percató que los padres se identificaron con algunas de las situaciones, donde afirmaron que muchas veces ellos reaccionan con emociones muy fuertes, ya que no se comunican con sus hijos de manera asertiva, ya sea por miedo a que rechacen sus propuestas o simplemente por el hecho de no disponer de tiempo suficiente para involucrarse emocionalmente en la vida de sus hijos.

Un ejemplo interesante fue de un padre de familia que debía reaccionar con comprensión, pero él dijo que le resulto difícil ya que la mayoría de las veces su reacción es de iras y agresión.

Se les explico la importancia de expresar lo que sienten ese momento de una forma adecuada y de las desventajas que provoca el quedarse sin hablar por miedo a fracasar.

## 7.5 Liderazgo y planeamiento estratégico en la familia

## 7.5.1 Diseño del taller Liderazgo y planeamiento estratégico en la familia

Objetivos:

Promover en los padres de familia el fortalecimiento del liderazgo.

Lograr que los padres de familia identifiquen las características de liderazgo en sus hijos.

Ayudar a los padres de familia a que usen estrategias de liderazgo positivas con sus hijos.

Sesión: Liderazgo y planeamiento estratégico en la familia.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Nuestra visión de vida familiar"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Hojas de trabajo individual.

## Indicaciones:

- Los formadores entregarán a cada participante una hoja de trabajo.
- Se les indicará que tiene 15 minutos para realizar la actividad.
- Se solicitará la participación voluntaria al finalizar la actividad.
- Los formadores transmitirán los contenidos de la sesión.

## EL INVENTARIO DE TUS SUEÑOS

Escriba tres cosa	as que desee p	para su familia a	corto, mediano	y largo	plazo,	así la
convertirá en me	tas. El punto e	stá en comprome	eterse en nunca d	lejar de s	oñar.	

1.	
2.	
3.	
- *	

Con la lista anterior y calcule cuanto tiempo piensa que puede alcanzar cada una de las metas, ya sean años, meses, semanas, días, horas, etc.

Lo que más deseo	El tiempo que tomara en cumplir mis
	metas
1	1
2	2
3	3

Piense ahora de que medios o recursos dispone para cada una de las metas que desea lograr por ejemplo su bondad, perseverancia, valentía, coraje, dinero, formación académica, etc.

Lo que más deseo	Medios que dispongo para cumplir mis
	metas
1	1
2	2
3	3

Ahora trate de pensar en las personas que pueden ayudarle a lograr las metas, la ayuda de esas personas puede ser apoyo económico o apoyo emocional.

Lo que más deseo	Personas que dispongo para cumplir mis
	metas
1	1
2	2
3	3

Sesión: Liderazgo y planeamiento estratégico en la familia.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Cooperación mutua"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: 6 tarjetas de trabajo.

## Indicaciones:

1.- Los formadores conformaran 3 grupos de 2 personas y 3 grupos de 3 personas.

2.- Cada coordinar de los grupos deberá coger una tarjeta.

3.- Los grupos tiene que conversar sobre lo propuesto en la tarjeta.

4.- Al terminar la actividad, los participantes expondrán lo que analizaron.

5.- Los formadores analizaran los contenidos de la sesión.

# ¿QUÉ PASA CUANDO LAS PERSONAS NO COOPERAN ENTRE ELLAS?

¿QUÉ CUALIDADES DEBE TENER UN LÍDER?

# ¿QUÉ GANAMOS CUANDO TRABAJAMOS DE FORMA COOPERATIVA?

¿QUÉ PERSONAJE FAMOSO CONSIDERAN COMO UN BUEN LÍDER?

¿QUÉ ES EL TRABAJO EN EQUIPO?

¿EN MI FAMILIA, QUÉ CLASE DE LÍDER SOY?

## 7.5.2 Aplicación y observación de liderazgo y planeamiento estratégico en la familia

En este taller se entregó a los padres de familia una hoja individual, la cual se llamaba el inventario de tus sueños. En esta actividad los padres escriben sobre tres deseos que quieren cumplir con su familia, donde exponen cuanto tiempo los llevaría cumplir esos sueños, de qué medios o discursos disponen para lograr sus metas y con quienes cuentan para alcanzarlas. Se destacó este ejemplo:

Un padre manifiesta: tener un hogar próspero y feliz, el tiempo que me tomará será de unos tres meses y para ellos dispongo de paciencia, valentía y tiempo. Las personas con las que cuento son mi esposa, mis hijos y conmigo mismo.

- Entre los sueños que más predominan son:
- Tener un negocio propio
- Que los hijos sean profesionales.
- Mantener una buena relación con la familia.
- Viajar.

Se trabajó esto, ya que se considera que un buen líder en este caso (los padres), encaminen a la familia a tener una meta y en este caso a cumplir un sueño.

Fue importante hablarles sobre el liderazgo y las clases de líder para que puedan trabajar en base a las siguientes preguntas:

- ¿Qué personaje famoso considera como un buen líder?
- ¿Qué cualidades debe tener un buen líder?
- ¿Qué pasa cuando las personas no cooperan entre ellas?
- ¿Qué se gana cuando se trabaja de forma grupal?

Los padres de familia descubrieron que es necesario trabajar en grupo ya que se logra mejor participación y compartir conocimientos que individualmente no lo lograrían. Vieron importante que la planificación y formar un proyecto de vida les da sentido a sus vidas y como seres humanos desarrollaran mayores objetivos.

Nos sorprendimos que ciertas personas no contaban con sueños y se les alentó para que consigan una visión del futuro.

#### 7.6 Promoviendo los valores en la familia

## 7.6.1 Diseño del taller Promoviendo los valores en la familia

Objetivos:

Promover en los padres de familia los valores.

Obtener que los padres de familia identifiquen en su familia los valores.

Lograr que los padres de familia añadan más valores a su familia.

Sesión: Promoviendo los valores en la familia.

Tiempo: La sesión durará 30 minutos.

Estrategia: "Mis valores"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Hojas de trabajo individual.

Indicaciones:

- Los formadores entregaran a cada participante una hoja de trabajo individual.

- Los participantes tendrán 15 minutos para hacer la actividad.

- Los participantes deberán escribir en la primera columna que actividades les gusta hacer.

- Les pedirá luego que identifiquen qué valores están relacionados con esa lista que han elaborado.

- Al finalizar la actividad, los participantes expondrán sus hojas de trabajo y los formadores transmitirán los contenidos de la sesión.

ACTIVIDADES HACER	QUE	ME	GUSTAN	VALORES RELACIONADOS CON LAS ACTIVIDADES

SESIÓN: Promoviendo los valores en la familia.

TIEMPO: La sesión durará 30 minutos.

ESTRATEGIA: "De profesión padre o madre"

NÚMERO DE PARTICIPANTES: 15 padres de familia.

MATERIALES: No hay materiales, esto se realizará de forma oral.

#### **INDICACIONES:**

1.- Los formadores conformarán 3 grupos de 3, y 3 grupos de 2 participantes. Cada integrante de los grupos deben ir diciendo a sus compañeros cómo los ven en relación a la responsabilidad de ser padre o madre.

2.- Cada grupo tiene diez minutos para analizar.

3.- Luego d esto cada grupo pasará al frente y deberán decir: cómo me han visto mis compañeros y cómo me veo yo a mí mismo con relación a ser padre o madre, identificando los valores relacionados.

4.- Los formadores comentarán los contenidos de la sesión.

## 7.6.2 Aplicación y observación de promoviendo los valores en la familia.

En esta actividad se les entregó a los padres fichas individuales que constan de las actividades que les gusta hacer y qué valor se relaciona con la misma.

Entre las respuestas que se destacaron son:

- Aconsejar a los hijos sobre lo que deben hacer (amor).
- Salir los días domingos con la familia (generosidad, solidaridad).
- Hacer deporte (amor).
- Salir de compras con la familia (amistad, amor, comunicación).
- Ir a misa (espiritualidad).
- Trabajar para que la economía del hogar mejore (responsabilidad).
- Cocinar para mis hijos (generosidad).

Se conversó con los padres de familia sobre que son los valores y cuales existen en la sociedad, ellos llegaron a la conclusión de que el valor que menos se practica en su hogar es el de amor, ya que no comparten mucho con sus hijos, por el hecho de brindarles más lo material y coinciden que ellos necesitan más apoyo emocional.

Al ser este el penúltimo taller, los padres de familia llegaron a conocerse mucho ya que compartían sus problemas en cada sesión, se les pidió que formen grupos y cada integrante debía decir como aprecian a su compañero en relación con el ser un padre o madre, todos empezaron a ver qué valor resaltaba con la descripción que hacía cada uno de la actividad previamente realizada y la mayoría de valores que se practican en sus hogares es la humildad, respeto, generosidad así como resaltaron que el egoísmo, rencor y envidia también predomina en su medio familiar.

7.7 Familia, salud y conductas saludables.

7.7.1 Diseño del taller Familia, salud y conductas saludables.

Objetivos:

Contribuir a que los padres de familia promuevan en sus hijos la práctica de

conductas saludables.

Identificar las conductas saludables que practican en la familia.

Lograr las conductas saludables y no saludables que existe en la familia.

Sesión: Familia, salud y conductas saludables

Tiempo: 40 minutos

Estrategia: "En escena"

Número de participantes: 15 padres de familia.

Materiales: Fichas de trabajo.

Indicaciones:

- Los formadores realizaran una introducción sobre el tema y luego entregaran las

fichas de trabajo, para ello se conformaran tres grupos de dos y tres grupos de tres.

- Cada grupo contara con 20 minutos para la realización del trabajo.

- Terminado el tiempo notificara a los integrantes de los grupos que tendrán que

exponer sus respuestas a los demás participantes.

-Los formadores expondrán los contenidos de la sesión.

151

HAY QUE LAVARSE LOS DIENTES LUEGO DE CADA COMIDA
HAY QUE HACER DEPORTE POR LO MENOS UN FIN DE SEMANA
CUANDO LAS ADOLESCENTES ESTAN MENSTRUANDO NO DEBEN MOJARSE LA CABEZA
LA HIGIENE ÍNTIMA DEBE SER DIARIA
ES RECOMENDABLE NO BAÑARSE TODOS LOS DIAS
ES RECOMENDABLE PREFERIR COMIDA QUE TENGA GRASA Y NO LOS CEREALES INTEGRALES

#### 7.7.2. Aplicación y observación de familia, salud y conductas saludables.

Este fue el último taller y nos dimos cuenta que los padres de familia trabajaron muy gustosos todas la sesiones, e incluso nos pidieron que demo otros temas relacionados con la educación de sus hijos. Este grupo de trabajo, tomó a los talleres con más seriedad a pesar de que no disponían de mucho tiempo por sus horarios de trabajo.

En este taller se dividió a los padres en grupos para que trabajen acerca de las siguientes situaciones y ver si están o no de acuerdo:

- ¿Hay que hacer deporte por lo menos un fin de semana?
- ¿Hay que lavarse los dientes luego de cada comida?
- ¿Es recomendable no bañarse todos los días?
- Cuando las adolescentes están menstruando no deben mojarse la cabeza.
- La higiene íntima debe ser diaria.
- Es recomendable preferir comida que tenga grasa y no los cereales integrales.

Se dialogó con los padres de familia sobre los beneficios de conductas saludables en la familia, este fue un buen tema ya que se resaltó que la mayoría de familias practican deportes como salir a caminar, jugar vóley y fútbol y se les reforzó que para vivir sanos no solo necesitan del deporte sino de una buena alimentación, higiene, sentirse libres mentalmente realizando actividades como la lectura, el yoga, disfrutar de los tiempos libre pero basándose en actividades sanas.

Se aprovechó los últimos momentos del taller para que cada padre de familia hable sobre algo positivo que se ha rescatado del taller y se sintió una gran satisfacción cuando mencionaron que la relación con sus hijos y el hecho de estar más pendientes de ellos han ido mejorando.

-

## 8.- CONTENIDO TEÒRICO DE LOS TALLERES

## 8.1 Adicciones.

Este tema fue tratado en el capitulo tres drogas con los puntos específicos: definición de términos, clases de drogas, efectos de las drogas, drogas más conocidas, factores de riesgo y protección de las drogas

Tanto alumnos como padres fueron psicoeducados con el resumen de este contenido.

#### 8.2 Autoestima

Desde que el ser humano es niño recibe palabras de aliento y desaliento de los padres y de las personas que la rodean , a través de esas primeras comunicaciones recibimos ideas de los que los otros sienten por nosotros , sus opiniones sobre que tan capaces somos para hacer o no hacer las cosas , que tanta confianza nos tienen , que tan dependientes o independientes quieren que seamos .Al transcurrir el tiempo asimilamos el concepto de lo que los otros nos trasmiten y damos un valor al mismo, esa valoración la denominamos autoestima .Por asociación entre las propias experiencias y la satisfacción o frustración de la necesidad de afecto, se desarrolla una tercera motivación, la necesidad de autoestima o autoconsideración positiva. El niño percibe que algunas de sus experiencias son aceptadas y evaluadas positivamente por sus padres que, en estas condiciones, le satisfacen su necesidad de amor, mientras otras experiencias merecen su reprobación. En función de esto, el niño va aprendiendo a valorarse a sí mismo (autoestima) del mismo modo que lo hacen los demás, admitiendo aquellas acciones o sentimientos que han sido aceptados por sus padres y rechazando los desaprobados (Rogers ,1972).

Para llegar a la autorrealización del ser humano, Maslow (1987) refiere que las personas conforme maduran y satisfacen sus necesidades de orden inferior como: seguridad, amor, estima, podrían desarrollar motivaciones, que les lleva a tener un plan de vida, logrando éxito mediante el conocimiento de uno mismo.

Según Allport (1968) la autoimagen es una de las siete funciones del self (uno mismo). Es el reflejo de mi; aquel que los demás ven. Esta es la impresión que las personas proyectan en los demás, su tipo, su estima social, incluso su identidad social, es el principio de la conciencia, del yo ideal y de la persona.

Según Karen Horney (1950) afirma que el self es el centro del ser, si una persona crece sanamente y con un concepto preciso de quien es llegara autorealizarse, aclara que el self neurótico estará formada por un ser ideal, lo que significa que las personas crean ciertos ideales los cuales no están al alcance de sus posibilidades, el self ideal es ideal y finalmente imposible de alcanzar, en síntesis el neurótico se balancea entre odiarse a sí mismo y pretender ser perfecto.

El autoestima surge cuando se compara el sí mismo real con el sí mismo ideal, a partir esto la persona juzga a si misma de acuerdo a las expectativas sociales que incorpora a su concepto. La Autoestima que está basada en sentimientos de autoeficacia tiene mucho que ver con el logro de objetivos y la capacidad de superar fracasos (Consuegra, 2007)

La autoestima narcisista puede lleva a la violencia, cuando el sujeto trata de impedir la retroalimentación descalificadora que amenaza su imagen personal.

## 8.2.1 Tipos de autoestima:

La autoestima positiva y la autoestima negativa

- La primera aporta un conjunto de defectos beneficios para nuestra salud y calidad de vida que se manifiestan en el desarrollo de una personalidad plena, es decir una persona que asume personalidad por su vida, sus actos y consecuencias. Satisface sus necesidades reales, toman decisiones por sí mismos, vive la vida según sus propios valores, alagan a los demás sin generar conflicto y tienen conciencia de sus potencialidades, así como de sus limitaciones.
- La segunda surge de la insatisfacción con uno mismo y con los demás, son personas que no fomenta su creatividad por no tener capacidades personales, tienen dificultad en elegir sus objetivos, no aceptan sus debilidades defectos y errores lo que provoca que sientan culpa a hacia ellos mismos o hacia los otros, mantienen un alto grado de pesimismo. Al faltar autoconfianza se vuelven más vulnerables a actuar de acuerdo con lo que se esperan de ellos y no se basan en sus decisiones.

#### 8.2.2 Componentes de la autoestima

- La Autoeficacia: es la que brinda la confianza en nuestra habilidad para pensar, aprender, escoger y tomar decisiones correctas.
- El Autorespeto: es la confianza en nuestro derecho a ser felices, es la seguridad de que somos dignos del éxito, la amistad, amor y la realización personal.
- El autoconocimiento: se refiere al conocimiento de las partes del yo, de cuáles son sus manifestaciones, necesidades, habilidades, dificultades.

- El auto concepto se refiere al conjunto de creencias, ideas y pensamientos acerca de uno mismo.
- La autoevaluación: refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas o malas.
- La Autoaceptación: se refiere a admitir o reconocer todas las partes físicas y psíquicas de sí mismo como un hecho, aceptando virtudes o limitaciones.
- La autoestima es la síntesis de todo el proceso mencionado anteriormente.

## 8.2.3 Relación autoestima con el factor drogas

- Diversas investigaciones demuestran que personas que consumen drogas tienen una imagen deficiente de sí mismos, a que recurren a recursos externos a sí mismo para reafirmarse, explorar experiencias, conseguir objetivos e integrarse a un grupo por lo tanto se debe reconocer los éxitos de las personas y evitar comparaciones con los demás
- Ser autónomos significa sentir libertad para expresar las cosas sin miedo y actuar de una forma en la que las personas se sientan satisfechas, esto implicaría que el individuo no sienta presión para incurrir en el consumo de drogas .La autoestima no es algo estático sino que puede cambiarse y ser modificada a lo largo de la vida ya que al ser un proceso que se adquiere con el desarrollo es susceptible de mejorarse por lo que se afirma que se construye o se reconstruye.

## 8.2.4 Fortalecimiento de autoestima

- Las personas deben aceptarse tal y como son
- Deben actuar auténticamente
- Tomar conciencia de los mensajes negativos que forman su autoconcepto, a fin de que se pregunten que tanto hay de cierto en lo que piensan.
- Elogiar y reconocer aciertos
- Reconocerse como un ser humano que falla y aprende de sus errores
- Evitar comparaciones con los demás.

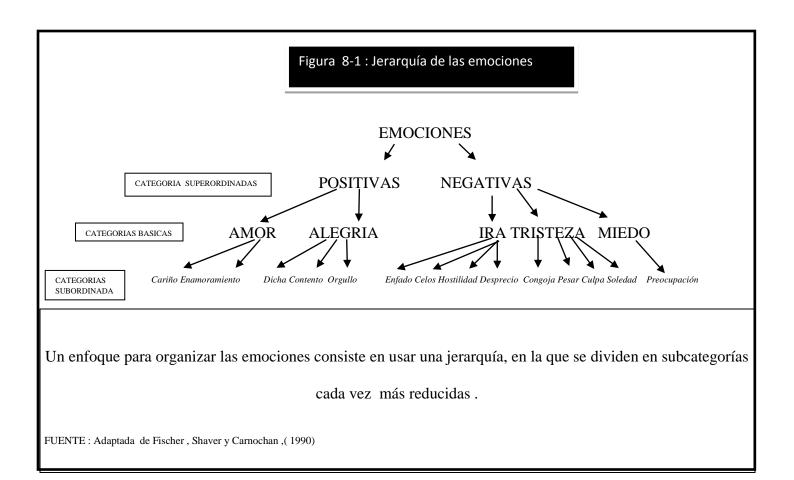
#### 8.3 Emociones.

Sentimientos que por lo general tienen elementos fisiológicos y cognitivos que influyen en el comportamiento, algunos teóricos sugieren que en un principio respondemos a una situación con una respuesta emocional, y que después tratamos de comprender (Murphy y Izajonc, 1993). En contraste otros teóricos sostienen que al principio las personas desarrollamos cogniciones acerca de una situación y después reaccionamos emocionalmente (Lazarus, 1995). En lo que están de acuerdo ambas partes es que podemos experimentar emociones en el que implican poco o ningún pensamiento consciente. Es claro que nuestras emociones influyen en nuestro comportamiento, sin embargo no todos parecen experimentar las emociones en forma idéntica. Varios resultados de algunas investigaciones confirman que las mujeres de forma consciente experimentan las emociones con más intensidad y las expresan con mayor facilidad que los varones (Brody, 1996).

#### 8.3.1 Función de las emociones

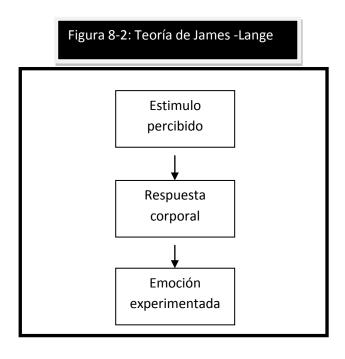
- Prepararse para la acción: las emociones actúan como nexo entre los estímulos recibidos del medio y las respuestas del organismo, las respuestas emocionales son automáticas y por tanto no requieren ningún tipo de control consciente.
- Delimitación del comportamiento futuro: las emociones influyen en la asimilación de información, que ayudara a elaborar respuestas adecuadas en el futuro. Dichas respuestas serán de rechazo o de búsqueda de repetición del estimulo.
- Regulación de la interacción social: las emociones son un espejo de los sentimientos y su expresión permite a los observadores comprender de manera más adecuada lo que se está experimentando (Oatley y Jenkins, 1996).

Investigadores afirman que es mejor considerar a las emociones como una jerarquía, dividiendo en categorías positivas y negativas, organizándolas en categorías más reducidas (Fischer, Shaver y Carnochan, 1990).

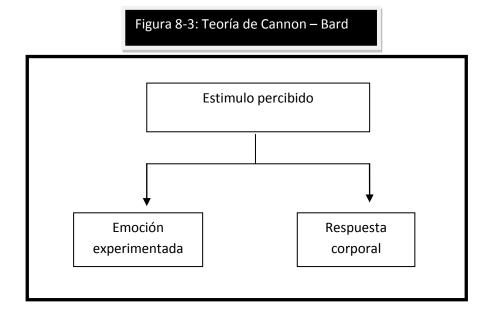


## 8.3.2 Teorías del origen de las emociones.

La teoría James–Lange de la emoción: Esta se inicia con la percepción de un estimulo lo que produce una respuesta o cambio corporal que a su vez provoca la emoción.



La teoría Cannon–Bard de la emoción: tras la percepción de un estimulo sobreviene simultáneamente la emoción y la respuesta corporal.



#### 8.3.3 Características de las emociones

- Autoafectación: cuando estamos emocionados se comprometen nuestros fines, intereses y necesidades, repercutiendo en ellos el grado de participación emocional.
- Espontaneidad: las emociones surgen sin mayor esfuerzo, es decir estas emergen por ende no son evocadas.
- Pasividad: Al vivenciar las emociones, éstas se apoderan de nosotros, la persona que las experimenta adopta una posición pasiva.
- Cambios fisiológicos: Las emociones nos producen cambios a nivel corporal, que se manifiesta externa e internamente.
- Las emociones son únicas, son repeticiones o reproducciones previamente pautadas.
- Tiene un componente cognitivo, son producto de un proceso de evaluación o reacciones ante un proceso de valoración.
- Las emociones son de corta duración y desaparecen gradualmente.

#### 8.3.4 Categoría de las emociones

Existen varias emociones, pero detallaremos las más comunes:

- Sorpresa: Es la más breve de las emociones, y se dan por acontecimientos repentinos e inesperados como es muy rápida tiende a convertirse rápidamente en otra emoción.
- Miedo: Sentimos miedo cuando estamos al frente de un peligro inminente, se manifiesta con aceleración del ritmo cardíaco, temblores, gritos y deseo de huída.
- Rabia: Es la emoción más pasional y puede ser activada de diversas maneras,
   pero su antecedente principal es el control sea físico o psicológico. La rabia
   puede ser producida por la frustración de una meta interrumpida.
- Alegría: La persona sienten alegría cuando algo nos causa satisfacción o cuando una situación inesperada nos resulta divertida.
- Ansiedad: Es una emoción que sentimos al intuir una amenaza por algún tipo de peligro o necesidad.

#### 8.3.5 Autocontrol emocional

Según Kanfer (19769, el autocontrol se define como: la capacidad del sujeto para influir en sus propias respuestas y de invertir la probabilidad de aparición de su propio comportamiento.

Las personas no se hacen responsable de sus propias emociones, por ello tienden al culpar al resto de sus sentimientos. Hay que tener en cuenta que el único responsable de la conducta es la propia persona. Al ser responsable se adquiere un poder personal por lo tanto será más fácil decidir cómo quiere sentirse el individuo, de hecho algunas veces las emociones son difíciles de manejar especialmente las negativas, pero a través del autocontrol emocional se pueden mejorar las relaciones con uno mismo y con los demás.

## 8.3.5.1 Consideraciones para trabajar en el autocontrol emocional

- Es necesario experimentar, conocer y manejar con naturalidad las emociones propias.
- El equilibrio emocional es un estado que se adquiere con madurez y crecimiento de la persona, por ello es entendible que los jóvenes no manejen de la mejor forma sus emociones.
- El descontrol emocional si es persistente produce malestar personal y psicológico.

#### 8.4 Asertividad

La conducta asertiva es un conjunto de comportamientos dados por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelven los problemas inmediatos de la situación, mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. (Caballo, 1986,1993)

Se espera que la conducta asertiva produzca un refuerzo positivo más a menudo que un castigo, por consiguiente la asertividad se forman por tres componentes: una dimensión conductual (tipo de comportamiento), una dimensión subjetiva (variables cognitivas) y una dimensión situacional (contexto ambiental), entonces una respuesta asertiva está determinada por factores ambientales, variables de la persona y la interacción de los dos.

## 8.4.1 Comportamiento asertivo, no asertivo y agresivo

#### - La conducta asertiva

Se caracteriza por la expresión directa de los sentimientos, sin amenazar a los demás y sin atentar con sus derechos. El objetivo de la misma es la comunicación y el conseguir respeto, dejando espacio para el compromiso cuando se enfrente las opiniones y derechos de otras personas, es decir consigan satisfacer algunas de las necesidades. Si no se llega a un compromiso pueden respetar el derecho que tiene el otro a no estar de acuerdo y a no imponer sus exigencias sobre esta persona .La conducta asertiva en una situación no siempre está establecida por la ausencia de un conflicto entre las dos partes, además da como resultado que haya más consecuencias favorables que desfavorables a largo plazo.

Pensamiento asertivo: El mensaje de la aserción es "Quien es la persona" sin dominar ni degradar al otro individuo.

#### - La conducta no asertiva

Se caracteriza por la violación de los propios derechos por no expresar honestamente sentimientos, por lo tanto permite a los demás que se atenten contra los derechos de las personas. O el hecho de expresarlos de una manera autoderrotista causa que los

demás no los tomen con seriedad. El objetivo de la no aserción es evitar conflictos a toda costa, lo que le hará sentir a menudo incomprendido, no tomado en cuenta y manipulado. O puede sentirse molesta ante la situación y volverse hostil ante la otra persona.

El individuo que se comporte de una manera no asertiva tiene sentimientos de inferioridad, una tendencia a solicitar demasiado apoyo emocional a sus familiares, ansiedad excesiva, frecuentemente se encuentra tenso, se queja cuando se le critica en presencia de otros pero tampoco le gusta que le critiquen cuando está solo, tratan de ser amigables con todo el mundo y cuando son rechazados saben que es su propia falta, intelectualmente son honestos pero emocionalmente son unos mentirosos y pasivos

Pensamiento no asertivo: El mensaje de la no aserción es "Yo no cuento, puedes aprovecharte de mí; mis sentimientos no importan solamente los tuyos; yo no soy nadie tu eres superior".

#### - La conducta agresiva

Se caracteriza por la defensa de los derechos personales y la expresión de los pensamientos y sentimientos de una manera deshonesta. La conducta agresiva se puede manifestar de manera directa o indirecta por ejemplo: una agresión verbal directa incluye ofensas verbales; mientras que una agresión verbal indirecta incluye sarcasmos. El objetivo de la agresión es la dominación y el vencer forzando a la otra persona a perder. Estos individuos se sienten victoriosos al humillar, degradar a las personas para que sientan menos capaces de expresar sus derechos .La conducta agresiva es considerada como una conducta ambiciosa, ya que se intenta conseguir lo que sea a cualquier precio. Esta conducta a corto plazo tiene como resultados positivos: sentimiento de poder y el conseguir objetivos sin experimentar reacciones negativas de los demás; sin embargo las consecuencias a largo plazo son negativas ya que se formara una tensión en la relación interpersonal con la otra persona o la evitación de futuras relaciones con esta.

El mensaje de la conducta agresiva es "esto es lo que yo pienso, tu eres estúpido por pensar de forma diferente; Esto es lo que yo quiero, lo que tú quieres no importa; esto es lo que yo siento, tus sentimientos no cuentan".(Ellis, 2002)

#### 8.4.2 Los derechos de la persona asertiva

Quien desea decir no a las drogas o cualquier situación que no es de su agrado debe conocer los derechos asertivos básicos, los mismos que detallamos a continuación (Caballo, 1993)

- Derecho a ser tratado por los demás con respeto y dignidad.
- Expresar libremente nuestros derechos y opiniones
- Tomar las propias decisiones aun con riesgo de equivocarnos
- Derecho a ser independiente
- Derecho a decir no sin sentir culpa.
- Derecho a pedir información.
- Derecho a cambiar de opinión.
- Derecho a pedir lo que quieran (siempre pensando que la otra persona tiene derecho a decir no).
- Derecho ha ser escuchado y a ser tomado en serio.
- Derecho a estar solo cuando así lo escojas.

## 8.4.3 La Asertividad como factor protector ante el consumo de drogas

Para ser asertivo en este tema se debe conocer el efecto en la familia, escuela, salud, en la comunidad, por lo tanto un primer paso para llegar a ser asertivo en cuanto al consumo de drogas es el estar informado correctamente sobre sus consecuencias así: si a un individuo le ofrecen una sustancia podrá decir No de una manera objetiva y directa expresando los motivos de porque no lo quiere hacer.

#### 8.4.4 Recomendaciones para ser asertivos

- Identificar las situaciones en la que las personas pueden ser mas asertivas .Es decir conociendo en que situaciones fallan mas y como podrían actuar en un futuro.
- Se debe desarrollar un lenguaje corporal adecuado para expresar correctamente lo que uno quiere decir.
- Evitar las manipulaciones de los demás, algunas personas usan estrategias como la de hacerse los victimas, con el fin de influir en el comportamiento de la persona.
- Se debe usar frases breves para no impresionar ni hacerle de menos al otro.

- Escuchar con atención a la persona con la que estas dialogando sin sentir miedo por pedir explicación cuando existen dudas.
- Mantener una posición existencial realista "Yo estoy bien, tu estas bien".
- No pedir disculpas por todo solo cuando se esté convencido de que es real.
- Admitir errores y equivocaciones.
- No ignorar a los demás y mostrar interés a las conversaciones de los demás.

#### 8.5 Liderazgo

#### 8.5.1 Líder

Rol mediante el cual un miembro del grupo asume en mando e impulsa la acción hacia una meta, haciéndose cargo de los aspectos positivos del grupo su rol complementario es el de seguidor asumido por el resto de los miembros. Existen dos criterios para clasificar los liderazgos: el primero se basa en la meta que dirige (líder operatorio, saboteador) y el segundo se basa en la modalidad que establece son sus seguidores (líder autocrático, democrático, laissez faire, demagógico).

Según Pichon Riviere el portavoz del grupo es al principio el más débil por su incapacidad para soportar la inseguridad masiva del medio ambiente, pero luego puede convertirse en el miembro más fuerte, es decir en el líder del cambio, con lo que le lleva a ser un líder operativo, mientras que un líder operativo saboteador produce efectos sobre la conducta del grupo.

#### 8.5.2 Clases de liderazgo

Según la clasificación de Kurt Lewin establece:

- Liderazgo autocrático, es decir es directivo y favorece un estereotipo de dependencia llevando a la resistencia al cambio.
- Liderazgo democrático, es decir el rol ideal que puede asumirse en el trabajo grupal, enlazándose en los procesos de enseñar – aprender. Se favorece a los intercambios de ideas entre los miembros del grupo.
- Liderazgo Laissez Faire (dejar hacer): Es el que delega al grupo su autoestructuración y asume pasivamente sus funciones de análisis de la situación.
- Liderazgo Demagógico (propuesta de Riviere): Es el líder que quiere parecerse al democrático, pero en el fondo es profundamente autocrático, lo que hace es seducir al grupo mediante su pseudodemocracia. Es un hábil manipulador, a la larga aparece el verdadero autoritarismo, el cual se encuentra latente, aparece y se transforma el *laissez faire* (dejar hacer) y cuando cae en esto el grupo le destruye.

El sentido común sostiene que "algunas personas nacen líderes", el liderazgo depende de rasgos especiales de personalidad. De hecho, los sociólogos han descrito que el liderazgo es una función de requerimiento del grupo como de las personalidades individuales (Neville, 1983). Los líderes tienen a ser seguros de ellos mismos, son comunicativos y ofrecen numerosas sugerencias. Otros investigadores creen que los líderes están comprometidos con los valores del grupo y con determinación para lograr sus objetivos (Trice y Beyer, 1991).

Los sociólogos distinguen dos clases de liderazgo:

- Liderazgo instrumental: Organizan trabajos, normas del grupo enfocadas en sus metas. Este líder empuja a los miembros de un grupo a mantenerse juntos.
- Liderazgo expresivo: Constituye el espíritu del equipo manteniendo la moral mediante disputas, las cuales también pueden ser respaldadas. Un líder expresivo quiere que todos estén felices y les brinda una oportunidad para ser escuchados.
- Los grupos, incluso los más pequeños necesitan de estos tipos de liderazgo.
- El liderazgo no sólo se aplica a grupos pequeños sino también a organizaciones formales.

## 8.5.3 Toma de decisiones en grupo

Ser miembro de un grupo promueve un *grupo de enfoque* (Irving, 1968). Una vez que el grupo tome una decisión temporal, las discusiones se basan en racionalizar dicha decisión y no dan alternativas. Los líderes usan chistes o sarcasmos para influir en los que no están de acuerdo o hacen que se tome una decisión bajo presión. Si personas externas al grupo opinan sobre la decisión tomada, el grupo se une para oponerse. Lo más probable es que el grupo de enfoque se desarrolle en grupos cohesionados con liderazgo directivo que operan bajo tensión (Mkcauley, 1989). Un buen ejemplo es cuando el presidente y sus colegas toman decisiones en reuniones cerradas con base en información no disponible para el público, como sucedió cuando un grupo de enfoque decidió ignorar los informes de inteligencia acerca de que los Japoneses iban atacar a Estados Unidos, lo que provoco el bombardeo en

Pearl Harbor. Al tomar decisiones en grupo las personas tienden arriesgarse más que cuando toman decisiones solos (Stoner, 1961).

#### 8.5.4 Liderazgo en la familia

La familia como una organización básica de la sociedad, esta liderada por los padres los que tiene la misión de llevar a los suyos hacia un futuro ideal, lo cual puede lograrse mediante una capacidad para enfrentar los problemas, compartiendo su visión de futuro y entendiendo cuales son los roles y misiones que cada miembro debe cumplir.

Los padres deben planificar dentro de su hogar para establecer metas, logrando tener una idea del futuro deseado por su familia, así definen estrategias adecuadas para abordar problemas que se dan dentro y fuera de la casa los que muchas veces impiden los logros establecidos.

## 8.5.5 Características de líderes eficientes

- Desarrollan una visión de futuro, es decir lo que se quiere lograr a corto y largo plazo.
- Son perseverantes, es decir persisten tras la búsqueda de logro de sus objetivos a pesar de las dificultades.
- Se comunican adecuadamente, ya que esto ayudará al fortalecimiento de las relaciones entre el líder y su equipo.
- Los líderes planifican, ya que alcanzaran los resultados esperados, ya que tendrán en claro el qué, cuándo, donde, y por qué para el desarrollo de actividades.
- Tienen capacidad para resolver problemas y conflictos, ya que el líder debe tener claro como se desarrollo el problema, quienes están involucrados y por qué sucedió.
- Tiene capacidad para formar equipos de trabajo, ya que el sabe que el éxito d el grupo no depende de él sino de todo el grupo, para esto comparte valores, metas, objetivos.
- Practican de manera adecuada los valores (Opción, 2004).

#### 8.6 Valores

Las diferencias no están en el color, en el sexo, en la posición social ni en ninguna otra circunstancia. La diferencia radica en los valores integrantes de cada una de las personas.

El índice de madurez que alcanza el individuo determinara sus relaciones con el medio. Sin los valores, las relaciones entre los hombres, entre los grupos y entre las naciones se tornarían difíciles y peligrosas. (Vallejo, 1989).

Los valores nos permiten orientar nuestro comportamiento para crecer como personas. Son creencias que ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro. También son fuente de satisfacción y plenitud.

Los valores proporcionan una pauta para formular metas y propósitos, personales o colectivos.

Los valores se refieren a necesidades humanas y representan ideales, sueños y aspiraciones, con una importancia independiente de las circunstancias. Por ejemplo, aunque seamos injustos la justicia sigue teniendo valor.

Los valores valen por sí mismos. Son importantes por lo que son, lo que significan, y lo que representan, y no por lo que se opine de ellos. Una persona valiosa es alguien que vive de acuerdo con los valores en los que cree. Ella vale lo que valen sus valores y la manera cómo los vive (Jiménez ,2008).

#### 8.6.1 Clasificación de los valores

Max Sheling, divide los valores en: Inferiores y Superiores.

#### 8.6.1.1 Valores inferiores

Los inferiores son la base de toda sociedad y son cuatro: el respeto a la vida humana, a la integridad personal, a la propiedad privada y el respeto a la libertad.

- El respeto a la vida humana

Este es el primer valor sin él no puede haber: cultura, jurisprudencia, religión y convivencia entre los hombres.

El suicidio, el homicidio, las guerras, los atentados terroristas que siegan la vida de las personas, la pena de muerte, el aborto, son atentados contra la vida, violatorios de los derechos humanos. Un hombre con valores nunca destruirá la vida así no sea castigado por la ley ni censurado por la sociedad.

- El respeto a la integridad personal

Es el segundo valor. Todo hombre está obligado a respetar no solamente la vida, Sino también la integridad física de las personas.

En contra de este valor esta el causar heridas, contagiar enfermedades voluntariamente, las mutilaciones en el organismo, los lavados cerebrales hechos Contra la libertad de las personas y todo género de agresiones personales y físicas.

- El respeto a la propiedad privada

La necesidad de la convivencia impone el respeto a la propiedad personal, Familiar y social. Están contra este valor, el abuso de parte de los jefes cuando No pagan justa y oportunamente el trabajo de sus asalariados. No solamente atentan contra este valor, los ladrones, que atacan violentamente la propiedad, sino también los terroristas.

El hombre valorizado respeta celosamente la propiedad ajena, no por temor a la Ley, sino porque tiene valores arraigados

- Respeto a la libertad

El ser humano tiene derecho a realizarse a plenitud, ya sea en la ciencia, el arte, El matrimonio y en todas las actividades que impliquen superación. Retener o Impedir este proceso, constituye una violación de la libertad.

Violan este valor los padres que no dan a sus hijos las facilidades para su educación, o que se oponen directa o indirectamente a su matrimonio.

Todo ser humano tiene derecho a la libertad, pero está condicionada al perfeccionamiento del individuo y no a su destrucción. De aquí que se puede violar la libertad, con la ociosidad, el vicio, la intemperancia y el temor.

#### **8.6.1.2** Valores superiores

Facilitan las relaciones humanas y dan un sentido de existencia a la vida, no son obligatorios pero cuando los practicamos fomentamos nuestro crecimiento personal, son muchos, pero analizaremos algunos:

- El amor

Valor que consiste en crear condiciones óptimas para el desenvolvimiento personal de los seres que se aman.

El amor que no contribuye al perfeccionamiento personal, deja de ser un valor y se constituye en limitación de las inmensas potencialidades del hombre.

Claro que el amor concebido como valor superior, solo es posible en seres relativamente equilibrados y que han conseguido un alto grado de madurez Emocional.

Entre más alto sea el nivel de equilibrio de la personalidad, el amor será más Firme, más estable, más sereno y más trascendente.

#### - La amistad

Es otro valor, que como el primero, estimula el desenvolvimiento de la personalidad y da significación a la especie humana.

La amistad verdadera es guía de la conducta, orientación permanente de perfeccionamiento personal, estímulo y fuerza motora para la superación constante de los amigos. Cuando la amistad desorganiza la mente, desintegra la familia, destruye la capacidad creadora del hombre deja de ser un valor para provocar un peligro para las relaciones entre la gente.

# - La justicia

Este valor consiste en dar a cada uno lo que le pertenece, lo que le corresponde, según su trabajo y de acuerdo a sus necesidades. El trabajo debe ser remunerado de acuerdo con la dignidad que él representa, como iniciativa, como esfuerzo, como sacrificio y como realización.

#### - La solidaridad

Este valor superior, impone una amplia comprensión de la dignidad y supone un estado evolutivo elevado. Solidarizarse con el jefe en la desgracia, responder por la conducta del hijo en el momento de prueba. Gracias a la solidaridad que se ha logrado sobrevivir los más terribles desastres como guerras, terremotos, incendios, etc.

#### - La tolerancia

Es un valor que comprende plenamente los derechos y posiciones de nuestro contrario, da estabilidad a nuestro carácter, justicia a nuestros conceptos, respeto a nuestras actitudes, prestigio a nuestras relaciones. La paz en nuestras relaciones proviene de nuestro espíritu de toleración, de comprensión de los derechos ajenos.

# - La mentalidad positiva

Solamente quien cultiva a diario actitudes mentales positivas, podrá superar las circunstancias adversas y colocarse a la altura de los verdaderos líderes de la humanidad.

Es necesario que tengamos plena confianza en nuestra inmensa capacidad creadora y en los poderes superiores de nuestra mente que hasta ahora no han sido aprovechado ni siquiera en un diez por ciento de su capacidad .Si los sujetos se inspiraran por nobles propósitos, altos ideales, y profundas convicciones, se utilizaría para: la búsqueda de la felicidad, la curación de las enfermedades y la realización integral.

(Vallejo ,2001)

#### 8.6.2. Valores en la familia

- Los padres deben servir de ejemplo como un modelo de salud
- Se debe crear un clima afectivo en el hogar de reconocimiento y aprobación favorecedor a la estabilidad emocional.
- Promocionar la autoestima en los hijos, enseñándoles a valorar sus cualidades y que puedan afrontar dificultades.
- Enseñar límites y normas que favorezcan el autocontrol en los hijos.
- Favorecer que los hijos sean más autónomos y menos dependientes de la aprobación de los demás.
- Comunicarse entre todos los miembros de la familia, favoreciendo el intercambio de sentimientos, emociones y experiencias.
- Ayudar a desarrollar habilidades sociales facilitadoras de una buena integración.
- Conocer los gustos y aficiones de cada uno de los integrantes del círculo familiar. (Opcion, 2007)

# 8.7 Conductas saludables

Este tema se detallo en el capitulo tres drogas en el punto especifico beneficios de no usar drogas.

#### 9.- CONCLUSIONES GENERALES

# **9.1 Conclusiones y Recomendaciones**

Los resultados de esta investigación demuestra que existe consumo de drogas en los estudiantes secundarios antes de los 14años y que tales consumos aumentan conforme aumenta la edad, siendo por tanto común en los estudiantes de 15 a 19 años que es el grupo con el que se trabajó. A medida que aumenta la edad se tiene mayores responsabilidades en el ámbito educacional, en el de las relaciones con grupos de pares, primeras relaciones de pareja, distanciamiento de los cuidados paternos, situaciones nuevas . Y si no tienen un modelo positivo con el cual puedan identificarse y apoyarse pueden tomar decisiones devastadores.

Los análisis de los test aplicados, expresan que los jóvenes han vivido diferentes formas de violencia intrafamiliar ,ya que ellos presentan mayor vulnerabilidad ante esta problemática de las drogas, teniendo como consecuencia: agresividad, violencia, baja autoestima, problemas escolares.

A su vez podemos notar que en los resultados del primer test de Hugo Bell las puntuaciones eran un tanto bajas mientras que al aplicar la reevaluación una vez concluido con los talleres sus puntuaciones mejoraron, por ende de una u otra forma los temas tratados llegaron al espíritu de los chicos, pero aunque nuestro trabajo acabo creemos que el reforzamiento con contenidos positivos deber realizarse continuamente en la institución para lograr mejores resultados.

La satisfacción es muy grande ya que los objetivos planteados fueron cumplidos a cabalidad sin interferencia alguna .Además la colaboración de la institución, la asistencia y entrega de padres y alumnos favorecieron el merito obtenido.

Se recomienda a los padres de familia que asuman con responsabilidad las funciones afectivas y educativas porque es importante que exista una buena relación familiar para que se viva en un hogar armónico. Si existen varios conflictos es necesario que busquen orientación psicológica, consejería en diferentes instituciones que existen en la ciudad.

En nuestra ciudad hay muchos lugares donde se venden bebidas alcohólicas, tabaco a menores de edad, es necesario que el Gobierno de la República ejerza mayor control, a través de sus instancias en el tráfico, venta y consumo de drogas.

La falta de valores se da desde la infancia en la familia y esto se refleja a través de la conducta antisocial que ellos demuestran, oponiéndose a las normas de convivencia social y sufriendo la marginación de la sociedad.

Los divorcios, la problemática de la migración, el maltrato físico y psicológico entre los padres de los estudiantes han sido factores que desencadenan el consumo de drogas.

El diseño y aplicación de los talleres se cumplieron a cabalidad, siendo un programa de desarrollo personal donde se trabajo mucho en lo que es autoestima, emociones, liderazgo, asertividad, adicciones, conductas saludables por lo tanto se propone que el presente trabajo se aplique en diferentes centros escolares, para lograr comprender las situaciones que los jóvenes viven diariamente.

#### 10.- BIBLIOGRAFIA

Armas, N. (2007). Las familias por dentro. Quito: America.

Bell, H. (1973). Cuestionario de adaptación para adolescentes . Barcelona : Herder .

Canda, F. (2009). *Diccionario de Pedadogia y Psicologia*. Madrid, España: Cultural S.A. .

Cloninger, S. (2003). Teorias de la Personalidad. Mexico: Mc Graw Hill.

Compas, B. (2003). Introduccion a la Psicologia clinica. Mexico: Mc Graw Hill.

CONACE. (2008). *Guía sobre drogas para comunicadores radiales*. Santiago de Chile.

CONACE. (2008). Niños, niñas, adolescentes. Tratamiento de drogas. Santiago de Chile.

Ellis, A. (2002). *Teoria y Practica de la terapia racional emotiva - conductual* . España : Siglo veintiuno .

Epstein, S. (2007). *Inventario de Pensamiento Constructivo* . Madrid : Tea Ediciones .

Jiménez, J. (2008). El valor de los valores en las organizaciones. Caracas: Cograf comunicaciones.

Kimmel, D. (1998). *La adolescencia*, *una transición del desarrollo*. España : Ariel Psicología.

López, J. (2002). DSM -IV TR Criterios diagnosticos. Barcelona: Masson.

Nuñez, J. d. (2002). Psicopatologia de la Adolescencia. Mexico: Manual Moderno.

OPCION, CONSEP, NACIONES UNIDAS. (2006). *Programa internacional formacion de formadores*. Lima, Peru.

Papalia, D. (2005). Desarrollo Humano. Mexico: Mc Graw Hill.

S.Feldman, R. (2002). *Psicología con aplicaciones en paises de habla hispana*. MEXICO: Mc Graw Hil.

Taylor, S. (2007). Psicologia de la Salud. Mexico: Mc Graw-Hill.

Toro, J. (2004). Psiquiatría . Medellín: Corporacion para investigaciones Biológicas.

Vallejo, J. (1998). Relaciones Humanas, guia de conducta en el hogar, el estudio y el trabajo. Guayaquil.

# **ANEXOS**



Cuenca, 31 de Enero del 2012

Lcda.

Livia Tapia

Rectora del la Unidad Educativa "Manuel J. Calle"

De nuestra consideración:

Nosotras , Priscila Bautista y María Paula Mogrovejo egresadas de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad del Azuay, nos dirigimos a usted de la manera más comedida para solicitar la autorización para trabajar con 30 a 35 adolescentes entre 15 y 18 años vulnerables al consumo de sustancias psicotrópicas , mediante la aplicación de talleres de crecimiento personal con ellos y sus padres , logrando así una disminución del consumo de dichas sustancias .

Este trabajo servirá para la realización de nuestra tesis de final de carrera y sus resultados serán compartidos con la institución y el personal del DOBE, no tendrá costo alguno para los participantes, por lo que rogamos la autorización del colegio y el compromiso de los padres para participar en esta investigación. Además pedimos que se nos facilite el salón de uso múltiple para la realización eficaz de los talleres.

Esta investigación estará supervisada por nuestro director de tesis, el Dr. Patricio Cabrera, Psiquiatra y Profesor de la Universidad.

Atentamente,

Priscila Bautista

María Paula Mogrovejo

# CONVOCATORIA

Cuenca 6 de febrero del 2012

Señor padre de familia
Representante del alumno
Curso paralelo
El departamento de Consejería Estudiantil del Colegio "Manuel J. Calle" , saluda a
usted atentamente y le solicita su presencia el día 13 de febrero a las 7:00 am en la
sala de audiovisuales , con la finalidad de que forme parte del programa de
desarrollo personal realizado por estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad
del Azuay .

# Atentamente

Lcda. Ana María Durazno M.

Ps. Educativa y Orientadora Vocacional .

# Talleres con los jóvenes













# Poema de un alumno en agradecimiento a los talleres impartidos :

Soy quien decide mi camino,

Con pocos amigos y muchos enemigos;

Soy de los que sigue a Cristo,

Dejando bondad paz y respeto,

Hago amigos sin importar el reto.

Tengo en mi corazón sentido verdadero,

Queriendo volar como las aves con el viento;

Buscando salvar espiritus que yacen muertos.

Caminando sin importar el rumbo ni destino,

Fijando mi mirada al cielo, amor infinito;

El eco de mi vida baila con mis acciones.

Con espíritu de niño y mente de viejo,
Saboreo la vida como veneno incierto;
Solamente yo con mi fiel amigo bueno,
Venceremos cuando el bien realicemos.

Como auténticos hijos justos de Dios, Sin importar la distancia lucharemos; Con fe y amor siempre podremos.

D.S.