

I.- PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

La adolescencia es un periodo crítico de cambios biológicos, comportamentales y sociales que permite desarrollar y reafirmar la personalidad, la autoestima, la autoconciencia y en definitiva la identidad del adolescente. Estos cambios implican un desarrollo cerebral que pueden conducir a mantener conductas de riesgo.

Los adolescentes son el sector de la población más sensible a las influencias del entorno, tales como las malas amistades, la mala toma de decisiones, la falta de orientación y guía a esto se suma la sexualidad desprotegida, el consumo de alcohol y otras drogas que incrementan los riesgos en la adolescencia.

Datos indican que en todo el mundo el consumo de drogas en el año 2016 se mantuvo estable con un registro de alrededor de 275 millones, aproximadamente el 5,6 % de la población mundial entre los 15 y 64 años. (ONU, 2018)

En el informe mundial sobre las drogas, estudios de UNODC revelan que unos 275 millones de personas en todo el mundo, es decir, aproximadamente el 5,6% de la población mundial de edades comprendidas entre los 15 y los 64 años, consumió drogas en al menos una ocasión en 2016. Unos 31 millones de personas que consumen drogas padecen trastornos derivados de ello, lo que significa que ese consumo es perjudicial hasta el punto de que podrían necesitar tratamiento. Según las estimaciones iniciales, 13,8 millones de jóvenes de 15 y 16 años consumieron cannabis en el año anterior en todo el mundo, lo que equivale a una proporción del 5,6%. (UNODC, 2018, pág. 1)

En cuanto a las vulnerabilidades en diversos grupos de edad, el informe señala que los daños asociados al consumo de drogas son mayores en los jóvenes, en comparación con las personas adultas. Las investigaciones sugieren que el periodo de la adolescencia temprana (12-14 años) a la tardía (15-17 años) es de alto riesgo para el inicio del consumo de sustancias psicoactiva, el cual puede alcanzar su pico más alto en la juventud (18-25 años). (ONU, 2018).

Conclusiones del informe de la OMS sobre la situación del consumo de alcohol, indican que las regiones de Europa y Américas son las que tienen una tasa de consumo per cápita más alta del mundo. En estas dos regiones, y en la del Pacífico Occidental, más de la mitad de la población consume alcohol (aproximadamente 60% en Europa y 54% en las otras dos regiones). Europa y Américas son también las regiones del mundo donde se diagnostican más trastornos por abuso del consumo de alcohol, especialmente en los países de mayores ingresos. La tasa en Europa está en 14,8% para los hombres y 3,5% para las mujeres en Europa, y 11,5% y 5% respectivamente en las Américas. (BBC, 2018)

El último informe de la OMS indica que más de una cuarta parte (27%) de los jóvenes de 15-19 años son bebedores. Las mayores tasas de consumo de alcohol entre los jóvenes de 15-19 años corresponden a Europa (44%), las Américas (38%) y el Pacífico Occidental (38%). Las encuestas escolares indican que, en muchos países, el consumo de alcohol comienza antes de los 15 años, con diferencias muy pequeñas entre niños y niñas. (OMS, 2018).

Los datos estadísticos indican que Uruguay es el país de la región de las Américas donde más alcohol se consume, con 10,8 litros per cápita, seguido por Argentina y Estados Unidos, ambos con 9,8 y de Chile, con 9,3. (BBC, 2018)

En Bolivia, un estudio ha establecido una alta prevalencia en el consumo de alcohol como droga lícita y la marihuana como ilícita, en el último año, en la población escolar del país en un rango de edad de 14-15 años y 16-17 años. En el último año el 27,18% de estudiantes de nivel secundario y bachillerato de todo el país dijo que consume alcohol, constituyéndose en la primera prevalencia más alta en el consumo de drogas lícitas, seguida por el tabaco con el 18,86% y muy por debajo por los tranquilizantes y estimulantes. (Aguilar, 2018)

El inicio del consumo de bebidas alcohólicas en Tarija inicia a los 15 años de edad, de acuerdo a un estudio realizado por el Centro de Investigación Estadística de la Universidad Privada Domingo Savio (UPDS), en coordinación con la Secretaría de la Mujer del Gobierno Municipal de Cercado. Los encuestados señalan que los principales problemas que generan el consumo de drogas y alcohol son: conflictos familiares; delincuencia juvenil y violencia. (Escalante, 2014).

La directora del Intraid Tarija, Raquel Caero, afirmó que el consumo de drogas en el departamento de Tarija, “incrementó”, sobre todo en los jóvenes y adolescentes de la región. En una entrevista con la radio Fides, Caero, mencionó que la capital tarijeña, “desde hace mucho tiempo se constituyó en uno de los departamentos, con mayores índices de prevalencia de consumo de alcohol, y esta sigue siendo la droga de preferencia en toda la población. Así también aseveró que Tarija se constituye como el segundo departamento de mayor consumo de alcohol en Bolivia, siendo esta, al igual que el tabaco, “drogas de ingreso a las drogas ilegales”. Las drogas ilegales más consumidas en el departamento, serían la marihuana y la pasta base de cocaína. La primera por ser la más económica y así también por ser considerada erróneamente como “inofensiva”. “Las drogas ilegales están

entrando con mucha fuerza, en el departamento, al igual que los inhalables”, mismas que estarían incrementado su consumo en la población infantil, adolescentes y jóvenes. (Pais, 2018)

El Director del Centro de Investigación Estadístico de la Universidad Domingo Savio, Bernardino Vázquez Fernández, indicó que se realizó encuestas con una muestra de 3000 mil encuestas 2000 de colegio y 1000 de la universidad entre los 13 a 20 años para tener datos estadísticos del consumo de alcohol y drogas. Con respecto al consumo de alcohol de acuerdo a las encuestas, un 84 % de la población indica que si consume siendo la primera droga ilícita y le sigue el cigarrillo, de acuerdo a los datos del Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental (Intraid) de Tarija, los datos del consumo de drogas son similares a las tendencias mundiales que están bordeando el 8 % a 10 % de población joven (13-20años) que ya consumió y tiene acceso a las drogas ilícitas siendo más consumidas la marihuana la cocaína y pasta base en orden decreciente. (Barriga, 2018)

El adolescente al estar bajo el efecto de estas drogas, ve alterada su capacidad para evaluar los peligros potenciales de una determinada conducta evitando tomar las precauciones necesarias, a esto se suma las condiciones sociales y el medio familiar a las que el adolescente está expuesto continuamente.

Por todo lo mencionado anteriormente, se plantea realizar una Práctica Institucional referida a:

Prevención sobre conductas de riesgo en adolescentes de 10 a 14 años a través del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites” (INTRAID) en la ciudad de Tarija.

1.2. JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.

La salud y el desarrollo de los adolescentes son temas que han adquirido gran relevancia en la actualidad, considerando esta etapa como una de la más vulnerable del ciclo vital y es cuando se adquieren la mayoría de los hábitos que pueden tener consecuencias para la salud a largo plazo, originando conductas de riesgo tales como el tabaquismo, sedentarismo, malnutrición, consumo de drogas adictivas, actividad sexual sin protección, las cuales tienen repercusiones biológicas y psicosociales negativas tales como el embarazo, obesidad, complicaciones metabólicas, drogadicción, deserción escolar, pobreza e incluso causar invalidez o muerte como los accidentes, suicidios y homicidios.

En todo el mundo los datos de consumo de drogas y alcohol son alarmantes en edades tempranas, lo que conlleva a comportamientos inadecuados por parte de la juventud afectando a la sociedad en conjunto.

Muchas de estas conductas llegan a persistir en edades adultas comprometiendo el futuro saludable del individuo contribuyendo a la morbilidad y mortalidad adulta precoz, por lo que la salud de los adolescentes es un elemento clave para el progreso social, de ahí la importancia y necesidad de brindar guía en esta etapa de la vida y generar conciencia que aporte en su desarrollo.

La adolescencia considerada un periodo de experiencias guiado por la búsqueda de actividades nuevas e interesantes, los lleva a consumir sustancias que alteran su capacidad intelectual y física, al no a ver una adecuada guía son blancos fáciles de la persuasión, presión de amigos, compañeros e incluso adultos que atentan contra la vida del adolescente. Considerando al adolescente como agente importante en la sociedad por el aporte que este puede brindar a futuro, es importante realizar prevención en edades tempranas

disminuyendo las conductas de riesgo e impulsando el potencial que poseen para un cambio social.

El Programa Familias Fuertes; Amor y Límites es una iniciativa dirigida a los padres de familia y adolescentes, con el fin de reducir factores de riesgo relacionados con la familia, y en construir estrategias de protección tanto para jóvenes como para sus padres o tutores. Hace énfasis en el trabajo con la familia, ya que se la considera el núcleo impulsador de la sociedad por lo que la prevención en conductas de riesgo pueden ser potencialmente prevenibles en la adolescencia temprana.

Mediante el programa se enseña aptitudes para enfrentar el estrés y la presión de grupo, se da orientaciones saludables para el futuro, considerando que los adolescentes son el futuro del país, no dejando de lado la importante participación de los padres en el desarrollo saludable del adolescente.

El presente documento tiene las siguientes aportaciones.

Aporte Teórico

Por medio del desarrollo del Programa Familias Fuertes: Amor y límites, se recabaron datos actuales y reales acerca de las distintas conductas de riesgo (fumar, tomar alcohol, usar drogas, unirse a pandillas etc.) a las que están expuestos los adolescentes, asimismo la influencia de las relaciones sociales en el desarrollo de los adolescentes para evitar o encaminarse a las conductas de riesgo.

Aporte Práctico

Los beneficiarios del programa Familias Fuertes; Amor y Límites son:

Los adolescentes, porque a través del programa se reconocen y practican métodos, estrategias y se crean habilidades necesarias para hacer frente a las situaciones de riesgo;

asimismo se promueve la capacidad para una mejor toma de decisiones y la comunicación padres e hijos.

Aporte Metodológico

Se elaboró actividades complementarias como apoyo y refuerzo para el área de comunicación en familia y en el área de las normas y reglas en la sesión adolescente; asimismo se realizó prueba piloto para comprobar la eficacia de las actividades complementarias.

II. CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN.

2.1. CARACTERÍSTICAS DE LA INSTITUCIÓN.

El Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento Rehabilitación e Investigación en Drogodependencias y Salud Mental INTRAID Tarija, es una institución gubernamental, sin fines de lucro. Fue creada el 12 de Agosto de 1988 con la finalidad de brindar atención en aspectos psico-sociales de la salud mental, iniciando sus actividades en el área preventiva.

El 15 de Diciembre de 1990 amplía sus servicios con la creación del Centro de Tratamiento y rehabilitación en drogodependencias y alcoholismo.

2.1.1. Misión Institucional.

Brindar atención integral a la salud mental de la población con programas de prevención, promoción de la salud, tratamiento y rehabilitación, desde una perspectiva Bio-psicosocial.

2.1.2. Visión.

Ampliar la cobertura de atención especializada en salud mental a todo el Departamento de Tarija, disminuyendo la impronta de la dependencia a sustancias y patología mental.

El INTRAID Tarija tiene dos departamentos:

- El Departamento de prevención y promoción de la salud
- Departamento de tratamiento y rehabilitación

2.2. Departamento de Prevención y Promoción de la Salud.

El objetivo principal de este departamento es prevenir el uso indebido de drogas y promocionar la salud integral de la población, disminuir los factores de riesgo y fortalecer los factores protectores en la familia, la escuela y la población adolescente; en las áreas de Educación, comunicación e Información, el Fortalecimiento Institucional y la

Investigación. Otras líneas de acción desarrolladas en este Departamento es el desarrollo de Seminarios, Talleres a diferentes instituciones y grupos poblacionales.

En el área de prevención y promoción de la salud se ha elaborado material didáctico que permite un mejor abordaje de los temas establecidos en las actividades de área.

El incorporar un programa específico de educación-prevención como el que ofrece INTRAID en la comunidad tarijeña responde a necesidades percibidas.

2.2.1. Misión del Departamento de Prevención:

El departamento de Prevención y Promoción de la Salud, representa una contribución significativa, al mejoramiento de estilos de vida saludables, a través de la implementación de Programas de Prevención Integral del Uso Indebido de Drogas, con un enfoque Holístico del ser Humano a diferentes grupos poblacionales.

Nos concentramos en desarrollar habilidades y destrezas para la vida ofreciendo información, educación, orientación, capacitación y formación de recursos Humanos.

2.2.2. Visión.

La labor de prevención Integral, del Uso Indebido de Drogas, es reconocida y fortalecida, con capacidad de financiamiento efectivizando procesos de capacitación sostenibles, que permitan una verdadera formación de agentes multiplicadores.

2.2.3. Objetivo

Retrasar el consumo de drogas hasta una edad más tardía, reduciendo la magnitud del fenómeno de la drogodependencia en el departamento de Tarija.

2.2.1. Programa Familias Fuertes

Dirigido a adolescentes entre 10 a 14 años y sus Padres. Es un programa innovador para prevenir conductas de riesgo. El objetivo es orientar a las familias a mejorar la salud y

desarrollo de los adolescentes a través de la comunicación entre padres e hijos. La meta es fomentar un entorno de protección y prevención del abuso de drogas y otras conductas que comprometan la salud biopsicosocial de los adolescentes. Es un programa que se desarrolla paralelamente, es decir la sesión padres en un aula, la sesión adolescentes en otra aula, finalizado la sesión se une ambos grupos (padres - hijos) para el desarrollo de la sesión familia. Este módulo tiene 7 sesiones para padres siete sesiones para adolescentes y siete sesiones para familia. (INTRAID, 2018)

III. OBJETIVOS DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL.

3.1. Objetivo General.

Desarrollar un programa de prevención sobre conductas de riesgo en adolescentes de 10 a 14 años a través del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites” (INTRAID) en la ciudad de Tarija.

3.1. Objetivos Específicos.

- Evaluar el conocimiento inicial que tienen los adolescentes de 10 a 14 años de edad sobre las conductas de riesgo.
- Implementar El Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” a través de orientaciones, capacitaciones y talleres que promuevan la capacidad de los adolescentes para la toma de decisiones, habilidades de autoprotección de conductas de riesgo y la importancia de la comunicación familiar.
- Evaluar el impacto del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites” después de su aplicación a través una medición final.
- Reforzar el conocimiento adquirido por medio de una feria educativa respecto a las conductas de riesgo con la participación de los estudiantes del 6to A de primaria y 1ro A de secundaria que participaron del Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” en la Unidad Educativa Eduardo Orozco.

IV. MARCO TEÓRICO.

4.1. Adolescencia.

La OMS define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. (OMS, Organización Mundial de la Salud, 2018)

La adolescencia considera una de las etapas más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios físicos y psicológicos, esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos, sociales y psicológicos, que pueden alterar el desarrollo pleno del adolescente.

El periodo de desarrollo de la adolescencia está enmarcado por la exploración y los comportamientos justamente generadores de riesgo, los mismos que pueden comprometer la salud, la supervivencia y el proyecto de vida del individuo adolescente.

Es importante el trabajo de prevención en etapa temprana ya que los adolescentes son considerados el futuro del país; con las nuevas tecnologías y la facilidad de acceso a distintos tipos de diversiones, los adolescentes son más proclives a caer en todo tipo de actividades sin medir si estas afectarán o no en su desarrollo pleno en un futuro.

4.2. Etapas de la adolescencia y conductas de riesgo.

La adolescencia consta de etapas, en las cuales la influencia del entorno varía según el nivel de madurez.

Para Delgado, las consecuencias destructivas del riesgo varían durante el ciclo vital en relación con los procesos de maduración e involución en el plano biológico, social y psicológico:

Temprana: 10 a 13-14 años. Primeros intentos de la necesaria salida desde la familia al exterior. Se inician algunas conductas de riesgo, por ejemplo, consumo de alcohol y tabaco.

Media: 14-15 a 16-17 años. El hecho central es el distanciamiento afectivo de la familia y acercamiento al grupo de pares. Período de mayor posibilidad de involucramiento en conductas de riesgo.

Tardía: 17 -18 a 19 años. Última fase del camino hacia el logro de identidad y autonomía. En general, el adolescente ha aprendido de sus experiencias y según cómo hayan sido, así como el equilibrio con factores y conductas protectoras, las conductas de riesgo se intensificarán (o más frecuentemente disminuirán) progresivamente. (Delgado, 2017, pág. 6)

4.3. Conductas de riesgo.

Se define como las actuaciones repetidas y fuera de determinados límites, que pueden desviar o comprometer el desarrollo psicosocial normal durante la infancia o la adolescencia, con repercusiones perjudiciales para la vida actual o futura. El adolescente sin experiencia, o con ésta de forma muy limitada, se compromete en conductas destructivas, sin conocer los riesgos a corto y largo plazo. (Delgado, Conductas de Riesgo Convencionales, 2017, pág. 4)

Las conductas de riesgo se entienden como aquellos comportamientos propios de los adolescentes que están guiadas a la propia decadencia de los mismos, estas conductas son variadas, el adolescente al estar en esa etapa es blanco fácil en caer. Tienen como característica fundamental la interrelación marcada entre ellas, es decir que un adolescente puede coincidir en dos o tres conductas de riesgo las cuales puede o no que prevalezcan convirtiendo de esta en un estilo de vida toxica.

4.3.1. Consumo de alcohol y otras drogas.

El alcohol y el cigarro son drogas legales, accesibles y aceptables socialmente, los adolescentes y algunos padres opinan que son menos dañinas que otras drogas. Los padres se enteran tarde del abuso del alcohol y con frecuencia subestiman el problema, al igual que algunos médicos. (Sánchez, Rosell, & Baró, 2002, pág. 125)

El consumo de alcohol y otras drogas aumenta los riesgos inmediatos de lesiones accidentales e intencionales (en especial el homicidio y el suicidio), la posibilidad de compartir agujas en el uso de drogas ilegales los conduce a infecciones por VIH, por el virus de la Hepatitis B y C, así como comportamientos sexuales desinhibidos.

Las drogas psicoactivas distorsionan la experiencia sensorial y producen placer. Esta facilidad en la obtención de placer es la que tiende a inducir a un cambio conductual, inhibe la maduración psicosocial y lleva al adolescente a incrementar sus uso y a la dependencia.

A pesar de la diversidad de reacciones que provocan como son; el espectro de la enfermedad inducida por el alcohol oscila desde el Síndrome fetal alcohólico hasta la Cirrosis hepática, la cual es la causa de muerte en adultos, contribuye al 25-50% de los accidentes, suicidios y homicidios de los adolescentes, que son las tres primeras causas de mortalidad entre jóvenes, estas muertes son prevenibles.

Los adolescentes pueden estar comprometidos en varias formas con el alcohol y las drogas legales o ilegales. Es común el experimento con el alcohol y las drogas durante las adolescencias, desafortunadamente con frecuencia los adolescentes no ven la relación entre sus acciones en el presente y las consecuencias del mañana. Los adolescentes usan el alcohol y las otras drogas por varias razones, incluyendo la curiosidad, para sentirse bien,

para reducir el estrés, para sentirse como personas adulta o para pertenecer a un grupo.
(AACAP, 2015)

4.3.2. Clasificación de las drogas

4.3.2.1. Drogas Estimulantes.

Son aquellas sustancias cuyo efecto en el organismo, consiste en provocar un período de sobreexcitación y de aceleración de la actividad mental y corporal. Aumentan el estado de alerta y la conciencia, de tal suerte que el sujeto percibe con mayor intensidad el medio exterior y responde de manera pronta a los estímulos. Además de la sensación de euforia, excitación o bienestar exagerado que siente el consumidor, estas sustancias generan un aumento en el ritmo cardíaco, la presión sanguínea y la temperatura corporal; contribuyen a disminuir el apetito, crean insensibilidad frente al dolor y la fatiga, lo que da una sensación de mayor resistencia física. Alteran el sueño, y pueden desencadenar estados de pánico, ansiedad, miedo y comportamiento violento.

Entre los estimulantes más usados se encuentran:

- **Cocaína**

La cocaína es un alcaloide que se obtiene de la hoja del arbusto de coca, es considerada como una de las sustancias más estimulantes del sistema nervioso central y, además, suprime el apetito y actúa como anestésico tópico.

A nivel cerebral inhibe la recaptación de serotonina, norepinefrina y dopamina, por lo que produce un elevado incremento de estas sustancias en las regiones cerebrales.

La cocaína es altamente adictiva ya que afecta de forma muy directa y muy intensa al sistema de recompensa meso límbico.

Entre otros efectos, su consumo puede producir agudización del estado de alerta, manía persecutoria, aumento de la violencia, anorexia, estimulación del sueño, vasoconstricción periférica, incremento de la temperatura y aumento de energía.

Así mismo, el consumo de esta sustancia suele producir hiperactividad motora y verbal, disminución de la fatiga e incremento de los placeres en alerta.

No obstante, tras los efectos de la droga pueden aparecer síntomas totalmente opuestos como cansancio, disforia y deseo de tomar cocaína para volver a experimentar los efectos placenteros.

Con dosis muy elevadas pueden aparecer, en algunos casos, alteraciones de la capacidad crítica y discriminativa, ilusiones y/o alucinaciones auditivas, táctiles y visuales, estereotipias y convulsiones.

- **Anfetamina**

La anfetamina es un agente adrenérgico sintético que estimula el sistema nervioso central. En la actualidad, podemos encontrar dos sustancias distintas que hacen referencia al nombre de anfetamina.

La primera está compuesta por las sustancias anfetamina, dextroanfetamina y metanfetamina, mientras que la segunda alude a los estimulantes de tipo anfetamínico (ATS).

A nivel cerebral, la anfetamina actúa como agonista de los receptores presinápticos para la noradrenalina y la dopamina a nivel del sistema nervioso central.

De este modo, la droga se une a estos receptores y los activa, por lo que estimula una mayor liberación de este tipo de neurotransmisores e incrementa la actividad cerebral.

Cuando se consume, la anfetamina mejora el estado de vigilia, aumenta los niveles de alerta e incrementa la capacidad de concentración.

Así mismo, produce efectos placenteros y reforzadores, reduce los niveles de impulsividad, disminuye el apetito y aumenta la actividad motriz.

- **Metanfetamina.**

La metanfetamina es un potente estimulante derivado de la sustancia anfetamina anteriormente comentada.

Específicamente consta de un agente agonista drenérgico sintético, estructuralmente relacionado con el alcaloide efedrina y con la hormona adrenalina.

Aunque la metanfetamina deriva y se asemeja a la anfetamina, los efectos que provoca en el sistema nervioso central son mucho más potentes y pronunciados.

De este modo, es una sustancia mucho más adictiva que produce más efectos placenteros y que, a pesar de que también puede incrementar el estado de atención y la capacidad de concentración, se utiliza únicamente con fines recreativos.

Por otro lado, esta droga también incrementa la actividad, reduce el apetito, produce sensación general de bienestar, motiva la aparición de estados eufóricos y alivia la fatiga.

- **Éxtasis.**

El éxtasis, también conocido como MDMA, es una droga empatógena perteneciente a la familia de las anfetaminas sustituidas.

Actúa en el cerebro produciendo un incremento de la producción de serotonina y dopamina.

Suele consumirse de forma oral a través de cristales o polvos de cristal, motivo por el cual también se conoce con el nombre de “cristal”.

Sus efectos inmediatos producen hipertermia y deshidratación, y consumos de cantidades elevadas puede originar un descenso excesivamente elevado de las cantidades de sodio en la sangre.

Así mismo, su consumo también suele producir pérdida de apetito, insomnio, aumento de la sudoración y la presión arterial, hiperactividad, sensaciones de euforia y pérdida parcial del dolor físico (Gratacós, Lifeder, s.f.)

4.3.2.2. Drogas Depresoras.

Aquellas sustancias cuyo efecto en el organismo es disminuir la actividad mental. Hacen decrecer el estado de alerta, deprimiendo las funciones cerebrales superiores: atención, juicio, razonamiento, memoria e inteligencia. Hay un descontrol motor y del lenguaje, y fallas en la percepción. Disminuye la capacidad de respuesta frente a los estímulos del mundo exterior, las reacciones son más lentas. Se inducen episodios de sueño profundo y de inactividad prolongada.

Como ejemplo de drogas depresoras se tiene:

- **Alcohol.**

El alcohol es un depresor del Sistema Nervioso Central, que pertenece al grupo de sedantes junto con los barbitúricos y las benzodiazepinas.

El alcohol etílico o etanol es la droga que se encuentra en las bebidas alcohólicas, aunque existen otros tipos de alcoholes como el metílico, que se utiliza principalmente en la industria.

En unos pocos minutos llega el alcohol al cerebro, donde actúa y donde se aprecian los mayores efectos.

El consumo excesivo de alcohol (grandes cantidades) en un corto período de tiempo puede producir la muerte.

El alcohol es un tóxico que, circulando por la sangre, alcanza todos los órganos y sistemas del organismo, por lo que se pueden producir importantes y múltiples problemas relacionados con su consumo: afecta a la respiración intracelular, la producción de neurotransmisores y el metabolismo.

En el bebedor habitual aparece el síndrome de abstinencia tras una privación de bebida de uno a cinco días. En este síndrome de abstinencia se dan síntomas orgánicos, neurovegetativos y psíquicos.

- **Opiáceos.**

Los opiáceos son el conjunto de sustancias que se extraen del jugo de las semillas de la planta amapola o dormidera.

Estas plantas se cultivan a gran escala en Asia (Irak, Irán, Afganistán, Pakistán la India, China, Birmania y Laos), asimismo, en Europa (Balcanes), África Ecuatorial (Nigeria), América Central (Méjico y Guatemala) y América del Sur (Colombia, Perú y Ecuador) también se encuentran plantaciones.

Su acción está ligada a la presencia en el SNC y otros órganos receptares específicos y saturables.

La acción sobre los receptores produce analgesia general, sedación, sensaciones de bienestar, depresión respiratoria y disminución de la motilidad intestinal.

Los receptores kappa se encuentran en la médula espinal y cuando los opiáceos modifican su funcionamiento producen analgesia periférica.

Finalmente, la acción sobre los receptores delta produce analgesia periférica y narcosis.

Las drogas que forman parte de las sustancias opiáceas son: la heroína, la metadona, la oxycodona y el kratón.

- **Heroína.**

Es una sustancia con una alta liposolubilidad por lo que alcanza rápidamente elevadas concentraciones en el SNC.

Se puede consumir tanto por vía intravenosa como fumada y posee un elevado potencial adictivo.

La primera experiencia que produce su consumo se denomina en argot popular como “cabalgar el dragón”. Suele caracterizarse por síntomas como presión de grupo o motivos personales, náuseas, vómitos, euforia, ansiedad y temblor.

A dosis bajas, la heroína produce, actividad dicharachera, relajación, supresión del dolor, somnolencia, apatía, dificultad de concentración, disminución de la agudeza visual y miosis.

A dosis elevadas se acentúan los efectos y aparece respiración fatigosa, sensación orgásmica abdominal y euforia.

- **Metadona.**

La metadona es un opioide sintético desarrollado en Alemania en 1937 que se utiliza como fármaco para el tratamiento de desintoxicación de farmacodependientes a la heroína.

Su consumo produce efectos como contracción pupilar, depresión respiratoria, bradicardia, relajación muscular, liberación de la hormona antidiurética, estreñimiento, aumento de la temperatura corporal e incremento de glucosa en la sangre. (Gratacós, s.f.)

4.3.2.3. Perturbadoras.

Se incluyen en este grupo las drogas que generan alucinaciones, es decir, percepciones y sensaciones en el consumidor sobre cosas u objetos no relacionados con la realidad, o sobre fenómenos no existentes. A algunos se les conoce como psicóticos, por ser capaces de producir cambios en la conciencia, en el ánimo, la percepción y la conducta. (Betancourt, 2011)

- **Cannabis.**

La planta conocida como cáñamo es la productora de droga más conocida y utilizada. El cáñamo también ha sido usado mucho para la obtención de fibras. Ya se cultivaba en torno al año 8000 a.C. en sus múltiples variantes como la Cannabis sativa o Cannabis índica. Procede de Asia Menor se extendió con rapidez por todo el mundo para su uso como planta industrial de la que extraer fibras textiles y para consumir como estimulante. Su uso médico es de varios milenios atrás, ya que se conocen tratados médicos chinos del segundo milenio A.C. Hasta el siglo XX este era su uso habitual, como medicina, hasta que fue prohibida. Los productos obtenidos la planta son muy variados, el más común es la marihuana, también unas pastillas de aspecto plástico y color oscuro y conocida como hachís o chocolate. Normalmente se consume fumada, bien sola o mezclada con tabaco, dando lugar a un cigarro conocido comúnmente como porro.

Produce efectos sedantes, estimulantes e incluso psicodélicos, además los ojos aparecen enrojecidos, aumenta del ritmo cardíaco, la boca se queda seca y se abre el apetito.

4.3.2.4. Drogas alucinógenas.

En este grupo están la mayoría de las drogas utilizadas por pueblos antiguos en sus ritos mágicos. La característica común de este grupo son los efectos como dilatación de las

pupilas, aumento de la presión sanguínea, debilidad general. Su consumo suele provocar alucinaciones o visiones no reales, cambios de ánimo y un torbellino de ideas

Las más famosas son diversos hongos, utilizados prácticamente en todo el mundo, como la Amanita muscaria y los cactus americanos, como la mezcalina, extraída del cactus peyote, la fenciclidina o PCP, la psicolabina, la ibogaína, que se extrae de un arbusto africano, cuyas raíces producen efectos alucinógenos

Pero la droga más común de este grupo es el LSD-25. El ácido se consume chupando un pequeño papel secante o cartón impregnado de una minúscula dosis de la droga

- **Pegamentos, disolventes:**

Se trata del escalón más bajo de la drogadicción marginal. Se aprovechan gases presentes en disolventes o pegamentos para alcanzar un estado de embriaguez. Este tipo de consumo ha empezado a ser común desde hace algunos años entre niños y jóvenes, gracias a la facilidad de adquisición y bajo precio, contra lo que ocurre con otras drogas. (García, s.f.)

4.3.3. Conducta Sexual Arriesgada.

Algunos mitos o ideas erróneas que originan conductas sexuales de alto riesgo:

- Se conoce que los adolescentes creen que tener relaciones sexuales “de vez en cuando” no las expone al riesgo de embarazo;
- Asimismo, un comportamiento muy arraigado en las muchachas es el pensamiento de que si usan anticonceptivos y “otros lo saben” pensarán o las tacharán de “fáciles” o promiscuas.
- La “presión” de sus pares de calificarlas como “tontas” o “raras” por no haber practicado relaciones sexuales las lleva a iniciar actividad sexual precozmente para

sentirse parte de un grupo que hable el mismo lenguaje y en muchas ocasiones para no sentirse aislados de sus coetáneos.

- Lo mismo pasa con los muchachos quienes muchas veces por exigencias de sus compañeros y por no quedar mal con sus amigos o grupo (“para ser más hombre”) se lanzan en una carrera sexual, obviando los riesgos a los que esta conlleva.
- No podemos obviar las enfermedades de transmisión sexual y VIH, tema de vanguardia, y del que la mayoría de los jóvenes ha escuchado o leído, pero que no toman muy en serio, creen que a ellos no les sucederá y por el contrario, al no utilizar preservativos u otro método de protección, están más expuestos a contraer alguna de estas enfermedades.

En este punto es donde debemos tener especial cuidado respecto de la información que les entregamos como en la forma en que se lo decimos, ya que una cosa es que nosotros lo entendamos y otra muy distinta es que ellos lo comprendan.

La decisión del adolescente de tener relaciones sexuales cuando se siente atraído por alguien dependerá de parámetros como: expectativas sobre el nivel de estudios (los adolescentes que piensan ir a la universidad retrasan más tiempo su primera relación sexual) y sus actitudes y valores respecto a la sexualidad, los que pueden estar influenciados por las actitudes familiares y culturales. (Delgado, 2017, pág. 15)

4.3.4. Embarazo en la Adolescencia.

Definimos como embarazo en la adolescencia, a aquella gestación que tiene lugar durante la etapa de la adolescencia, o lo que es igual, aquella que ocurre en mujeres desde la menarquía hasta los 19 años de edad, con independencia de la edad ginecológica.

El embarazo en la adolescencia es por lo general no deseado, en su gran mayoría se produce en jóvenes solteras, y en aquellas estables se describe una alta incidencia de separaciones durante el transcurso de la gestación, por lo que el abandono del progenitor y la ilegitimidad desprotegida serán factores de riesgo para el incremento de la mortalidad infantil.

Los riesgos médicos asociados al embarazo en madres adolescentes, tales como patología hipertensiva, anemia, bajo peso al nacer, parto prematuro, nutrición insuficiente, etc., determinan elevación de la morbimortalidad materna y un aumento estimado de 2 a 3 veces en la mortalidad infantil, cuando se compara con los grupos de edades entre 20-29 años.

El embarazo es más vulnerable a mayor cercanía de la menarquía; la joven alcanza su madurez reproductiva después de 5 años de edad ginecológica, por esta razón la atención a los embarazos que se inicia en los primeros 5 años de post-menarquía deben priorizarse.

Las patologías materna, perinatales y del recién nacido son más frecuentes en las mujeres menores de 20 años y sobre todo en los grupos de edades más cercanos a la menarquía.

De forma global se describe mayor morbilidad en la gestación de las adolescentes, en tanto que de forma reducida se puede clasificar por periodos de gestación. (Mendoza, Avich, Machado, Rodríguez, & Vanegas, 2002, pág. 190)

La embarazo en adolescente en muchos casos viene acompañado de la falta de apoyo familiar lo cual en muchos casos obliga a la adolescente a votar por el aborto clandestino sin mencionar el hecho de que dejan los estudios y pasan a ser mujeres pequeñas en algunos casos hasta son mal vistas por la sociedad ya que son consideradas promiscuas.

4.3.5. Deserción Escolar.

El abandono definitivo de la escuela o taller es el primer escalón de un descenso que puede complicarse o comprometer seriamente el futuro de cualquier adolescente. En esta edad la falta de motivaciones, intereses y compromisos sociales constituyen un riesgo que es la base de otros cada vez más graves. (Sánchez, Rosell, & Baró, 2002, pág. 120)

La asistencia regular a la escuela constituye la actividad más importante para el niño primero y el adolescente después. Una parte de la socialización se realiza en contacto con los maestros y los compañeros de aula, a través de los sucesivos cursos desde la primaria hasta el término de la enseñanza media.

Es fundamental que estas experiencias resulten gratificantes y significativas para los estudiantes, solo así se puede lograr un aprendizaje óptimo y la formación e incremento de valores humanos que den paso a una personalidad equilibrada y sana. El fracaso de estos empeños compromete el futuro desarrollo del individuo.

4.3.6. Estrés.

La interacción entre la tensión emocional, su enfrentamiento la enfermedad ha sido un tema de interés para los clínicos, pues el estrés psicológico, es considerado como factor contribuyente en casi todas las enfermedades y accidentes.

Entre ellas tenemos:

- Hipertensión arterial
- Abuso de sustancias psicoactivas
- Cefaleas
- Dolor torácico
- Manifestaciones dermatológicas(las más frecuentes psoriasis y alopecia)

- Trastornos psicosomáticos
- Trastornos de los hábitos (insomnio, anorexia y otros)
- Embarazos, abortos
- Enfermedades de transmisión sexual.

Los adolescentes establecen fuertes lazos de unión con otros de su misma edad y sienten las experiencias emocionales negativas o dolorosas

La necesidad de competencia con sus iguales, obtener la independencia de desear y ganar a su vez la aprobación social es muy fuerte y difícil. Por lo que con frecuencia suelen estar en situaciones extremadamente conflictivas para las cuales no están plenamente preparados. Esto provoca reacciones de estrés, que aunque muchas veces son normales y esperadas, pueden por su frecuencia y repetición o por su connotación negativa (distrés) ser particularmente nocivos. (Estrada, 2002, págs. 130-131)

4.3.7. Violencia.

La agresividad puede considerarse que es una característica de la naturaleza humana y ha sido esencial en la evolución y supervivencia de la especie (defensa, búsqueda de alimento). Este comportamiento “normal” suele ser temporal, condicionado a la situación (cultura, momento histórico, valores sociales) y forma parte de la experiencia adolescente. Algunos pueden evolucionar hacia conductas violentas antisociales.

Las conductas violentas incluyen agarrar, empujar, golpear con el puño u objeto, y amenazar con armas, entre otras. Hay varios tipos de violencia.

Puede existir una evolución entre agresividad y violencia: agresión verbal, lenguaje hostil, agresión física, violencia letal. Hay que tener en cuenta que no todo comportamiento

agresivo es antisocial o criminal, no todo comportamiento antisocial es violento, pero la violencia siempre es un comportamiento antisocial.

4.4. Relaciones interpersonales en la adolescencia.

Las relaciones interpersonales desarrollan un papel clave en el desarrollo de una persona. Obtener refuerzos sociales en nuestro entorno favorece nuestra adaptación al mismo y aumenta la calidad de vida.

Las relaciones interpersonales, son una necesidad primordial de cada individuo; por medio de estas podemos comunicarnos y expresar nuestros sentimientos, emociones, pensamientos y conocimientos; a su vez las relaciones interpersonales nos ayudan a desarrollarnos como personas plenas y completas

La adolescencia es un periodo en el que las relaciones con los compañeros van ganando importancia, intensidad y estabilidad, de tal forma que el grupo de iguales pasa a constituir el contexto de socialización preferente, y una importante fuente de apoyo. Para que el adolescente consiga unas buenas relaciones sociales, y desarrolle el sentido de ajuste social, es necesario que posea unas adecuadas habilidades sociales, aunque estas no siempre se acaban desarrollando, lo que supone más probabilidad de padecer diferentes alteraciones psicológicas.

4.4.1. Grupos de amigos en la adolescencia.

Sin duda en la etapa de la adolescencia los amigos juegan un papel importante. La función del grupo de amigos es ayudar al adolescente a transformar su estructura emocional, proporcionándole libertad y favoreciendo su autonomía. En efecto, el adolescente necesita un espacio fuera del entorno familiar donde resolver sus propios conflictos y consolidar su identidad (Manrique, 2011)

Si hay algo que importe a los adolescentes son sus amigos, a esta edad, los amigos son lo primero, antes que la familia o los estudios.

Los amigos se convierten en algo imprescindible, si hasta la adolescencia la imagen que tenían de ellos mismos era la que veían a través de nuestros ojos, ahora les importa mucho lo que piensen sus amigos de ellos, es decir, que su autoestima depende en gran medida de la aceptación que tengan en el grupo de amigos. Por supuesto, lo peor que les puede pasar es no tener amigos o sentirse excluidos del grupo. Al pertenecer a un grupo, siente que es parte de algo más grande y más poderoso que él. Esto lo impulsa a experimentar nuevos roles y experiencias que lo ayudan a definir su identidad

4.4.2. La presión de grupo en la adolescencia.

Es lógico entonces que muchos padres se preocupen por la influencia que puede llegar a tener el grupo de amigos en sus hijos adolescentes. El concepto de presión del grupo hace referencia a la fuerza, negativa o positiva, que ejerce un determinado grupo hacia una persona, en el caso que nos atañe, en los adolescentes. Esta misma presión va a producir en muchas ocasiones durante la etapa de la adolescencia, que el menor adopte o lleve a cabo conductas con las que no siempre estará completamente de acuerdo.

La presión del grupo en los adolescentes es un hecho de importante influencia en sus conductas y decisiones, ya que están en una etapa en la que la identificación con su grupo social es un factor que determinará en gran medida su propio desarrollo y maduración. De ahí, que la fuerza que puede ejercer el grupo sobre el menor sea importante. Sin embargo, estas influencias pueden ser negativas como positivas, dependiendo del grupo escogido por el menor para servirlo como modelo y/o las conductas e ideologías que tenga dicho grupo (Hidalgo, 2014)

Se teme que la presión de grupo pueda llevarlos a realizar conductas negativas, por ejemplo, consumir alcohol o drogas, involucrarse en pandillas o implicarse en conductas sexuales de riesgo. Sin embargo, hay que recordar que los amigos también pueden promover conductas saludables y positivas, por ejemplo, actividades culturales, artísticas o voluntariados. Al fin y al cabo, la influencia que pueda tener el grupo en el adolescente dependerá no solo de quiénes son sus amigos, sino también de la personalidad de éste y de la relación que mantiene con su familia.

En ese sentido, se cree conveniente que los padres estén al tanto de quiénes son los amigos de sus hijos, pero al mismo tiempo es importante que sean conscientes de que es necesario respetar su autonomía. En un intento por mantener la cercanía a los hijos, algunos padres intentan convertirse en sus amigos y se vuelven extremadamente permisivos para así “recuperar” el cariño que creían perdido; sin embargo, éste es un rol que no les corresponde. Y es que el cariño no se ha perdido, simplemente la manera de relacionarse de los hijos y las necesidades de los mismos han cambiado.

4.5. Familia

La familia se define como la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia”. (Lopez & Palacios, 1998, pág. 33)

La familia es el primer contexto de desarrollo, un contexto en el que el niño modelará su construcción como persona, en el que establecerá las primeras relaciones con otros y en el que desarrollará una imagen de sí mismo y del mundo que le rodea. Y este desarrollo se

producirá en un escenario de relaciones, intenciones y actuaciones en las que el niño desempeñará un papel protagonista y activo. La calidad y cualidad de las relaciones interpersonales que vivan en este contexto dejarán sin duda una huella significativa en su esencia como ser individual y social.

4.5.1. Comunicación familiar.

Se puede entender la comunicación familiar como “El intercambio mediatizado por el lenguaje y los sentimientos es parte de su misma esencia. Mediante ella, la familia logra influir en los otros, transmite información y brinda afecto, protección, seguridad y cuidado” (Gamboa, 2012).

La comunicación en familia no siempre resulta fácil, debido a la falta de tiempo, a las múltiples obligaciones y en otro orden, debido a las diferentes edades de los hijos y su diferente madurez. La comunicación con los padres también tiene una poderosa influencia en nuestro contexto y puede funcionar como factor protector o de riesgo en el pasaje por esta etapa. “Aquí recae la importancia de mantener una buena comunicación entre los adolescentes y sus padres, ya que mediante esta se puede reducir los riesgos de caer en cualquier tipo de conducta negativa” (Schmidt, Maglio, Messoulam, Molina, & Gonzalez, 2010, pág. 300)

4.5.2. Interacción familiar.

Las interacciones familiares constituyen un elemento básico en el desarrollo de las personas que están dentro del núcleo familiar.

La familia es el primer grupo social del cual formamos parte todos y todas y es ella quien nos convierte en seres sociales al transmitir todo el cúmulo de conocimientos, normas, valores, usos, costumbres que constituyen la sociedad. Es también el núcleo de acogida y

de amor para cada uno de sus miembros, permitiéndoles alcanzar un desarrollo completo y constituyéndose así en un verdadero refugio del mundo exterior.

Independiente de cual sea el tipo de familia, de ella se espera todo aquello que no se encuentra en las relaciones del mundo exterior: intimidad, afecto, aceptación del otro, respeto por su individualidad y seguridad o protección.

Una buena interacción familiar “Adicionalmente, en cuanto a los factores necesarios para que exista una buena dinámica familiar, estos se resumen en establecer límites y roles claros, una buena comunicación y afectividad entre sus miembros, así como también una madurez emocional lo cual posibilita la fácil resolución de conflictos y el planteamiento de metas a futuro” (Muñoz, 2016)

4.6. Reglas en la Adolescencia.

Los adolescentes precisan de reglas en su proceso educativo y en la convivencia diaria en el hogar, que si se han establecido correctamente se aceptarán y pondrán límites al adolescente.

Las reglas son normas que determinan nuestro comportamiento, nuestras relaciones sociales y de convivencia, establecen hasta dónde se puede llegar y hasta dónde no.

Uno de los aspectos fundamentales para que el adolescente se convierta en una persona sociable, autónoma y tolerante es el modo en que haya podido asumir e internalizar las reglas.

Se entiende que “Las reglas son una serie de normativas que se establecen como de obligatorio cumplimiento para el funcionamiento de algún organismo o de un grupo social. Independientemente del nivel en el que se establezcan, las reglas son una forma de garantizar el orden en el grupo donde rigen. Para que sean efectivas, las reglas son de

obligatorio cumplimiento por parte de todos los miembros del espacio en donde se aplican.
(Perez, s.f.)

Los padres no pueden estar siempre detrás del adolescente para hacerles cumplir las reglas, por lo que es importante que estas queden arraigadas en ellos y lleguen a comportarse de una manera responsable aunque no haya nadie que les indique lo que han de hacer.

Se dice que los adolescentes pasan mucho tiempo en colegio o con las amistades fuera de casa en la calle, trasladando el hogar a un segundo plano y por la actividad laboral de sus padres ya no es posible controlar la rebeldía propia de esa edad si no se tiene ni tuvo reglas en casa.

Las reglas y límites ayudan en la construcción de la personalidad del niño o adolescente, ya que conllevan el desarrollo de aspectos como la voluntad, la tolerancia a la frustración, el aplazamiento de las satisfacciones, tener en cuenta los derechos de los demás, etc. (Mató, 2016)

V. METODOLOGÍA

5.1. CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA

El instituto de INTRAID a través del departamento de prevención y promoción de la salud lleva adelante varios programas de prevención y capacitación, entre ellos se ejecuta el “Programa Familias Fuertes Amor y Límites” el cual se llevó a cabo en el módulo de adolescentes y el módulo de la familia.

La población beneficiaria del programa fueron adolescentes de 10 a 14 años de las distintas unidades educativas de Tarija que cursan los niveles de: cuarto, quinto, sexto de primaria; primero de secundaria y segundo secundaria. Todos alumnos regulares que participaron en todas las sesiones de manera satisfactoria y fueron seleccionados por la institución.

El programa se aplicó a 18 grupos, la población en total estuvo conformada por 480 estudiantes de ambos sexos entre las edades de 10 a 14 años; la Práctica Institucional (P.I) se desarrolló cumpliendo la carga horaria establecida por el reglamento; asimismo para su adecuada ejecución se tomó en cuenta los parámetros que se establecían en el manual.

El Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites” tiene como finalidad una intervención primaria que fomenta el desarrollo de habilidades y la relación familiar para prevenir conductas de riesgo en la adolescencia temprana (10 a 14 años de edad) como periodo clave para la prevención, ya que en esta etapa las conductas de riesgo aún no se han presentado o recién se están instalando.

El presente programa se implementó en las siguientes Unidades Educativas de la ciudad de Tarija, tanto fiscales como privadas y del área dispersa:

CUADRO N ° 1

POBLACIÓN BENEFICIARIA

COLEGIO	NIVEL	POBLACIÓN
U.E. Eduardo Orozco	Se trabajó con un grupo conformado por los cursos de: 6to A y 1ro A.	34 Estudiantes
U.E. Lidia de Campos	Se trabajó con un grupo conformado por los cursos de: 2 do A y 2do B.	43 Estudiantes
U.E. Humberto Porto Carrero 2	Se trabaja con tres grupo conformado por los cursos de: 1ro A y 1ro B. 2 do A 2 do B	42 Estudiantes 19 Estudiantes 22 Estudiantes
U.E. Tarija 2 (turno tarde)	Se trabaja con un grupo conformado por los cursos de: 6to A y 6to B.	55 Estudiantes
U.E. Tarija 3	Se trabajó con tres grupos: 3ro A 3ro B 2do A	26 Estudiantes 25 Estudiantes 17 Estudiantes
U.E. Bolivia	Se trabaja con cinco grupo: 4to C 6to A 6to B 5to A 5to B	25 estudiantes 21 Estudiantes 19 Estudiantes 22 Estudiantes 23 Estudiantes
U.E. San Roque	Se trabaja con cuatro grupos: 1ro A 1ro B 2do A 2do B	18 Estudiantes 23 Estudiantes 21 Estudiantes 25 Estudiantes

Elaboración: Propia

5.2. Descripción sistematizada de la Practica Institucional.

Se realizará una explicación detallada de cada fase desarrollada en la Práctica Institucional.

Fase 1 Contacto con la Institución

El contacto se realizó de manera personal con el área de Prevención y Promoción de Salud de INTRAID a través de la Lic. Marlene Rollano, quien proporcionó la explicación correspondiente acerca de la labor que desempeñan las practicantes en la institución, así como dio a conocer el “Programa Familias Fuertes; Amor y Límites”

Para corroborar la aceptación de la practicante en la institución, se elaboró una carta donde figura formalmente dicha aceptación.

Fase 2 Revisión Bibliográfica.

Se buscó y reviso información relacionada al programa con el fin de ampliar conocimiento en la temática, así como ser el impacto del programa en otros países, los índices de conductas de riesgo en el mundo, en el país y departamento. Como también se realizó la revisión de tesis relacionadas al programa para recabar más información.

Fase 3 Capacitación.

Se brindó la capacitación correspondiente por parte del personal de la institución, tanto práctica como teórica para el desarrollo adecuado del programa:

- Se dio a conocer a la practicante los objetivos de la institución así como del área de prevención
- Se brindó material necesario para el desarrollo del programa, así como en el manejo de las técnicas, métodos que se emplea en los talleres.
- Se capacitó y preparó a las practicantes en cuanto a la oratoria, tono de voz, manejo de grupo, así como en la expresión, postura corporal, manejo de escenario y términos que se pueden emplear durante el desarrollo de los talleres.

- Se recibió capacitación en talleres presenciales por parte de la Lic. Marlene Rollano.

Fase 4 Coordinación con la población.

En esta fase se realizó la visita a distintas Unidades Educativas de Tarija promocionando el Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, mediante la presentación de una carta a los directores, profesores y padres de las U.E.

En caso de interés por parte de los directores, profesores y padres hacia el programa, se daba una breve explicación del programa, su impacto, metodología, por último se realizaba la respectiva coordinación para dar inicio con el programa.

Fase 5 Aplicación de pretest.

Antes de dar inicio con el programa, se evalúa el conocimiento inicial de los estudiantes a través de la aplicación de un cuestionario pretest, el cual se lo realiza en la primera sesión, es anónimo y auto administrado.

El cuestionario consta de 75 preguntas con una escala de respuestas tipo Likert que evalúa seis áreas: relaciones interpersonales, cercanía emocional con la familia, seguir reglas y normas de convivencia, relación con su medio social, conductas de riesgos e interacción familiar.

Fase 6 Ejecución de la Práctica Institucional.

En esta fase, la más importante, se da inicio con el desarrollo de los talleres dirigidos a los adolescentes, para lo cual se realiza la coordinación de fechas y horarios con los directores y profesores de las Unidades Educativas, donde se tiene constante supervisión por parte de la Lic. Marlene Rollano.

Para esto se empleó un manual de 7 sesiones como guía, el cual consta de un módulo dirigido a adolescentes y otro módulo dirigido a las familias.

Los talleres que se realizaron con los adolescentes, en una primera sesión se estableció el rapport mediante un juego y se pasó a realizar la presentación de la facilitadora y la institución, todas las actividades que se realizó con cada grupo poseen una metodología activo participativo, así como trabajo grupal y juegos con reflexiones, todo esto para incrementar la asimilación del contenido y cumplir con los objetivos de cada sesión.

En las sesiones familia, se contó con la presencia de padres y adolescentes donde se realizaron actividades para fortalecer la comunicación entre padre e hijo; asimismo se realizaron juegos entre ambos con reflexiones.

Fase 7 Aplicación del instrumento de postest.

En esta fase se aplicó el postest para hacer una última medición acerca de los conocimiento que adquirieron los adolescentes una vez que finalizo la implementación de programa, para comprobar si hubo o no cambio en cuanto a la: interacción familiar, comunicación de los padres e hijos, relaciones interpersonales, cercanía emocional con la familia, el seguimiento de reglas y conductas de riesgo, que son áreas que miden el instrumento, para comprobarlos con la medición inicial que se realizó y poder identificar si el programa tuvo o no impacto sobre la población.

Fase 8 Análisis e interpretación de los resultados del “Programa Familias Fuertes; Amor y Límites” (Tabulación de Datos)

En esta fase se pasó a ordenar los datos del pretest y postest para luego realizar el análisis e interpretación de dichos datos y hacer la comparación.

Fase 9 Redacción del informe final

Concluidas todas las fases, se pasó a realizar la elaboración del informe final de la Práctica Institucional (P.I).

Fase 10 Presentación del informe final

Última fase para la conclusión de la Práctica Institucional (P.I) y presentaciones documento final.

5.3. Contraparte Institucional.

- Asesoramiento técnico idóneo para las prácticas
- Dotación de ambientes, materiales necesarios para la adecuada ejecución de la práctica
- Contenido teórico para la formación de la facilitadora
- Capacitación a la practicante sobre el programa que se desarrollo
- Supervisión en la ejecución de cada sesión y en el manejo de la técnicas para la correcta implementación del programa
- Presentación de informes del desempeño de la práctica en las diferentes actividades.

5.4. MÉTODOS, TÉCNICAS, INSTRUMENTOS Y MATERIALES.

5.4.1. MÉTODO

Para la implementación del programa se utilizará el método activo participativo.

La metodología activo participativa es una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza-aprendizaje y construcción del conocimiento. Esta forma de trabajo concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción y reconstrucción del conocimiento y no como agentes pasivos, simples receptores.

Este enfoque metodológico parte del supuesto de que todas las personas poseen una historia previa, una experiencia actual y un cuerpo de creencias (mitos, estereotipos y prejuicios), actitudes y prácticas que llevan consigo a los procesos de construcción de conocimiento en los que participan ignorar estos saberes pre-existentes, podría en alguna medida, obstaculizar el proceso pedagógico y con ello impedir el logro de los objetivos.

Tomando en cuenta lo anterior, la metodología participativa promueve y procura la participación activa y protagónica de todos los integrantes del grupo -incluyendo al facilitador- en el proceso de enseñanza – aprendizaje. (Cerros, Rojas, & Arce, 2000)

5.4.2. TÉCNICAS.

Las técnicas contribuyen en el proceso de aprendizaje y comprensión, mediante la participación activa de los adolescentes debido a su componente interactivo y dinámico.

Los autores Cerros, Rojas y Arce (2000) consideran las siguientes técnicas:

- **Lúdica:** A través del juego se impulsa el aprendizaje y se posibilita un espacio para que los participantes exterioricen situaciones no elaboradas o problemáticas.
- **Interactiva:** Se promueve el diálogo y la discusión de los participantes con el objetivo de que se confronten ideas, creencias, mitos y estereotipos en un ambiente de respeto y tolerancia.
- **Creativa y flexible:** No responde a modelos rígidos, estáticos y autoritarios. Aunque nunca pierde de vista los objetivos propuestos, abandona la idea que las cosas solo pueden hacerse de una forma.
- **Fomenta la conciencia grupal:** Fortalece la cohesión grupal fomentando la solidaridad y los vínculos fraternales así como desarrollando en los miembros del grupo un fuerte sentimiento de pertenencia.

- **Establece el flujo práctica-teoría-práctica:** Posibilita la reflexión individual y colectiva de la realidad cotidiana para volver a ella con una práctica enriquecida por la teoría y la reflexión.
- **Formativa:** Posibilita la transmisión de información pero prioriza en la formación de los sujetos, promoviendo el pensamiento crítico, la escucha tolerante y respetuosa, la consciencia de sí mismo y de su entorno, el razonamiento y el diálogo, la discusión y el debate respetuoso.
- **Procesal:** Se brindan contenidos pero se prioriza el proceso a través del cual los sujetos desarrollan todas sus potencialidades posibilitando la transformación de su conducta.
- **Comprometida y comprometedora:** Se fundamenta en el compromiso de la transformación cultural lo que promueve el compromiso de los participantes con el proceso y lo que se derive de él. (Cerros, Rojas, & Arce, 2000)

5.4.3. MATERIALES.

- Lista de asistencia
- Tarjeta de presentación
- Televisor y lector DVD/ videos
- Manual de Recursos para el Facilitador de Familias Fuertes
- Guía de recomendación para la implementación del Programa Familias Fuertes
- Botella vacía de refresco (1); Retazos de tela para cubrir los ojos; Tarjetas de identificador; Dos rotafolios y plumones de pizarra; Diez pulmones de colores; Tres rollos cinta adhesiva (masking tape); Veinte lápices de colores y/o crayolas; Un paquete de papel en colores adhesivo (papel lustre de colores, tijeras y goma); Diez

paquetes de papel adhesivo (post it de 8 por 8); Cinco metros de soga o cordel; Sesenta hojas de papel blanco; Quince globos grandes; Sobres para cartas; Una caja, tazón o sombrero; Dos dados. (UNODC, Programa Familias Fuertes Guía para el Facilitador, 2018, pág. 203)

5.4.4. INSTRUMENTOS.

Programa Familias Fuertes, Guía para el facilitador; conformado por el programa donde se detalla cada sesión desde su objetivo, las actividades y juegos, el tiempo de cada actividad y los materiales que se empleara, así como indicaciones de cómo realizar cada sesión con la explicación correspondiente.

Programa Familias Fuertes, Manual de Recursos para el facilitador (MRF); consta de todos los materiales que se emplearán en las sesiones, ordenados por sesiones como guía.

Guía de Recomendaciones para la Implementación del Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”; en esta guía se indica las recomendaciones que se deben tener en cuenta en cada sesión y asimismo cómo resolver los conflictos e inconvenientes que se presenten dentro de las sesiones.

Pre test y pos test; consta de 75 preguntas en las cuales se marca la respuesta elegida según el grado con la que el adolescente realiza o no ciertas actividades.

Las preguntas están divididas por áreas, las cuales son:

- Relaciones interpersonales, hacen referencia a los sueños y metas que el adolescente tiene consigo mismo.
- Cercanía emocional con la familia, la relación que el adolescente mantiene con sus padres, si el adolescente nota que estos le prestan atención y si el adolescente confía en sus padres.

- Seguir reglas y normas de convivencia familiares, las reglas y normas que se establecen en el hogar, el grado en el que el adolescente las sigue y las repercusiones que suceden si no las cumple, así como la función de los padres para hacer notar la importancia de estas reglas y normas en el hogar.
- Conductas de riesgo, el grado en el que el adolescente piensa o realiza las conductas de riesgo así como el nivel en el que los tolera.
- Relación con su medio social, si el adolescente realiza todas las actividades sean positivas o negativas con sus amigos, sean de su grado o no solo para ser aceptado
- Interacción familiar, aquellas actividades que el adolescente realiza con su familia y la ayuda que da dentro de ella ya sea con los padres o hermanos.

6.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.

En este apartado se presenta el análisis del conocimiento inicial que tienen los estudiantes de las distintas unidades educativas de Tarija.

El pretest aplicado consta de seis áreas en las que se evalúa el conocimiento de los estudiantes con respecto a: Relaciones interpersonales, Cercanía emocional, Seguir reglas y normas de convivencia familiares, Conductas de riesgo, Relación con su medio social e Interacción familiar.

Con los resultados obtenidos se da cumplimiento con primer objetivo de la Práctica Institucional el cual es *Evaluar el conocimiento inicial que tienen los adolescentes de 10 a 14 años de edad sobre las conductas de riesgo.*

CUADRO 2: RELACIONES INTERPERSONALES

Piense en los últimos 30 días. ¿Con que frecuencia...	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿He pensado en las metas que quiero lograr?	84	17,5	343	71,5	43	9,0	10	2,1	480	100,0
¿Cumples con las metas y sueños que lograste trazar?	75	15,6	373	77,7	26	5,4	6	1,3	480	100,0
¿Tienes un enunciado claro y preciso sobre lo que quieres lograr?	45	9,4	403	83,9	30	6,3	2	0,4	480	100,0
¿Se traza un tiempo límite para obtener la meta deseada?	167	34,8	301	62,7	11	2,3	1	0,3	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Las relaciones interpersonales son vínculos o lazos entre las personas, que resultan indispensables para el desarrollo integral del ser humano, y en especial de las habilidades sociales. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir la vida, perspectivas,

necesidades y afectos donde entra en juego la interacción con el entorno; todos necesitamos desarrollarnos en un entorno estimulante, que nos permita ir creciendo día a día.

Este cuadro hace referencia a las aspiraciones que tienen los adolescentes con respecto a ellos, ya que se considera importante que en estas edades se planteen metas a corto o largo plazo y aprendan a organizarse, planear los pasos que seguirán para cumplir sus metas, para luego aplicarlos a la vida fuera de la escuela, ya sea en sus estudios universitarios o vida profesional.

En la pregunta *¿He pensado en las metas que quiero lograr?* un 71,5 % de los participantes respondió *a veces*, lo que indica que en algún momento reflexionaron o visualizaron lo que quisieran ser en un futuro; durante la etapa del colegio, algunos adolescentes la atraviesan sin pensar en sus metas a futuro y si lo hacen solo se queda como deseo ya que el tener una meta no implica solo desearla, muy al contrario para conseguirla se necesita de una gran responsabilidad, determinación y dedicación que los adolescentes deben tener en claro. A menudo la dejan para cuando cursan el último año del colegio, en otros casos ya tiene definido qué estudiar por imposición de sus padres, por lo que dejan de lado sus propias metas. Esto conlleva a que no piensen por ellos mismos ni puedan identificar el rumbo que tomará sus vidas.

Por otro lado, en la pregunta *¿Cumples con las metas y sueños que lograste trazar?* Un 77,7% de los participantes afirma que *a veces*; las metas que se trazan los adolescentes en su mayoría se quedan como fantasía, en algunos casos carecen de metas ya que consideran que no están en la edad de planear, lo que lleva a que piensen en sus metas a ultima hora y por falta de planificación sea casi imposible cumplirlas.

Por lo general se plantean metas complicadas por falta de orientación y al no conseguirlo se frustran y dejan de fijar otras metas. Para conseguir una meta es necesario orientación que en muchos casos los padres desconocen y no puedan guiar a sus hijos en este aspecto.

Un 83,9% de los adolescentes afirma que *a veces* a la pregunta *¿Tienes un enunciado claro y preciso sobre lo que quieres lograr?*; uno de los grandes problemas es que algunos adolescentes no saben por cual rumbo dirigir su vida, ya que están indecisos en lo que quieren ser, por lo que tienden a no pensar o evitar trazarse metas, debido a que son los padres quienes fijan su rumbo y toman decisiones por ellos.

Por falta de orientación y guía, muchos dejan de lado sus metas para irse por lo fácil y evitar retos que los frustren.

CUADRO 3: CERCANÍA EMOCIONAL CON LA FAMILIA.

Piense en los últimos 30 días. ¿Con qué frecuencia...	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Conversan contigo tu padre, madre o tutor sobre cuáles son tus metas?	47	9,8	369	76,9	45	9,4	19	4,0	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor te apoyan para que puedas lograr tus metas?	17	3,5	343	71,9	95	19,8	23	4,8	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor te escucha cuando quieres hablar de tus metas?	21	4,4	322	71,2	123	25,6	14	2,9	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor te da un guiño o una sonrisa?	15	3,1	382	54,6	181	37,7	22	4,6	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor dice algo bueno (positivo) sobre lo que hiciste, te da un elogio o cumplido por lo que hiciste?	19	4,0	293	61,1	143	29,8	25	5,2	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor te da un abrazo, palmadita en la espalda o un beso por lo que hiciste?	29	6,0	313	65,3	116	24,2	22	4,6	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor te da algún premio por lo que hiciste, tal como un regalo, dinero extra o algo especial para comer?	40	8,3	352	73,3	71	14,8	17	3,5	480	100,0
¿Tu padre, madre o tutor hace algo especial contigo, tal como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial?	44	9,2	353	73,5	62	12,9	21	4,4	480	100,0
¿Con qué frecuencia tu padre, madre o tutor te dice lo orgulloso/a que está por el esfuerzo que has puesto en hacer algo?	58	12,1	351	73,1	58	12,1	13	2,7	480	100,0
¿Con qué frecuencia tu padre, madre o tutor te dice gracias?	45	9,4	331	68,9	78	16,3	26	5,4	480	100,0
¿Le demuestras a tu padre, madre o tutor que realmente te preocupas por él/ella, que aprecias sus ideas o las cosas que él/ ella hace?	28	5,8	287	59,8	130	27,1	35	7,3	480	100,0
¿Le cuentas a tu padre, madre o tutor sobre tus amigos y compañeros de clase?	49	10,2	276	58,6	110	22,9	40	8,3	480	100,0
Antes de salir ¿le cuentas a tu padre, madre o tutor con quien vas a salir? ¿A dónde vas a ir? ¿A qué hora vas a volver?	34	7,1	315	65,7	103	21,5	28	5,8	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Este cuadro hace referencia a la relación emocional entre padres e hijos; una buena relación emocional contribuye a un buen desarrollo del adolescente y a un ambiente familiar de seguridad y confianza.

En la pregunta *¿Conversan contigo tu padre, madre o tutor sobre cuáles son tus metas?*, un 76,9 % de los adolescentes considera que sus padres *a veces* dedican tiempo para platicar con ellos sobre sus metas; la falta de comunicación y el hecho de considerar al adolescente inmaduro conlleva a los padres a creer que no tiene la edad para definir metas, en algunos casos el adolescente por su edad tiende a cambiar constantemente de ideas.

Otro factor a considerar es que en algunos casos los padres o tutores prefieren no inmiscuirse en este aspecto de la vida de sus hijos, se puede notar en algunos padres la falta de compromiso con respecto a sus hijos o que los mismos adolescentes evadan hablar del tema

Por otra parte se tiene un alto porcentaje en la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor te apoyan para que puedas lograr tus metas?* El 71,9% de los adolescentes afirma que *a veces* sus padres los apoyan a conseguir sus metas; un gran factor a considerar es el tema económico ya que esto dificulta que puedan mandar a sus hijos a clases extras, ya sea en deporte u otra área, por lo que se tiende solo a mandarlos a la escuela. Se debe tomar en cuenta el factor tiempo, al carecer de este, los padres no pueden conocer a fondo las metas de sus hijos, sumado a esto la falta de comunicación que es un problema que afecta en la mayoría de las familias, ya que si no se tiene el conocimiento de las metas es difícil que los padres puedan ayudarlos u orientar.

El 73,5 % de los adolescentes afirma que a veces a la siguiente pregunta *¿Tu padre, madre o tutor hace algo especial contigo, tal como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial?* Los adolescentes prefieren realizar actividades más atrayentes para su edad, evitando actividades familiares ya que les parecen poco atractivas; por otro lado los padres

por el trabajo fuera y dentro del hogar no disponen el tiempo para realizar actividades familiares, salvo algunos casos en los que hacen un esfuerzo en fechas especiales.

Con respecto a la pregunta *¿Con qué frecuencia tu padre, madre o tutor te dice lo orgulloso/a que está por el esfuerzo que has puesto en hacer algo?* El 73,1% de los adolescentes respondió que *a veces*; factores como la falta de tiempo, la poca comunicación entre padre e hijo, conlleva a la poca expresión de afectos y sentimientos dentro de la familia, al padre se le hace difícil expresar palabras de afecto o aliento a su hijo, muchas veces por la barrera existente entre ambos; por parte de los adolescentes se hace algo común el no tener este tipo de expresiones con sus padres.

CUADRO 4: SEGUIR LAS REGLAS Y NORMAS DE CONVIVENCIA FAMILIARES.

Piense en los últimos 30 días. ¿Con que frecuencia...?	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Cuándo tu padre, madre o tutor hace una regla para ti ¿la cumples?	7	1,5	327	68,2	101	21,0	45	9,4	480	100,0
Si rompes una regla, tu padre, madre o tutor hace lo que acordaron hacer si se rompes las reglas?	3	0,6	286	69,6	120	25,0	70	14,8	480	100,0
¿Con qué frecuencia evitaste la sanción discutiendo y poniendo excusas?	8	1,7	370	77,1	85	17,7	17	3,5	480	100,0
¿Te dijo tu padre, madre o tutor claramente cuáles son las reglas que esperan que tú sigieras?	22	4,6	355	74,0	84	17,5	19	4,0	480	100,0
¿Te explicó tú padre, madre o tutor qué sanción o consecuencia recibirías si rompes las reglas?	54	11,3	368	76,6	53	11,0	5	1,0	480	100,0
¿Con qué frecuencia te castigó tu padre, madre o tutor por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente ocasión lo ignoro?	90	18,8	316	65,8	61	12,7	13	2,7	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

En el cuadro se puede apreciar un área fundamental en el desarrollo del adolescente, referido a las normas y reglas en la familia; para que un hogar funcione coordinadamente deben aclararse un conjunto de reglas y normas en la familia. Su cumplimiento debería supervisarse y mantenerse por todos sus miembros con coherencia. Dentro de la familia existen casos en el que no se elaboran normas y reglas dentro del hogar, lo que dificulta tener un orden dentro de la misma.

En la pregunta *¿Cuando tu padre, madre o tutor hace una regla para ti ¿la cumples?* El 68,2 % de los adolescentes afirma que *a veces* cumple las reglas impuestas por sus padres o tutores, esto puede que se deba a que algunos padres creen que todo está bien, para ellos no hay problemas, todo se comprende y todo se disculpa.

Poco a poco, los padres se acostumbran a flexibilizar sus normas y a ampliar los límites que ponen a sus hijos, los adolescentes por naturaleza tienen la necesidad de trasgredir las normas, se rebelan cuando se les dice no a algo. Por eso, cuanto más facilidad tenga para hacer cualquier cosa, mayor será el límite que romperán. A esto contribuye la falta de coherencia en no cumplir con el castigo acordado cuando se incumple una norma o regla.

En cuanto a la siguiente pregunta *¿Con qué frecuencia evitaste la sanción discutiendo y poniendo excusas?* Un 77,1% de los adolescentes afirma que *a veces*; esto va ligado a la idea de los adultos de que los adolescentes no poseen criterios propios, poder de decisión, habilidad para realizar tareas, etc. Desde esta idea consideran a los adolescentes con poca madurez, al que hay que mantener alejado de las cosas de adultos porque es incapaz de intervenir en ellas. Por lo que el adolescente se siente frustrado por no poder expresar todas las ideas que cruzan por su mente, además de sentirse menospreciado y lastimado en su autoestima, lo cual es una bomba de tiempo que explota a la menor provocación de los padres.

En ocasiones parece imposible para el adolescente hacer entender su punto de vista, como si no fueran capaces de comprenderlos, por lo que tiende a discutir como defensa de su persona, que está siendo atacada injustamente desde la perspectiva adolescente.

Con respecto a la pregunta *¿Te explicó tu padre, madre o tutor qué sanción o consecuencia recibirías si rompes las reglas?* el 76,6% de los adolescentes sostiene que *a veces* su padre,

madre o tutor les explica acerca de las consecuencias en caso de romper una regla; en algunos casos los padres o tutores tienden a poner reglas sin explicar las consecuencias, por lo que los adolescentes no toman con seriedad las reglas que se les imponen, esto conlleva a que reaccionen de manera negativa cuando se les castiga percibiéndola injusta.

CUADRO 5: CONDUCTAS DE RIESGO. (Parte 1)

Durante los últimos 2 meses, ¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a :	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Fumar cigarrillos.	126	25,3	264	53,3	77	19,3	12	2,1	480	100,0
Tomar alcohol.	75	15,6	299	62,3	83	17,3	23	4,8	480	100,0
Usar drogas.	66	13,8	311	64,8	66	13,8	37	7,7	480	100,0
Unirse a una pandilla.	91	19,0	291	60,6	55	11,5	43	9,0	480	100,0
Pelear en el colegio.	48	10,0	309	64,4	93	19,4	30	6,3	480	100,0
Abandonar la escuela o dejar de estudiar.	38	7,9	359	74,8	64	13,3	19	4,0	480	100,0
Tener un (a) enamorado (a)	67	14,0	288	60,0	104	21,7	21	4,4	480	100,0
Tener relaciones sexuales a esta edad.	50	10,4	293	61,1	116	24,2	21	4,4	480	100,0
Piensa en el año que viene...	Definitivamente NO		Probablemente NO		Probablemente SI		Definitivamente SI		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Crees que vas a fumar un cigarrillo en algún momento del año que viene?	219	45,6	44	9,2	98	20,4	199	24,8	480	100,0
¿Si uno de tus amigos te ofreciera un cigarrillo ¿lo fumarías?	294	61,3	54	11,1	106	18,1	87	10,1	480	100,0
¿Crees que vas a tomar cerveza, vino o licor en algún momento del año que viene?	179	37,3	112	23,3	74	15,4	115	24,0	480	100,0
Si uno de tus amigos te ofreciera cerveza, vino o licor, ¿lo probarías?	101	12,0	94	19,6	181	37,7	104	21,7	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Las conductas de riesgo “*se define como las actuaciones repetidas y fuera de determinados límites, que pueden desviar o comprometer el desarrollo psicosocial normal durante la infancia o la adolescencia, con repercusiones perjudiciales para la vida actual o futura.*”

El adolescente sin experiencia, o con ésta de forma muy limitada, se compromete en conductas destructivas, sin conocer los riesgos a corto y largo plazo”. (Delgado, Conductas de Riesgo Convencionales, 2017, pág. 4).

El cuadro hace referencia al tiempo que los padres dedican a sus hijos para hablar sobre temas que implican conductas de riesgo, asimismo al tipo de conducta de riesgo que consideran realizar o no dentro de un año.

En la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a tomar alcohol?* un 62,3 % de los adolescentes respondió que *a veces* su padre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a las bebidas alcohólicas; la falta de información en la adolescencia trae consigo graves consecuencias y más si se trata de consumo de alcohol ya que es uno de los problemas más graves en la actualidad, por lo que es necesario brindar información pertinente a los adolescentes; lo progenitores o tutores en muchos casos son los primeros en brindar y tener este tipo de plática con los adolescentes.

En la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a usar drogas?*, el 64,8 % de los adolescentes afirma que *a veces*, en las noticias del día a día se escuchan casos de incremento de consumo de drogas en adolescentes, lo que preocupa a los padres y conlleva a tener este tipo de conversación con sus hijos, pero muchas veces los padres no cuentan con la información adecuada o en algunos casos los padres al notar los beneficios que los adolescentes tienen al contar con tecnología en la que pueden encontrar todo tipo de información, evitan conversar con sus hijos sobre esta temática o por miedo a estar incentivándolos o influenciarlos de algún modo a su consumo.

Con respecto a *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a pelear en el colegio?* el 64,4 % de los adolescentes afirma que *a veces*, la escuela tiene como fin preparar al adolescente para la vida fuera de esta, aparte de ser socializadora, por lo que los padres en muchos casos dejan a los profesores a cargo de la educación de sus hijos dejando de lado la educación que se debe dar en casa.

Los conflictos entre compañeros por distintos factores son inevitables, cabe mencionar que la importancia de todo conflicto recae en el modo de solucionarla, por lo general los adolescentes reaccionan con agresión física, por lo que es importante la educación en casa sobre todo en el manejo de emociones y el autocontrol.

En cuanto a la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a abandonar la escuela o dejar de estudiar?* un 74,8 % de los adolescentes afirma que *a veces* sus padre o tutor platican sobre este tema, en mucho de los casos los padres o tutores por distintos motivos no pudieron dar continuidad a sus estudios, esto conlleva a que deseen lo mejor para sus hijos y en algunas ocasiones los obliguen a estudiar o les hagan constante recuerdo de que se les está dando oportunidades que a ellos se les negaron. Muchos de los adolescentes al estar en esta etapa entran en conflicto consigo mismos, los fracasos o malas calificaciones los desaniman al punto de considerar los estudios algo innecesario.

Los padres o tutores por falta de tiempo o por considerar la educación como obligación, en algunos casos suelen dejar este tema a un lado sin darle la importancia que se merece.

Por otro lado, se tiene un porcentaje significativo en la pregunta *¿Si uno de tus amigos te ofreciera un cigarrillo ¿lo fumarías?*, el 61,3% afirma que *definitivamente no*, lo que indica

que están conscientes del daño de su consumo o que ya hayan consumido y por la mala experiencia desechan la idea de aceptar un cigarrillo.

Por otro lado se tienen porcentajes que llaman de atención, en la pregunta *Si uno de tus amigos te ofreciera cerveza, vino o licor, ¿lo probarías?* un 37,7% considera que *probablemente sí*; muchos dan inicio al consumo de bebidas alcohólicas por la influencia de las amistades, la influencia de los amigos es un pilar fundamental para dar inicio a algunas conductas de riesgo, para pertenecer y ser aceptados por los pares de amigos, muchas veces se tiene que realizar este tipo de conductas para evitar ser insultados, ignorados o ser la burla de los demás. Al pertenecer a un círculo social se hace evidente la tendencia de realizar lo que el grupo hace, todo esto ligado a las ganas de experimentar y sentirse aceptados evitando el rechazo.

Cabe recalcar la ausencia de conciencia por parte de algunos adolescentes que al estar en estas edades tienen ese sentimiento de ser indestructibles, a esto se añade que las bebidas alcohólicas son un producto fácil de adquirir, debido al poco control dentro del hogar y en las calles y su exceso consumo dentro de la sociedad, esto abre la curiosidad de los adolescentes y ganas de practicar este tipo de conducta, ya sea por sentirse superiores, maduros, por problemas y por experimentar los efectos de los mismos.

CUADRO 6: CONDUCTAS DE RIESGO. (Parte 2)

¿Qué tanto te gustaría o molestaría hacer lo siguiente?	Me agradaría mucho		Me agradaría algo		Indiferente		Me molestaría algo		Me molestaría mucho		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Fumar cigarrillos.	41	8,5	117	24,4	189	39,4	101	21,0	32	6,7	480	100,0
Tomar alcohol.	46	9,6	109	22,7	178	37,1	95	19,8	58	10,8	480	100,0
Usar drogas.	56	11,7	58	12,1	188	39,2	106	22,1	72	15,0	480	100,0
Unirse a una pandilla.	34	7,1	87	18,1	162	33,8	156	32,5	41	8,5	480	100,0
Pelear en el colegio.	25	5,2	78	16,3	183	38,1	138	28,8	56	11,7	480	100,0
Abandonar la escuela o dejar de estudiar.	41	8,5	115	24,0	176	36,7	108	22,5	40	8,3	480	100,0
Tener un (a) enamorado (a)	62	12,9	94	19,6	183	38,1	88	18,3	53	11,0	480	100,0
Tener relaciones sexuales a esta edad.	83	17,3	136	28,3	148	30,8	71	14,8	42	8,8	480	100,0
Piense en los últimos 30 días:	0 días		1-2 días		3-5 días		6-9 días		10-19 días		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Cuántas veces fumaste cigarrillos?	198	41,3	147	30,6	79	16,5	56	11,7	0	0	480	100,0
¿Cuántas veces tomaste alcohol, como vino, cerveza o licor?	248	51,7	101	21,0	53	11,0	36	7,5	42	8,8	480	100,0
¿Cuántas veces consumiste marihuana	337	70,2	90	18,8	37	7,7	10	2,1	6	1,3	480	100,0
¿Cuántas veces inhalaste pintura aerosoles u otras cosas para drogarte?	355	74,0	82	17,7	38	7,9	5	1,0	0	0	480	100,0
¿Cuántas veces consumiste drogas?	369	76,9	68	14,2	40	8,3	3	0,6	0	0	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

En este cuadro se tiene otro eje muy importante acerca de las conductas de riesgo, que tanto les gustaría o desagradaría realizar ciertas conductas; si bien la mayor parte de los porcentajes recaen en indiferente, se tiene otros datos que llaman la atención, por otro lado también se tiene el grado de consumo de cigarros, alcohol, marihuana y otros en los últimos 30 días.

En cuanto a *fumar cigarrillos* un 39,4% afirma que le es *indiferente* realizar esta conducta no les agrada ni desagrada, en caso de que se les presentara la situación accederían a realizarlo sin que les cause un malestar, pero también se tiene este otro porcentaje de un 24,4% asevera que *me agradaría* algo; en la sociedad actual se puede observar a varias personas realizar esta conducta en frente de niños y adolescentes, lo cual crea cierta curiosidad en los adolescentes por practicar esta conducta y de algún modo conocer la sensación que provoca , en muchos casos al ver a familiares fumar incentiva más esta curiosidad, lo que incrementa la posibilidad de que en un futuro estos adolescentes sean consumidores de esta sustancia con altos riesgos.

En cuanto a tomar alcohol, 37,1% tiene una posición *indiferente*, lo que indica que les da igual si llegan a consumir o no, pero cabe mencionar que se tiene un 22,7% de los participantes que dice que *me agradaría algo*; es casi normal ver el consumo de esta sustancia en distintos eventos, donde tanto niños como adolescentes observan cómo se da su consumo, hasta en la misma familia, lo que conlleva a los adolescentes a querer realizar esta conducta y consumir este tipo de sustancia ya que ante sus ojos pareciera ser algo normal, aunque la ley y las normativas no lo digan así. La constante exposición de los adolescentes a este tipo conducta ya sea en la calle o tv, crea insensibilidad dando percepciones de ser una actividad divertida y no toman en cuenta los riesgos.

Por otro lado se tiene un 24,0% de adolescentes afirman que *me agradaría algo abandonar la escuela o dejar de estudiar*; en su mayoría los estudiantes son obligados a asistir a la escuela desde que son pequeños, en muchos casos la frustración de las malas notas y la tendencia a sentir pereza o flojera para realizar las tareas crea ideas erróneas de que el estudio no es para ellos, prefiriendo irse a lo más fácil sin pensar en su futuro; por otro lado ven más el estudio como una obligación lo que provoca rechazo y no así como un escalón para conseguir sus metas, cabe recalcar que al ver los espacios laborales saturados prefieren evitar estudiar conformándose con lo que tienen; por otro lado se tiene un 36,7% que afirma que le es *indiferente*, no les importa si estudian o dejan de estudiar, lo cual indica que hay una ausencia de metas a futuro con respecto a su profesión o que no se tiene perseverancia para conseguirlos.

En cuanto a *tener relaciones sexuales* a esta edad, un 28,3% de los participantes afirma que *me agradaría algo*; la transición de la niñez a la adolescencia es cada vez más corta, los niños desean ser adolescentes y madurar rápido. Ante una sociedad cada vez más moderna donde el círculo de amistades, en muchos casos presiona para realizar conductas no adecuadas para su edad o la curiosidad por explorar otro tipo de actividades presionan al adolescente a corta edad experimentar actividades para las cuales no está preparado; por las inseguridades que siente consigo mismo, hacen que tomen decisiones sin tomar en cuenta las consecuencias, también se tiene un 30,8% que mantienen una posición *indiferente* con respecto a esta conducta, lo que indica que pueden realizar o no esta conducta lo que incrementa los riesgos ya que les da igual.

En relación al consumo de sustancia en el lapso de 30 días, si bien los porcentajes mayores recaen en nunca (0 días), se tiene porcentajes que llaman la atención por la cantidad de

consumo en un mes que caen de 1 a 2 días., En cuanto a la pregunta *¿Cuántas veces fumaste cigarrillos?* se tiene un 30,6 % de los participantes que afirma que fumaron cigarrillos de *1 a 2 días* en el lapso de 30 días, los cigarrillos al ser una droga permitida es mucho más fácil acceder a ella, ya que muchas zonas de venta en el departamento realizan la venta de este producto a menores de edad, a esto se añade la falta de conciencia por parte de algunos adolescentes sobre el cuidado de sí mismos, muchos creen que al fumar se ven más maduros e interesantes o en algunos casos para llamar la atención de otros.

Se tiene un 21,0% de participantes que en la pregunta *¿Cuántas veces tomaste alcohol, como vino, cerveza o licor?* , afirman que de *1 a 2 días* haber consumido alguna bebida alcohólica; esta práctica, al ser mostrada como algo normal, se hace más fácil para los adolescentes consumirla y más aún cuando en las diferentes actividades ya sea dentro del hogar o en la calle es fácil acceder a consumir cualquier tipo de bebida ya que no se tiene un control; el tipo de amistad que se tiene influye demasiado ya que está de por medio la presión grupal.

En esta pregunta *¿Cuántas veces consumiste marihuana?*, se tiene un 18,8% de los participantes que mencionan que han consumido marihuana de *1 A 2 DÍAS*. Cada vez es más fácil acceder a este tipo de productos, los motivos son distintos ya que puede deberse a las malas amistades, problemas en la familia, por curiosidad, etc. Los adolescentes son blancos fáciles para la compra de estos productos, ya sea porque carecen de información o son incapaces de negarse por la persuasión de otros.

CUADRO 7: CONDUCTAS DE RIESGO. (Parte 3)

	Si		No		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Alguna vez has intentado fumar cigarrillos aunque sea una piteada?	263	54,8	217	45,2	480	100,0
¿Alguna vez has tomado cerveza, vino o licor sin que tus padres lo sepan?	239	49,8	241	50,2	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Este cuadro hace referencia a si los adolescente alguna vez han intentado o no consumir alguna bebida alcohólica o trataron de fumar algún cigarrillo; hasta esta etapa de su vida, el consumo de alcohol y cigarrillos son el tipo de drogas más accesibles ya que son legales y es más fácil su adquisición en todo tipo de zonas, mencionando que por su alto consumo en todo tipo de actividades es visto como algo normal en la sociedad, así también de tener alguna vez una experiencia.

En esta pregunta *¿Alguna vez has intentado fumar cigarrillos aunque sea una piteada?* un 54,8 % de los adolescentes afirma que *SI* ha intentado fumar un cigarrillo; es común ver el consumo de esta sustancia por las distintas zonas de Tarija, lo cual despierta la curiosidad de los adolescentes ya que lo hace ver como algo normal, es común ver la venta a menores de edad por lo que a temprana edad se da la curiosidad de saber cómo se siente fumar, al ser accesible los adolescentes son los más propenso a iniciar con esta actividad a temprana edad o con los amigos y casos que en el mismo hogar esta práctica es común entre los distintos integrantes.

En la pregunta *¿Alguna vez has tomado cerveza, vino o licor sin que tus padres lo sepan?* un 49,8 % de los adolescentes afirma que *SI* ha consumido algún tipo de bebida alcohólica; al igual que en el consumo de cigarrillos, el consumo de las bebidas alcohólicas en las

distintas fiestas o en el mismo hogar lo hace percibir como algo normal creando insensibilidad, los casos de consumo de bebidas alcohólicas van incrementado y cada vez a más temprana edad por su fácil accesibilidad y su común consumo en la sociedad.

CUADRO 8: RELACIÓN CON SU MEDIO SOCIAL. (Parte 1)

Las siguientes preguntas son sobre la relación con tus amigos.	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Hago cosas para estar al lado de mis amigos, incluso si sé que está mal?	57	11,9	294	61,3	83	17,3	46	9,6	480	100
Escondo mi verdadera opinión si temo que mis amigos se van a burlar de mí, incluso si esto perjudicara a otra persona.	74	15,4	298	62,1	66	13,8	42	8,8	480	100
Tomo más riesgos cuando estoy con mis amigos que cuando estoy solo/a	86	17,9	274	57,1	90	18,8	30	6,3	480	100
¿Quebrantaría la ley para mantener a mis amigos?	55	11,5	302	62,9	84	17,5	39	8,1	480	100
A veces digo cosas que realmente no creo porque pienso que mis amigos me van a respetar más.	28	5,8	286	59,6	131	27,3	35	7,3	480	100
Es mejor hacer lo mismo que mis amigos, que hacer que se enojen conmigo.	33	6,9	279	58,1	118	24,6	50	10,4	480	100
Seguiría a mis amigos, no importa lo que están haciendo.	31	6,5	247	51,5	127	26,5	75	15,6	480	100
Cambio mucho mi forma de actuar cuando estoy con amigos	34	7,1	191	39,8	153	31,9	102	21,3	480	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

El adolescente al pertenecer gran parte en la escuela, hace de ella su principal ámbito de interacción social, es ahí donde conoce a los primeros grupos de amigo; la mala conducta de algunos compañeros puede ser detonante y riesgoso ya que es ahí donde se puede dar la

adquisición de algunas formas de conductas de riesgos que puedan poner en riesgo la seguridad y salud de los demás adolescentes.

En la pregunta *¿Hago cosas para estar al lado de mis amigos, incluso si sé que está mal?* se tiene un 61,3% afirma que *a veces*, en ciertas situaciones donde los adolescentes realizan conductas solo por estar en el grupo y ser aceptados aunque estos no concuerden con sus valores, ya que el pertenecer al grupo es una prioridad en esta edad. Lo que va relacionado a la pregunta *¿Quebrantaría la ley para mantener a mis amigos?* un 62,9% asevera que *a veces*, en esta etapa y más cuando se está en grupo se incrementa el valor para realizar actividades arriesgadas que parecen divertidas por ser peligrosas, ya que el adolescente en esta edad se considera indestructible por la fuerza que cree poseer.

En la afirmación *A veces digo cosas que realmente no creo porque pienso que mis amigos me van a respetar más*, un 59,6% y un 27,3% que hacen un total de 86,9% afirma que *a veces* y *muchas veces*, realizan esta conducta, quizás en situaciones en la que se encuentran más presionados o que quieran llamar la atención o ser el centro de atención; por otro lado se tiene un, la aceptación por parte del grupo en la etapa adolescente es importante, porque muchos terminan reprimiendo lo que son y piensan solo para ser aceptados y evitar ser la burla, el rechazo de los demás. Esto conlleva en muchos casos a realizar o decir cosas que van en contra de sus propios principios, por lo que los pares de amigos en esta etapa son decisivos, la mala guía de los amigos podría conllevar a vicios extremos los cuales afecten el futuro del adolescente.

Relacionado a la anterior se tiene 58,1% y un 24,6% que hacen un total de 82,7 % de participantes que afirman que *a veces* y *muchas veces* ante el enunciación *Es mejor hacer lo mismo que mis amigos, que hacer que se enojen conmigo*, lo que indica en algunas

situaciones que los adolescentes tienden a realizar las mismas conducta que el grupo realiza, sin analizar las consecuencias, puede deberse a que son situaciones que consideran importante por ser parte del grupo y no ser el rechazado; esta etapa la aprobación por los pares de amigos es fundamental, lo que conlleva a que no puedan decidir por cuenta propia más que seguir al grupo a pesar de tener conciencia de lo perjudicial que podría ser para ellos mismos, recibir la desaprobación de los demás es un castigo que muchos adolescentes prefieren evitar a pesar de realizar conductas que vayan en contra suya.

Ante la afirmación *Seguiría a mis amigos, no importa lo que están haciendo*, se tiene un 51,5% y un 26,5% que hace un total de 78,0 % afirma que *a veces y muchas veces*. Hay situaciones en la que los adolescentes no siguen al grupo ya sea porque de algún modo están consiente de que está mal o porque no son de sus agrado todas las actividades que se realizan en el grupo de amigos, lo que incrementa que los adolescentes tengan más probabilidad de realizar conductas de riesgos que puede poner en riesgo su vida desarrollando adicciones que perjudiquen su salud. La importancia de los amigos responde a su incesante búsqueda de identidad, proporción de seguridad, reconocimiento social y confianza en sí mismo lo que conlleva a que el adolescente sea leal a su grupo de amigos en las buenas y en las malas sin medir consecuencias.

En esta afirmación *Cambio mucho mi forma de actuar cuando estoy con amigos*, un 31,9% y un 39,85 de los participantes afirma que *a veces y muchas veces*; la aceptación de los pares de amigos es importante en esta etapa ya que los amigos reafirman la identidad del adolescente, por lo que tienden a cambiar su manera de ser para agradar más a los demás hasta llegar al punto de tomar riesgos que solos no se atreverían, lo que los lleva a estar más vulnerables y más propensos a realizar conductas riesgosas.

CUADRO 9: RELACIÓN CON SU MEDIO SOCIAL. (Parte 2)

Piensa en la relación con tus compañeros los últimos 7 días.	0 veces		1 vez		2 veces		3 veces		4 veces		5 veces		6 veces		total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Cuántas veces te burlaste de un estudiante de tu escuela?	17	3,5	95	19,8	152	31,7	112	23,3	54	11,3	24	5,0	26	5,4	480	100
¿Cuántas veces empujaste o le pegaste a un estudiante de tu escuela?	2	0,4	81	16,9	158	32,9	147	30,6	72	15,0	14	2,9	6	1,3	480	100
¿Cuántas veces molestaste, insultaste o dijiste malas palabras a un estudiante de tu escuela?	82	17,1	37	7,7	77	16,0	106	22,1	111	23,1	42	8,8	25	5,2	480	100
¿Cuántas veces amenazaste con pegar o herir a un estudiante de tu escuela?	243	50,6	94	19,6	99	20,6	34	7,1	10	2,1	0	0	0	0	480	100
¿Cuántas veces dejaste fuera de una actividad o juego a propósito a un estudiante de tu escuela?	146	30,4	68	14,2	146	30,4	72	15,0	36	7,5	8	1,7	4	0,8	480	100
¿Cuántas veces inventaste algo sobre un estudiante de tu escuela para crearle problemas?	111	23,1	77	16,0	154	32,1	76	15,8	53	11,0	6	1,3	3	0,6	480	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

De manera general se puede observar en la tabla que la mayoría de los participantes se han burlado, empujado, pegado, amenazado y excluido a un compañero durante un lapso de

siete días, entre las cuales los porcentajes que más llaman la atención en la pregunta *¿Cuántas veces te burlaste de un estudiante de tu escuela?* el 31,7 % afirma que se han burlado 2 veces y por otro lado se tiene un porcentaje de 23,3% de adolescentes que dicen burlase de sus compañero 3 veces, en los últimos siete días, a pesar de que a esta edad están consiente sobre el bullying y sus consecuencias, los apodos, sobrenombre y otras formas de burlas es popular ya que es una actividad que en su mayoría casi todos los adolescentes realizan por diversión, seguir la corriente a sus demás compañeros o llamar la atención de los demás compañeros y ser el centro de atención en el aula o entre los compañeros. Ambos porcentajes son altos, por lo que se aprecia la falta de conciencia en algunos adolescentes que realizan este acto sin analizar las consecuencias que causa este tipo de trato a sus compañeros.

Por otro lado en la pregunta: *¿Cuántas veces empujaste o le pegaste a un estudiante de tu escuela?* un 32,9% de participantes considera que al menos 2 veces en los últimos siete días han empujado o pegado a un estudiante, también se tiene un porcentaje de 30,6 % de participantes que realizó el mismo acto pero al menos 3 veces. La adolescencia viene acompañada de inseguridades y frustraciones propias de la edad, ante los conflictos diarios como enemistad, rivalidad, diferencias entre compañeros e incluso entre amigos conlleva a conductas agresivas por las cuales se descarga las frustraciones

Cabe mencionar que en algunos casos estas descargas de frustración se llevan a cabo en compañeros considerados débiles, que no se defienden o se dan por ataques de un grupo a un estudiante o compañero.

En cuanto a la siguiente pregunta *¿Cuantas veces amenazaste con pegar o herir a un estudiante de tu escuela?* el 23,1% afirma que al menos 3 veces han amenazado con pegar

o herir a un estudiante en los últimos siete días; si bien existe conflicto en estas edades de la adolescencia en su mayoría tiende a realizar conducta extremas que atentan contra la vida de otros compañeros, este tipo de conducta puede deberse a la agresividad que poseen algunos adolescentes y falta de conciencia sobre las consecuencia de este tipo de conducta. En esta pregunta *¿Cuántas veces dejaste fuera de una actividad o juego a propósito a un estudiante de tu escuela?* Un 30,4 % de los adolescentes afirma que *2 veces* han dejado fuera de una actividad a un estudiante en los últimos siete días, la escuela es un habitad donde se desarrollan las habilidades sociales y donde se da la conformación de los primeros grupos de amigos, a veces pueden dejar fuera de un grupo a un compañero por su aspecto, por cómo actúa, porque viste de una forma diferente a otros o simplemente porque es nuevo en la clase. Algunos sienten que tienen más poder de tratar mal a otros dejándolos fueras de las actividades grupales.

CUADRO 10: INTERACCIÓN FAMILIAR.

En nuestra familia:	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre		Total	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
¿Nos gusta pasar juntos el tiempo libre?	28	7,1	248	51,9	141	29,4	63	13,1	480	100,0
¿Compartimos alguna comida cada día?	14	2,9	232	48,4	158	32,9	76	15,8	480	100,0
¿Hacemos algo como familia por lo menos una vez a la semana?	91	19,0	239	52,4	79	20,1	37	9,4	480	100,0
¿Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia?	95	19,8	268	77,8	78	15,4	57	11,9	480	100,0
¿Yo ayudo en hacer las tareas y responsabilidades de la casa?	29	5,4	242	50,4	168	35,0	44	9,2	480	100,0
¿Mi padre, madre o tutor dedica tiempo cada día para hablar conmigo?	36	7,5	307	63,9	102	21,3	35	7,3	480	100,0
Me gusta conversar con mi padre, madre o tutor	56	11,7	290	60,4	122	25,4	12	2,5	480	100,0
¿Es fácil expresar mis sentimientos a mi padre, madre o tutor?	68	14,2	280	58,3	92	19,2	40	8,3	480	100,0
¿Mi padre, madre o tutor me entiende?	58	12,1	249	63,3	98	20,4	32	6,7	480	100,0
¿Si estoy en dificultades, le puedo contar a mi padre, madre o tutor?	37	7,7	296	61,7	107	22,3	40	8,3	480	100,0

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

La interacción familiar forma parte protagónica y directa que impulsa el desarrollo del adolescente, una mala intercesión familiar puede causar un mal, por tanto, si no existe conexión entre los miembros de la familia se generan problemas de comunicación y relación dentro del hogar. En el cuadro se puede observar que hay una falta de comunicación entre padre e hijos que afecta la interacción dentro de la familiar.

En la pregunta; *¿Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia?* un 77,8 % de los adolescentes afirma que *a veces*. Al estar en una etapa considerada

complicada, sobre todo para los padres de familia considerando la vida agitada dentro del hogar donde se requiere que en algunos casos ambos progenitores trabajen lo que hace difícil conseguir momentos de reunión familiar, por lo que los padres como autoridades en el hogar tomen las decisiones dejando de lado a sus hijos, ya que los consideran inmaduros y en algunos casos temen que esto les afecte en su desarrollo dentro del colegio o consideran que no son temas que se deban tratar con los hijos. Esto provoca en algunos casos a los adolescentes no sentirse tomados en cuenta dentro de la familia.

Se tiene un 63,9 % de adolescentes que en la pregunta *¿Mi padre, madre o tutor dedica tiempo cada día para hablar conmigo?* afirman que *a veces*; a medida que los hijos crecen, el trabajo va ocupando el tiempo de los progenitores y se va creando una brecha en la comunicación familiar, la cual se hace más evidente cuando los niños entran a la adolescencia ya que se hace difícil mantener una buena relación en cuanto a la comunicación, los padres hacen a un lado esta responsabilidad justificándose con la falta de tiempo por lo que los adolescentes buscan esa falta en las calles o con amistades y tienden a pasar menos tiempo en sus hogares.

Debido a estos y otros factores el tiempo que dedican los padres a sus hijos es cada vez más corto y en algunos casos solo se da para hacer un encargo, regaño o llamada de atención.

Los adolescentes en un 60,4 % considera que *a veces* a la pregunta *¿Me gusta conversar con mi padre, madre o tutor?* La brecha entre padres e hijos es cada vez más evidente, los adolescente por su parte tienden a utilizar jergas o palabras que en muchos casos los padres desconocen, sumándole a esto que las pocas conversaciones que se dan entre padre e hijos

muchas veces es por cuestiones negativas por lo que los adolescentes tienden a evitar estas situaciones que provocan ansiedad y estrés.

En la pregunta *¿Es fácil expresar mis sentimientos a mi padre, madre o tutor?*, un 58,3 % de los adolescentes afirma que *a veces*; al estar en una etapa en busca de una identidad los adolescentes en algunos casos tienden a mostrarse fuertes, seguros e invencibles ante sus padres evitando mostrarse débiles e inseguros por lo que ante un ataque o discusión tienden a responder con violencia o agresivamente dejando de lado los sentimentalismos.

Cabe recordar que al haber poca comunicación en la familia se hace difícil que los adolescentes sean capaces de expresar lo que realmente piensan o sienten ante sus padres.

Un 63,3 % de los adolescentes sostiene *a veces* a la pregunta *¿Mi padre, madre o tutor me entiende?*; los padres con la experiencia que tienen desean lo mejor para sus hijos, les aconsejan de una manera real pero es allí cuando el adolescente se siente incomprendido porque siente que sus padres no le permiten hacer lo que desean o expresarse, piensa que sus padres los quieren siempre manipular y privar de aquellas actividades que suelen ser atractivas pero riesgosas.

6.2. DESARROLLO DEL PROGRAMA.

El programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” a través de los talleres brindados a 18 grupos realiza la prevención de conductas de riesgo fortaleciendo la comunicación entre el adolescente y su familia, asimismo desarrolla una adecuada toma de decisiones a través de la capacitación.

Para dar respuesta al segundo objetivo *Implementar El Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” a través de orientaciones, capacitaciones y talleres que promuevan la capacidad de los adolescentes para la toma de decisiones, habilidades de autoprotección de conductas de riesgo y la importancia de la comunicación familiar*, se presentará el desarrollo del programa, así como las dificultades y observaciones que se presentaron durante las sesiones.

MÓDULO I

SESIÓN ADOLESCENTE

SESIÓN 1 CON ADOLESCENTES: TENER METAS Y SUEÑOS

Objetivos

1. Conocerse unos a otros.
2. Establecer normas de procedimiento y sanciones por no cumplirlas.
3. Pensar en sueños y metas para el futuro y visualizarlos.

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión
Bienvenida y romper el hielo con el juego “Me pica”

Resumen del programa

Elogios y normas de convivencia

Sueños y metas para el futuro

Mapas del tesoro

III. Cierre de la sesión

Recursos Necesarios

1. Tarjetas de identificación
2. Lista de asistencia.
3. Rotafolio
4. Lápices
5. Marcadores (1 caja de 12 por cada 4 adolescentes)
6. Crayolas y lápices de colores (3 por cada adolescente)
7. Papel adhesivo o pos it (1 por adolescente)
8. Cinta adhesiva para colocar los carteles
9. Papelógrafos (1 por adolescente)
10. Un recipiente, caja o sombrero
11. Ejemplo de mapa del tesoro hecho por el facilitador
12. Imágenes recortadas de revistas y periódicos (tijera y goma para pegar para cada adolescente)
13. Cartel del lema de los adolescentes (MRF sesión 1)

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida

Se inició el taller dando la bienvenida a los adolescentes, se realizó la presentación del facilitador y el rol que desempeñaría en los talleres, se animó a los adolescentes a que puedan participar en el transcurso de los talleres.

Romper el hielo y conocerse unos a otros con el juego: Me pica 8 minutos

Para romper el hielo se inició con el juego “me pica”, se explicó que consistía en:

El estudiante A dice su nombre y dónde le pica. Eje; me llamo Juana y me pica la nariz, el estudiante B debe decir su nombre, dónde le picaba al estudiante A y donde le pica a él: Eje; Me llamo Luis y a Juana le picaba la nariz y a mí me pica la rodilla. Se continuó de esta manera hasta finalizar con todos los estudiantes, se finalizó el juego cuando se tuvo la participación de todos los adolescentes.

Resumen del programa. 2 minutos

Una vez que se finalizó la anterior actividad se inició con la presentación de la institución de Intraid y del programa realizando un resumen del mismo, la cantidad de sesiones, la duración de cada sesión, las temáticas que se abordan en cada sesión y así también se explicó que al finalizar cada sesión se pasará a realizar una sesión en conjunto con sus padres

Elogios y normas convivencia. 8 minutos

Se continuó con la ronda de elogios donde se pidió a los adolescentes pararse y formar un círculo; se les preguntó ¿Qué es un elogio? En muchos de los grupos desconocían el término por lo que se les explicó en qué consistía, “*un elogio es expresar palabras positivas de la otra persona*”. Se indicó que cada uno diera un elogio a su compañero de al lado. Como es la primera sesión se notó algo de dificultad para expresar elogio por lo que la facilitadora tenía que animar y dar ejemplos constantemente.

Se explicó que como grupo ahora se definirían las normas de convivencia, para lo cual se pedían ideas y en algunos casos mediante el juego de la papa quemada se pedía a un estudiante dar una norma y sanción.

Actividad 1: Sueños y metas para el futuro. 10 minutos

Para esta actividad se preguntó a los estudiantes si conocían algún joven exitoso en cualquier área pero que fuera del país, muchos de los adolescentes mencionaron deportistas famosos. Se les explicó que en esta primera sesión se verá lo que son los sueños y las metas que ellos tienen a futuro, para lo cual se repartió una tarjeta a cada adolescente para que anotaran el sueño o la meta que tiene a futuro, se recogió las tarjetas en una bolsa y por azar se leía una meta y se preguntaba a los adolescentes qué podrían hacer ellos para conseguir esa meta; la mayoría respondía “estudiar, esforzarse, tener ganas y que se necesita el apoyo de los padres.

Finalizado, se explica que para alcanzar una meta o sueño no solamente hace falta estudiar o esforzarse, también se requiere tener habilidades prepararse para los estudios y como elemento principal la motivación. Se repartió a los estudiantes hojas para que anoten los pasos que ellos deben seguir para alcanzar su meta.

Actividad 2: Mapas del tesoro. 27 minutos

Para esta actividad se repartió a cada adolescente una hoja tamaño carta, se mostró el ejemplo de un mapa del tesoro, se pidió realizar algo similar pero con sus metas, se motivó constantemente para que lo realicen con la mayor creatividad posible, en algunos casos se notó que algunos adolescentes no tenían una meta o sueño por lo que se les motivó a pensar en una meta a corto plazo o pensar en algo que quisiera conseguir. Se indicó no poner su nombre en sus mapas de tesoro.

III. Cierre. 5 minutos

Se indicó pegar su mapa de tesoro en la pizarra o en la pared del aula, para que sus papás una vez que entren, pasaran a reconocer o adivinar cuál es el mapa de su hijo, se les mencionó que no pueden ayudar a sus papás directamente, solo pueden darles pistas para que ellos puedan encontrar su mapa.

Para recolectar los aprendizajes se brindó a los adolescentes un pequeño papel donde anotaron lo aprendido durante la sesión. Por último se les pidió leer su lema *“somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende.”*

SESIÓN 2 CON ADOLESCENTES: APRECIAR A LOS PADRES

Objetivos

1. Reconocer sus propias frustraciones, dificultades y las de sus padres.
2. Comprender que cuando los padres están molestos o alterados en casa puede ser debido a un problema de estrés.
3. Apreciar las cosas que sus padres hacen por ellos.

Contenido

I. Orientaciones

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, ronda de elogios misteriosos y repaso de prácticas

Preocupaciones de los padres

Juego activo: Nido

Dones de los padres

Elogios para los padres

III. Cierre de la sesión

Recursos necesarios

1. Tarjetas de identificación
2. Lista de asistencia de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
3. Lista de las normas de procedimiento (Sesión 1 Adolescentes)
4. Tarjetas de 10cm x 15cm cortadas de papel en blanco (1 para cada adolescente)
5. Cinta adhesiva
6. Papelógrafos y plumones
7. Hojas de papel y lápices (1 por persona)
8. Carteles con preocupaciones de los padres (MRF 2)
9. Tarjetas “Cosas que dicen o hacen los padres” (MRF 2)
10. Cartel del lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, ronda de elogios y repaso de prácticas en el hogar. 8 minutos

Se dio inicio a la sesión dando la bienvenida a todos adolescentes y felicitarlos por su participación. Se comenzó con la ronda de elogios, para lo que se repartió a los adolescentes una tarjeta, se indicó pegar esa tarjeta con masquin en la espalda del compañero con el que se sientan y se les mencionó escribir un elogio o agradecimiento para el compañero, cuando se observó que todos los estudiantes terminaron de escribir su elogio, se pidió que tomen la tarjeta que tienen pegado en la espalda y que lo lean en voz alta. Se les pidió guardar la tarjeta como recuerdo.

Actividad 1: Ventajas y desventajas de ser hijos o de ser padres. 12 minutos

Para esta actividad se indicó a los adolescentes formar dos grupos, en algunos casos se pidió al grupo dividirse entre hombres y mujeres para realizar un versus entre ambos.

Se repartió a cada grupo un papelógrafo y marcadores, se explicó que un grupo anotará las ventajas de ser padres y el otro grupo las ventajas de ser hijos, en algunos casos se realizó un sorteo para evitar conflictos o peleas entre los grupos, se pidió a cada grupo elabora más de 10 ejemplos. Una vez que se finalizó este listado se pidió que los equipos puedan escribir en otro papelógrafo las desventajas de ser hijo, las desventajas de ser padre, una vez que se finalizó esta actividad, se preguntó *¿es más fácil ser adolescente o es más fácil ser padre?* En esta actividad la mayoría respondió que es más fácil ser adolescentes o niños ya que a esa edad no se tiene muchas responsabilidades y mencionaron que los padres tienen muchas responsabilidades y que a veces no tienen tiempo para dedicar a la familia debido al trabajo.

Actividad 2: Preocupaciones de los padres. 10 minutos

En esta actividad se mostró un cartel de las preocupaciones que tienen los padres con respecto a sus hijos, se preguntó a los adolescentes *¿en algún momento de la semana su padre o madre llegó molesto a casa?* La mayoría respondió que sí, sus padres llegan a veces molestos a casa; se preguntó *¿saben por qué sus papá o mamá llega molesto a veces a casa?* La mayoría respondió que es debido al trabajo o problemas que tienen fuera de la casa, se hizo una última pregunta *¿Qué hacen cuando su papá o mamá llega molesto a casa?* La mayoría respondió que se meten en su cuarto, salen a la calle o se quedan callados, para evitar que se desquiten con ellos.

Se explicó que cuando sus padres llegan molestos traten de imaginar por qué están molestos para poder entenderlos y buscar el modo de hacerlos sentir más tranquilos y que traten de evitar discutir o poner más molestos a sus padres ya que tienen muchas preocupaciones.

Se les pidió que puedan leer las preocupaciones que tienen los padres y se repartió a cada adolescente una tarjetita con cosas que dicen y hacen los padres y que las relacionen con una preocupación del cartel. Se realizó preguntas acerca de lo que han aprendido en esta actividad relacionada con comportamiento de los padres.

Juego activo: Nido. 5 minutos

Se les menciono que jugarían un juego “del nido” se explicó que el juego consiste en formar grupos de tres, donde dos estudiantes hacen de nido y el adolescente que esta medio es un pajarito, para los cuales se dan tres órdenes:

- Los pajaritos cambian de nido
- Los nidos buscan otro pajarito
- Todo el nido se desarma y todos deben conformar nuevos grupos.

Por lo que se pidió hacer grupo de tres personas, que el último grupo en formarse será eliminado.

Actividad 3: Dones de los padres. 10 minutos

Finalizado el juego, se pidió a los adolescentes acomodarse en sus lugares, y que cerraran por un momento los ojos y pensar en lo que sus padres hacen por ellos, el cómo sus padres demuestran afecto; pasando un buen tiempo, se les indicó plasmar en una hoja blanca los dones que tienen sus padres ya sea mediante dibujos, signos o escribiendo

Actividad 4: Elogios para los padres. 10 minutos

Se repartió a todos los adolescentes hojas de color y se les explicó que en esas hojas realicen una carta para sus padres para expresarles todo su agradecimiento y que se las entregarían en la sesión familia acompañada de un abrazo, cuando se observó que algunos estudiantes no podían realizar la carta o no podían encontrar las palabras, se les mostro un ejemplo de carta o se les brindó ayuda y guía.

III. Cierre. 5 minutos

Se pegó un papelógrafo, se preguntó a los adolescentes ¿Qué aprendieron en la sesión? se les pidió que uno por uno pasara a la pizarra y sobre el papelógrafo anote lo aprendido. Se recomendó que si durante la semana notan que sus padres están molestos, traten de imaginar cual es la causa para poder entenderlos. Se les pidió darse un abrazo grupal y que lean en voz alta su lema “*somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende*”.

SESIÓN 3 CON LOS ADOLESCENTES: HACER FRENTE AL ESTRÉS

Objetivos

1. Identificar las situaciones que pueden causar estrés
2. Identificar los síntomas de estrés
3. Aprender maneras saludables para combatir el estrés

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión
 - Bienvenida y juego de seguir al líder
 - Ronda de elogios y repaso de las prácticas en el hogar
 - Situaciones que pueden causar estrés

¿Cómo sabes que estas sintiendo estrés?

Juego activo: Espantapájaros

Encontrando formas sanas de afrontar el estrés

Encontrando técnicas para combatir el estrés que me den buenos resultados

III. Cierre

Materiales necesarios

1. Tarjetas de identificación
2. Lista de asistencia de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
3. Lista de las normas de procedimiento (Sesión 1 Adolescentes)
4. Hojas de papel en blanco
5. Papel adhesivo
6. Cinta adhesiva
7. Rotafolio y marcador
8. Lápices (1 por adolescente)
9. Botella de refresco vacía
10. Hoja de trabajo “Técnicas para combatir el estrés que me dan buenos resultados”
(1 por adolescente – MRF 3)
11. Cartel del lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)

II. Desarrollo de la sesión.

Bienvenida y juego de seguir al líder. 5 minutos

Se dio la bienvenida a los adolescentes, se les pidió que anotaran su nombre en una lista y que se colocaran sus identificadores, se les mencionó que realizarán un juego “siguiendo al líder” para lo cual se les indicó formar un círculo y se pidió voluntarios para que hagan

de adivinadores, a los adolescentes que conforman el círculo se les indicó que mediante señas o gestos seleccionen a un líder y que imiten todos los movimiento que realice el lider, los adivinadores tienen que adivinar quién es el líder, se realizó el juego en tres rondas.

Ronda de elogios y repaso de las prácticas. 5 minutos

Se pasó a la ronda de elogios donde cada adolescente dio un elogio a su compañero de al lado. Se les preguntó ¿durante la anterior semana sus papas llegaron molestos y que hicieron?

Los adolescentes comentaron que cuando sus padres llegaban molestos ellos trataban de hacerles compañía y hablar sobre otros temas.

Otros comentaron que les dieron un abrazo y que sus padres se sintieron mejor.

Otros comentaron que trataron de contar chistes para hacerlos reír un poco.

Actividad 1: Situaciones que pueden causar estrés. 10 minutos

Para esta actividad se dio el inicial de la palabra “ESTRÉS” para que ellos adivinaran la palabra clave de la sesión.

En esta actividad se pegó en la pizarra dos figuras, de un hombre y una mujer y se pidió al grupo poner nombre (Luis y Jimena) a las siluetas, se les entrego tarjetas y se les pidió anotar en ella qué actividades o situaciones generan estrés (a Luis y Jimena) y que pasaran a la pizarra y lo pegaran en las figuras.

Actividad 2: ¿Cómo saber que estas sintiendo estrés? 10 minutos

Se explicó que el estrés se puede manifestar de diferentes maneras, en el cuerpo, en la conducta, en sus emociones y la manera en cómo se comportan con los demás.

Se pidió que miren las figuras (Luis y Jimena) y que imaginen que están estresados y piensen cómo se manifestaría el estrés en el cuerpo, que lo anoten en una tarjeta y lo peguen en las figuras; de la misma manera se les pidió anotar para las demás áreas.

Una vez finalizada la actividad se mencionó a los adolescentes que jugaran un juego y se le indicó hacer un versus entre hombres y mujeres; se pidió a los adolescentes escoger un representante tanto de los hombres como de las mujeres, una vez que cada grupo tuviera representantes se indicó a los representantes ponerse una posición de espantapájaros y a los demás se les pidió que cuando se dieron una orden se daría un tiempo de 3 minutos para vestir a su espantapájaros con todas las prendas que tuvieran y el equipo ganador se llevaría un punto; se dio la indicación para inicio de juego y todos los adolescentes corrieron para vestir a su espantapájaros.

Actividad 3: Encontrando formas sanas de afrontar el estrés. 15 minutos

Se recordó a los adolescentes que el estrés se manifiesta de diferentes formas y del mismo modo también existen maneras de reducirlo, se preguntó ¿Qué pueden hacer Luis y Jimena cuando se sientan estresados? Los adolescentes respondían que *escuchando música, viendo tele, jugando con los amigos, hablando con los amigos, bailando, rompiendo algo* y se anotó todo lo mencionado en un papelógrafo para que los estudiantes lo tomaran en cuenta.

Actividad 4: Encontrando técnicas para combatir el estrés que me dé buenos resultados. 5 minutos

En esta actividad se pidió a los adolescentes pensar en una situación que podría causar estrés durante la siguiente semana, para lo cual se les repartió tarjetas de “Técnicas para combatir el estrés que me den buenos resultados” se les presentó diferentes situaciones que podrían causar estrés durante la semana ,como pelear con el amigo, estar furioso

porque el maestro lo regaña, está preocupado por las peleas de los padres; en su mayoría los adolescentes respondieron que una buena manera de afrontarlo *es escuchando música, hablar con los amigos y hacer deporte*, por lo que se les aconsejó usar esas técnicas en cualquier situación que sintieran estrés y que puedan enseñar las técnicas a sus padres para que ellos también lo tomen en cuenta y puedan practicarlo en el hogar.

III. Cierre. 5 minutos

Se repartió tarjetas para que puedan anotar lo aprendido durante la sesión y se les pidió leer lo que anotaron para compartirlo con los demás compañeros. Se les pidió leer en voz alta su lema “*somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende*”

SESIÓN 4 CON LOS ADOLESCENTES: OBEDECER LAS REGLAS

Objetivos

1. Darse cuenta que todos tenemos reglas y responsabilidades que cumplir, tanto adultos como adolescentes, mujeres y hombres.
2. Reconocer que al seguir las reglas los beneficios directos son para ellos

Contenido

I. Orientaciones

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, elogios y repaso de las prácticas en el hogar

Juego de reglas

La silla vacía

Conducir y análisis del juego

Formar figuras

Reglas y responsabilidades de los adultos

III. Cierre de la sesión

Materiales necesarios

1. Tarjeta de identificación
2. Lista de asistencia
3. Lista de normas de procedimiento
4. Tarjetas para el juego de conducir
5. Premio para el juego de conducir
6. Rotafolio
7. Vendas para cubrir los ojos
8. Tarjeta de reglas y responsabilidades de los adultos
9. Cartel con el lema de los adolescentes.

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, elogios y repaso de las prácticas en el hogar. 6 minutos

Se dio la bienvenida a los adolescentes, se les animó a seguir participando durante las sesiones, en las actividades y levantar la mano si tienen cualquier duda, se pasó una lista para anotar sus nombres y se les pidió colocar su identificador.

Se dio inicio de la sesión con la ronda de elogios; a estas alturas del taller los adolescentes tenían menos dificultad para expresar un elogio a su compañero, lo hacían de manera más espontánea, se les indicó que una vez finalizada la ronda de elogios se haría un juego.

Juego de la silla vacía. 10 minutos

Se les explico que el juego consistía en que todos deberían formar un círculo y al centro ubicar asientos, se pondría música y una vez que pare la música todos deben buscar una

silla y sentarse, los que queden de pie son eliminados inmediatamente, se continua quitando una o dos sillas hasta que solo quede un ganador.

Actividad 1: Conducir. 25 minutos

Para este juego se pegó en las paredes del curso distintos afiches, tales como canchas, oficinas, pizzerías, en total eran seis estaciones, se los dividió en dos grupos, conductores y directores, los directores daban las reglas y los conductores seguían reglas, perdía el conductor que no cumplía las reglas.

Actividad 2: Reglas y responsabilidades de los adultos. 10 minutos

Una vez terminada la actividad se pidió a los adolescentes acomodarse y se les explicó que los adultos también deben seguir reglas para evitar problemas, se pidió a los adolescentes formar grupos en pareja y se les entregó una tarjeta de reglas y responsabilidades de los adultos a cada pareja junto con una hoja y se les pidió pensar en las consecuencias que tendría si un adulto no cumpliera con las reglas, una vez que cada grupo finalizó de anotar se pidió a cada grupo pasar a frente y explicar qué consecuencias vieron ellos que tendrían los adultos si es que no cumplieran con las reglas.

Al finalizar la participación de todos, se preguntó que aprendieron acerca de las responsabilidades de los adultos y la importancia de seguir las reglas.

III. Cierre

Para finalizar la sesión adolescente se pegó un papelógrafo en la pizarra y se pidió a los adolescentes pasar a plasmar lo que aprendieron en la sesión. Se pidió a los adolescentes que pueda leer su lema “*somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende*”.

SESIÓN 5 CON ADOLESCENTES: HACER FRENTE A LA PRESIÓN DE LOS COMPAÑEROS

Objetivos

1. Comprender que el consumo de drogas causa daños físicos y mentales muchas veces irreparables
2. Practicar habilidades para resistir a la presión de grupo

Contenido

I. Orientaciones

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, elogios y repaso de las prácticas del hogar

Juego: Rueda de la fortuna

Actividad 1: Lo que a veces hacen los adolescentes para agradar

Actividad 2: Situaciones que pueden meternos en problemas

Actividad 3: Nombrar el problema, decir lo que podría suceder y sugerir otra cosa, opción o camino: Pasos 1, 2,3

Juego: Para pasar la pelota

Actividad 4: Nombrar el problema y decir lo que podría pasar suceder y seguir otro camino. Paso 2,3 y repaso

III. Cierre de la sesión

Materiales necesarios

1. Tarjetas de identificación
2. Lista de asistencia de los adolescentes
3. Lista de normas de procedimiento

4. Papel en blanco 14 hojas
5. Rotafolio
6. Marcadores 1 por adolescente
7. Papel adhesivo
8. Dos siluetas de adolescente
9. 2 pelotas
10. Tarjetas y carteles de situación de riesgo (MRF sesión 5)
11. Cartel con los lemas de los adolescentes
12. Dos adolescentes invitados

II. Desarrollo de la sesión

Se dio la bienvenida a todos los adolescentes y se les pidió que tomaran asiento en sus lugares para dar inicio con la primera actividad

Se les indicó que dieran un elogio al compañero de al lado, en esta sesión se observó que los adolescentes daban los elogios con mayor facilidad, se les preguntó sobre su semana, si hubo reglas que incumplieron en casa o en la escuela y qué reglas acordaron de seguir en la familia

Juego la “Rueda de la fortuna” 5 minutos

Se colocó iniciales (P-D-G) de la frase acerca de la temática que se trabajaría en la sesión (presión de grupo) y se pidió a los adolescentes que adivinaran cuál era la frase de acuerdo a las iniciales que se les daba, los adolescentes tardaron un buen tiempo adivinando cuál era la frase, una vez que lograron adivinar la frase, se les explicó que en esta sesión se trabajaría en la PRESIÓN DE GRUPO.

La mayoría desconocía esta frase, algunos adolescentes argumentaron qué presión de grupo hace referencia cuando haces las cosas que tus amigos hacen para caerles bien, se les mencionó que los adolescentes a menudo hacen cosas malas solo para caer bien a sus amigos y que esto podría perjudicarlos.

Actividad 1: Lo que a veces hacen los adolescentes para agradar. 8 minutos

Para esta actividad se utilizó dos siluetas de un hombre y de una mujer y se pidió a los adolescentes colocar el nombre a cada silueta y se les explicó que las siluetas representan a dos adolescentes, se les indicó darles nombres (Juanita y Jorge) se les dijo que a veces Juanita y Jorge se preocupan por lo que los demás piensan de ellos, se repartió tarjetas para que cada adolescente ponga lo que creen que le preocupa a Jorge y a Juanita, una vez que terminaron de llenar las tarjetas que se les repartió, se les mencionó que Jorge y Juanita hacen cosas para agradar e impresionar a sus amigos y se les pidió a los adolescentes anotar en otras tarjetas qué cosas hacen Jorge y Juanita para agradar e impresionar a sus amigos. Cuando terminaron de escribir se les explicó que algunos jóvenes fuman cigarrillo, consumen drogas o alcohol para impresionar a sus amigos aunque a ellos no les agrada y que esto incrementa lo que son las conductas de riesgo y evita para que puedan conseguir sus metas y sueños.

Actividad 2: Situaciones que pueden ponernos en problemas. 10 minutos

Se indicó que a veces los amigos intentan convencernos para hacer cosas que sabemos que están mal pero es difícil decir que no o nos insisten demasiado y que al final aceptamos hacer esas cosas malas que no tenemos que hacer y es difícil negarnos cuando son amigos que realmente apreciamos, se les preguntó a los adolescentes cuáles son esas algunas cosas que otros adolescentes pueden pedirnos que hagamos que parecen ser divertidas pero que

podría meternos en problemas y se pasó a registrar todo lo mencionado por los adolescentes en un papelógrafo; algunos adolescentes mencionaron que sus amigos les pueden pedir para copiar en el examen, que roben, que se escapen de la escuela, que vayan a consumir alcohol o que salgamos de noches, que salgamos todo el día y nos escapamos del colegio, que peguemos o molestemos a un compañero por diversión.

Actividad 3: Enfrentar las situaciones que pueden meternos en problemas- paso 1

“hacer preguntas”. 10 minutos

Se mencionó a los adolescentes que en esta actividad se aprenderán 3 pasos para hacer frente a la presión de grupo, por lo que se pega en la pizarra el cartel de situaciones de riesgo y los carteles de pasos para hacer frente a la presión de grupo y se reparte a cada adolescente una tarjeta de situaciones de riesgo, se les indica que cuando un amigo nos invita a ser algo malo o inadecuado, como primer paso, tenemos que hacer preguntas.

Se indicó que para poner en práctica este primer paso se coloquen en pareja y que uno de los adolescentes será el amigo mala influencia y el otro será el que se resista, se esperó hasta que todos los estudiantes hayan practicado lo suficiente.

Juego pasar la pelota. 5 minutos

Para este juego se divide al grupo en dos filas y en algunos casos se utilizó la técnica de hombre versus mujeres, se da una pelota cada fila y se les pide que pasen la pelota primero por arriba de la cabeza, segundo por abajo, tercero por el costado izquierdo y cuarto por el costado derecho lo más rápido que puedan, el primer equipo que gane gana un punto.

Para este tipo de juegos por lo general se da de premio un caramelo o galletas para incentivar al grupo a seguir participando.

Actividad 4: paso 2 y 3 “Nombrar el problema, y decir lo que podría suceder y sugerir otra cosa, opción o camino” 15 minutos

Se les indica que a veces los amigos, a pesar de haber hecho las preguntas, siguen insistiendo para que hagamos cosas inadecuadas o malas por lo que es necesario utilizar los siguientes pasos: nombrar el problema, decir lo que podría ocurrir y en caso de seguir insistiendo lo más adecuado sería sugerir otra opción

Se indicó a los adolescentes poner en práctica estos pasos con sus parejas, se realizó el seguimiento de pareja en pareja incentivando a participar y a utilizar los tres pasos que se acaba de enseñar.

III. Cierre. 6 minutos

Se preguntó a los adolescentes sobre lo aprendido en esta sesión, en su mayoría respondieron que aprendieron a qué hacer o cómo enfrentar cuando un amigo les pide hacer algo malo y se les mencionó que durante la semana puede ser que un amigo les presione para hacer algo malo ellos pueden utilizar estos pasos para no hacer lo que el amigo les pide y no meterse en problemas, se pidió a los adolescentes leer su lema “*somos el presente somos el futuro y de nosotros depende*”.

SESIÓN 6 CON ADOLESCENTES: LA PRESIÓN DEL GRUPO Y EL VALOR DE LOS BUENOS AMIGOS

Objetivos

1. Aprender habilidades adicionales para resistir la presión de grupos
2. Distinguir cuáles son los buenos amigos

Contenido

- I. Orientaciones

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, elogios y repaso de las prácticas del hogar

Hacer frente a la presión del grupo, parte II

El alcohol y las drogas puedan impedir que cumplamos nuestras metas

Revisión de todos los pasos (1-6)

Juego activo: carros chocones

III. Cierre de la sesión

Materiales necesarios

1. Tarjeta de identificación
2. Lista de asistencia de los adolescentes
3. Lista de las normas de procedimiento
4. Rotafolio y marcador
5. Tarjetas y carteles

Situaciones de riesgo

Carteles de paso 1-3

Carteles de situaciones de riesgo paso 4-3

Tarjetas “afrentar la presión del grupo”

Tarjetas con peces

6. Cartel de lema de los adolescentes

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida, elogios y repaso de las prácticas en el hogar.

Se dio la bienvenida a todos los adolescentes y agradeció por su participación en esta sesión, se pasó una hoja para que puedan anotar su nombre para asistencia, se les pidió que

formarán un círculo para iniciar con la primera actividad, la ronda de elogios; finalizada la ronda de elogios, se preguntó a los adolescentes si entre la semana pudieron identificar situaciones en las que se sintieron presionados por sus compañeros a lo que los adolescentes respondieron que sí y que trataron de poner en práctica los tres pasos, también se les preguntó si tuvieron la oportunidad de usar los tres pasos que aprendieron en la sesión anterior para afrontar la presión de grupo, algunos mencionaron que sí otros que se olvidaron y otros mencionaron que no se les dio la oportunidad para utilizar los tres pasos.

Actividad 1: El alcohol y las drogas pueden impedir que cumplamos nuestra meta.

10 minuto

Se explicó que en la anterior sesión aprendieron tres pasos para hacer frente a la presión de grupo y que en esta sesión se aprendería otros tres pasos que se puede utilizar en caso de que un amigo no quiere escuchar.

Se continuó dando una reflexión acerca de cómo el consumo de alcohol y otras drogas pueden perjudicarlos a alcanzar sus metas.

Luego de la reflexión se preguntó a los adolescentes si conocía alguna meta o sueño que no se podría alcanzar si una persona consume alcohol y drogas; todo lo mencionado por los adolescentes se registró en un papelógrafo pegado en la pizarra y se les pidió que recuerden los tres pasos para hacer frente a la presión de grupo y que pueda nombrarlos; se hizo una breve introducción acerca de cómo los amigos puede intentar convencernos a pesar de que ya utilicemos los tres pasos que se les enseñó.

Actividad 2: Paso 4 “seguir nuestro camino” 7 minutos

Se mostró a los adolescentes un cartel de situaciones de riesgo y se les comentó que en algunos casos van a presentarse amigos que no hagan caso a nuestra sugerencia y no hacen

caso a lo que les decimos y tampoco escuchan por lo que lo más aconsejable es seguir el paso 4 que es seguir nuestro camino y se pasó a colocar los carteles de los pasos para afrontar la presión de grupo en el pizarrón para que los adolescentes lo lean en voz alta y se les entregó a cada uno tarjetas con los pasos para hacer frente a la presión de grupo y así mismo se les pidió que se colocaran en parejas de 2 y practicar los pasos que se les enseñó hasta esta sesión tomando una situación del cartel de situaciones de riesgo.

Actividad 3- Paso 5 “permanecer sereno y tranquilo “y Paso 6 Llamar al amigo por su nombre y decirle “Escúchame” 7 minutos

Se mencionó al grupo que en ocasiones las personas que quieren que hagamos algo inadecuado no nos dejan usar los pasos y nos incitan ofendiendo o insultándonos para que cedamos a sus insinuaciones y terminemos haciendo lo que ellos quieren y para esto se enseñara unos pasos adicionales que pueden salvarnos o evitar que hagamos cosas inadecuadas.

Se explicó que en ese tipo de situaciones cuando el amigo quiere provocarnos comienza a ofendernos debemos utilizar el paso 6 llamarlo por su nombre y decirle escúchame.

Se mencionó a los adolescentes que si ese amigo o persona sigue insistiendo a pesar de haber utilizado todos los pasos es mejor marcharnos y ponernos a pensar si realmente es un buen amigo.

Actividad 4: Revisando todos los pasos (1-6). 10 minutos

Se dijo a los adolescentes que se practicará todos los pasos, por lo que se pidió ponerse nuevamente en parejas para practicar los seis pasos de la actividad y que intercambien papeles para que todos practiquen los seis pasos.

Juego activo carros chocones

En esta actividad se indicó a los adolescentes formar grupos de dos personas donde uno tomaría el papel de auto y el otro tomaría el papel de conductor, se indicó que los conductores deben guiar a los autos hacia una meta pero sin tocarlo solo indicándola con la voz y asimismo los autos deben permanecer con los ojos cerrados y confiar en sus choferes.

Actividad 5: “Ir a pesar”: ¿Cuáles son las cualidades de un buen amigo? 8 minutos

En una mesa se lanzó tarjetas en forma de pescado boca abajo que contenían una cualidad de un buen amigo; se pidió a los adolescentes que se acercaran a pescar cualquiera de los pescaditos, se indicó que si el pescadito contiene una cualidad que ellos quisieran lo conservaran, en caso de que se tuviera una cualidad negativa o una que no les agradara lo pueden desechar y escoger otro pescadito; una vez que todos pescaron su pescadito se les preguntó qué aprendieron de las cualidades de ser un buen amigo

Muchos respondieron que un buen amigo debe tener buenas cualidades y que nos ayuden a crecer y a conseguir los objetivos.

Un buen amigo nos apoyará y nos entenderá cuando no queramos hacer algo con ellos.

Se les mencionó que al igual que ellos buscan buenas cualidades en un amigo ellos también deben poseer buenas cualidades y ser buenos amigos.

III. Cierre

Se pidió a los adolescentes pasar a anotar lo aprendido en un papelógrafo que estaba pegado en el pizarrón, se les agradeció por la participación y se les recomendó que durante la semana puedan identificar conductas o acciones que demuestren qué es ser un buen amigo y que también ellos puedan practicar las cualidades de ser un buen amigo y en caso

de encontrarse en una situación de presión de grupo ellos pueden utilizar los que se les enseñó; se les pidió que se abrazaran en grupo y que puedan leer todos juntos el lema “*somos el presente somos el futuro de nosotros depende*”

SESIÓN 7 CON LOS ADOLESCENTES: AYUDAR A OTROS

Objetivos:

1. Aprender formas de prestar servicios para ayudar a otras personas
2. Identificar a adolescentes de más edad que sean modelos positivos e interactuar con ellos para que los puedan imitar.

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión
 - Ronda de elogios
 - Ayudar a nuestros amigos ¿Qué hago, cuando?
 - Aprender de los adolescentes mayores
 - Preguntas y respuestas del panel
- III. Cierre de la sesión

Materiales necesarios

1. Tarjeta de identificación
2. Lista de asistencia de los adolescentes
3. Norma de procedimiento (de la sesión 1)
4. Hoja de trabajo (MRF sesión 7)
5. Hojas de papel cortadas en fichas de 10 x 15 centímetros

6. Lápices
7. Papelógrafos y plumones
8. Caja, tazón o sombrero para las tarjetas con preguntas

II. Desarrollo de la sesión

Bienvenida y elogios. 6 minutos

Se les dio la bienvenida y se les recordó que esta sería la última sesión de este taller. Se comenzó con la ronda de elogios pero se añadió los abrazos como despedida

Actividad 1: Ayudar a nuestros amigos. ¿Qué hago, cuando? 8 minutos

Se continuó con la actividad “ayuda a nuestro amigo- qué hago cuando” y se les repartió unas hojas que contenían problemas y soluciones las cuales se unían con flechas, se pidió a los adolescentes poder identificar la solución a los problemas según ellos crean cuál sería la mejor. Una vez que todos los adolescentes concluyeron señalando las flechas se pidió voluntariamente a los adolescentes para que puedan pasar adelante y compartir las soluciones que le dieron a los problemas.

Actividad 2: Aprender de los adolescentes mayores. 30 minutos

Se repartió hojas de papel a todos los adolescentes para que anotaran algunas preguntas o dudas que tuvieron sobre el taller para que el facilitador pueda quitar esas dudas.

Juegos en grupo

Se presentó a los adolescentes todos los juegos que se realizan durante las distintas sesiones y se les pidió que escogieran uno, en su mayoría de los grupos los adolescentes seleccionaron el juego de nidos de la sesión 2 y el juego carros chocones de la sesión 6.

III. Cierre. 6 minutos

Se les pidió que pasará uno por uno a anotar en un papelógrafo en la pizarra lo aprendido en esta última sesión y se les explicó que en la sesión familia habría un repaso de todas las sesiones y se realizaría la entrega de los certificados y se compartiría un refrigerio en conjunto con sus padres, se les pidió que puedan leer en voz alta su lema y darse un abrazo grupal.

“Somos el presente somos el futuro de nosotros depende”

Se les recomendó que todo lo aprendido en el taller puedan ponerlo en práctica y puedan enseñarles a otros adolescentes, amigos o hermanos todo lo aprendido en el taller.

MÓDULO II

SESIÓN CON LA FAMILIA

SESIÓN 1 CON LA FAMILIA: APOYAR LAS METAS Y LOS SUEÑOS

Objetivos

1. Establecer relaciones positivas.
2. Apoyar las metas y los sueños de los y las adolescentes.

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión:
 - Juegos en grupo
 - Mapas del tesoro
 - Pasos para alcanzar las metas
 - ¿En qué medida nos conocemos?

III. Cierre de la sesión

Recursos necesarios

1. Tarjetas con instrucciones para el juego del nudo (una para cada grupo). (MRF sesión 1)
2. Cinta adhesiva para sujetar los carteles y las páginas de rotafolio
3. Tarjetas de preguntas para el Mapa del tesoro. (MRF sesión 1)
4. Tarjetas de “Cuando tenías mi edad”. (MRF sesión 1)
5. Metas y los sueños (de la sesión con los adolescentes 1)
6. Hojas de papel en blanco y lápices
7. Rotafolio y marcadores
8. Cartel de la frase para cerrar el círculo. (MRF sesión 1)
9. Cartel del lema de la familia hecho por el facilitador. (MRF sesión 1)
10. Cartel del lema de los adolescentes (MRF sesión 1)
11. Cartel del lema de los padres (MRF sesión 1)

II. Desarrollo de la sesión

Juegos en familia. 5 minutos

Se explicó tanto a padres como a adolescentes que formaran grupos de 6 personas, cada grupo estaba constituido de tres papas y tres adolescentes, se les pidió formar un círculo, se les dio la instrucción de que cerraran los ojos y extendieran las manos al frente agarrando las mano que tocarán; una vez que todos tenían las manos agarradas se les dijo que abrieran los ojos y que ahora trataran de desenredarse pero sin soltarse las mano; una vez que un grupo finaliza y se desenreda se les pregunta *¿Qué método utilizaron para desenredarse?* La mayoría de las participaciones realizaron los siguientes comentarios:

“Nos desenredamos moviéndonos”

“Era un poco difícil desenredarse porque algunos son algunas personas mayores de edad y no puede moverse mucho”

“Todos aportamos con ideas de cómo desenredarnos”

“Todos ayudamos para desenredarnos”

Finalizadas las respuestas se dio una breve reflexión del juego, se explicó que la base para desenredarse es la comunicación, el nudo representa algún problema familiar en el cual es importante la participación y comunicación de todos los integrantes para encontrar la mejor solución.

Actividad 1: Padres identifican o analizan el mapa del tesoro de sus hijos. 15 minutos

Se indicó a los padres que identificaran los mapas de tesoro de su hijo los cuales están pegados en la pizarra y que estos estaban sin nombre.

Una vez que edifica el mapa del tesoro de su hijo o hija se les pide verificar y preguntar a sus hijos si ese es el mapa de su hijo o no lo es, en caso de que no sea los hijos deben indicar mediante señas cuál es su mapa del tesoro.

Se verifica si todos los padres tienen en mano el mapa de tesoro de sus hijos, se les repartió tarjeta tanto a padres como a adolescentes donde se encuentran diferentes preguntas, se pidió a un padre voluntario para que lea la primera pregunta para que responda su hijo o hija, de la misma manera se pidió un voluntario por parte de los adolescentes para que lea la primera pregunta de su tarjeta para que su padre o madre responda.

Esta actividad permite que tanto los adolescentes como los padres tengan momento de diálogo y puedan conocerse un poco más, al finalizar la actividad se preguntan a los padres ¿Qué averiguaron acerca de las metas de su hija o hijo?

“Yo no sabía que quería estudiar y ahora ya sé “

“Creo que ahora conocemos mucho más de nuestros hijos”

“Yo no sabía qué tipo de familia quería tener él cuando crezca y como padres deseamos lo mejor a nuestros hijos y que tengan un familia mejor”

De igual manera se preguntó a los adolescentes ¿qué averiguaron acerca de sus padres? en muchos casos los adolescentes conocían la historia de sus padres y por lo que atravesaron en su vida.

Actividad 2: Pasos para alcanzar las metas. 10 minutos

Se pidió que tanto padres como hijos permanezcan juntos, se mencionó a los padres ayudar mediante una lluvia de ideas a sus hijos acerca de los pasos que podrían seguir para alcanzar sus metas y sueños, se indicó a los adolescentes mencionar a sus padres cuáles son sus metas y según esta meta o sueño se va haciendo una lluvia de ideas, la cual se va anotando en un papelógrafo para que al finalizar tanto padres como hijos puedan tomarlo en cuenta.

Los padres mencionaron que podrían seguir los siguientes pasos:

“Estar motivados, esforzarse, ser responsables, tener apoyo de la familia, ser puntuales, tener valores, estudiar”

Actividad 3: ¿En qué medida nos conocemos? 20 minutos

Se explicó tanto a padres como a hijos harán una actividad la cual consiste en que medida se conocen, por lo que se les pidió sentarse en lugares distintos

Se entregó a los padres una tarjeta con preguntas relacionadas a los gustos de sus hijos y de igual manera se entregó a los adolescentes una tarjeta relacionada a los gustos de sus padres, una vez que tanto hijos como padres respondieron las preguntas se les pidió leer las

respuestas familia por familia y verificar que tanto conocen los hijos a sus padres y viceversa.

Mediante las respuestas se confirmó que hijos y padres no se conocen en su totalidad, considerando que las preguntas que se les dio eran generales

III. Cierre. 5 minutos

Se pidió a los adolescentes y padres ponerse de pie, formar un círculo y completar la siguiente frase “Una cosa que aprendí acerca de alcanzar una meta es...” “*estudiar, esforzarse, estar motivados, tener apoyo, trabajar duro, tener las metas claras*”

Se les agradeció por su participación y se les animó a seguir participando, por último se les pidió a leer su lema:

Lema adolescente “*somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende*”

Lema de la familia “*somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos*”

Como despedida se les pidió darse un abrazo entre padres e hijos.

SESIÓN 2 CON LA FAMILIA: PROMOVER LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

Objetivos

1. Desarrollar la capacidad de escuchar
2. Resolver los problemas juntos

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de las sesiones

Romper el hielo con el juego ¿un qué?

Juego de escuchar

Demostración de la solución conjunta de problemas

Solución conjunta de problemas

Reglas para la familia

III. Cierre

Recursos necesarios

1. Rotafolio y marcador
2. Tarjetas del juego de escuchar, 1 conjunto de 12 tarjetas (MRF sesión 2)
3. Tarjetas del juego de solución conjunta de problemas (4 tarjetas por familia – MRF sesión 2)
4. Cartel de la frase: “Para cerrar el círculo” (MRF sesión 2)
5. Cartel del lema de los adolescentes (Sesión 1 Adolescentes)
6. Cartel del lema de los padres (Sesión 1 Padres)
7. Cartel del lema de la familia (Sesión 1 Familias)

II. Desarrollo de la sesión

Elogios a los padres. 3 minutos

Una vez que los padres pasaran al aula de los estudiantes, se inició con la entrega de la carta de los hijos hacia sus padres; y cuando todos estuvieron acomodados se les indicó que realizaran un juego

Juego ¿Un qué? 7 minutos

Para lo cual se les pidió que formaran un círculo, se les explicó que esta actividad consiste en dar elogioso, abrazos a la persona que está a su derecha, primero se realizó una pequeña demostración entre las facilitadoras para que se entendiera la actividad.

En este primer juego se percibió la dificultad que poseen los hijos y padres para dar elogio por lo que se tuvo que animar constantemente y dar ideas y ejemplos de elogios para agilizar la actividad.

Actividad 1: Juego de escuchar. 10 minutos

Se explicó que en este juego se practicará la buena comunicación entre padre e hijo, se pidió a los hijos y padres ponerse en pareja y se les pregunto que expresen todas aquellas palabras que representan sentimientos y emociones, se dio un ejemplo por parte de las facilitadoras: *“tristeza, felicidad”* , se les pidió mencionar más palabras y se las anotó en un papelógrafo *“incertidumbre, duda, ira, rabia, molestia, sorpresa, alegría, emoción, motivación, desesperación, intriga, satisfecho, nervios ”*

Una vez anotadas todas las palabras, se les indicó que ambos integrantes deben intentar escucharse con mucha atención sin ponerse a la defensiva; se les pregunto *¿cuál es la diferencia entre oír y escuchar?* Al no ver respuestas, las facilitadoras realizaron una pequeña demostración de lo que es la escucha activa.

Se indicó a los padres e hijos sentarse frente a frente, se les repartió unas tarjetas a los adolescentes en las cuales dice *“hablan los adolescentes y escuchan los padres”* y de la misma manera se repartió tarjetas a los padres en las cuales decía *“hablan los padres y escuchan los adolescentes”* se pidió un adolescente para que dé lectura a la tarjeta y se explicó que los padres deben hacer un resumen de todo lo que dice el adolescente agregando al inicio la palabra *“pareces”* y de la misma manera se explica a los adolescentes que debe escuchar todo lo que su padre les mencione, dar un resumen agregando al inicio la palabra *“pareces”*.

Actividad 2: Demostración de las soluciones conjunta de problemas. 10 minutos

Se pidió se pidió a los padres e hijos que tomen asiento en sus lugares y que presten atención a la historia de la familia de Bernardo que tenían dificultad cada mañana en prepararse para la escuela o el trabajo ya que solo tenía un solo baño y todos quieren usar el baño al mismo tiempo.

Una vez que se contó la historia a los participantes, se les mencionó que el problema principal de la familia Hernández es que todos quieren usar el baño al mismo tiempo por lo que se pidió a los participantes dar varias ideas acerca del punto de vista del papá, ideas desde el punto de vista de la mamá y otras ideas para saber el punto de vista del adolescente. Se continúa pidiendo al grupo sugerencias de cómo se puede solucionar este problema; todo lo que se mencionó se fue anotando en un papelógrafo y se les pidió que escojan entre todos cuál será la mejor opción que la familia Hernández podría intentar utilizar por un tiempo y que indiquen cuál sería el tiempo indicado para comprobar si la solución dará buenos resultados.

Se dio una breve explicación, que para solucionar un conflicto en la familia es necesaria la comunicación y que toda la familia pueda aportar posibles soluciones para que se escoja la mejor opción y puedan intentar aplicar esta solución por un lapso de tiempo y ver si es eficaz o no.

Actividad 3: Solución conjunta del problema. 15 minutos

Se mencionó a los padres e hijos que es necesario buscar una solución conjunta en familia para mejorar la relación y para que la familia pueda trabajar juntas y se explicó que se realizará un pequeño juego que requiere la participación de padres e hijos, se les mencionó que a diario se presentan problemas en la familia y muchas veces no se encuentra la mejor

solución por lo que se inició la actividad repartiendo tarjetas de pasos para llegar a la solución conjunta de problemas.

Se repartió la primer tarjeta en la cual se indicó identificar a cada familia pequeños problemas que ocurren en una familia; una vez que todas las familias identificaron el problema, se repartió la tarjeta número 2 en la cuál se indica escuchar el punto de vista de los integrantes de la familia, cuando se superó este paso, se pasó a repartir la tarjeta número 3 en la cual se indicaba discutir las posibles soluciones entre la familia, se pidió a padres y a hijos que puedan participar y dar solución al conflicto o problema que identificaron. Se paso a repartir la tarjeta número 4, en la cual se mencionaba elegir una solución, para esto se recomienda que la solución que elija la familia beneficie tanto a los padres como a los hijos y no sea una solución impuesta sino una solución escogida en conjunto.

Una vez que todas las familias terminaron de aplica los cuatro pasos se les pidió participar y explicar a las demás familias cuál fue la solución que escogieron para el problema que identificaron. Esta actividad se finalizó una vez que se tuvo la participación de todas las familias

Actividad 4: Reglas para la familia. 10 minutos

Para esta actividad se pidió a que tanto hijos como padres puedan formar grupos y que revisen con sus hijos posibles reglas de la familia que trabajó en la sesión 2 de padres, en caso que se presenta un desacuerdo tanto por parte del hijo o de los padres, se les mencionó que pueden aplicar lo aprendido en la anterior actividad “*solución conjunta de problemas*”; una vez que se observó que la mayoría o todas las familias ha establecido las reglas se pide a un grupo voluntario para que comparta las reglas que han establecido,

mencionar si se presentó dificultades en su elaboración o no y que puedan explicar también cómo solucionaron las dificultades.

III. Cierre. 5 minutos

Se agradeció la participación por parte de los padres e hijos y se les invitó a que puedan seguir participando de los talleres, se mostró el lema de los adolescentes para que lo lean los adolescentes en voz alta *“somos el presente somos el futuro de nosotros”* y se continuó con el lema de los padres *“con amor y límites seremos una familia mejor”* y se terminó con la lectura conjunta del lema de la familia *“somos familias fuertes nos queremos y la pasamos bien juntos”*

SESIÓN 3 CON LA FAMILIA: APRECIO A LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA

Objetivos:

1. Identificar los puntos fuertes de los miembros de la familia
2. Expresar el aprecio

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión
Hacer un árbol de familia
- III. Cierre de la sesión

Materiales necesarios

1. Rotafolio
2. Muestra del árbol de la familia
3. Cartel con diferentes árboles de familia
4. Hoja de trabajo “puntos fuertes de la familia”

5. Marcadores
6. Papel adhesivo para cada familia
7. Pegamento
8. Tijeras
9. Cartel de frase para cerrar el círculo (MRF sesión 3)
10. Cartel del lema de los adolescentes
11. Cartel del lema de los padres
12. Cartel del lema de la familia.

II. Desarrollo de la sesión

Actividad 1: Hacer el árbol de la familia. 45 minutos

Se pidió a los padres que puedan sentarse al lado de sus hijos, se les mostró y explicó que en esta actividad realizarán un árbol familiar, para lo cual se les mostró carteles de diferentes tipos de familia y un cartel completo de un árbol familiar; se les explicó que las hojas representan el punto fuerte de un miembro de la familia, las ramas representan a cada uno de los miembros de la familia, las raíces representan los puntos fuertes de los abuelos y el tronco representa los puntos fuertes de la familia.

Se repartió los materiales a todas las familias para que padres e hijos pudieran realizar el árbol de la familia; las facilitadoras se desplazaron familia por familia para colaborar y despejar dudas, se les recomendó que comenzará con los integrantes; las familia que estaban presentes en la sesión en caso de que hubiese tiempo, anotar a los demás miembros de la familia en cada una de las ramas.

Una vez que todas las familias hayan concluido de realizar sus árboles se les pidió pasar al frente para que puedan compartir el contenido de su árbol. Se les preguntó si ¿fue fácil o difícil realizar la actividad? En su mayoría respondió que no estaba tan difícil. Se dio una reflexión, a veces es más fácil identificar aspectos negativos de la otra persona y dejamos a un lado lo bueno de la familia y sus integrantes, es necesario reconocer el papel fundamental de cada integrante en la familia y las cualidades positivas que aporta a la misma.

III. Cierre. 5 minutos

Se pidió tanto a padres como a hijos que se pusieran de pie para dar lectura a la frase para cerrar la sesión; se indicó a los padres completar la siguiente frase “una virtud de mi hijo es...” y mencionárselo a su hijo; de la misma manera se indicó a los adolescentes completar la siguiente frase “una virtud de mi padre o madre...”. En esta actividad aún se notaba las dificultades para expresar palabras positivas en algunas familias.

Con esta actividad se consiguió que tanto padres como hijos puedan reconocer las virtudes positivas de los miembros de su familia.

Se sacó los carteles y se pidió a los adolescentes leer su lema en voz alta “*somos el presente somos el futuro, de nosotros depende*”.

Una vez finalizada la lectura de los adolescentes se pidió a los padres leer su lema “con amor y límites seremos una familia mejor”

Se pidió que tanto hijos como padres se den un abrazo grupal y puedan leer en voz alta el lema de la familia “*somos familias fuertes nos queremos y la pasamos bien juntos*”. Se agradeció por su asistencia y se animó a seguir participando en este taller.

SESIÓN 4 CON LA FAMILIA: EMPLEO DE LAS REUNIONES FAMILIARES

Objetivos

1. Comprender el valor de las reuniones
2. Aprender cómo llevar a cabo una reunión familiar
3. Considerar el uso de un sistema de puntos para otorgar privilegios y recompensas
4. Realizar una actividad para diversión de la familia

Contenido

- I. Orientación
- II. Desarrollo de la sesión
 - Juego activo: globos en el aire
 - Reuniones familiares
 - Comienzo de la práctica: realizando una reunión familiar
 - Cuando las reuniones familiares se complican
 - Juego de la familia: construyendo palabras
- III. Cierre de la sesión

Material necesario

1. Hojas de las normas de procedimiento para las reuniones familiares (1 por familia-MRF sesión 4)
2. 12 globos inflados
3. 14 tarjetas grandes con una letra cada una
4. Cartel con la frase del círculo de cierre (MRF sesión 4)
5. Cartel con el lema de los adolescentes
6. Cartel con el lema de los padres

7. Cartel con el lema de la familia

II. Desarrollo de la sesión

Juego activo: Globos en el aire. 8 minutos

Se dio la bienvenida a los padres y se les pidió que puedan sentarse junto a sus hijos o apegarse a ellos, se inició con el primer juego en el cual se pide que conformen equipos de 6 personas, tres padres y tres hijos, se les pidió que formarán un círculo y se agarraran de la mano; la cantidad de grupos varía de acuerdo a la cantidad de participantes que asistan a la sesión.

Una vez conformados los grupos, se les lanzó un globo y se les dio la siguiente orden “no hacer caer el globo al piso” y que vieran el modo de mantenerlo en flote; se realizó una primera ronda de prueba y cuando se vio que todos los participantes entendieron sobre la actividad, se les dio la orden de que mantengan el globo a flote sólo usando los codos y las rodillas para golpear el globo y así sucesivamente se fue cambiando la consigna; después que hayan practicado con el globo se agregó otro globo para dificultar la actividad.

Cuando se finalizó el juego se les preguntó *¿cómo se sintieron con la actividad?* a lo que muchos de ellos respondieron que *“se sintieron algo presionados, algo tensos, algunos se sintieron tranquilos ya que tenían la colaboración de otros para mantener el globo arriba”*, se recalcó que el apoyo y la comunicación familiar son primordiales a la hora realizar todo tipo de actividad, en este tipo de juegos el grupo es como una familia y todos tienen una misión que es mantener el globo arriba flotando sin dejar que este caiga.

Reuniones familiares. 4 minutos

Para continuar con la sesión se mencionó que se proyectará un video en el que se hablaría sobre la importancia de las reuniones familiares; antes de proyectar el video se le preguntó

a toda la familia *¿realizan reuniones en casa? ¿con qué frecuencia? y ¿qué hacían durante las reuniones?* se verificó mediante las respuestas que muy pocas familias que realizan las reuniones y que mayormente son para tratar problemas familiares y no tanto así para realizar actividades familiares divertidas o con otro fin.

Actividad 1: Realizando una reunión familiar. 6 minutos

Cuando se finalizó la proyección del video se distribuyó a cada familia unas hojas de normas y procedimiento para la reunión y se les pidió que realizaran una reunión muy corta con su hijo o hija y que para ello primero deben comenzar dando elogios ya sea dándose los unos a los otros y luego estableciendo las normas de la reunión; en caso de que no se entendiera la actividad los facilitadores pasaban de familia en familia ayudando y explicando en caso de que hubiera alguna duda.

Actividad 2: Cuando las reuniones familiares se complican. 6 minutos

Dando continuidad a la sesión se realizaron preguntas a los padres e hijos referentes al anterior video que se observó.

Los padres respondieron que los hijos del video no siguieron las normas del procedimiento y que debido a eso la madre tuvo que recordar las reglas para que la reunión se llevara de manera pasiva y evitar conflictos. Los padres mencionaron que hablar sobre embarazo o consumo de alcohol o problemas más graves en una reunión familiar es inadecuado y que se debe tomar en cuenta la edad de los hijos para hablar sobre ciertos temas

Actividad 3: Juego de forma y palabras. 5 minutos

Se pidió a las familias conformar grupos de 14 personas, 7 adolescentes y 7 padres, se les brindó 14 tarjetas con las cuales se conforma una sola palabra cada persona del grupo debe poseer una letra y formar la palabra ordenándolas.

III. Cierre. 5 minutos

Para el cierre se mostró un cartel con una frase y se pidió a cada familia completar la siguiente frase “un problema que podemos solucionar juntos es...” y cada familia completó la frase con distintas palabras.

Se recomendó a cada familia que pudieran aplicar esta sesión y practicar la reunión por lo menos una vez a la semana y poder contar cómo es que les fue en esa reunión en la próxima sesión de familia y se les felicitó por su participación. Se pidió a los adolescentes leer su lema “*somos el presente somos el futuro, de nosotros depende*” al igual que a los padres para que estos puedan leer el lema “*con amor y límites seremos una familia mejor*” y se pidió que todos puedan leer el lema de la familia “*somos familias fuertes nos queremos y la pasamos bien juntos*”.

SESIÓN 5 CON LA FAMILIA: COMPRENDER LOS PRINCIPIOS DE LA FAMILIA

Objetivos

1. Ver los contextos entre los principios de la familia y sus actividades y decisiones
2. Identificar los principios de su propia familia

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión
 - Comprender lo que son los principios de la familia
 - Armonizar los principios con la acción
 - Actividad de valores

III. Cierre de la sesión

Materiales necesarios

1. Cartel de principios de la familia
2. Lista para principios de la familia
3. Tarjetas de los principios de la familia para los padres
4. Tarjeta de la aplicación de los principios de la familia para los adolescentes
5. Diagrama de los valores
6. Muestra del escudo protector de la familia hecho por el facilitador
7. Cartel de la frase del círculo de cierre
8. Cartel con el lema de los adolescentes
9. Cartel con el lema de los padres
10. Cartel con el lema de las familias

II. Desarrollo de la sesión

Actividad 1: Comprender lo que son los principios de la familia. Acertijos sobre los principios. 7 minuto

En esta actividad se mencionó que los principios son fundamentales en la familia por lo que se les mostró un cartel de principios de la familia y se pidió a los adolescentes sentarse separados de sus padres, juntamente con una de las facilitadoras y se indicó exclusivamente sólo a los adolescentes escoger en grupo de tres un principio y que lo fuera a dramatizar delante de los padres para que ellos pudieran adivinar; entre los principios que más se trabajo fue la honestidad, cuidar el medio ambiente, creer en Dios, responsabilidad, valor de la educación y pasar tiempo juntos como familia.

En esta actividad se notó en la mayoría de las sesiones cierta dificultad para que los padres lograran identificar el principio que sus hijos interpretaban mediante la pequeña dramatización, entre los principios más fáciles de identificar está la honestidad, el cuidado al medio ambiente y creer en Dios.

Actividad 2: Armonizar los principios con la acción. 7 minutos

En esta actividad se pidió a los adolescentes realizar una fila y de igual manera a los padres realizar otra fila, se repartió tarjetas de los principios de la familia a cada padre y a los adolescentes se les repartió una tarjeta de aplicación de los principios de la familia, se pidió que cada padre, comenzando por el primero de la fila, lea su tarjeta de principios y a los adolescentes se les indicó que se colocaran letras del padre en caso de que la situación que les tocó en la tarjeta corresponde a ese principio, también se les explicó que una situación podría adaptarse a diferentes tipos de principio, una vez que se tuvo unas filas completadas se pidió a los adolescentes que leyeran el escenario o situación que les tocó y de que lo compartiera con el grupo e indicar a qué otro tipo de principio se adaptaría esa situación con la ayuda de los padres.

Actividad 3: Actividad de valores: Diagrama de valores. 10 minutos

Para esta actividad se pidió a los padres e hijos que se reunieran, se entregó un diagrama impreso en papel a cada familia y se mostró un diagrama en papelógrafo grande como ejemplo para explicar la actividad, se indicó que en la parte superior de su diagrama había una estrella que representa la meta de su hijo o hija y que los caminos del costado representan aquellas personas o conductas que podrían desviarlo de su camino o de su meta y en la parte central del camino debían anotar los valores que sus hijos tendrían que utilizar para afrontar aquellas situaciones o personas que quisieran desviarlos de su meta, las

facilitadoras se acercaron a distintas familias para poder colaborar en esta actividad. Una vez terminado con el diagrama se pidió a las familias que pudieran compartir su trabajo con las demás familias y se explicó sobre la importancia de identificar estos aspectos para ayudar a sus hijos o hijas a cumplir sus metas y llevarlos por buen camino e inculcarles valores y principios que ayuden a conseguir esta meta

Actividad 4: Hacer un escudo protector de los principios de la familia. 15 min

Se repartió hojas a cada familia y se mostró un escudo protector como ejemplo recalando que los principios de una familia ayudan a superar momentos difíciles y a crecer juntos, un escudo de familia tiene diferentes secciones y en cada una se colocará un principio que puede ser plasmado mediante palabras o dibujos.

Se les indicó que se reúnan en familia y que plasmen el escudo familiar identificando cuatro principios que se utilizan en la familia y que plasmaran sus apellidos en la base del escudo.

Al finalizar con esta actividad se pidió a las familias compartir su escudo protector con las demás familias y se les preguntó *¿qué les pareció la actividad?* y sí *¿fue fácil realizarla?*

Algunos padres comentaron que fue un poco difícil identificar los principios debido a que no los tomaron en cuenta o es algo en lo que no pensaron hasta que lo escucharon en el taller.

Otros padres comentaron que no sabían qué principio poner debido a que es la primera vez que se pone a pensar en lo importante que es no tomarlos en cuenta en la familia

III. Cierre. 5 minutos

Se felicitó tanto a padres como a adolescentes por la participación en este taller y se les invitó a participar en la siguiente taller, se pidió a los adolescentes leer su lema *“somos el presente somos el futuro de nosotros depende”* de igual manera se pidió a los padres leer

en voz alta su lema “*con amor y límites seremos una familia mejor*” y se les pidió el conjunto leer el lema de la familia “*somos familias fuertes nos queremos y la pasamos bien juntos*”, para finalizar se pidió que se diera un abrazo entre padres e hijos.

SESIÓN 6 CON LA FAMILIA: LA FAMILIA Y PRESIÓN DE LOS COMPAÑEROS

Objetivos:

1. Hablar juntos sobre cómo evitar el uso del alcohol, tabaco y drogas
2. Hablar juntos acerca de otros problemas de conducta
3. Establecer expectativas claras para los adolescentes

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión

Actividad 1: Alcanzar nuestras metas

Los padres ayudan a los adolescentes a afrontar la presión de grupo

Compartir las habilidades de resistir

Compartir los sueños y expectativas de los sueños
- III. Cierre de la sesión

Material necesario

1. Cinta adhesiva
2. Tarjeta para los padres, tarjetas con metas para los adolescentes y tarjetas “te salvare” (sesión 6)
3. Tiras de tela de 10 cm, uno por adolescente

4. Televisor, lector DVD, video de padres sesión 6 familia
5. Lista del rotafolio con las situaciones que revelan la presión del grupo
6. Tarjetas de cómo afrontar la presión de grupo
7. Hoja de trabajo/carta. (MRF sesión 6 padres)
8. Cartel con frases del círculo de cierre hecho por el facilitador (MRF sesión 6)
9. Lema de los adolescentes
10. Lema de los padres
11. Lema de la familia

II. Desarrollo de la sesión

Actividad 1: “alcanzar nuestras metas” 20 minutos

Se pegaron 4 cartulinas en el piso con ayuda de una cinta adhesiva y se marcó el inicio con una flecha marcada con cinta, se explicó que al final de las cartulinas pegadas se encuentra una estrella y que esa estrella representa la meta de su hijo o hija y se pidió que se conformaran 5 parejas de padres e hijos voluntarios; los demás padres y adolescentes estarán de observadores, se indicó que para este juego necesariamente tiene que estar amarrado de los pies o de los codos y se indicó que a cada participante se le dará una tarjeta la cual indicará si avanza o retrocede y en caso de que las parejas se encuentran separadas en distintos cuadros uno de los adolescentes observadores tiene permitido decir la frase “*te ayudaré*” y sacar una tarjeta para que la pareja pueda estar junta

Actividad 2: Reflexiones en grupo. 4 minutos

Una vez que se finalizó con la proyección del video se pasó a una reflexión acerca de lo que sucedió en el video y el papel que cumplió la madre para ayudar a su hija y que es

necesario poner esto en la práctica; trata de imitarlo ya que los hijos a menudo pasan por diferentes situaciones en las cuales requieran ayuda de los padres, orientación y guía.

Actividad 3: Compartir las habilidades de resistir. 10 minutos

Para esta actividad se utilizó el cartel de pasos de las sesiones 5 y 6 y el cartel de situaciones de riesgos de la sesión 5, se pegó todo esto en el pizarrón y se indicó que sus hijos en anterior sesión practicaron acerca de cómo hacer frente a la presión de grupo.

Se indicó que se reúnan en familia y que cada familia trabajara por separado, se indicó a los padres que ahora deben actuar como amigos mala influencia y traten de meter a su hijo o hija en problemas y se indicó a los adolescentes utilizar los seis pasos para hacer frente a esta presión; en caso de haber dudas o inquietudes pueden levantar la mano para que una facilitadora vaya a su familia a despejar dudas o guiar en caso de a ver dificultades.

Al finalizar con esta actividad se preguntó a las familias *¿qué sintieron?* los padres mencionaron que esta actividad les permitió entender un poco más a sus hijos y ponerse en su lugar y entender la situación por la que atraviesan día a día con los amigos.

En cambio para los adolescentes esto fue un poco muy complicado ya que eran sus padres los que querían meterlo en problemas y era un poco incómodo para ellos responderles o negarse.

En esta actividad se tuvo ciertos conflictos para que los adolescentes puedan utilizar los seis pasos para hacer frente a la presión de grupo debido a que eran sus padres los que cumplían el rol de amigos mala influencia, pero se consiguió lograr el objetivo de que ambos puedan entenderse.

Actividad 4: Compartir los sueños y expectativas de los padres. 5 minutos

En esta sesión se pidió a las familias reunirse de manera discreta y privada para que los padres puedan leer la carta que escribieron para sus hijos y a los adolescentes se les pidió que conserven y guarden la carta cuando lleguen a sus casas.

III. Cierre. 5 minutos

Se felicitó a padres e hijos por la participación y se les recordó asistir a las sesiones y poner en práctica lo aprendido en cada sesión, se pidió a los adolescentes leer su lema en voz alta *“somos el presente somos el futuro, de nosotros depende”*.

De la misma manera se pidió a los padres leer en voz alta su lema *“con amor y límites seremos una familia mejor”*, se pidió a todos los participantes darse un abrazo grupal para leer en voz alta el lema de la familia *“somos familias fuertes nos queremos y la pasamos bien juntos”*.

Se pidió por último que puedan darse un abrazo entre padres e hijos y que no nunca olviden la importancia de dar un abrazo a un ser querido

SESIÓN 7 CON LA FAMILIA: PROMOVER LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

Objetivos:

1. Repasar el contenido del programa
2. Expresar su agradecimiento

Contenido

- I. Orientaciones
- II. Desarrollo de la sesión

- III. Evaluación del programa
- IV. Cierre
- V. Ceremonia de graduación

Materiales necesarios

- 1. Tarjeta de identificación
- 2. Hojas y trabajos de todas las sesiones anteriores
- 3. Encuestas 1 por padre y 1 por adolescente y lapiceros
- 4. Certificado de graduación
- 5. Carteles de los lemas de: padres, adolescentes y familia.

II. Desarrollo de la sesión

Juego: seguir al líder. 5 minutos

Para esta actividad se pidió a los padres y adolescentes formar un círculo para realizar el juego de “adivinando quién es el líder” una vez que se confirme los círculos se pidió a un padre y un adolescente voluntario para que ellos hagan de adivinadores, una vez que se tiene seleccionados a los adivinadores, se les pide que salgan del aula, mientras tanto se explicó al círculo que mediante gestos y señas escojan un líder y este líder debe realizar cualquier actividad y los demás deberían seguirlo, una vez que se finaliza de dar las instrucciones, se llamó a los adivinadores para que al observar los movimientos adivinaran quién es el líder del grupo, se repitió esta actividad tres veces seguidas con diferentes adivinadores y finalizando el juego se preguntó a los participantes qué sintieron al realizar este tipo de juego,

Resumen y repaso del programa. 25 minutos

Finalizando el juego se pidió tanto a padres como hijos que tomaran asiento y en conjunto con ellos se empezó a recordar todo lo aprendido desde la sesión número uno tanto con adolescentes con padres y lo aprendido en las sesiones de familia

Evaluación. 15 a 30 minutos

Se explicó que a continuación se resolverá un cuestionario, tanto hijos como padres, se les pidió llenarlo con toda sinceridad

III. Cierre. 5 minutos

Se explicó que a continuación se resolverá un cuestionario, tanto a hijos como a padres, se les pidió llenarlo con toda sinceridad.

Cuando se terminó de aplicar los pos-test se pidió a los participantes completar la siguiente frase *“una cosa que aprendí en el programa de familias fuertes...”*

Algunos padres agradecieron por el programa ya que esto les permitió aprender técnicas y modos para que pueden entender más a sus hijos.

Otros padres agradecieron por las actividades que se presentaron en el programa ya que esto les permite obtener un mejor acercamiento con sus hijos.

Se cerró el programa compartiendo bocadillos tanto con los padres y con los hijos y se pidió leer a los adolescentes su lema *“somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende”*, también se pidió a los padres poder leer su lema *“con amor y límites y seremos una familia mejor”* y en conjunto se pidió leer el lema de la familia. Se finalizó pidiendo darse un abrazo entre padres e hijos y se recomendó que pusieran en práctica todo lo aprendido durante las siete sesiones.

6.3. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS POR EL POSTEST.

En este apartado se pasará a dar respuesta al tercer objetivo específico planteado en los objetivos de la Práctica Institucional (P.I) *Evaluar el impacto del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites” después de su aplicación a través una medición final.*

CUADRO 11: RELACIONES INTERPERSONALES

Piense en los últimos 30 días. ¿Con qué frecuencia...	PRETEST				POSTEST				Total
	Nunca	A veces	Muchas veces	siempre	nunca	A veces	Muchas veces	siempre	%
¿He pensado en las metas que quiero lograr?	17,5	71,5	9,0	2,1	2,5	39,0	29,6	29,0	100
¿Cumples con las metas y sueños que lograste trazar?	15,16	77,7	5,4	1,3	1,3	59,0	31,0	8,8	100
¿Tienes un enunciado claro y preciso sobre lo que quieres lograr?	9,4	83,9	6,3	0,4	4,0	52,9	21,0	22,1	100
¿Se traza un tiempo límite para obtener la meta deseada?	34,8	62,7	2,3	0,3	3,5	58,2	20,8	17,5	100

Fuente: Instrumentó del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

En el cuadro se puede apreciar un ligero incremento de los porcentajes del posttest, lo cual de manera general indica que se consiguió ciertos cambios; los adolescentes consideran más seriamente sus metas, sean estos a corto o largo plazo. En la pregunta *¿He pensado en las metas que quiero lograr?* se tiene un 29,6% y un 29,0% sumando un total de 58,6% afirman que *muchas veces* y *siempre*; en el desarrollo del programa se abordaron actividades relacionadas a las metas y sueños, las cual tiene como objetivo que los adolescentes piensen en sus metas a futuro y puedan visualizarse a sí mismos cumpliéndolas. También cabe recalcar que en cierto modo se logró que puedan plantearse

metas añadiendo a esto los pasos que deben seguir para cumplirlas ya que tener una meta no solo implica deseársela.

Por otro lado en la *pregunta ¿Cumples con las metas y sueños que lograste trazar?* se tiene un 59,0% y un 31,0% que hacen un total de 90.0% que afirma que *a veces y muchas veces*; con el programa se busca que los adolescentes al mismo tiempo que van visualizando sus metas, piensen en los pasos que deben tomar en cuenta para conseguirlos, así mismo los valores que deben poseer, lo que contribuye a que puedan ser capaces de planificar sus acciones para el cumplimiento de sus propias metas.

CUADRO 12: CERCANÍA EMOCIONAL CON LA FAMILIA.

Piense en los últimos 30 días. ¿Con qué frecuencia...	PRETEST				POSTEST				Total
	nunca	A veces	Muchas veces	siempre	nunca	A veces	Muchas veces	siempre	%
¿Conversan contigo tu padre, madre o tutor sobre cuáles son tus metas?	9,8	76,9	9,4	4,0	4,0	59,3	18,8	17,9	100
¿Tu padre, madre o tutor te apoyan para que puedas lograr tus metas?	3,5	71,9	19,8	4,8	1,7	70,2	20,8	28,1	100
¿Tu padre, madre o tutor te escucha cuando quieres hablar de tus metas?	4,4	71,2	25,6	2,9	0,6	47,5	20,4	31,5	100
¿Tu padre, madre o tutor te da un guiño o una sonrisa?	3,1	54,6	37,7	4,6	1,7	75,8	20,4	22,5	100
¿Tu padre, madre o tutor dice algo bueno (positivo) sobre lo que hiciste, te da un elogio o cumplido por lo que hiciste?	4,0	61,1	29,8	2,2	1,9	75,4	22,5	22,7	100
¿Tu padre, madre o tutor te da un abrazo, palmadita en la espalda o un beso por lo que hiciste?	6,0	65,3	24,2	4,6	1,0	51,7	22,9	24,4	100
¿Tu padre, madre o tutor te da algún premio por lo que hiciste, tal como un regalo, dinero extra o algo especial para comer?	8,3	73,3	14,8	3,5	1,5	44,4	25,2	29,0	100
¿Tu padre, madre o tutor hace algo especial contigo, tal como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial?	9,2	73,5	12,9	4,4	0,8	35,8	29,8	33,5	100
¿Con que frecuencia tu padre, madre o tutor te dice lo orgulloso/a que está por el esfuerzo que has puesto en hacer algo?	12,1	73,1	12,1	2,7	1,3	37,3	21,9	39,6	100
¿Con que frecuencia tu padre, madre o tutor te dice gracias?	9,4	68,9	16,3	5,4	4,8	43,2	18,1	34,0	100
¿Le demuestras a tu padre, madre o tutor que realmente te preocupas por él/ella, que aprecias sus ideas o las cosas que él/ ella hace?	5,8	59,8	27,1	7,3	2,1	55,0	18,1	24,8	100
¿Le cuentas a tu padre, madre o tutor sobre tus amigos y compañeros de clase?	10,2	58,6	22,9	8,3	1,0	39,8	30,4	28,8	100
Antes de salir ¿le cuentas a tu padre, madre o tutor con quién vas a salir? ¿A dónde vas a ir? ¿A qué hora vas a volver?	7,1	65,7	21,5	5,8	0,2	49,1	21,0	29,6	100

Fuente: Instrumentó del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

La etapa de la adolescencia se caracteriza por una desconexión emocional de los hijos y padres, por ello la importancia de trabajar las expresiones afectivas en la familia para lo cual es imprescindible la comunicación familiar; uno de los objetivos principales del programa es incrementar la comunicación familiar para la prevención de conductas de riesgo, ya que una buena comunicación familiar basada en el afecto crea seguridad en el adolescente.

Haciendo una observación general del cuadro se puede apreciar un leve cambio en los distintos porcentajes; en la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor te da algún premio por lo que hiciste, tal como un regalo, dinero extra o algo especial para comer?* se tiene un 25,25 y un 29,0 que hacen un total de 54,2% que asevera que *muchas veces y siempre*. El programa se desarrolló en dos módulos, en un primer instante se trabajó con los adolescentes, finalizado se trabajó en conjunto con los pares e hijos, denominada sesión familiar donde se desarrollaron actividades tales como apreciar a los miembros de la familia y la carta donde se trabaja e incita a que los padres expresen sus sentimientos de afecto hacia sus hijos de distintas maneras; así mismo que los adolescentes correspondan a este tipo de expresiones.

En la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor hace algo especial contigo, tal como ir al cine, jugar un juego, o ir a un sitio especial?* se tiene un 29,8% y un 33,5% que hacen un total de 63,3% afirma que *muchas veces y siempre*. Para fortalecer la comunicación se busca que en las sesiones de familia tanto padres como hijos pasen tiempo de calidad familiar realizando distintas actividades en conjunto, todo esto para reducir conductas de riesgo y fortalecer la unión familiar; a esto se relaciona la pregunta *¿Con que frecuencia tu padre, madre o tutor te dice lo orgulloso/a que está por el esfuerzo que has puesto en hacer algo?*

ya que se tiene un 21,9% y un 39,6% que hacen un total de 61,5% que afirma que *muchas veces* y *siempre*. En las distintas actividades que se desarrolló en las sesiones con los adolescentes se practicó la expresión de elogios y palabras positivas, asimismo corresponder a este tipo de expresiones y no solo con los compañeros si no también con los padres o tutores, una vez reunidos en la sesión familia se animaba a que los padres expresen palabras positivas sobre los trabajos de sus hijos y recalcar los características positivas que poseen sus hijos, ejemplo “*inteligente, estudioso, buen hijo, obediente, trabajador, cariñoso, atento, educado* ”, no solo durante los talleres, si no para que puedan aplicarlo en su vida diaria y de esta manera fortalecer la comunicación y expresión de afecto en hijos y padre.

En la pregunta *¿Le cuentas a tu padre, madre o tutor sobre tus amigos y compañeros de clase?* se tiene un 30,45 y un 28,8% que hacen un total de 59,2% asevera que *muchas veces* y *siempre*, lo que indicaría que se logró incrementar la comunicación y confianza por parte de los adolescentes con respecto a sus padres, ya que entendieron que sus padres solo tratan de cuidarlos y protegerlos de los riesgos a los que están expuestos como adolescentes, lo que va relacionado a la pregunta *antes de salir ¿le cuentas a tu padre, madre o tutor con quien vas a salir? ¿A dónde vas a ir? ¿A qué hora vas a volver?*, donde un 21,0% y un 29,6% que hacen un total de 50,6% indica que *muchas veces* y *siempre*. Se puede verificar que los adolescentes demuestran más aprecio y confianza en sus padres y que de algún modo se logró reducir la barrera comunicacional, ya que entendieron que es importante dar este tipo de información para evitar peligros y así mismo crear una ambiente de confianza familiar.

CUADRO 13: SEGUIR LAS REGLAS Y NORMAS DE CONVIVENCIA FAMILIARES.

Piense en los últimos 30 días. ¿Con qué frecuencia...?	PRETEST				POSTEST				Total
	Nunca	A veces	Muchas Veces	Siempre	Nunca	A veces	Muchas Veces	Siempre	%
¿Cuándo tu padre, madre o tutor hace una regla para ti ¿la cumples?	1,5	68,2	21,0	9,4	1,7	46,2	21,9	30,2	100
Si rompes una regla, tu padre, madre o tutor hace lo que acordaron hacer si rompes las reglas?	0,6	69,6	25,0	14,8	4,4	46,0	21,0	28,5	100
¿Con qué frecuencia evitaste la sanción discutiendo y poniendo excusas?	1,7	77,1	17,7	3,5	23,8	53,0	19,8	3,5	100
¿Te dijo tu padre, madre o tutor claramente cuáles son las reglas que esperan que tú sigieras?	4,6	74,0	17,5	4,0	3,1	38,7	29,6	28,5	100
¿Te explico tu padre, madre o tutor qué sanción o consecuencia recibirías si rompes las reglas?	11,3	76,6	11,0	1,0	0,8	50,6	22,7	25,8	100
¿Con que frecuencia te castigó tu padre, madre o tutor por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente ocasión lo ignoró?	18,8	65,8	12,7	2,7	3,3	46,0	31,0	19,6	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Adicionalmente en cuanto a los factores necesarios para que exista una buena dinámica familiar, estos se resumen en establecer límites y roles claros, una buena comunicación y afectividad entre sus miembros, así como también una madurez emocional lo cual posibilita la fácil resolución de conflictos y el planteamiento de metas a futuro (Muñoz, 2016). El establecimiento de límites como normas y reglas en la familia es importante para que los adolescentes se desarrollen con responsabilidad.

En la pregunta *¿Cuando tu padre, madre o tutor hace una regla para ti ¿la cumples?* se tiene un 21,9% y un 30,2% que sumados hacen un total de 52,1% que afirma que *muchas veces y siempre*. En el desarrollo de las sesiones se trabajó la importancia de seguir las reglas que se establecen en casa, para lo cual se realizaron distintas actividades en las que los adolescentes experimentaron los sentimientos que surgen cuando se irrumpe una regla que ellos establecen y puedan de algún modo ponerse en el lugar de sus padres, ya que esto facilita su relación con las personas de su entorno y los prepara para ser adultos responsables y así mismo evita en cierto modo que realicen conductas que pongan en riesgo su vida, lo que va muy relacionado a la pregunta *¿Te dijo tu padre, madre o tutor claramente cuáles son las reglas que esperan que tú sigieras?* En la que se tiene un 29,6% y un 28,5% que hacen un total de 58,1% que asevera que *muchas veces y siempre*. Es importante que en el hogar se fijen normas claras y asimismo sanciones con las que toda la familia esté de acuerdo, se realizaron distintas actividades con los adolescentes sobre la importancia de seguir las reglas para sus seguridad, asimismo las consecuencias y beneficios que tendrán en caso de cumplir o desobedecer, también esto es un indicador de comunicación y que en el hogar sí se realiza o se pone en práctica lo que se aprendió durante el taller.

Por otro lado se tiene la pregunta *¿Con que frecuencia te castigo tu padre, madre o tutor por hacer algo en una ocasión, pero en la siguiente ocasión lo ignoro?* Que de igual manera se relaciona a las anteriores, donde se tiene un 31,0% y un 19,5% que hacen un total de 50,6% que afirma que *muchas veces y siempre* sus padres cumplen con el castigo sin ignorarlo en la siguiente ocasión, la coherencia en los padres es fundamental ya que son guía para que sus hijos aprendan a ser responsables, por lo que en las sesiones de familia

se trabajó este punto y de igual manera se trabajó con los adolescentes la importancia de tomar con seriedad y responsabilidad las reglas que reciben por parte de sus padres, ya que necesitan saber con claridad las conductas que tienen prohibidas y cuáles no, para tomar una decisión de acuerdo a las reglas que tienen en casa.

CUADRO 14: CONDUCTAS DE RIESGO. (Parte 1)

Durante los últimos 2 meses, ¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a :	PRETEST				POSTEST				Total
	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	%
Fumar cigarrillos.	25,3	53,3	19,3	2,1	9,6	38,5	46,5	5,4	100
Tomar alcohol.	15,6	62,3	17,3	4,8	11,9	33,7	49,0	5,4	100
Usar drogas.	13,8	64,8	13,8	7,7	6,5	32,8	46,3	11,5	100
Unirse a una pandilla.	19,0	60,6	11,5	9,0	5,0	46,1	37,1	11,9	100
Pelear en el colegio.	10,0	64,4	19,4	6,3	6,3	69,0	16,5	8,3	100
Abandonar la escuela o dejar de estudiar.	7,9	74,8	13,3	4,0	37,9	45,2	7,9	9,0	100
Tener un (a) enamorado (a)	14,0	60,0	21,7	4,4	9,8	43,4	25,8	21,0	100
Tener relaciones sexuales a esta edad.	10,4	61,1	24,2	4,4	9,0	31,1	41,9	18,1	100
Piensa en el año que viene...	Definitivamente NO	Probablemente NO	Probablemente SI	Definitivamente SI	Definitivamente NO	Probablemente NO	Probablemente SI	Definitivamente SI	%
¿Crees que vas a fumar un cigarrillo en algún momento del año que viene?	45,6	9,2	20,4	24,8	67,7	28,3	3,3	0,7	100
¿Si uno de tus amigos te ofreciera un cigarrillo ¿lo fumarías?	61,3	11,3	18,1	10,1	53,5	20,0	21,1	5,4	100
¿Crees que vas a tomar cerveza, vino o licor en algún momento del año que viene?	37,3	23,3	15,4	24,0	56,9	30,6	8,8	3,8	100
Si uno de tus amigos te ofreciera cerveza, vino o licor, ¿lo probarías?	21,0	19,6	37,7	21,7	40,0	33,3	16,7	10,0	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

La información que los padres pueden brindar a sus hijos en base a sus experiencias es importante para que los adolescentes puedan reflexionar. *La comunicación con los padres también tiene una poderosa influencia en nuestro contexto y puede funcionar como factor protector o de riesgo en el pasaje por esta etapa* (Schmidt, Maglio, Messoulam, Molina, & Gonzalez, 2010)

De manera general se puede apreciar en el cuadro el incremento en algunos porcentajes lo que indica cierto cambio de algunas conductas, con respecto a *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a tomar alcohol?* Según los resultados se tiene un 49,0% y el 5,4% sumando un total de 54,4% que afirman que *muchas veces y siempre* sus padres hablaron con ellos con respecto a esta conducta de riesgo. En la sesión familia se trabajó en conjunto con los padres e hijos sobre las distintas conductas de riesgo a las que están expuestos los adolescentes y la importancia de realizar este tipo de pláticas para guiarlos, así mismo los padres recibieron capacitación con respecto estas conducta, también se trabajó en las sesiones adolescentes la importancia de apreciar a sus padres o tutores valorando los cuidados y el tiempo que les dedican. Por otro lado en la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a usar drogas?* se tiene un 46,3% y un 11,5% que sumando hacen un 57,8% que afirma que *muchas veces y siempre* sus padres hablan con ellos con respeto a esta conducta. Es importante que los adolescentes conocen y tengan información acerca de esta conducta y así poder tomar la decisión de practicarla o no en base a la información que reciben, la guía de los padres es fundamental en este proceso de la adolescencia. Los adolescentes en algunos casos son fáciles de persuadir y sobre todo cuando no se tiene información clara sobre el tema, por lo que este tipo de conversaciones ayuda a que ellos

puedan ser capaces de tomar decisiones y teniendo información saber los riesgos que corren y por otro lado sienten interés y preocupación por parte de sus padres o tutores.

En cuanto a la pregunta *¿Tu padre, madre o tutor ha hablado sobre lo que puede o no puede hacer respecto a tener relaciones sexuales a esta edad?* un 41,9% y un 18,15 que hacen un total de 60.0% que *muchas veces y siempre*. Si bien este es uno de los temas más complicados en abordar para los padres, en las sesiones familia se logró abordar esta temática y asimismo se trabajó con los adolescentes, por otro lado los padres recibieron paralelamente talleres a cerca de esta tema y como abordarlo en sus hogares.

Por otro lado se abordó temas para recapacitar a los adolescentes en la toma de decisiones y como hacer frente a la presión grupal y del mismo modo poder diferenciar los buenos de los malos amigos.

En cuanto a la pregunta *¿Crees que vas a fumar un cigarrillo en algún momento del año que viene?* Se tiene un elevado porcentaje de 67,7% que afirma que *definitivamente no* realizarán esta conducta en el año que viene; se puede observar que se logró desarrollar conciencia respecto a esta conducta mediante los talleres, ya que ahora los adolescentes cuentan con información sobre lo perjudicial que puede ser y cómo esto puede interferir en el logro de sus metas, perjudicando su salud.

Por otro lado se tiene la pregunta de *¿Crees que vas a tomar cerveza, vino o licor en algún momento del año que viene?* Se tiene un 56,9 % de adolescentes que aseguran que *definitivamente no* consumirán alguna bebida alcohólica; el porcentaje indica que se logró crear conciencia acerca de una adecuada toma de decisiones en los adolescentes, reduciendo la probabilidad de realizar esta conducta de riesgo.

CUADRO 15: CONDUCTAS DE RIESGO. (Parte 2)

¿Qué tanto te gustaría o molestaría hacer lo siguiente?	PRETEST					POSTEST					Total
	Me agradaría mucho	Me agradaría algo	Indiferente	Me molestaría algo	Me molestaría mucho	Me agradaría mucho	Me agradaría algo	Indiferente	Me molestaría algo	Me molestaría mucho	%
Fumar cigarrillos.	8,5	24,4	39,4	21,0	6,7	6,5	0,4	17,1	13,3	62,7	100
Tomar alcohol.	9,6	22,7	37,1	19,8	10,8	2,3	5,2	15,6	15,2	61,7	100
Usar drogas.	11,7	12,1	39,2	22,1	15,0	2,3	1,7	16,5	8,3	71,3	100
Unirse a una pandilla.	7,1	18,1	33,8	32,5	8,5	5,0	5,2	18,1	3,3	68,4	100
Pelear en el colegio.	5,2	16,3	38,1	28,8	11,7	4,7	4,0	16,9	6,9	68,1	100
Abandonar la escuela o dejar de estudiar.	8,5	24,0	36,7	1 22,5	8,3	6,0	2,3	10,8	14,2	66,7	100
Tener un (a) enamorado (a)	12,9	19,6	38,1	18,3	11,0	5,4	21,3	15,8	17,7	39,8	100
Tener relaciones sexuales a esta edad.	17,3	28,3	30,8	14,8	8,8	2,3	0,2	21,5	7,5	68,5	100
Piense en los últimos 30 días:	0 días	1-2 días	3-5 días	6-9 días	10-19 días	0 días	1-2 días	3-5 días	6-9 días	10-19 días	%
¿Cuántas veces fumaste cigarrillos?	41,3	30,6	16,5	11,7	0	84,0	11,3	3,5	1,3	0,0	100
¿Cuántas veces tomaste alcohol, como vino, cerveza o licor?	51,7	21,0	11,0	7,5	8,8	81,5	12,9	2,1	2,9	0,6	100
¿ Cuántas veces consumiste marihuana	70,2	18,8	7,7	2,1	1,3	93,5	5,4	1,0	0,0	0,0	100
¿Cuántas veces inhalaste pintura aerosoles u otras cosas para drogarte?	74,0	17,7	7,9	1,0	0	99,4	0,0	0,0	0,6	0,0	100
¿Cuántas veces consumiste drogas?	76,9	14,2	8,3	0,6	0	97,7	2,3	0,0	0,0	0,0	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

De manera general se puede apreciar en el cuadro cambios favorables entre el pretest y el posttest, entre los datos más sobresalientes se tiene un porcentaje significativo de 71,3% de los participantes que señala que *me molestaría mucho* en la pregunta *¿Qué tanto te gustaría o molestaría usar drogas?* En la sesión con los adolescentes como en la sesión familia se realizaron actividades y se pudo conversar acerca de cómo este producto perjudicaría si empezaran su consumo en estas edades tempranas, además de que su consumo acarrearía otras conductas de riesgo, por lo que de alguna manera se pudo crear conciencia acerca de cómo los afectaría a alcanzar sus metas.

Por otro lado en la pregunta *¿Qué tanto te gustaría o molestaría unirse a una pandilla?* se tiene un 68,4% de adolescentes que asevera que *me molestaría mucho*. Comparando este porcentaje con el del pretest se puede apreciar la gran diferencia en los datos. Teniendo los adolescentes conocimiento de las distintas conductas de riesgos y las consecuencias de las mismas, tienen la capacidad de decidir el tipo de actividad que quieran realizar y asimismo poder diferenciar los malos amigos de los buenos. Durante los talleres se brindó técnicas que pueden usar para hacer frente a la presión del grupo y puedan cuidarse asimismo de las distintas conductas de riesgos a las que están expuestos.

En cuanto a la pregunta *¿Qué tanto te gustaría o molestaría tener relaciones sexuales a esta edad?* un 68,5% de los adolescentes señalan que *me molestaría mucho*. Los adolescentes conociendo las técnicas para evadir la presión de grupo y así como diferenciar los amigos buenos de los malos, tienen conocimiento para tomar una adecuada decisión, todo esto respetando las reglas en casa y tomando en cuenta la meta que se propongan. Así mismo se logró abarcar esta temática en los talleres donde los adolescentes pudieron

despejar dudas e inquietudes que tenían acerca del tema y a partir de ello puedan tomar decisiones adecuadas.

Respecto al consumo de sustancias tóxicas se puede apreciar en el pretest que los porcentajes más elevados se inclinan a *nunca (0 días)* pero de igual modo se tiene porcentajes que llaman la atención los cuales se redujeron en le postes, si bien la inclinación de los porcentajes en *nunca(0 días)* en el postest, se podría decir que los adolescentes toman sus metas con más seriedad y están conscientes de los riesgos a los que están constantemente expuestos, uno de los objetivos que busca el programa es que sean capaces de tomar decisiones por sí mismos.

En la pregunta *¿Cuántas veces consumiste marihuana?* se tiene un 93,5% de participantes que afirma que en el lapso de un mes *nunca (0 veces)*, comparando con el pretest se puede evidencia un incremento en el porcentaje, si bien el grupo de amigos es una gran influencia en el consumo de distintas sustancia, mediante distintas técnicas se enseñó a los adolescentes a decir tomar decisiones adecuadas y con esto el aprecio y el valor que deben dar al esfuerzo de sus padres, de igual manera se tiene porcentajes significativos en la pregunta *¿Cuántas veces inhalaste pintura aerosoles u otras cosas para drogarte?* donde se tiene un 99,4% que afirma que *nunca (0 veces)*, lo que podría indicar que antes de realizar una conducta los adolescentes piensan y analizan si está o no correcto hacerlo. Relacionado a esto se tiene un porcentaje de 97,7 de participantes que afirma que *nunca (0 veces)* a la pregunta *¿Cuántas veces consumiste drogas?;* a esto se puede atribuir que se da más control por parte de los adolescentes y que en el hogar hay cierto respeto por las reglas y valor hacia los esfuerzos de los padres.

CUADRO 16: CONDUCTAS DE RIESGO. (Parte 3)

	PRETEST		POSTEST		Total
	SI	NO	SI	NO	%
¿Alguna vez has intentado fumar cigarrillos aunque sea una piteada?	54,8	45,2	54,8	45,2	100
¿Alguna vez has tomado cerveza, vino o licor sin que tus padres lo sepan?	49,8	50,2	49,8	50,2	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Con respecto a esta tabla, en el cual se indaga si es que lo adolescentes en algún momento consumieron o probaron bebida alcohólica o fumaron. En la pregunta *¿Alguna vez has intentado fumar cigarrillos aunque sea una piteada?* El 54,8% de los adolescentes dice SI haber intentado fumar cigarrillos, la curiosidad en la etapa adolescente los lleva experimentar y realizar este tipo de conductas por lo menos una vez ya sea en el círculo de amistades u otro tipo de ambiente.

En cuanto a esta pregunta *¿Alguna vez has tomado cerveza, vino o licor sin que tus padres lo sepan?* un 50,2% de los adolescentes afirma que SI han consumido alguna bebida alcohólica.

CUADRO 17: RELACIÓN CON SU MEDIO SOCIAL. (Parte 1)

Las siguientes preguntas son sobre la relación con tus amigos.	PRETEST				POSTEST				Total
	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	%
¿Hago cosas para estar al lado de mis amigos, incluso si sé que está mal?	11,9	61,3	17,3	9,6	29,6	56,5	6,0	7,9	100
Escondo mi verdadera opinión si temo que mis amigos se van a burlar de mí, incluso si esto perjudicara a otra persona.	15,4	62,1	13,8	8,8	27,9	58,8	7,9	5,4	100
Tomo más riesgos cuando estoy con mis amigos que cuando estoy solo/a	17,9	57,1	18,8	6,3	27,3	59,6	6,0	7,1	100
¿Quebrantaría la ley para mantener a mis amigos?	11,5	62,9	17,5	8,1	26,7	59,4	4,0	10,0	100
A veces digo cosas que realmente no creo porque pienso que mis amigos me van a respetar más.	5,8	59,6	27,3	7,3	24,2	60,2	10,2	5,4	100
Es mejor hacer lo mismo que mis amigos, que hacer que se enojen conmigo.	6,9	58,1	24,6	10,4	42,9	51,1	3,1	2,9	100
Seguiría a mis amigos, no importa lo que están haciendo.	6,5	51,5	26,5	15,6	46,0	41,3	10,2	2,5	100
Cambio mucho mi forma de actuar cuando estoy con amigos	7,1	39,8	31,9	21,3	29,2	39,6	20,8	10,4	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Los grupos de amigos juegan un papel importante *“la presión del grupo en los adolescentes es un hecho de importante influencia en sus conductas y decisiones, ya que están en una etapa en la que la identificación con su grupo social es un factor que determinará en gran*

medida su propio desarrollo y maduración. De ahí, que la fuerza que puede ejercer el grupo sobre el menor sea importante. Sin embargo, estas influencias pueden ser negativas como positivas, dependiendo del grupo escogido por el menor para servirle como modelo y/o las conductas e ideologías que tenga dicho grupo” (Hidalgo, 2014)

Se tiene un 26,6% y un 56,5 % que hacen un total de 83,1% de los adolescentes afirma que *nunca y a veces* a la pregunta *¿Hago cosas para estar al lado de mis amigos, incluso si sé que está mal?* Se puede observar un cambio en cuanto a esta conducta en los adolescentes; se logró crear conciencia acerca del valor de la amistad. Al estar en esta etapa muchos se dejan llevar por compañeros a realizar conductas inadecuadas; mediante el programa se enseñó a hacer una diferencia entre los buenos y malos amigos y asimismo a poder apreciar las cualidades positivas de los buenos amigos y del mismo modo a ser un buen amigo y tomar decisiones adecuadas. En la etapa de la adolescencia muchos se dejan guiar por las apariencias y la popularidad sin considerar los valores de la otra persona.

En la afirmación *Escondo mi verdadera opinión si temo que mis amigos se van a burlar de mí, incluso si esto perjudicara a otra persona;* se tiene un 27,9% y un 58,8% que hacen un total de 86,7% que afirma que *nunca y a veces*; en la etapa de la adolescencia muchos de los adolescentes realizan infinidad de conductas para pertenecer a un grupo y ser aceptados por los otros, a pesar de que tengan que cambiar su forma de ser; se puede notar que se logró un cambio en cuanto a esta conducta, ya que a través de la información brindada y las distintas actividades se logró un cambio y desarrollar en ellos la capacidad para elegir amigos con buenas cualidades.

En la pregunta *¿Quebrantaría la ley para mantener a mis amigos?* se tiene un 26,7% y un 59,4% que hacen un total de 86,1% de los participantes que dice que *nunca* y *a veces* realizarían esta actividad; están conscientes de que realizar conductas peligrosas perjudicaría para que puedan alcanzar sus metas a un futuro, muy aparte de crearles conflictos con sus padres y arruinar su relación con algunos compañeros, y sobre todo ser consiente del esfuerzo de sus padres.

En la afirmación *Es mejor hacer lo mismo que mis amigos, que hacer que se enojen conmigo.* Se tiene un 42,9% y un 51,1% que hacen un total de 94.0% de adolescentes que responden que *nunca* y *a veces*; se tiene una diferencia de porcentajes y se logró llevar mediante las actividades a crear en ellos la capacidad de toma de decisiones y cuidarse así mismo sobre las distintas conductas de riesgos a las que están expuestos por seguir malos amigos.

CUADRO 18: RELACION CON SU MEDIO SOCIAL. (Parte 2)

Piensa en la relación con tus compañeros los últimos 7 días.	PRETEST							POSTEST							Total
	0 veces	1 vez	2 veces	3 veces	4 veces	5 veces	6 veces	0 veces	1 vez	2 veces	3 veces	4 veces	5 veces	6 veces	%
¿Cuántas veces te burlaste de un estudiante de tu escuela?	3,5	19,8	31,7	23,3	11,3	5,0	5,4	38,1	36,3	12,7	1,9	3,1	0,0	7,9	100
¿Cuántas veces empujaste o le pegaste a un estudiante de tu escuela?	0,4	16,9	32,9	30,6	15,0	2,9	1,3	57,1	25,0	10,2	0,2	1,3	0,0	6,3	100
¿Cuántas veces molestaste, insultaste o dijiste malas palabras a un estudiante de tu escuela?	17,1	7,7	16,0	22,1	23,1	8,8	5,2	33,1	36,0	20,6	2,1	4,4	1,9	1,9	100
¿Cuántas veces amenazaste con pegar o herir a un estudiante de tu escuela?	50,6	19,6	20,6	7,1	2,1	0	0	90,2	5,2	1,7	0,0	2,9	0,0	0,0	100
¿Cuántas veces dejaste fuera de una actividad o juego a propósito a un estudiante de tu escuela?	30,4	14,2	30,4	15,0	7,5	1,7	0,8	64,0	22,5	9,2	0,2	2,9	0,0	1,3	100
¿Cuántas veces inventaste algo sobre un estudiante de tu escuela para crearle problemas?	23,1	16,0	32,1	15,8	11,0	1,3	0,6	86,9	7,5	1,3	0,0	0,2	0,0	4,2	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

Las relaciones sociales en la adolescencia son variadas las cuales se pueden disfrutar si se sabe escoger buenos amigos y asimismo si se desarrollaran otras habilidades; si bien no se logró grandes cambios, se pudo disminuir varios porcentajes los cuales indican un cambio en la conducta de los adolescentes. En la tabla se puede observar la reducción de ciertas conductas, en la pregunta *¿Cuántas veces amenazaste con pegar o herir a un estudiante de tu escuela?* se tiene un 90,2% de los participantes que afirma que *nunca (0 veces)* ha amenazado o herido a un compañero en un lapso de siete días; se consiguió que los adolescentes aparte de reconocer las conductas de riesgo y evitar las mismas, puedan ellos mismos evitar realizar estas conductas inadecuadas en su ámbito escolar y mantener relaciones sanas con sus compañeros.

Por otro lado, en la pregunta *¿Cuántas veces inventaste algo sobre un estudiante de tu escuela para crearle problemas?* se tiene un porcentaje significativo de 86.9% que afirma que *nunca (0 veces)* han realizado esta conducta en un lapso de siete días, lo que indica que los estudiantes lograron captar que es importante lograr una buena relación con el entorno y más aún aprender a ayudar a otro y no meterlos en dificultad.

Por otro lado se tiene en la pregunta *¿Cuántas veces dejaste fuera de una actividad o juego a propósito a un estudiante de tu escuela?* un 64,0% de participantes dijo que *nunca (0 veces)* han realizado dicha conducta; mediante las dinámicas se logró desarrollar cohesión en cuanto a los grupos trabajados y disminuir conductas negativas dentro de sus salones.

CUADRO 19: INTERACCIÓN FAMILIAR.

En nuestra familia:	PRETEST				POSTEST				Total
	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre	%
¿Nos gusta pasar juntos el tiempo libre?	7,1	51,9	29,4	13,1	2,7	35,9	26,3	35,2	100
¿Compartimos alguna comida cada día?	2,9	48,4	32,9	15,8	3,3	49,8	28,5	18,3	100
¿Hacemos algo como familia por lo menos una vez a la semana?	19,0	52,4	20,1	9,4	4,0	46,7	26,7	22,7	100
¿Tenemos reuniones de familia para conversar sobre asuntos de la familia?	19,8	77,8	15,4	57 11,9	3,1	60,1	21,7	15,0	100
¿Yo ayudo en hacer las tareas y responsabilidades de la casa?	5,4	50,4	35,0	9,2	2,3	64,2	20,2	13,3	100
¿Mi padre, madre o tutor dedica tiempo cada día para hablar conmigo?	7,5	63,9	21,3	7,3	0,8	59,8	25,2	42,7	100
¿Me gusta conversar con mi padre, madre o tutor?	11,7	60,4	25,4	2,5	2,5	62,7	32,9	2,7	100
¿Es fácil expresar mis sentimientos a mi padre, madre o tutor?	14,2	58,3	19,2	8,3	2,9	41,12	20,8	35,0	100
¿Mi padre, madre o tutor me entiende?	12,1	63,3	20,4	6,7	4,2	51,2	19,0	25,6	100
¿Si estoy en dificultades, le puedo contar a mi padre, madre o tutor?	7,7	61,7	22,3	8,3	2,7	54,8	19,4	23,1	100

Fuente: Instrumento del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”

Elaboración: Propia

La interacción en la familia permite “*adicionalmente en cuanto a los factores necesarios para que exista una buena dinámica familiar, estos se resume en establecer límites y roles claros, una buena comunicación y afectividad entre sus miembros, así como también una madurez emocional lo cual posibilita la fácil resolución de conflictos y el planteamiento de metas a futuro*” (Muñoz, 2016). Una buena interacción familiar posibilita un desarrollo

pleno del adolescente. Por eso la importancia de fortalecer las relaciones en la familia para que el adolescente se desarrolle con plenitud.

Se puede evidenciar cambios en los porcentajes del pretest al postest, lo cual indica que los adolescentes valoran el tiempo en familia, así mismo contribuyen en la misma ayudando y que se les es más fácil comunicarse y confiar en sus padres o tutores, en la pregunta *¿Nos gusta pasar juntos el tiempo libre?* Donde un 26,3% y un 35,2% que hacen un total de 61,5% de los participantes afirman que *muchas veces* y *siempre*, se puede apreciar un cambio por parte de los adolescentes con respecto a sus padres, ya que manifiestan que les gusta pasar tiempo con sus padres ya que ahora son capaces de demostrar afecto a sus padres y valoran los esfuerzos que hacen para dedicarles tiempo, lo que va muy relacionado a la pregunta *¿Mi padre, madre o tutor dedica tiempo cada día para hablar conmigo?* Se tiene un 25,2% y un 42,7% que sumado hacen un total de 67,9% que afirman que *muchas veces* y *siempre*, lo que indica una mejora en la comunicación entre padres y adolescentes, ahora los padres están más involucrados con sus hijos y del mismo modo los adolescentes confían y valoran el tiempo que les dedican disfrutando el tiempo que pasan en familia.

Por otro lado se tiene un 20,8% y un 35,0% que sumado hace un total de 55,8% que asevera que *muchas veces* y *siempre* a la pregunta *¿Es fácil expresar mis sentimientos a mi padre, madre o tutor?* los adolescentes manifiestan que conversan más con sus padres y que les es más fácil expresar sus sentimientos, problemas y conflictos por las que atraviesan entendiendo que sus padres no son enemigos muy al contrario los apoyaran en sus metas y estarán siempre con ellos incondicionalmente.

7.1.CONCLUSIONES DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL.

En relación al primer objetivo **Evaluar el conocimiento inicial que tienen los adolescentes de 10 a 14 años de edad sobre las conductas de riesgo**, a través de la aplicación de instrumentos y por los datos que se obtuvieron en cuanto a las relaciones interpersonales si bien en su mayoría a veces piensa tener metas no se trazan límites para cumplirlos y a esto se añade que a veces tienen un enunciado claro de lo que quieren ser en un futuro.

Se puede distinguir que en cuanto a la cercanía emocional entre padres y adolescentes hay cierto distanciamiento, ya que algunos padres desconocen las metas de sus hijos y a esto se añade que los adolescentes sienten que no reciben de sus padres o tutores expresiones de afecto, palabras de aliento y apoyo, lo cual indica que existe poca comunicación.

En la familia se establecen las primeras reglas, normas y valores, por lo que es fundamental e importante ser precisos y claros; los porcentajes señalan que los adolescentes no tienen claras las reglas y por ello no las respetan, a esto contribuye que algunos de los padres no son coherentes a la hora de hacer cumplir las sanciones.

La adolescencia es una etapa de curiosidad, aquí recae la labor del padre o tutor para aclarar dudas y curiosidades, los porcentajes indican que los padres no conversan con sus hijos respecto a las conductas de riesgo, tales como unirse a pandillas, abandonar el colegio, el consumo de alcohol y otras drogas; por otro lado se tiene porcentajes llamativos que señalan que existen adolescentes que aseguran que consumirán cigarrillo, o alguna bebida alcohólica en caso de que un amigo se las ofrezca, si bien la amistad es importante en esta etapa, los adolescentes son influenciables y fáciles de persuadir y más aún si es para ser aceptados.

En cuanto a la relación con su medio sociales, los adolescentes en busca de aceptación dejan de lado su pensamiento y criterio para realizar lo que los amigos hacen aunque esto esté mal,

ya que en esta edad es importante la aceptación de los amigos; los datos indican que en un lapso de 7 días han molestado, pegado o burlado a algún compañero

En cuanto a la interacción familiar, los adolescentes en su mayoría solo a veces les gusta pasar tiempo con familiares o realizar cualquier otra actividad que implique a la familia ya que a esta edad prefieren pasar más tiempo con los amigos; como consecuencia, falta comunicación y apego.

En cuanto al segundo objetivo **Implementar El Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” a través de orientaciones, capacitaciones y talleres que promuevan la capacidad de los adolescentes para la toma de decisiones, habilidades de autoprotección de conductas de riesgo y la importancia de la comunicación familiar**, el programa Familias Fuertes; Amor y Límites se desarrolló en dos módulos, cada módulo que consta de 7 sesiones, ambos módulos con una metodología activo participativo, con actividades grupales e individuales, así como videos que incitan a la reflexión.

En un primer módulo se trabajó con los adolescentes donde se abordó distintas temáticas en cada sesión pero relacionadas entre ellas, en un inicio de las sesiones los estudiantes se mostraron intranquilos, bulliciosos, travieso, pero a medida que se desarrollaba el taller se iba generando un ambiente de confianza, donde los adolescentes cooperaban más con las actividades, asimismo se mostraban más participativos y reflexivos con las actividades que se realizaban.

En el segundo módulo se trabajó con las familia, padres e hijos; en un inicio se mostraba algo de resistencia en las actividades ya que estos requerían de trabajo entre padres e hijos y muchas de las actividades tenían como fin la comunicación; a medida que se avanzó con el taller tanto

padres como hijos se mostraban más interesados en las actividades mostrando participación, alegría, esmero en las distintas actividades familiares e incluso realizaban bromas entre ellos. Ambos módulos se complementan ya que el objetivo principal es incrementar la comunicación familiar, para lo cual las sesiones familiares fue la clave para el fortalecimiento de la comunicación.

En cuanto al tercer objetivo **Evaluar el impacto del Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites” después de su aplicación a través una medición final**, concluida la aplicación de programa se aplicó el posttest; si bien no se pudo elevar de gran manera los porcentajes, se puede apreciar leves mejoras lo cual indica cierto cambio en las conductas de los adolescentes con respecto a sus padres ya que en un inicio se mostraban distantes y reacios a demostrar afecto y comunicación; con el programa se fortaleció el lazo familiar a través de la comunicación tanto en padres como en los adolescentes; en cuanto a las conductas de riesgos se tiene leves mejoras, ya que se preparó a los adolescentes a decir NO, como hacer frente a la presión de grupo, la toma de decisiones adecuada y asimismo la elección de buenos amigos que son elementos necesarios para poder de algún modo disminuir las conductas de riesgo.

En cuanto al cuarto objetivo y aporte institucional **Reforzar el conocimiento adquirido por medio de una feria educativa respecto a las conductas de riesgo con la participación de los estudiantes del 6to A de primaria y 1ro A de secundaria que participaron del Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” en la Unidad Educativa Eduardo Orozco**, se tiene el siguiente análisis.

➤ Desarrollo de la feria

Al finalizar el taller en la unidad educativa Eduarda Orozco se realizó una feria, ya que la unidad educativa recibió la capacitación por parte de todos los programas que ofrece la

institución de Intraid, la feria como finalidad de retroalimentar y hacer conocer el trabajo que se realizó con los estudiantes y familias que cursan el 6toA y 1roA de secundaria, y de este manera lograr hacer conocer el programa al resto de estudiantes y familias que asistieron a la feria

➤ Participantes

Familias, padres y estudiantes de la unidad educativa Eduardo Orozco

➤ Materiales

- Papelógrafo
- Marcadores
- Pizarras
- Hojas de colores
- Dados
- Letreros con los lemas de programa
- Material lúdico del programa “Familias Fuertes; Amor y Límites”
- Hojas blancas

➤ Procedimiento

Se dio el inicio de la feria con un breve resumen del Programa “Familias Fuertes; Amor y Límites” por parte de las encargadas, asimismo dando una introducción de lo que se desarrollará en la feria. Se invitó a padres de familia con sus hijos para que dieran a conocer su experiencia con el programa a los participantes de la feria.

Finalizada la explicación se realizaron juegos que se abordaron en el programa con los estudiantes y padres así como actividades con paleógrafos y pizarras.

Se desarrolló el juego del nudo con los estudiantes y padres que asistieron, a los cuales, finalizado se les preguntó qué entendieron de la actividad; entre las respuestas se tiene: *a no rendirnos, a comunicarnos*. Finalizado se daba una reflexión: *el nudo es como un problema familiar y que para ser resuelto necesita la participación de toda la familia y comunicación, en muchos caso misturas más enredado este; el nudo más complicado es el problema y se rinden dejando de luchar, por lo que es importante apoyarse en la familia”*.

En el juego de la pizarra, se brindó una pizarra pequeña a padres que estaban presentes con sus hijo o a un par de amigos, se les pidió que anotaran la fecha de cumpleaños, la comida favorita o el color favorito de su pareja; finalizado se preguntó qué entendieron de la actividad, muchos respondieron que: *conocerse más*, o simplemente se reían, por lo que se les decía: *ustedes son como una familia, se ven todo los días y llevan años conociéndose pero desconocen información de la otra persona lo cual indica que no hay comunicación y es importante porque, en la casa, en el colegio muchos no conocen los gustos de su papá, mamá o hijo y asimismo lo padres desconocen los pasatiempos, metas de sus hijos y todo por no hablar por lo menos una hora en la casa con la familia*.

Se empleó material del programa familias fuertes, tales como el árbol, la estrella, el problema del baño, para que los estudiantes lo llenaran o realizaran la actividad y se pongan a analizar sobre sus metas y sueños y cómo ayudar a solucionar problemas en conjunto con sus padres

➤ Observaciones

Se logró observar entusiasmo en los participantes de la feria como en los padres y adolescentes que acompañaron, se realizaron los juegos y actividades exitosamente ya que los participantes

entendieron las reflexiones de cada actividad y asimismo se sintieron interesados en el programa.

Se observó que los papás como profesores se mostraban interesados en las explicaciones del programa así como la experiencia que daban a conocer el padre y sus hijos.

Se consiguió retroalimentar y dar a conocer el programa a otros padres de familia que no participaron en los talleres los cuales quedaron satisfechos con las actividades que se realizaron.

➤ Conclusiones

Podemos decir que se dio cumplimiento con el objetivo, se logró retroalimentar a los participantes y asimismo crear reflexión en los padres, profesores y estudiantes que asistieron a la feria, se logró reflexionar acerca de la importancia de la comunicación familiar como base para tratar de prevenir conductas de riesgo y asimismo que los estudiantes que participaron en las actividades piensen en sus metas y sueños.

7.2. RECOMENDACIONES.

Finalizada la práctica institucional y en base a los datos obtenidos de la aplicación del programa Familias Fuertes; Amor y Límites surgen las siguientes recomendaciones:

A futuros facilitadores del programa Familias Fuertes; Amor y Límites.

- Trabajar con una población de 20 a 25 personas ya que esto permitirá que se desarrollen los talleres con mayor eficacia, se tendrá más control de los adolescentes y se trabajara de mejor manera.

- Controlar el tiempo de duración de los talleres para que las sesiones familiares se desarrollen con más éxito y el tiempo adecuado.
- Establecer un buen rapport con los adolescentes para generar confianza y poder participar.

A la institución

- Asegurar la población con la que se desarrollará el programa.

A la Facultad de la Carrera de Psicología

- Renovar los convenios con las instituciones y crear más convenios con más instituciones para realizar la Práctica Institucional